

# SCENARIUSZ NR 1

- Rozgrzewka aparatu artykulacyjnego
- Wprowadzenie do metody wystukiwania sylab:

- na jednym wydechu, legato z delikatnym przedłużaniem wymawiamy ciąg samogłosek:

**A O E I U Y**

- do ciągu samogłosek dołączamy spółgłoskę tworząc ciąg sylab (dbamy o swobodny wdech, delikatny start, wystukujemy sylaby):

**MA MO ME MI MU MY**

**CHA CHO CHE CHI CHU CHY**

**NA NO NE NI NU NY**

**FA FO FE FI FU FY**

- dołączając inne spółgłoski tworzymy kolejne ćwiczenia

- ciągi słów z wystukiwaniem sylab, przedłużaniem samogłosek:

**poniedziałek wtorek środa czwartek piątek sobota niedziela**

(wdech jak zawsze na początku oraz po czwartku)

**styczeń luty marzec kwiecień maj czerwiec lipiec sierpień wrzesień**

**październik listopad grudzień**

(wdech oczywiście na początku, po maju i po wrześniu)

**jeden dwa trzy cztery pięć sześć siedem osiem dziewięć dziesięć**

(wdech po sześciu)

**jedenaście dwanaście trzynaście czternaście piętnaście szesnaście  
siedemnaście osiemnaście dziewiętnaście dwadzieścia**

(wdech po czternastu i po siedemnastu)

- Relaksacja według Jacobsona – progresywna relaksacja mięśni.

przygotowała – Edyta Wrześcińska