

Ćwiczenia warg i policzków



- Niesforny balonik - nadymanie jednego policzka i przesuwanie powietrza z jednej strony jamy ustnej do drugiej - wargi złączone.
- Zajaczek - wciąganie policzków do jamy ustnej, policzki ściśle przylegają do łuków zębowych, wargi tworzą „zajęczy pyszczek”.
- Całuski - wargi ściągnięte, wywinięte do przodu - jak przy cmoknięciu.
- Mam wąsy - utrzymanie słomki między nosem a górną wargą.
- Nic nie powiem - mocne zaciśnięcie rozciągniętych warg.

