

Mundmotoriske lege til børn

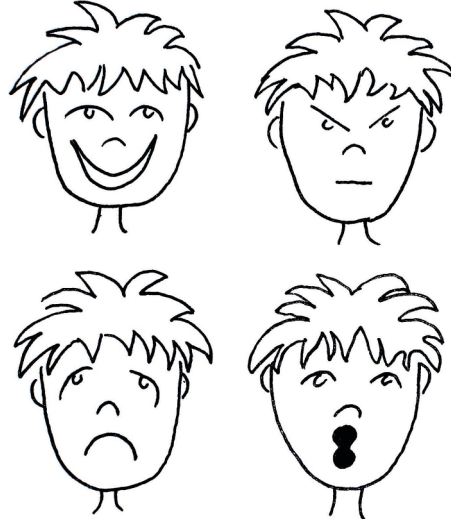
Til patienter og pårørende

patienten først OUH

Træn mundens motorik med dit barn på en sjov måde

Mimiske øvelser / bevidsthed om munden

- Bed barnet udpege/røre ved kind, mund, overlæbe, underlæbe, tænder, tunge, tungespids og gane.
- Lav ansigter foran spejl, f.eks.: Se glad, sur, vred og ked af det ud.
- Lav kyssemund.
- Pust luft i kinderne og hold luften.



Pustelege

- Pust til fjer, vat, bordtennisbold - eventuelt efter mål.
- Pust i mundharpe, fløjte, til små vindmøller.
- Pust til små skibe/sølvpapirsfisk i en skål med vand.
- Pust på varm mad.
- Pust sæbebobler.



Mundmotoriske lege til børn

Sugelege

- Drik ofte med sugerør.
- Drik gerne tykke konsistenser med sugerør eksempelvis milkshake og smoothie.
- Sug papirstykker, rosiner m.m. op med sugerør og flyt dem op i en skål.
- Sug sukkerkrymmel op igennem sugerør. Klip eventuelt sugerøret kortere, så bliver det nemmere. Det kan nemt komme galt i halsen.



Tunge- / læbeøvelser

- Før tungen op mod næsen, til hagen og til mundvigene.
- Lav buler i kinderne med tungen.
- Kør tungen langs tænderne både indvendig og udvendig.
- Smør marmelade, Nutella eller lignende omkring munden som barnet slikker af.
- Spis lakridssnørrebånd med hænderne på ryggen
- Saml rosiner eller lignende op fra bordet med læberne.

