**Ćwiczymy przed lustrem:**

1. **Liczenie górnych zębów** (buzia szeroko otwarta, dotykamy czubkiem wąskiego, zaostrzonego języka każdego zęba na górze po kolei)

ważne: ćwiczenie to należy wykonać wolno i dokładnie.

1. **Liczenie dolnych zębów** (buzia szeroko otwarta, dotykamy czubkiem wąskiego, zaostrzonego języka każdego zęba na dole po kolei)

ważne: ćwiczenie to należy wykonać wolno i dokładnie.

1. **Podnosimy język wysoko do nosa** 30 powtórzeń.
2. **Syczymy jak wąż: „sssssssss…”**
3. **Naśladujemy szum drzew: „szszszszszszszszsz…”**
4. **Ćwiczenie wywołujące głoskę r:** wymawiamy głoskę **t** w sposób dziąsłowy (głoska t jest w swej naturze głoską przedniojęzykowo-dziąsłową, lecz w tym przypadku artykułujemy ją celowo w sposób tylko dziąsłowy) bardzo szybko, następnie tak samo wymawiamy głoskę **d**, a później głoskę **n**; dalej łączymy te trzy głoski i bardzo szybko w sposób również dziąsłowy wymawiamy **tdn**. Na samym końcu dmuchamy dość silnie (język jest rozpłaszczony jak naleśnik, zaś czubek języka dotyka górnych siekaczy od wewnątrz) i tak postaje dźwięk **r**.
5. **Powtarzamy logotomy (zestawy sylab) zawierające głoskę r:**

tra tro tre tru try

atra otro etre utru ytry

atr otr etr utr ytr

dra dro dre dru dry

adra odro edre udru ydry

adr odr edr udr ydr

nra nro nre nru nry

anra onro enre unru ynry

anr onr enr unr ynr