

ARC-ÉS AJAKIZOM ERŐSÍTŐ GYAKORLATOK



LUFIARC

Fújd fel az arcodat, mint egy lufit!
Először lassan ereszd le a lufidat!
Aztán gyorsan pukkaszd ki a lufidat a kezeiddel!



LUFIGOMBÓC

Mindig csak az egyik oldalt fújd el az arcodat!



HALACSKA-SZÁJ

Utánozd a halacska száját!



MOTOR

Utánozd a motor hangját! Pörgesd az ajkaidat!



PUSZIHÚZÓ 1.

Húzd el a csücsörítő szádat jobbra!



PUSZIHÚZÓ 2.

Húzd el a csücsörítő szádat balra!

SZÁJPADLÁSHANGOKAT ELŐKÉSZÍTŐ GYAKORLATOK

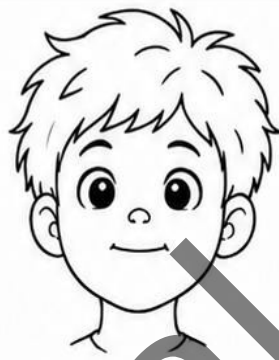


TY GY NY J



LAZA NYITÁS

Nyisd ki lazán a szád!



LAZA ZÁRÁS

Csukd be a lazán a szád!



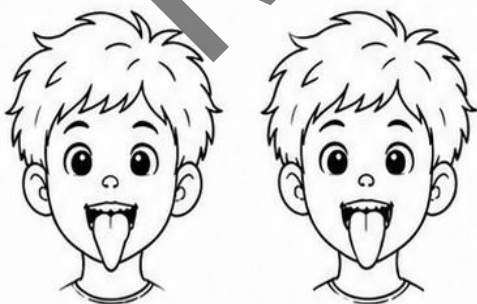
ALSÓ-NYELVTAKARÓ

Takard be az alsó ajkadat
a lapos nyelveddel!



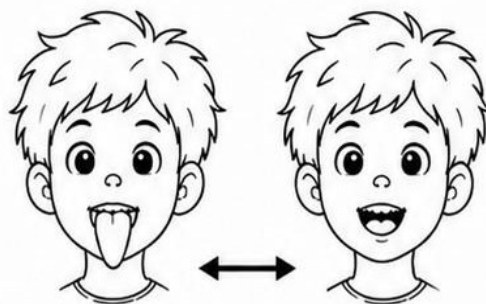
FELSŐ-NYELVTAKARÓ

Takard be a felső ajkadat
a lapos nyelveddel!



HEGYES-LAPOS

Legyen hegyes a nyelved! Aztán legyen
lapos a nyelved! Ismételd 3x!



NYÚJTOGATÓ

Nyújts ki majd húzd be a nyelvedet
5x egymás után.



LÁGYSZÁJPADHANGOKAT ELŐKÉSZÍTŐ GYAKORLATOK



K G



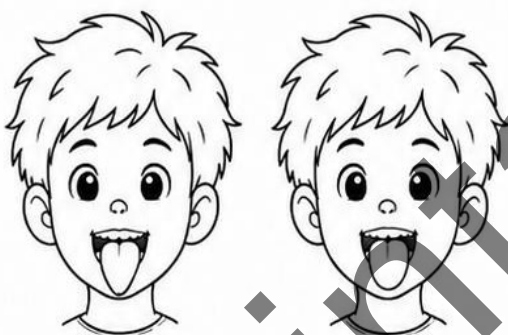
VITORLA

Szívd fel az egész nyelvedet a szájpadrásodra!
Tartsd ott, amíg 3-ig számolok!



LOVACSKA

Csettinges s a nyelveddel,
mint a lovacska a patájával!



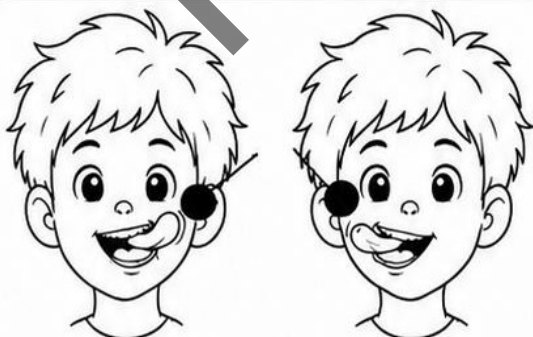
HEGYES-LAPOS

Legyen hegyes a nyelved! Aztán legyen
lapos a nyelved! Ismételd 3x!



NYELVHURKOK

Hurkold át a nyelveddel a fülpiszkálót!
Tartsd meg, amíg 5-ig számolok!



NYALÓKA

Érintsd meg a nyelveddel a nyalókát
először jobb oldalon, aztán a baloldalon!



ÉNEKLÉS

Énekelj egy dalt!
Táncoltasd a nyelvedet a felső fogsorod mögött!





TARTALOMJEGYZÉK

Ismerkedj meg a száddal.....2.

Színes képek

Magánhangzók ejtése.....3.

Arc- és ajakizomerősítő gyakorlatok.....4-5.

Állkapocs -és ajakizomerősítő gyakorlatok.....6-7.

Ajakizomerősítő gyakorlatok.....8.

Eszközös ajakizomerősítő gyakorlatok.....9.

Nyelvgyakorlatok

Nyelvhegyerősítő gyakorlatok.....10-12.

Eszközös nyelvhegyerősítő gyakorlatok.....13.

Nyelvhát erősítő gyakorlatok.....14.

Nyelvoldalt erősítő gyakorlatok.....15.

Fekete-fehér képek

Magánhangzókat előkészítő gyakorlatok

Általános gyakorlatok.....16-17.

Felső nyelvéllású magánhangzók (I,U,Ü).....18.

Középső nyelvéllású magánhangzó (É,O,Ö).....19.

Alsó és legalsó nyelvéllású magánhangzók (E,A,Á).....20.

Ajakhangokat (P,B,M) előkészítő gyakorlatok.....21-22.

Foghangokat előkészítő gyakorlatok (F,V).....23.

Foghangokat előkészítő gyakorlatok (T,D,N,L)24-26.

Fogmederhangokat előkészítő gyakorlatok (SZ,Z,C).....27-30.

Fogmederhangokat előkészítő gyakorlatok (S,ZS,CS).....31-34.

Fogmederhangokat előkészítő gyakorlatok (R).....35-38.

Szájpadlášangokat előkészítő gyakorlatok (TY,GY,NY,J).....39-40.

Lágyszájpadhangokat előkészítő gyakorlatok (K,G).....41-43.

Gégehangot előkészítő gyakorlatok (H).....44.

