

Exercícios de preparação para a fala

Exercícios de preparação para a fala:

Exercícios da Língua

- Estendê-la o mais possível para fora da boca.
- Levar a sua ponta até aos incisivos superiores.
- Adelgaçá-la, fazendo-a sair por uma estreita abertura dos lábios.
- Elevar a sua parte média.
- Fazer vibrar a sua ponta.
- Arqueá-la para cima e para baixo.
- Movimentar a sua ponta da direita para a esquerda e vice-versa, rapidamente, dentro e fora da boca.
- Girá-la fora da boca.
- Estendê-la em todo o seu comprimento.
- Dobrá-la e desdobrá-la com força.
- Enrolá-la como um caracol.

Exercícios dos Lábios

- Fazê-los vibrar, imitando o automóvel.
- Aproximar e afastar os ângulos da boca.
- Estender o lábio superior até roçar o nariz.
- Prender o lábio superior com os dentes, como se estivesse mordendo. Repetir o movimento com o lábio inferior.
- Com o auxílio do polegar e indicador juntar e esticar os lábios.
- Massajá-los.
- Encher a boca de ar até que haja pressão sobre os lábios, que devem opor resistência.
- Soprar.

Exercícios de Mandíbula

- Abrir e fechar a boca rapidamente.
- Abrir a boca devagar e fechá-la rapidamente.
- Abrir a boca rápido e fechá-la devagar.
- Mover a mandíbula da direita para a esquerda, ligeiro e devagar.

Exercícios do Palato

- Levantar e baixar com força a base da língua.
 - Imitar o som da campainha.
 - Escarrar.
 - Tossir.
 - Bocejar.
 - Gargarejar.
 - Imitar o trotar do cavalo.
-