

バリケアをスポットにつけた状態

指導のポイント

- ・バリケアは平均12~15分で溶けてなくなりますが、舌尖をスポットにどの位つけていられるかによって異なります。
- ・1日3回の練習が望ましく、特に朝の練習は、舌と口唇の姿勢位を意識して1日を始めることができるので、効果的です。
- ・バリケアをスポットにつけるときは、指先に貼りつかないように、指を少し水で濡らしておくといでしょう。
- ・バリケアは、ポスチャーの練習の時にも活用できます。

注意 舌尖をまるめないように。

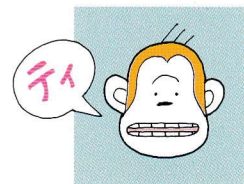
③ ティ・サウンド

スポットポジションで舌尖がまるまってしまう人やティップアンドスティックのレッスンで舌をまっすぐにできない人に……

用意するもの
鏡

手順

1. 臼歯を咬み合わせ、舌尖をスポットにつける
2. 舌尖でスポットをはじくように“ティ”と何度も発音する



指導のポイント

- ・舌尖がまるまっていると、“ティ”の発音は“テェ”と聞こえます。“ティ”という音になるまで、練習を続けます。