



Wyprawa piłki

Grażyna Wasilewicz

Wyskoczyła z domu piłka,

Nabieramy powietrza w policzki i krótko przytrzymujemy.

rozgląda się wkoło:

Oblizujemy wargi, mając szeroko otwarte usta.

„Mam ochotę dzień dzisiejszy spędzić na wesoło”.

Rozciągamy i ściągamy wargi.

Skacze piłka pół dnia prawie.

Dotykamy językiem naprzemiennie górnych i dolnych zębów, mając szeroko otwarte usta.

Czas odpocząć. Siadła w trawie,

Unosimy grzbiet języka, a czubek przyciskamy do dolnych zębów – „koci grzbiet”.

Lecz energia ją rozpiera,

Przesuwamy język w różne strony w jamie ustnej.

w dalszą drogę się wybiera.

Dotykamy językiem kolejno zębów górnych i dolnych.

W przód i w tył się lekko toczy,

Przesuwamy językiem po górnej wardze, górnych zębach, podniebieniu, w kierunku gardła i z powrotem.

w prawo skoczy, w lewo skoczy.

Wypychamy czubkiem języka prawy i lewy policzek wewnątrz jamy ustnej.

„Późno. Czas do domu wracać.

Wysuwamy język jak najdalej z jamy ustnej i z powrotem wsuwamy.

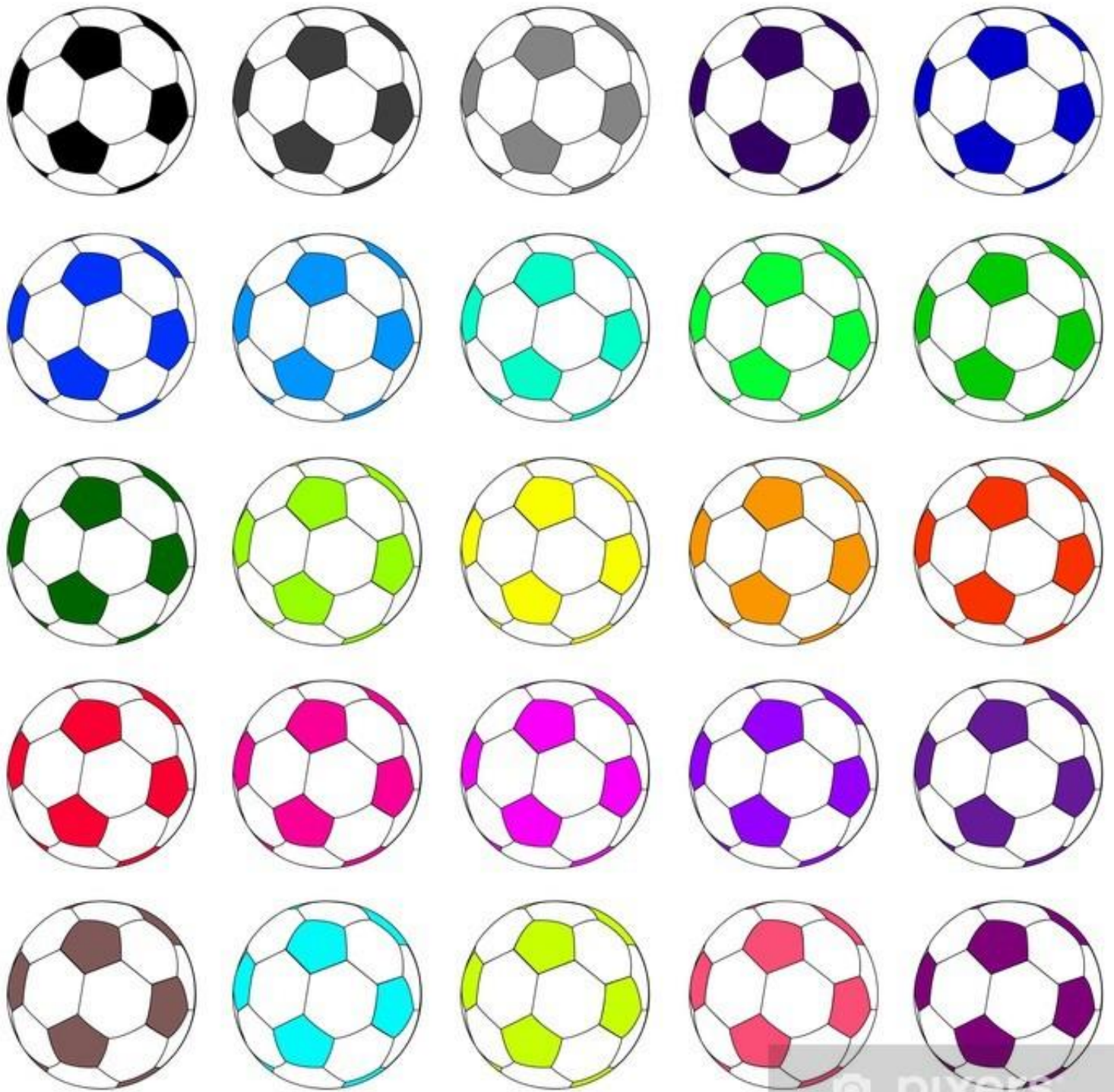
Trzeba kończyć dziś zabawę. Ale jutro – myśli piłka –

Nabieramy powietrza w policzki i krótko przytrzymujemy je w jamie ustnej.

znów wyruszę na wyprawę”.

Czubkiem języka dotykamy różnych miejsc na podniebieniu.





Do ćwiczenia należy wyciąć piłki i używając słomki przynosić piłki do tekturowego pudełeczka lub wdmuchiwać do bramki – pudełeczka.

WESOŁEJ ZABAWY!