



**Instrukcja do ćwiczeń**

**Koci grzbiet** – opieramy czubek języka o dolne dziąsła, a język wypychamy w górę i do przodu jamy ustnej. Język układamy w garb, wyginamy język jak kot, który się przeciąga;

**Dmuchanie** – wdech robimy nosem, a wydech ustami;

**Dzióbek** – układamy usta jak przy wymawiania głoski u, a następnie wysuwamy je do przodu;

**Mlaskanie** – uderzamy płaskim językiem lekko o podniebienie;

**Tańczenie językiem** – przy szeroko otwartych ustach szybko dotykamy czubkiem języka podniebienia;

**Śrubokręt** – przy szeroko otwartej buzi dotykamy czubkiem języka kącików ust wewnątrz jamy ustnej