

MALOWANIE

Malarz maluje sufit (*przesuwamy językiem po podniebieniu od zębów do podniebienia miękkiego*).

Zamalowuje plamy w kilku miejscach (*czubkiem języka dotykamy kilka razy podniebienia*).

Następnie maluje ściany (*przesuwamy językiem po wewnętrznej powierzchni policzków*) - najpierw jedną potem drugą.

Została jeszcze do pomalowania podłoga (*opuszczony jak najniżej język przesuwamy się po dolnych dziąsłach*).

oraz przedpokój (*przesuwamy językiem po zewnętrznej stronie zębów*).

Na koniec malarz pomalował okno (*oblizujemy językiem wargi*).

- *Podczas wykonywania tych ćwiczeń usta są szeroko otwarte*