

# LOGOPEDIE

## 1. ROZCVIČKA – motorika mluvidel

Co budeme potřebovat? **ZRCADLO** a **PASTELKU**.

Cviky provádějte před **zrcadlem** tak, aby dítě vidělo jak Vás, tak sebe (má vzor i zpětnou vazbu).

- Usměj se tak, aby bylo vidět co nejvíce tvých zubů.
- Otevři pusu a ukaž, jak dlouhý máš jazyk.
- Umyj si pomocí jazyka nejdříve horní ret (z koutku do koutku), a potom dolní ret.
- Najdeš pomocí špičky jazyka svůj nos?
- Usměj se, ale tak, aby ti nebyly vidět zuby.
- Pohybuj jazykem ze strany na stranu. Alespoň **5x** na každou stranu a pamatuj, že důležitá není rychlost, ale pořádný ještěřčí jazyk.
- Otevři hodně pusu, jako když chceš kousnout do velkého jablka. Zvedni jazyk nahoru za horní zuby.
- Našpul rty a pošli **5** pusinek.
- Našpul rty, jako když chceš dát někomu pusu a horní ret přiblíž ke špičce nosu – tam si vlož **pastelku** (jako knír) a drž ji jen horním rtem.

### **JSI ŠIKULKA!**

Pokud ti nějaký cvik nešel, můžeš si jej zopakovat každý den, když si třeba ráno nebo večer vyčistíš zuby.

Všechny inspirace jsou čerpány ze stránky Logopedie Prosek, kde jsou veřejně zpřístupněny.