

Procvičování motoriky jazyka a rtů

1. Skousnout zuby, střídavě se usmívat a špulit rty (zuby musí být stále vidět).
2. Nafouknout tvář. Přendávat vzduch z levé tváře do pravé a zpět.
3. Stáhnout rty a lehce foukat. Postupně zapojovat samohlásky.
4. Vypláznout jazyk.
5. Vypláznout jazyk, udělat špičku.
6. Olíznout vodorovným směrem střídavě spodní a horní ret (houpačka).
7. Olizovat se plynule, kruhovitě jedním směrem, pak druhým.
8. Pohybovat co nejrychleji jazykem vpravo, vlevo (hodiny).
9. Olizovat horní ret uprostřed směrem vpřed a vzad (olizovat med, marmeládu)
10. Rychle vytáhnout a zatáhnout jazyk, cvrkat o horní ret (čertík).
11. Mlaskat (koníček jede)
12. Zvedat jazyk za horní řezáky, „zapíchnout“ (na tvrdé patro nalepit např. žvýkačku, čokoládu), ťukat jazykem.
13. Zvednout jazyk a plácnout s ním dolů.
14. Otevřít ústa a táhnout jazyk po patře dozadu a dopředu (malíř maluje).
15. Otevřít ústa, opřít jazyk co nejdál o patro, táhnout jazyk po patře vpřed.
16. Olíznout zevnitř zuby.
17. Kroužit jazykem na zubech, ze zubu – vpravo, vlevo.
18. Zasunout jazyk mezi zuby a rty nahoru, dolů.
19. Rozplácnout jazyk a stáhnout rty – vytvořit rourku.
20. Z papíru uděláme kornout, uchopíme rty.
21. Pít slámkou.
22. Brnkat prstem na rty.