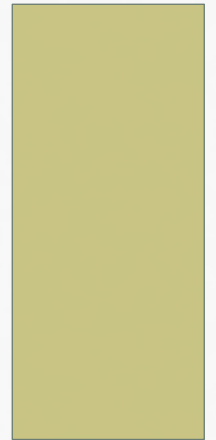


GIMNASTYKA TWARZY I
JĘZYKA.



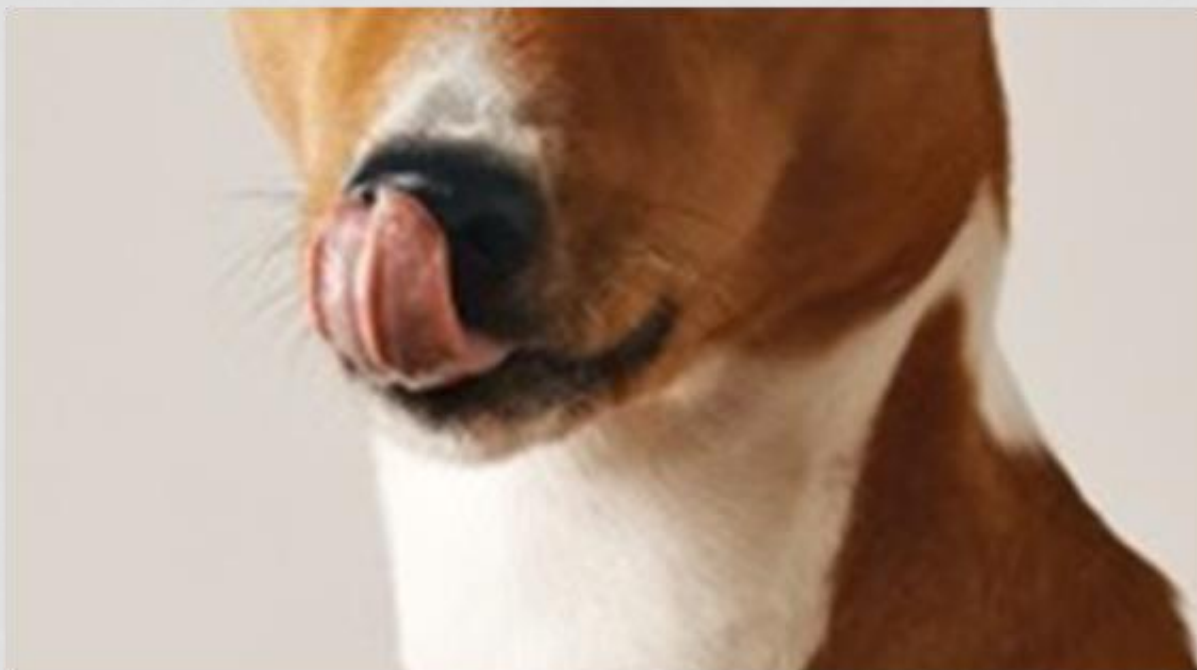


ZRÓB LUŻNY JĘZYK

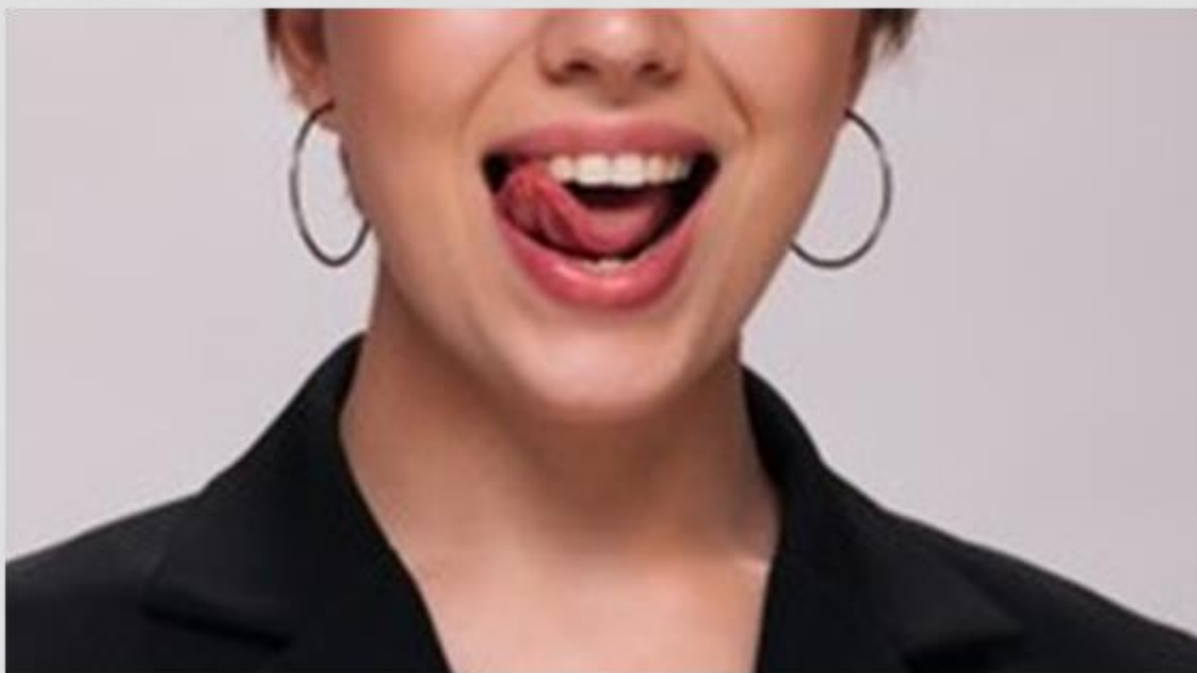




PODWIŃ JĘZYK DO GÓRY



PODNIĘŚ JĘZYK W STRONĘ NOSKA



OBLIZUJ JĘZYKIEM ZĘBY NA GÓRZE I NA DOLE.



WYKONAJ RUCH JĘZYKA GÓRA - DÓŁ JAK WTEDY KIEDY JESZ
LODY



WYSYŁAJ CAŁUSKI



ZWIŃ JĘZYK W RURKĘ



ZIEWAJ SZEROKO - AAAAAAA





CHRAP GŁOŚNO



POPROŚ O CISZĘ - CI, CI





WOŁAJ GŁOŚNO – HEJ, HEJ, HOP, HOP, ECHO, ECHO!



PRZESUWAJ JĘZYK POMIĘDZY KĄCIKAMI UST



KRZYKNIJ GŁOŚNO – HALO, HALO!



KRZYKNIJ Z PRZEJĘCIEM- OJ, AJ!



UŚMIECHNIJ SIĘ





PARSKAJ JAK ZMĘCZONY KONIK





ZRÓB MAŁĄ RYBKĘ



NAPIJ SIĘ GĘSTEGO PŁYNU PRZEZ DŁUGĄ SŁOMKĘ



UŚMIECHAJ SIĘ SZEROKO



JAKĄ MASZ MINKĘ JAK SIĘ DZIWISZ?



JAKĄ MASZ MINKĘ JAK SIĘ ZŁOŚCISZ?





JAKĄ MASZ MINKĘ JAK SIĘ ŚMIEJESZ?





A – PSIK, A- PSIK!



WCIĄGNIJ USTA DO WEWNĄTRZ



NABIERZ USTAMI DUŻO POWIETRZA

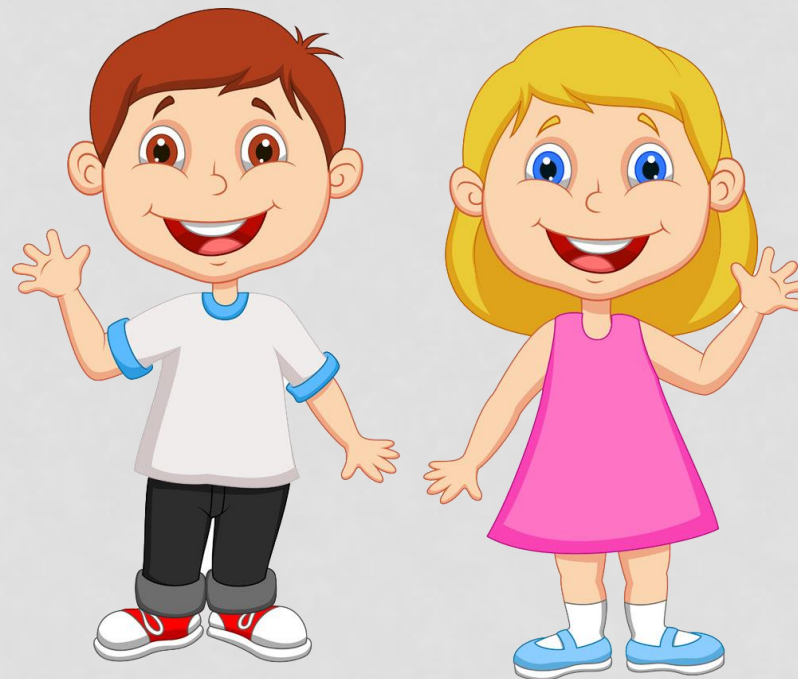


TRZYMAJ POWIETRZE W POLICZKACH JAK BALONIK



NACIŚNIJ PALCAMI NA POLICZKI - BALONIK PEKA

MIŁEJ GIMNASTYKI!



MATERIAŁ OBRAZKOWY, ZDJĘCIA POCHODZĄ Z:

- Wystaw luźny język na brodzie https://pl.freepik.com/premium-zdjecie/siedzac-i-dyszac-beagle_8489999.htm
- Podwinięty język do góry https://pl.freepik.com/damowe-zdjecie/buldog-francuski-hoduje-biale-kropki-czarne-na-mamurze_10069489.htm#page=5&query=twarz&position=34
- Podnieś język w stronę noska https://pl.freepik.com/damowe-zdjecie/sliczny-brązowy-i-biały-pies-lize-nos-z-bliska-na-białym-tle_11829512.htm#page=1&query=pies%20i%20j%20c%99zyk&position=0
- Oblizuje językiem zęby na górze i na dole https://pl.freepik.com/damowe-zdjecie/radosna-kobieta-w-czamej-kurtce-lubi-wargi-i-pozowanie-na-na-białym-tle-urocza-dama-w-ciemnym-gamiturze-umiechnieta-na-białym-tle_13211327.htm#page=3&query=j%20c%98zyk&position=48
- Wykonaj ruch języka góra dół jak wtedy kiedy jesz lody https://pl.freepik.com/damowe-zdjecie/dziewczynka-jedzaca-lody-owocowe-z-szeroko-otwartymi-ustami-ubrana-w-pasiasta-sukienke-ma-ciemne-wlosy-i-dwa-supelki-pozuje-odizolowana-na-rozowej-scianie_9504930.htm
- Wysyłaj całuski https://pl.freepik.com/premium-zdjecie/pekna-dziewczyna-wysyla-pocalonek-w-przod_5272334.htm#page=2&query=woman+face+women+face&position=8
- Zwin język w rurkę https://pl.freepik.com/damowe-zdjecie/pozytwna-ladna-mloda-blond-kobieta-z-swobodna-fryzura-kora-zartuje-na-rozowym-tle-zaokraglone-oczy-i-wystajacy-zlozony-jezyk-ubrana-w-biala-bluzke_11577885.htm#page=1&query=j%20c%98zyk&position=13
- Ziewanie https://pl.freepik.com/damowe-zdjecie/bliska-portret-atrakcyjnej-mlodej-kobiety-na-bialym-tle_13055238.htm
- Chrapanie https://pl.freepik.com/damowe-zdjecie/czlowiek-potrzebujecie-ciszy-bo-czujecie-sie-senny_12744143.htm#page=1&query=chrapanie&position=7
- Uciszenie cii, cii https://pl.freepik.com/damowe-zdjecie/mezczyzna-w-kraciastej-marynarce-prosi-o-cisze-pokazujac-usta_13407305.htm#page=4&query=usta&position=23
- Wołanie hej, hej, hop, hop https://pl.freepik.com/damowe-zdjecie/mlody-czlowiek-dorywczo-krzyczy_13056950.htm
- Przesuwaj język pomiędzy kącikami ust https://pl.freepik.com/damowe-zdjecie/zadowolona-ladna-brunetka-kobieta-w-okularach-przeclawia-swoje-wystawia-jezyk-i-patrzy-na-przod-odizolowany-na-fioletowej-scianie_13341306.htm#page=2&query=j%20c%98zyk&position=33
- Krzyknij halo, halo https://pl.freepik.com/damowe-zdjecie/nie-przegap-mloda-przypadkowa-kobieta-krzyczy-krzyzeczki-placz-emocjonalna-kobieta-krzyczy-na-zielonym-tle-studia-portret-kobiety-w-polowie-dlugosci-ludzkie-emoje-koncepcja-wyrazu-twarzy-modne-kolory_13456009.htm#page=2&query=twarz+emoje&position=13
- Krzyknij oj, aj https://pl.freepik.com/damowe-zdjecie/zaskoczona-ladna-mloda-kobieta-z-dlugimi-farbowanymi-blond-wlosami-patrzy-z-otwartymi-ustami-zszokowana-widza-cos-okropnego-ubrana-od-niechcenia-ludzie-z-dziwienie-mimika-twarzy_9116903.htm#page=1&query=mimika%20twarzy&position=17
- Uśmiechnij się https://pl.freepik.com/damowe-zdjecie/portret-jasnowlosa-pekna-kobieta-z-szerokim-umiechem-i-kciuki-do-gory_9116647.htm#page=6&query=twarz&position=21
- Parskanie https://pl.freepik.com/damowe-zdjecie/czlowiek-parskanie_915946.htm#page=1&query=parskanie&position=0
- Rybka https://pl.freepik.com/damowe-zdjecie/bliska-portret-calkiem-mloda-kobieta-na-bialym-tle_12950430.htm
- Napij się gęstego płynu przez słomkę https://pl.freepik.com/damowe-zdjecie/strach-dziewczyna-pije-sok_13360139.htm#page=2&query=fast+food+kids&position=2
- Uśmiechnij się szeroko https://pl.freepik.com/damowe-zdjecie/koncepcja-ludzi-i-radosci-uszczesliwiona-ciemnowlosa-dorosla-kobieta-smieje-sie-radosnie-z-zamknietymi-oczami-rozmawia-swobodnie-z-przyjacielem-nie-moze-powstrzymac-smiechu-nosi-swobodny-golf-odizolowany-na-brzowej-scianie_13189094.htm#page=2&position=2
- Jaką masz minkę jak się dziwisz https://pl.freepik.com/damowe-zdjecie/portret-dziwionej-kobiety-marszczy-brwi-z-niezadowolenie-ma-smutny-wyraz-czujecie-sie-zaznawana-ludzie-mimika_9576467.htm#page=1&query=twarz%20mimika&position=0
- Jaką masz minkę jak się złościś https://pl.freepik.com/damowe-zdjecie/zdjecie-zdenerwowanej-niezadowolonej-zrzedliwej-dziewczyny-zaciska-zęby-i-piesci-wyraz-zlosc-tak-samo-jak-klotnia_10749301.htm
- Jaką masz minkę jak się śmiejesz https://pl.freepik.com/damowe-zdjecie/ciesz-sie-z-przyjemnie-wygladajaca-kobieta-z-szczerym-szerokim-umiechem-smieje-sie-radosnie-z-kamery-slucha-anegd-odizolowanych-na-bialym_9591995.htm#page=1&query=%20c%9bmiech&position=9
- A-psik, a-psik https://pl.freepik.com/premium-zdjecie/mloda-dziewczyna-dmucanie-w-nos-i-kichanie-w-tkance-przed-kwitnacym-drzewem_13566213.htm#query=katar&position=32
- Wciągnij usta do wewnątrz https://pl.freepik.com/damowe-zdjecie/pekna-ciemnowlosa-mloda-europejka-zaciska-usta-unosi-brwi-ma-zmartwiony-wyraz-twarzy-nosi-luzna-bluze-z-kapturem-pozuje-na-zoltej-scianie-ma-zakopotany-wyglad-zdjecia-monochromatyczne_13580011.htm#page=10&query=usta&position=29
- Nabierz ustami dużo powietrza https://pl.freepik.com/premium-zdjecie/mlody-przystojny-kaukaski-mezczyzna-w-dorywczo-sapiace-policzki-z-smieszna-twarza_13566396.htm#page=16&query=usta&position=15
- Balonik https://pl.freepik.com/damowe-zdjecie/mloda-kobieta-dasa-usta-w-zielonej-kurtce-i-wyglada-spokojnie-widok-z-przodu_13364886.htm#page=17&query=usta&position=38
- Balonik pęka https://pl.freepik.com/damowe-zdjecie/mloda-kobieta-w-zielonej-kurtce-dzinsy-wskazujac-na-jej-policzki-wydymajac-wargi-widok-z-przodu_13365092.htm#page=17&query=usta&position=43
- Chłopiec i dziewczynka <https://www.hiclipart.com/>