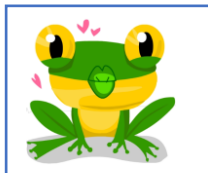


Artikulācijas vingrinājumi “Vingrinies kopā ar vardīti”.

Teksta autore: Adrija Brantevica

Attēli: <https://www.printoteka.pl/pl/materials/item/4808>



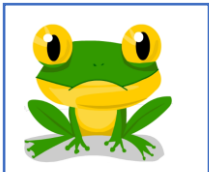
Hei, hei, hei!

Vardīte smaida! Uzsmaidi tu vardītei!

Vardīte buču sūta! Sūti tu vardītei!

Lūpas iestiept smaidā, neatsedzot zobus.

Lūpas savilkst uz priekšu taurītē.



Skaties! Varžu spēles.

Tās ir lūpu paslēpes. Aiziet!

Augšlūpu paslēpj zem apakšlūpas,

Apakšlūpu paslēpj zem augšlūpas.

Augšlūpai pāri pārliet apakšlūpu.

Apakšlūpai pāri pārliet augšlūpu.



Vardīte smaida! Uzsmaidi tu vardītei!

Tūlīt būs laiks brīnumiem!

Lūpas iestiept smaidā, neatsedzot zobus.

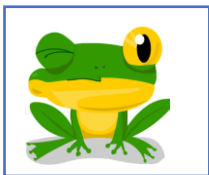
Lūpas noapaļo, atdarinot izbrīnu. Var izelpā izrunāt patskani O.



Oho! Lūpas var paslēpt aiz zobiņiem.

Augšlūpai pāri pārliet apakšējos priekšzobus.

Apakšlūpai pāri pārliet augšējos priekšzobus.



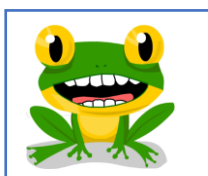
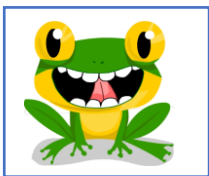
Vai tu zināji, vārdes ar mēli vaigu pakasīt var?

Pastiepi mēli pa labi, pa kreisi.

Dari. tu arī!

1) Lūpas slēgtas, ar mēli spiež vaigu uz ārpusi, pārmaiņus labajā pusē un kreisajā pusē.

2) Lūpas slēgtas, ar mēli spiež vaigu uz ārpusi. Tajā pusē kur spiež vaigu ar mēli piemiedz ar aci.

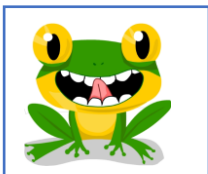
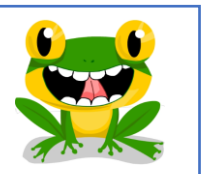


Kopā ar vārdīti mēli augšā turam.

Plati smaidam un mēli lejā atpūtinām.

Mēli liek aiz augšējiem priekšzobiem.

Lūpas iestieptas smaidā, zobi atsegti.



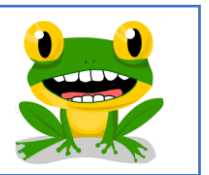
Re, mēle ceļas un zobiem priekšā parādās.

Un tad veikli aiz zobiem paslēpjas.

Mēli liek aiz augšējiem priekšzobiem.

Mēli liek priekšā augšējiem priekšzobiem.

Lūpas iestieptas smaidā, zobi atsegti.

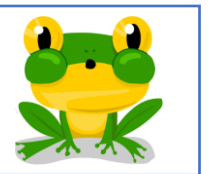


Vārdīte smaida! Uzsmaidi, tu arī!

Cel mēli un mutē griestus sataustīt vari.

Lūpas iestieptas smaidā, zobi atsegti.

Mēli ceļ pie cietajām aukslējām.



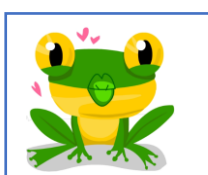
Darbiņš ir paveikts!

levelkam elpu!

Turi to vaigos un izpūt pa visu telpu.

leelpo caur degunu.

Notur gaisu vaigos. Vienmērīgi vai strauji izpūš.



Vārdīte smaida! Uzsmaidi, tu vārdītei!

Vārdīte buču sūta. Atā!

Līdz nākamai reizītei!

Lūpas iestieptas smaidā, neatsedzot zobus.

Lūpas savilkta uz priekšu taurītē.