

HAGO CÍRCULOS SOBRE MIS LABIOS.

Material.- Dedos índice y corazón de ambas manos.

Objetivos.- Mejorar el tono labial.

Estirar labio superior.

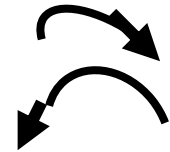


Se colocan los dos dedos sobre el labio superior y se ejecuta un movimiento circular en sentido de las agujas del reloj y, luego en sentido contrario. Los dedos no se desplazan, se mueven masajeando el labio.

Variantes.- Desde comisuras hacia el centro de la boca.

Desde el centro de la boca a las comisuras.

Lo mismo en el labio inferior.



ME PONGO BIGOTES.

Material.- Dedos sobre el labio superior.

Objetivos.- Mejorar el tono labial.

Estirar labio superior.



Dependiendo del grosor del labio se puede hacer con un dedo o dos. Se coloca el dedo sobre y en el centro del labio, se desplaza ejerciendo un poco de presión horizontalmente, siguiendo la forma de la boca, hacia las comisuras.

El movimiento siempre es desde el centro a las comisuras.

RECHUPETEO EL CHUPA CHUPS.

Material.- Chupa Chúps.

Objetivos.- Mejorar la tonicidad de las mejillas.

Mejorar la tonicidad del músculo buccinador.



Meter el chupa chúps y hacer presión con movimientos sobre la cara interna de las mejillas. Se puede desplazar de forma circular, ascendente y descendente.

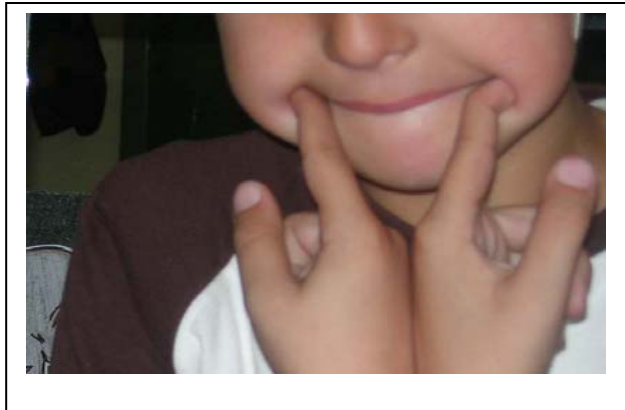
Variantes.- Presión con los dedos e inflar: inflar las mejillas con aire, mientras el logopeda o el propio niño hace presión exterior con los dedos sobre las mejillas, venciendo la resistencia con la fuerza y el empuje interior del aire.

El descorchador: hacer el ruido del descorchador con el dedo índice dentro de la boca en el interior de las mejillas y sacándolo rápidamente.

SONRIO Y BESO.

Material.- Los dedos.

Objetivos.- Mejorar el tono muscular.



Presionar con los dedos del logopeda o con los del niño para forzar una gran sonrisa, estirar los labios hacia las orejas manteniendo la posición. Indicar al alumno que intente vencer esa fuerza para hacer la boca del pez, el besito, o poner morro.

VOY A CONSEGUIR TENER PICO -PATO.

Material.- Los dedos.

Objetivos.- Mejorar el tono muscular.

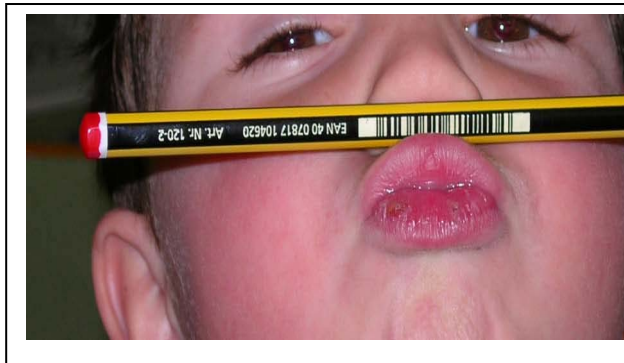


Utilizando las manos nos cogemos ambos labios, uno contra otro, de manera que, los dedos índices de cada mano presionen ligeramente el labio superior contra el inferior y los pulgares el labio inferior contra el superior, y así consigamos tener pico-pato.

SUJETO EL BOLI CON LA NARIZ Y EL LABIO.

Material.- Bolígrafo.

Objetivos.- Mejorar el tono muscular.



Cogemos un bolígrafo. Lo situamos en la zona comprendida entre el labio superior y la nariz, e intentamos sujetarlo sin hacer uso de las manos.

DETRÁS DE UN BOTÓN.

Material.- Un botón grande y un trozo de lana.

Objetivos.- Mejorar el tono labial.

Favorecer la respiración nasal.



Se mete la lana o el hilo por los orificios del botón y se anuda, de forma que el hilo esté hacia un lado.

Metemos el botón en la boca, entre los dientes y los labios. El botón tiene que adaptarse al tamaño de la boca del niño (si es muy pequeño se escapará y si es muy grande dificultará la realización del ejercicio).

En la posición explicada antes, realizaremos pequeños tirones del hilo, para que el niño sujete con fuerza el botón, sin que se le escape de la boca.

Moveremos el botón, hacia los lados de la boca, para que el ejercicio sea más completo y participen todos los músculos de los labios.

ENTRE LOS LABIOS Y LA ENCÍA.

Material.- Mikados.

Objetivos.- Mejorar el tono labial.

Favorecer los movimientos linguales.



Con el Mikado hacemos pequeños movimientos circulares entre el labio superior y la encía. Los masajes también tienen que hacer fuerza hacia el labio para estimular su tono.

Moviendo la lengua en la zona estimulada, intentamos "recoger" el chocolate del Mikado.

Este ejercicio tenemos que realizarlo también en el labio inferior.

¡QUE COSQUILLAS!



Material.- Cepillo de dientes eléctrico.

Objetivos.- Mejorar el tono labial.

Sensibilizar los labios.

Con el cepillo de dientes encendido hacemos pequeños círculos sobre los labios. Tenemos que notar el cosquilleo e intentar no separar los labios.

Variante.- Podemos utilizar cualquier otro instrumento que vibre.

ATRAPAR EL BOTÓN.



Material.- Botón sujeto con un hilo dental.

Objetivos.- Aumentar la tonicidad labial.

Favorecer los movimientos labiales y linguales.

Colocamos el extremo del hilo entre los dientes y apretamos los labios para que también ayuden a sostener el botón que queda colgando.

Con movimientos de la lengua y los labios, y sin ayuda de las manos, vamos introduciendo poco a poco todo el hilo dentro de la boca hasta conseguir atrapar con ella el botón.

HAGO PESAS CON LA BOCA.

Material.- Depresores linguales.

Pesos para los extremos: piezas de plomo o de plastilina.

Objetivos.- Aumentar la tonicidad labial.



Colocamos una pieza de plomo o de plastilina en cada extremidad del depresor y lo sujetamos entre los labios, sin bajarlo ni levantarlo, mientras alguien cuenta hasta 8 (o contamos nosotros mentalmente).

El ejercicio se repite aumentando la cuenta hasta 15.

Aumentamos el peso de los plomos o plastilina para añadir dificultad al ejercicio.

SOSTENER LA CUCHARA.

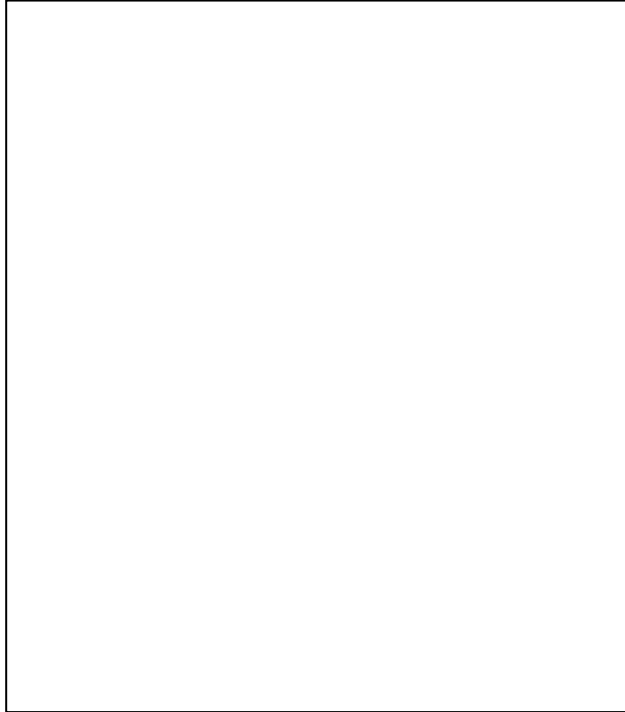


Material.- Cuchara de plástico y un peso (goma de borrar, bola de plastilina, muñequito...)

Objetivos.- Aumentar la tonicidad labial.

Sujetamos en el centro de los labios el extremo de la cuchara, manteniéndola en el plano horizontal. Una vez alcanzada esta posición, se coloca un peso sobre la cuchara y hay que intentar equilibrarla con la fuerza de los labios, pero sin adelantar la mandíbula.

ME COMO UN MIKADO.



Material.- Mikados.

Objetivos.- Mejorar el tono labial.

Favorecer los movimientos labiales y linguales.

Sostenemos el Mikado entre los labios y por acción de ambos vamos introduciéndolo y deglutiéndolo sin usar las manos. No debe caerse.

Con la lengua eliminamos los restos de chocolate que nos hayan quedado por los labios.