

Poniżej w formie tabeli ćwiczenia logopedyczne (do wydrukowania i wycięcia lub przepisania):

Wdech nosem (usta zamknięte) i wydech ustami.	Chuchanie na zmarznięte ręce.	Oddalanie od siebie kącików ust – wymawianie „iii”.
Dmuchiwanie na piłeczkę pingpongową/piórko/skrawek papieru, wyścigi piłeczek.	Naśladowanie balonika – wypuszczanie powietrza z jednoczesnym odgłosem „sssss”.	Parskanie / wprawianie warg w drganie/
Naśladowanie syreny – „eu-eu-eu”, „au-au-au” – na jednym wydechu.	Naśladowanie lokomotywy – wydmuchiwanie „nadmiaru pary” – ffff, szszsz.	Cmokanie (10 razy).
Liczenie na jednym wydechu.	Dmuchiwanie na piórko, aby nie spadło.	Wysuwanie warg w przód, następnie przesuwanie warg w prawo, w lewo.