



# Dračí oromotorika



Pracovní list k procvičení oromotoriky- motoriky jazyka a rtů.

Potřeby: Vytisknutý pracovní list

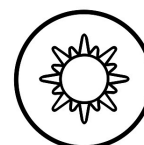
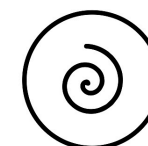
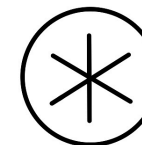
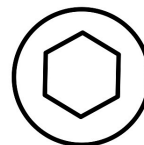
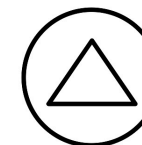
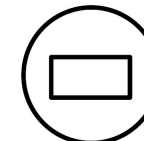
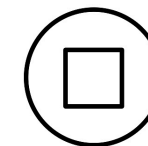
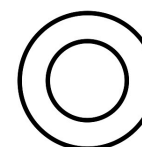
Pastelky

Kostka se stejnými znaky jako jsou na cedulkách, nebo vytisknuté a vystříhané žetonky.->

Úkolem dítěte je hodit kostkou nebo vytáhnout žetonek a najít na velkém obrázku cedulku se stejným obrázkem. Podle dráčka nebo obrázku který je u cedulky zacvičit cvičení.

Nakonec může dítě dráčka, cedulku či obrázek vybarvit.

Tip: Nechte děti kreslit cestičku ,mezi stromy, od cedulky k cedulce. Potrénujete tak koordinaci oko-ruka, grafomotoriku a orientaci na ploše.



Cvičení: **Kruh:** Jazykem vytlačujeme bouli do tváře. Jazyk by měl být ve středu tváře. Pro intenzivnější cvičení tlačíme prstem přes tvář proti jazyku.

Cvičení opakujeme třikrát na každou stranu.

**Čtverec:** Nic. Cvičení podle vlastního výběru.

**Obdélník:** Nic. Cvičení dle fantazie dítěte. Dospělý opakuje grimasu či pohyb podle dítěte.

**Trojúhelník:** Špičkou jazyka olizujeme horní ret od koutku ke koutku. Jazyk je dlouhý a špičatý. Brada se nehýbá a zuby jsou viditelné.

**Srdíčko:** Široce se usmějeme. Zkoušíme se střídavě usmívat se schovanými a s ukázanými zuby. Cvičení opakujeme pětkrát.

**Šestiúhelník:** Zkusíme zahoukat jako sova. Soustředíme se na to, aby pusinka byla stažená do malého kroužku. Opakujeme pětkrát.

**Vločka:** Nadechujeme se nosem do břicha. Bříško se nafukuje jako balónek. Při výdechu se zpátky zplošťuje. Trénujeme dýchání do břicha. Ústa jsou zavřená a jazyk v klidové poloze za horními zuby. Pokud se to nedaří, zkusíme nádech do břicha v leže.

**Spirála:** Zkoušíme nafukovat tváře a po té vyfouknout všechn vzduch našpulenou pusou. Nadechujeme se nosem. Ústa jsou při nádechu semknutá do malého pevného kroužku. Při výdechu jsou ústa ve tvaru malého kroužku. Výdech je co nejdelší a plynulý.

**Sluníčko:** Špičkou jazyka olizujeme rty kolem dokola(kulatý střed květiny). Olizujeme pouze červenou část rtů. Pohyb je pomalý a plynulý. Brada se nehýbá, ústa jsou uvolněná a zuby viditelné. Pohyb opakujeme třikrát na každou stranu.

**Tip:** Cvičení provádějte před zrcadlem tak, aby dítě mělo dostatečnou zrakovou oporu. Cvičte společně s dítětem. Dítě potřebuje vzor a motivaci.