**VAJE ZA ARTIKULACIJO**



• **Uvodna vaja „Nasmeh“** 

Cilj: naučiti držati ustnice v sproščenem nasmehu- pri tem naj bodo rahlo vidni sprednjji zgornji in spodnji zobje.

Trajanje: 5-10 s

Opis: naredi sproščen nasmeh, oziroma položaj ustnic kot pri izgovoru I. Morajo se videti zgornji in spodnji sprednji zobje.

Pozor: nasmeh ne sme biri prisiljen, zategnjen, napet: ustnici ne smeta zakrivati zob.

• **Uvodna vaja „Šoba“** 

Cilj: naučiti gibanje ustnic naprej in ustvariti jasne kinestetične občutke za premikanje ustnic.

Trajanje: 5-10 s

Opis: našobite ustnici, usta so zaprta, zobje stisnjeni skupaj.

Pozor: če otroku to gibanje ne uspe, mu neposredno pred usta postavimo bonbonček, ki ga mora doseči z ustnicama.

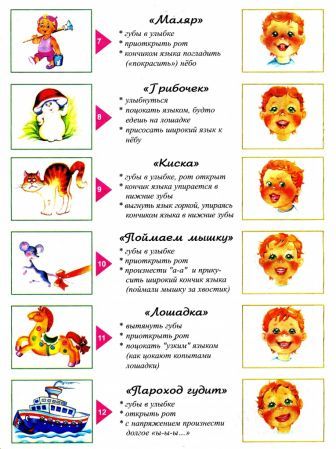
Pripomba: To je prvi del vaj in je pomembno, da upoštevamo vrstni red: NASMEH, ŠOBA. Nato lahko izvajamo imenično : NASMEH-ŠOBA-NASMEH-ŠOBA.

• **Vaja „Garaža“** 

Cilj: naučiti se mirnega odpiranja in zapiranja ust v nasmehu.

Opis: zamislimo si, da so usta velika garaža, v katero vsake tolik vozijo avtomobili. Ko se avto približuje, se vrata garaže odpirajo in ga spustijo, da „vstopi“.

Pozor: spodnja ustnica se ne sme naslanjati na zobe, če otroku to ne uspe, mu lahko pomagate s prstom. Ust naj ne odpira prevč na široko.

• **Vaja „Potrepljaj jezik“** 

Cilj: usvojiti sproščanje jezika.

Opis: rahlo odpremo usta, jezik položimo na spodnjo ustnico in rahlo ga „trepljamo“ z zgornjo ustnico. Izgovarjamo : pa- pa- pa…“.

Trajanje: 5-10 s

Pozor: spodnja ustnica se ne sme naslanjati na zobe. Jezik mora biti širok, s svojimi bočnimi stranmi se dotika kotičkov ustnic. Vadi se skupaj s sproščenim izdihu, dih naj se ne zadržuje.

• **Vaja „Okusna marmelada“** 

Cilj: usvojiti dvig širokega prednjega dela jezika navzgor.

Opis: rahlo odpremo usta in s širokim prednjim delom jezika si oblizujemo gornjo ustnico – od spodaj navzgor.

Pozor: dela samo jezik. Spodnja vilica je pri miru. Jezik je širok.

• **Vaja „Ura“** 

Cilj: uriti motoriko jezika, držati jezik zoožen, razgibati njegovo konico.

Opis: rahlo odpremo usta, se nasmehnemo in izmenično se s konico jezika dotikamo kotičkov ustnic.

Trajanje: 5-10 s

Pozor: ustnice so negibne, jezika se ne izplazi ven, dela samo konica jezika.

• **Vježba „Dotakni se bonbona“**

Cilj : uriti motoriko jezika, jezik držati na ozko, naučiti se natančno usmeriti konico jezika.

Opis: rahlo se nasmehnemo, odpremo usta, s konico jezika se poskušamo dotakniti bonbona, ki ga držimo 1,5 do 2 cm od ust.

Pozor: ustnice so pri miru.

• **Vaja „Čigavi zobje so bolj čisti“** 

Cilj: uriti dvig jezika navzgor in upravljanje z njim.

Opis: usta rahlo odpremo, se nasmehnemo in s konico jezika „počistimo“ zgornje zobe z notranje strani. Nato ponovimo še po zunaji strani

Pozor: konica jezika ne sme gledati ven iz ust, spodnja vilica se ne premika.

• **Vaja „Gugalnica“** 

Cilj: usvojiti hitro menjavanje položaja jezika gor-dol.

Opis: nasmehnemo se, usta so rahlo odprta, jezik namestimo na notranji strani spodnjih zob, zadržimo ga v tem položaju do 5s, nato ponovimo še za zgornjimi prednjimi zobmi.

Pozor: giblje se samo jezik, ustnici in vilici čeljusti so pri miru.

• **Vaja „Skrivalnica“** 

Cilj: uriti izmenični gibanje jezika : v notranjost ustne votline in nato približevanje spodnjim sprednjim zobem.

Opis: iz položaja jezika za spodnjimi zobmi, vlečemo jezik čimbolj nazaj (skrivamo jezik daleč, daleč), usta so ves čas odprta.

Pozor: otrok naj ima glavo ravno, v sproščenem položaju, ko „skrivamo“ jezik, se usta ne smejo zapreti, konica jezika je dol.

• **Vaja „Jezna mačka“** 

Cilj: usvojiti dvig srednjega dela hrbta jezika proti nebu (kot pri izgovorjavi J).

Opis: nasmehnemo se, odpremo usta, jezično konico namestimo za spodnje zobe, s „hrbtom“ jezika se „popraskamo“ po zgornjih zobeh.

Pozor: sprednja vilica se ne sme premikati naprej.