

MONDMOTORIEK

LLB Landelijk Logopedie Bedrijf

Een slappe mondmotoriek heeft gevolgen voor het praten. Als de mond sterker wordt zal de spraak vaak ook beter worden. Ook kan het zijn dat een kind veel open mondgedrag heeft als gevolg van een slappe mondmotoriek.

De volgende oefeningen bevorderen de mondmotoriek, de lipsluiting en de neusademing. Dit is slechts een kleine selectie van alle mogelijke oefeningen. Er zijn natuurlijk nog veel meer oefeningen te verzinnen.

Blazen

- bellen blazen.
- bootjes over het water blazen in bad.
- bolle wangen blazen en zo lang mogelijk vasthouden.
- lucifers en kaarsen uitblazen, oproltoeter uitblazen en vasthouden.
- blaasvoetbal, met of zonder rietjes.
- een 'kunstwerk' maken door een vervlek uit elkaar te blazen.
- ballonnen opblazen.
- schuim in een beker sop maken met een rietje.
- op een muziekinstrumentje blazen.
- watjes, propjes papier e.d. van de tafel blazen.

Zuigen

- drinken met verschillende soorten rietjes (niet alleen water en ranja maar ook vla, yoghurt en appelmoes).
- met een rietje plaatjes, papiersnippers, smarties of rozijntjes van de tafel opzuigen of verplaatsen.
- een dropje zo snel mogelijk opzuigen (niet kauwen!)
- met je lippen vol lippenstift 'kusjes' maken op een vel papier.
- tien tellen een zoen vastzuigen op je hand.

Lipversterking en lipsluiting

- de lippen 10 tellen stevig op elkaar knijpen.
- een klein rondje maken met je lippen (kusmondje) 10 tellen vasthouden.
- afwisselend aa-oe of oe-ie zeggen met en zonder geluid (10X).
- een potlood tussen bovenlippen en neus vasthouden (poezensnor).
- een auto of brommer nadoen met je lippen (brrr).

Tongspelletjes

- vla, yoghurt of hagelslag van een bordje likken met je handen op de rug.
- met de tongpunt afwisselend de neus en de kin proberen te raken.
- doe een beetje jam, pindakaas of chocoladepasta op je bovenlip en lik dat met je tong eraf.
- je tong van de ene naar de andere mondhoek slingeren.
- doe je mond open en steek je tong uit. Leg een rozijntje op je tong en blijf 10 tellen zo staan of zitten.
- klakken met je tong, snel en langzaam
- met je tong 5 rozijntjes van de tafel pakken met je handen op de rug.
- met je tong de binnen- en buitenkant van je tanden poetsen.
- je tong uitsteken telkens als iemand anders in de handen klapt.
- yoghurt, vla of appelmoes van de holle en de bolle kant van een lepel likken.
- leg een rozijntje op je tongpunt en druk dat 1 minuut tegen het harde randje achter je boventanden.

LLB Landelijk Logopedie Bedrijf

Voor vragen of informatie kunt u terecht bij de logopediste op school, op het kinderdagverblijf / peuterspeelzaal.