Ćwiczenia pionizacji języka

Ćwiczenia **pionizacji języka** czyli unoszenia języka do wałka dziąsłowego (okolice za górnymi siekaczami, miejsce, w którym wymawiamy głoskę „l”)

**ćwiczenia:**

-   „góra – dół” – dziecko otwiera usta, podnosi język do wałka dziąsłowego, a następnie opuszcza za dolne zęby; ćwiczenie wielokrotnie powtarzamy;

-         wymawianie słów zawierających głoskę *l*np. Lola lula lalę; Lusia lubi lody.

-         „gumowy język” – dziecko dotyka czubkiem języka wałka dziąsłowego, w tym samym czasie porusza żuchwą (dolną szczęką) - w dół i w górę, rozciąga język – BARDZO TRUDNE ĆW.

-         „malowanie podniebienia” – dziecku przesuwa język po podniebieniu;

-         zlizywanie czubkiem języka z wałka dziąsłowego kawałka rozmiękczonej czekolady, miodu lub dżemu;

-         „liczenie zębów” – dotykanie czubkiem języka kolejno górnych zębów po stronie wewnętrznej;

-         „zaczarowany język” – przytrzymywanie przez kilka sekund czubka języka na podniebieniu przy szeroko otwartych ustach.

- „Malowanie” – wykonywanie językiem ruchów przypominających ruchy pędzla podczas malowania. Zabawa ta ma kilka wariantów:

1.    „malowanie sufitu” tj. przesuwamy czubek języka po podniebieniu twardym od miejsca za górnymi siekaczami w głąb jamy ustnej i z powrotem.
2.    „malowanie ścian” tj. przy zamkniętej buzi wykonujemy pionowe ruchy językiem po wewnętrznej stronie każdego z policzków.
3.    „malowanie ram okiennych” tj. oblizujemy usta poprzez wykonywanie okrężnych ruchów czubkiem języka. Ćwiczenie można wykonywać raz w prawą raz w lewą stronę.

-  „Wspinaczki górskie” –ćwiczenia podnoszenia czubka języka  i utrzymywanie go w pionie. Wszystkie ćwiczenia należy wykonać przy szeroko otwartej buzi i opuszczonej szczęce dolnej.

1.    „wchodzenie na szczyt” – tj. naprzemienne dotykanie czubkiem języka górnej wargi i górnych ząbków.

2.    „odpoczynek na szczycie góry” – tj. utrzymywanie języka na górnej wardze raz przy wąskim, raz przy szerokim układzie języka.
3.    „schodzenie ze szczytu” – tj. naprzemienne dotykanie czubkiem języka górnych i dolnych siekaczy.
4.    „masowanie zmęczonych stóp” – tj. masowanie czubkiem języka dziąseł za górnymi siekaczami, a następnie za dolnymi.
5.    „przeskakiwanie strumyka po kamieniach” – tj.  dotykanie czubkiem języka  każdego górnego ząbka, zaczynając po jednej stronie, kończąc na drugiej stronie buzi.