

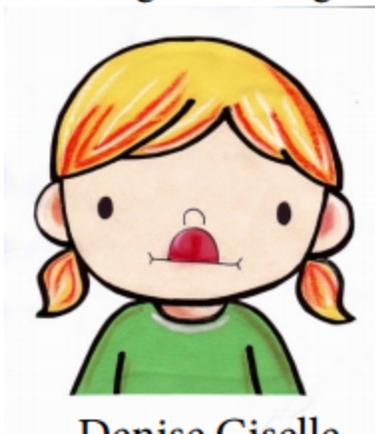
PROGRAMA DE EJERCICIOS BÁSICOS BUCOFACIALES



Diana
Villegas Pontigo



Citlali Anahi
Ballinas Palacios



Denise Giselle
de Los Santos Rojas



Jordana Amarantha
Vázquez Espinoza

ACTIVIDAD 1: ¡IMITAME!

Objetivos específicos:

1. Estimular la movilidad de los órganos bucofaciales.
2. Potenciar la relajación de la cara y órganos bucofaciales.
3. Desarrollar la motricidad fina que afecta a los órganos de la articulación.
4. Afianzar la movilidad, elasticidad y tonicidad lingual.
5. Adquirir el control tónico y fuerza lingual.
6. Adquirir un buen dominio y flexibilidad de la lengua.
7. Ejercitar la presión, elasticidad, y relajación labial.
8. Potenciar la movilidad, presión, elasticidad y separación labial.
9. Conseguir la máxima, media y mínima amplitud mandibular.
10. Vivenciar la movilidad y la inmovilidad de las respectivas mandíbulas.

Materiales: Espejo y tarjetas con dibujos.

Desarrollo de la actividad: La maestra se pondrá frente a los niños y les dirá que se fijen en su cara y que imiten lo que ella va haciendo. Posteriormente la maestra realizará algunos de los ejercicios propuestos a continuación para trabajar y fortalecer la lengua, la mandíbula, los labios y el paladar. También puede realizar el ejercicio frente al espejo para que ellos se vean también y sepan lo que están haciendo. Si es necesario se ayudará de tarjetas con dibujos para que los niños sepan exactamente lo que hay que hacer.

Ejercicios con la linguales

- Lengua en forma de tubito con aire (forma de “U” o “taquito”) (3 REPETICIONES)
- Tocar con la punta de la lengua el paladar (3 REPETICIONES)
- Lengua arriba y abajo (3 REPETICIONES)
- Sacar y meter la lengua de la boca a distintos ritmos, para favorecer la movilidad y elasticidad de la misma (3 REPETICIONES)
- Tocar los labios con la lengua mediante movimientos verticales (3 REPETICIONES)
- Movimientos giratorios de la lengua en el interior de la boca (3 REPETICIONES)
- Vibrar la lengua entre los labios (3 REPETICIONES)
- Realizar movimientos de la lengua alrededor de los labios (3 REPETICIONES)
- Hacer fuerza con la lengua sobre ambas mejillas (3 REPETICIONES)
- Poner la lengua ancha tocando las comisuras de los labios (3 REPETICIONES)
- Intentar tocar la nariz y la mandíbula con la lengua (3 REPETICIONES)
- Doblar la lengua en sentido horizontal, formando un canal con la misma entre los labios (3 REPETICIONES)
- Realizar el trote del caballo (3 REPETICIONES)
- Morder la lengua primero doblada hacia arriba y después doblada hacia abajo (3 REPETICIONES)
- Poner la lengua ancha tocando ambas comisuras (3 REPETICIONES)

EJERCICIOS LABIALES

- Inflar y desinflar las mejillas al hacer presión con los dedos para potenciar la explosión de los labios (3 REPETICIONES)
- Sonreír sin abrir la boca (3 REPETICIONES)
- Sonreír con la boca abierta (3 REPETICIONES)
- Sonreír y producir las vocales /i/, /a/ (3 REPETICIONES)
- Sostener el bolígrafo, lápiz, popote... con el labio superior a modo de bigote (3 REPETICIONES)
- Lanzar “besitos” (3 REPETICIONES)
- Mover los labios hacia la derecha y hacia la izquierda (3 REPETICIONES)
- Abrir y cerrar la boca como si se bostezara (3 REPETICIONES)
- Dientes ocultos (Apretar los labios para que no se vean los dientes) (3 REPETICIONES)
- Silbar (3 REPETICIONES)
- Labio superior tapado. (3 REPETICIONES)
- Boca Triste. (3 REPETICIONES)
- Apretar y cerrar los labios. (3 REPETICIONES)

EJERCICIOS MANDIBULARES

- Bostezar (3 REPETICIONES)
- Mover la mandíbula hacia los dos lados. (3 REPETICIONES)
- Abrir y cerrar la boca rápidamente/lentamente. (3 REPETICIONES)
- Hacer como si masticáramos un gran chicle. (3 REPETICIONES)
- Hacer la mandíbula hacia atrás (3 REPETICIONES)
- Hacer la mandíbula hacia adelante (TRES REPETICIONES)

EJERCICIOS PALATALES

- Pronunciar el fonema /k/ varias veces seguidas
- Toser
- Emitir ronquidos
- Articular las vocales /i/u /o/e/a/

ACTIVIDAD 2: “EI BAÚL DE LOS CUENTOS”

Objetivos específicos:

1. Estimular la movilidad de los órganos buco-fono-articulatorios, especialmente la lengua.
2. Potenciar la relajación de la cara y órganos bucofonatorios.

Materiales: Marioneta si no se quiere utilizar el dedo.

Desarrollo de la actividad: La maestra contará un cuento en clase en el que se trabaja y se fortalecen los órganos bucofonoarticulatorios, concretamente el órgano de la lengua. Se trata de hacer ejercicios y movimientos con la lengua mientras la maestra va contando el cuento. En este caso se utiliza el dedo pero también se pueden utilizar marionetas para hacer el gusano o lo que la maestra crea conveniente.

“EL CUENTO DEL GUSANITO”

La, la, la, la, lalaralalala...(melodía). Ésta es la historia de un gusanito que quería jugar con la Señora Lengua. La, la, la, la, lalaralalala (el gusanito va subiendo por el brazo hasta el codo), “adiós codito” dijo el gusanito. La, la, la, la, lalaralalala (el gusanito va subiendo por el brazo hasta el hombro), “adiós hombrito” dijo el gusanito. La, la, la, la, lalaralalala, y cuando llegó a la cabeza quiso ir a visitar a la Señora Lengua.

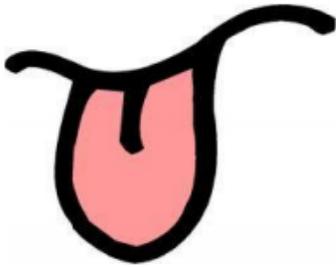
Bajó por el ascensor (por la nariz), tocó el timbre (din don en la nariz) y se escondió detrás de una oreja. La Señora Lengua abrió la puerta (se abre la boca), miró para adelante (sacamos la lengua), miró para arriba (sacamos la lengua hacia arriba), miró para abajo (sacamos la lengua hacia abajo), miró hacia un lado y miró hacia el otro (sacamos la lengua hacia los lados); y como no vio a nadie, cerró la puerta (cerramos la boca).

El gusano muy contento, sonreía gritando: “¡No me vio, no me vio, no me vio! Le voy a tocar al timbre de nuevo”. *Din don*, y se escondió detrás de la otra oreja. La Señora lengua abrió la puerta (abrimos la boca), miró para adelante (sacamos la lengua), miró para arriba (sacamos la lengua hacia arriba), miró para abajo (sacamos la lengua hacia abajo), miró hacia un lado y miró hacia el otro (sacamos la lengua hacia ambos lados); y como no vio a nadie, cerró la puerta (cerramos la boca).

El gusanito muy contento sonreía gritando: “¡No me vio, no me vio, no me vio! Le voy a tocar el timbre de nuevo”. *Din don*, y se escondió debajo de la cola. La Señora lengua abrió la puerta con mucha fuerza porque estaba muy enfadada (abrimos la boca). Miró para



adelante, miró para arriba, miró para abajo, miró hacia un lado y miró hacia el otro; y como no vio a nadie cerró la puerta con mucha fuerza (cerramos la boca).



El gusanito otra vez muy contento y sonriente dijo: “¡No me vio, no me vio, no me vio!”, y justo en ese momento la Señora Lengua abrió la puerta (abrimos la boca) y al ver al gusanito le dijo: blblblblblbl (moviendo la lengua). El gusanito asustado le contestó: “Ay Señora Lengua, yo quería jugar con usted nada más”.

Y como la Señora Lengua era muy buena le dijo que cuando él quiera puede ir a su casa a jugar. Le dio un besito (damos un beso con los labios) y cerró la puerta (cerramos la boca suavemente), pero ya no con fuerza porque ya no estaba enfadada. El gusanito se fue muy contento, se fue por el ascensor y se fue cantando... La, la, la, la, lalaralalala...

“EL PAYASO RISITAS”

Había una vez un payaso que no sabía reír y además cuando salía en el circo tampoco hacía gracia a los niños que iban a verlo.

El payaso estaba muy triste (Poner cara triste, apretando labios suavemente y entornando los ojos). Pero un día cuando estaba medio dormido y pensando qué hacer para no estar triste y hacer reír a los demás, apareció su hada madrina, y le preguntó:

- ¿Qué te pasa?.

- Pues que cuando salgo al circo y hago la función, nadie se ríe. Vamos, no me río ni yo. Mira no se me mueve ninguna parte de mi cara, ni puedo levantar ni brazos ni pies, de triste que estoy.

- Bueno esto se va a solucionar muy pronto.

Entonces, sacó su varita mágica, y dijo unas palabras:

- Pata tááá pata tííí todo el mundo a reír. (Repetir).

- ¿Ya está?, preguntó el payaso.

- Ya está,- le contestó -; en la próxima función, lo veremos.

Pero antes tengo que comprobar si tienes preparado la cara y todo el cuerpo para hacer reír a la gente. Tienes que moverlo todo, y entonces seguro que harás reír a todos y tú también te reirás y estarás alegre. Yo te acompañaré. (Los niños acompañan todos los movimientos para ayudar al payaso).

Y así lo hizo:

Empezó a mover los ojos, abriendo y cerrando los dos a la vez, uno y otro alternando. Luego continuó con los labios, haciendo ruido de motor, juntándolos y separándolos sin hacer sonidos y después de tres repeticiones hacer ruido de motor, después de tres repeticiones se cierra la boca y apretando los labios se hace una gran sonrisa.

El payaso, cada vez se iba poniendo más contento, porque cada vez movía más y mejor las partes de la cara.

Siguió con la lengua (moviéndola de un lado para otro, de arriba a abajo, intentando tocar la nariz, dentro y fuera, paseándola por los dientes, rápido y lento).

Después hizo como si fuese a inflar un globo (tomaba aire por la nariz y soplaba suave por la boca, después más fuerte para inflarlo mejor, incluso soplaba tres veces seguidas). Todo iba saliendo muy bien y seguía más animado.

Cuando el payaso vio que todo le había salido estupendamente sonrió y le dio las gracias a su hada madrina, y se despidió de ella:

- ¡Adióóóóóóó, adiódóóóóó, muchas gracias!

Entonces el payaso actuó al día siguiente y mucho más días, y todos reían con las cosas que hacía (jajaja ja, jejejeje, jijijiji, jojojojojo, jujujuju)

Nunca más estuvo triste, y siempre estaba alegre y riendo. Desde entonces le llamaban el payaso risitas. Por eso siempre debemos intentar estar alegres y contentos, para que los demás también lo estén.

Colorin, colorado.



“LOS CUENTOS DE LA SEÑORA LENGUA”

Érase una vez una famosa y divertida jovencita, a la que todos llamaban “La señora lengua”, esta chica era muy divertida, siempre estaba alegre y preparada para vivir muchas aventuras..

-¿Quiéren descubrir conmigo las aventuras de “la señora lengua”?

LA SEÑORA LENGUA SALE DE PASEO:

La señora lengua vive dentro de la boca con sus amigos

los dientes. La señora lengua quiere salir hoy de paseo. Primero abre la puerta para observar el tiempo que hace fuera (sacar la lengua).

Mira hacia el cielo para ver si llueve (lengua fuera con la punta doblada hacia arriba).

Mira hacia el suelo para ver si hay charcos y tiene que volver a casa a ponerse las botas (lengua apuntando hacia el suelo).

Como ha visto algunos, entra de nuevo en su casa (la lengua se retira y se cierra la boca).

Por fin sale a la calle, primero mira hacia un lado a fin de asegurarse de que no vienen coches (la lengua apunta lo más posible a la derecha).

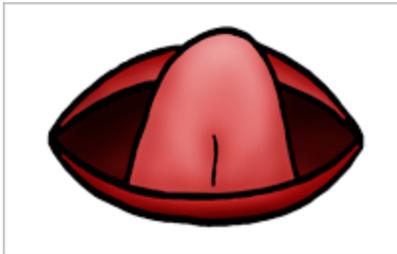
Mira después hacia el otro con la misma finalidad (la lengua apunta lo más posible a la izquierda).

A continuación cruza la calle vigilando sin parar a izquierda y derecha para comprobar que no corre peligro (la lengua se desplaza de izquierda a derecha y viceversa varias veces).

Después del paseo, ya cansada, vuelve a casa a dormir (la lengua se mete en la boca y reposa bien apoyada tras los incisivos inferiores).

LA SEÑORA LENGUA VA AL PARQUE:

¡ Qué día tan bueno hace hoy! . La señora lengua ha decidido ir al parque a saltar a la cuerda.

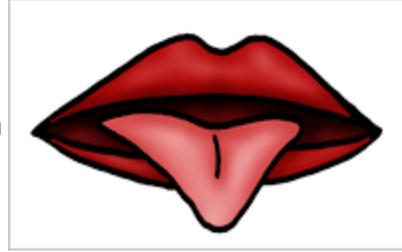


Allí se encuentra con sus amigos a los que saluda (la lengua sale de la boca y sube y baja la punta).

Después se pone a saltar a la cuerda (sale y entra de la boca con movimientos rítmicos sin que estén separados los labios).

LA SEÑORA LENGUA NO SALE PORQUE HACE FRÍO:

Hoy hace mucho frío hoy la señora lengua se asoma un poquito para averiguar qué tiempo hace. (se saca un poco la punta de la lengua entre los labios) .



Como la temperatura es muy baja cierra la puerta rápidamente.

Después vuelve a asomarse y se pone a temblar (se saca la punta de la lengua y se hace una vibración conjunta de lengua y labios).

LA SEÑORA LENGUA VA AL CIRCO:

La señora lengua va al circo y aprende a hacer malabarismos.

Uno de ellos consiste en permanecer en posición recta sin moverse unos segundos (la lengua sale lentamente, se estira lo más posible, se mantiene unos momentos quieta, sin vacilar, y regresa a la boca despacio, sin tocar los dientes).

¡Bravo, es una artista, lo ha conseguido!

¡Y ahora más difícil todavía!, La señora lengua quiere tocar la nariz (sale, levanta la punta hacia arriba para intentar tocar la nariz).

¡Otra proeza!, Ahora quiere tocar la barbilla (se dobla y estira, quiere tocar la barbilla).

¡ Lo ha conseguido!, Se merece un aplauso.

LA SEÑORA LENGUA SALUDA A SUS VECINOS, LOS DIENTES:

Los dientes son buenos amigos de la señora lengua , por eso ella, de vez en cuando, visita personalmente a cada uno de ellos.

Primero va a saludar a los del piso de arriba (con la punta de la lengua va tocando uno a uno los dientes de arriba).

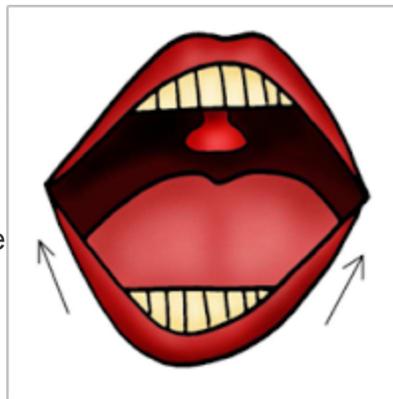
Al día siguiente visita a los del piso de abajo (repiten la acción sobre los dientes de abajo).



LA SEÑORA LENGUA VA AL GIMNASIO:

La señora lengua se ha apuntado al gimnasio para ponerse en forma.

Lo primero que hace es doblarse (con ayuda de los dientes se pliega la lengua hacia arriba y hacia dentro de la boca. Guarda esta postura unos segundos. Después sale disparada hacia fuera).



También se dobla hacia abajo (se coloca la punta de la lengua hacia abajo detrás de los dientes de abajo, doblada y aguantada con los dientes de arriba).

Finalmente la señora lengua practica el ejercicio más difícil (se dobla por la mitad en sentido longitudinal haciendo un pequeño canal).

LA SEÑORA LENGUA LIMPIA LA CASA:

La señora lengua es muy limpia. Vamos a ver como limpia su casa.

A) Limpia las telarañas del techo : Pasa la lengua por el paladar con movimientos de delante hacia atrás, transversales y de rotación.

B) Limpia las telarañas del porche : Pasa la lengua por todo el espacio que queda entre los labios y los dientes de arriba y de abajo y en todas las direcciones.

C) Quita el polvo de las paredes : toca el interior de las mejillas.

D) Barre el suelo de la casa : Pasea la punta de la lengua por el suelo de la boca en todas direcciones.

E) Limpia las fachada : Roza con la punta de la lengua el labio superior, exteriormente y en las dos direcciones.

F) Limpia la acera : Lo mismo que el anterior pero por el labio inferior.

G) Sacude la alfombra : Saca la lengua y la mueven energicamente hacia arriba y hacia abajo.



La lengua ha limpiado mucho. Y ahora ¿ Quién limpia a ella ? .

Los dientes se encargan de ello (saca la lengua y la aprisiona con los labios, hace lo mismo con los dientes mientras la retrae despacio).

“EL CEPILLO MÁGICO”

Había una vez un niño que nunca se lavaba los dientes. Cuando comía chocolate, o cuando tomaba los batidos, o comía huevos con patatas o cualquier otra comida (abrir y cerrar la boca como si estuviéramos comiendo) se le quedaban los dientes, la lengua y las encías muy sucios.

En el colegio no lo podían ni mirar cuando abría la boca, porque se veían todos los dientes muy sucios (Se le puede decir a los niños, que abran la boca para ver los dientes), y todos los niños se reían de él.

Entonces un día iba andando por la calle, y alguien le dijo:

- Hola, hola.

El niño miró para todos lados pero no veía, quien le hablaba. Pero miró hacia arriba, y en la rama de un árbol, había un pajarito que tenía en el pico un cepillo de dientes.

El pajarito, le dijo:

- Mira, con este cepillo, te podrás cepillar los dientes, y serán los dientes más blancos de todos los que veas porque cada vez que te limpies será un cepillo mágico. Pero para eso, te tendrás que cepillar después de cada comida y comer muy pocas chucherías.

El pajarito le dijo, como se tenía que limpiar los dientes:

Primero, pones pasta de dientes en el cepillo y te los cepillas de arriba abajo y de abajo a arriba, durante un rato (abrir y alargar los labios, y hacer como sí estuviéramos, cepillándonos los dientes). Después te cepillas la lengua (sacar la lengua mucho y hacer como sí la estuviéramos cepillando, para un lado y para otro).

Y siguió diciéndole:

- Ahora hay que enjuagarse. Bebe un poquito de agua y la dejas en la boca. (Inflar las mejillas, y mover los labios de un lado para otro como si estuviéramos enjuagando la boca).

- Una vez que la tienes limpia, hay que mirarse en el espejo, con la boca abierta, para ver esos dientes, encías y lengua tan limpios (abrir la boca alargando los labios, poner los dientes de arriba en el labio inferior y los de abajo en el superior alternativamente, después abrirla aún más sacando la lengua y moviéndola de un lado para otro y de arriba - abajo, abajo - arriba o pasándola por los labios y diente).

Y por último, respira y echa el aliento por la boca y verás qué frescor mas bueno (inspirar por la nariz y echar el aire por la boca, varias veces).

El pajarito se fue, y el niño desde entonces estaba contento porque tenía la boca limpia y fresca, y ya siempre se lavó los dientes después de cada comida. Además comía pocas chucherías.

En el colegio era el que tenía los dientes más blancos y limpios. Él le explicó a todos sus amigos y amigas cómo lo hacía.

Todos los niños y niñas también lo hicieron, y siempre tenían los dientes limpios y blancos.

Por eso para tener siempre limpios los dientes y las encías, tienes que cepillarlos todos los días y comer muy pocas chucherías.

Colorín, colorado,....



hagamos ejercicios, éste es el inicio fluuuu, fluuuu (soplar inflando las mejillas) un globo soplaré

flu flu flu (soplar inflando las mejillas) ayúdame esta vez

flu flu flu (soplar inflando las mejillas), lara lara lara lá

ejercicios con la lengua lara lara lara lá

hagamos competencias lara lara lara lá

es muy divertido jugar haciendo ruidos,

juguemos con la boca primero a mi me toca

“CANTA A, E, I, O, U”

Yo ya sé decir la a, a a a

porque me enseñó mamá, a a a

canta tú también la a, a a a

como me enseñó mamá: a a.

Y yo sé e e e

y yo sé e e e

y yo sé decir la e: e e

Yo ya sé decir la i, i i i

fácilmente lo aprendí, i i i

canta tú también la i, i i i

te la quiero oír a ti: i i

Ahora yo o o o

ahora yo o o o

yo que sé decir la o: o o

Yo ya sé decir la u, u u u

porque me enseñaste tú, u u u

y ya canto como tú, u u u

canto a e i o u.

Hazlo tú, hazlo tú, canta a e i o u.

Canta: a e i o u.

“LA SALTARINA”

Yo tengo en mi boca una lengua saltarina

que salta que se asoma y saluda a su vecina

salta así: (chasquido de lengua) salta así:

(chasquido de lengua)

otra vez (chasquido de lengua) salta así (chasquido de lengua)

Mi amiga algunas veces es algo copuchenta

sale de la boca y después comenta.

Sale así: (sacar la lengua la lengua)

sale así (sacar la lengua), más afuera (sacar la lengua por completo), por ahí.

Le gusta visitar a su amiga la nariz,

ella sale y luego sube y conversan de París.

sale y sube así: (la lengua sale y luego se eleva hacia la nariz)

sale y sube así: (la lengua sale y luego se eleva hacia la nariz)

sale y sube así: (la lengua sale y luego se eleva hacia la nariz)

¡Oye lengua no exageres que me mojas la nariz!

“LENGUA REVOLTOSA”

Tengo una lengua revoltosa con la que juego a cualquier cosa a veces piensa que ella galopa cuando su punta el techo topa

oye cómo hace esta lengua loca (sonido de trote de caballo)

cuando su punta el techo topa (sonido de trote de caballo)

oye cómo hace esta lengua loca (sonido de trote de caballo)

cuando su punta el techo topa

tengo una lengua revoltosa con la que juego a cualquier cosa a veces piensa que es un motor se sube y la soplo con mucho vigor

oye cómo hace mi lengua un motor (hacer sonido de motor)

se sube y la soplo con mucho vigor (hacer sonido de motor)

oye cómo hace mi lengua un motor (hacer sonido de motor)

se sube y la soplo con mucho vigor (hacer sonido de motor)

tengo una lengua revoltosa con la que juego a cualquier cosa en helicóptero sabe volar si yo la dejo revolotear,

oye la forma en que puede sonar (sacar y meter la lengua emitiendo sonidos al soplar)

si en helicóptero quiere volar (sacar y meter la lengua emitiendo sonidos al soplar)

oye la forma en que puede sonar (sacar y meter la lengua emitiendo sonidos al soplar)

si en helicóptero quiere volar

tengo una lengua revoltosa con la que juego a cualquier cosa, cuando termina de jugar deja en silencio todo el lugar

ACTIVIDAD 4: “RETOS BUCOFACIALES”

Objetivos específicos:

1. Estimular la movilidad de los órganos bucofaciales.
2. Potenciar la relajación de la cara y órganos bucofaciales.
3. Desarrollar la motricidad fina que afecta a los órganos de la articulación.
4. Afianzar la movilidad, elasticidad y tonicidad lingual.
5. Adquirir el control tónico y fuerza lingual.
6. Adquirir un buen dominio y flexibilidad de la lengua.
7. Ejercitar la presión, elasticidad, y relajación labial.
8. Potenciar la movilidad, presión, elasticidad y separación labial.
9. Conseguir la máxima, media y mínima amplitud mandibular.
10. Vivenciar la movilidad y la inmovilidad de las respectivas mandíbulas.

Materiales: Espejo, vasitos pequeños desechables (para mermelada), servilletas, chicles, dulce en polvo, velitas, cerillos, mermelada, espantasuegras, silbatitos de a peso, vasos desechables (2 x persona), popotes, agua, jugo o agua de sabor, botones medianos, hilo resistente, cucharas desechables, cereal

Desarrollo de la actividad: La maestra se pondrá frente a los niños y les dirá que se fijen en su cara y que imiten lo que ella va haciendo. Posteriormente la maestra realizará algunos de los ejercicios propuestos a continuación para trabajar y fortalecer la lengua, la mandíbula, los labios, el paladar y músculos de la cara, todos ellos frente al espejo. Es muy importante que esta actividad se haga de una manera lúdica, pues en todas nuestras actividades nuestros objetivos principales son: LA IMITACION Y EL INTERES DEL NIÑO.

1. Caminitos en un plato: Ponemos un poco de cereal de aritos en un plato. El niño deberá recoger el caminito usando para ello los labios, sin meter dientes; sólo se usará la presión de los labios. No podrá utilizar las manos.
2. Nos limpiamos las muelas: ponemos un poco de caramelo o mermelada en las muelas, primero en un lado después en el otro. El niño debe limpiarlo con su lengua.
3. Ponemos mermelada alrededor de los labios y debe lamerse hasta limpiarlo.
4. Dulce de polvo: ponemos sobre un plato polvito de dulce para que se pegue a los labios con facilidad. Después que se pegue el dulce en los labios deberá quitarlo con la lengua.
5. ¿Cuánta fuerza tienes?: Colocamos una cuchara o un platito a los lados de la lengua y le pedimos que empuje mientras nosotros hacemos presión para el lado contrario.
6. Cuchara en equilibrio: le pediremos al niño que sostenga con la lengua una cucharilla. La colocamos en posición horizontal, atravesada.

7. Nos convertiremos en serpientes y moveremos todo lo rápido que podamos la lengua de un lado a otro de la boca y de arriba hacia abajo.
8. Nos convertimos en sapos y sacamos y metemos la lengua, con los labios lo más juntos posible, todo lo rápido que podamos.
9. Brujas: Ahora vamos a ser brujas con los dientes picados. Ponemos mermelada en los dientes (tanto por delante como por detrás) y el niño deberá frotarlos con la lengua.
10. Lagartos: los lagartos se frotan el cielo de la boca. Nosotros vamos a hacer lo mismo que hacen ellos. Podemos poner en el velo del paladar mermelada para que lo lama.
11. Bombas. Con el chicle, intentaremos hacer bombas. Esto requiere que tengamos fuerza en la lengua.
12. Globos: le daremos globos para que los infle. Podemos ponerle un tiempo y decirle que vamos a hacer una competición para ver quién infla más globos en un minuto de tiempo. Podemos cronometrar para ver quién tarda menos en inflar 5 globos, por ejemplo.
13. Pedimos que llene la boca de aire y que lo aguante dentro. Cuando sea capaz de hacerlo le apretamos en las mejillas de modo que tenga que hacer más fuerza con los labios para mantener el aire dentro.
14. Pasamos agua: tomamos dos vasos. A uno le ponemos agua y un popote. Le pedimos al alumno que beba el agua del vaso, la mantenga en el y la pase al otro vaso
15. Gárgaras: beberemos un poco de agua y haremos gárgaras. De esta forma estimulamos la zona de atrás de la garganta (velo-faríngea). Esta actividad también disminuye la tensión que podamos acumular en esta zona.

ACTIVIDAD 5: “MI CARPETA MÁGICA”

JUEGOS E IMÁGENES BUCOFACIALES

Objetivos específicos:

1. Estimular la movilidad de los órganos bucofaciales.
2. Potenciar la relajación de la cara y órganos bucofaciales.
3. Desarrollar la motricidad fina que afecta a los órganos de la articulación.
4. Afianzar la movilidad, elasticidad y tonicidad lingual.
5. Adquirir el control tónico y fuerza lingual.
6. Adquirir un buen dominio y flexibilidad de la lengua.
7. Ejercitar la presión, elasticidad, y relajación labial.
8. Potenciar la movilidad, presión, elasticidad y separación labial.
9. Conseguir la máxima, media y mínima amplitud mandibular.

10. Vivenciar la movilidad y la inmovilidad de las respectivas mandíbulas.

Materiales: Espejo y “Mi Carpeta Mágica” juegos e imágenes bucofaciales.

Desarrollo de la actividad: La maestra se pondrá frente a los niños y les dirá que se fijen en su cara y que imiten lo que ella va haciendo. Posteriormente la maestra realizará algunos de los ejercicios propuestos a continuación para trabajar y fortalecer los órganos bucofaciales, frente al espejo para que ellos se vean también y sepan lo que están haciendo. Al finalizar la carpeta puede realizar los juegos que se encuentran en ella o en su defecto si el niño/a así lo quiere realizar estos únicamente, esto con el fin de crear un ambiente lúdico y ameno, respetando siempre uno de nuestros objetivos principales “EL INTERÉS DEL NIÑO”.

ACTIVIDAD 6: “MI ESTUCHE DE BUCOLENGUALES”

Objetivos específicos:

1. Estimular la movilidad de los órganos bucofaciales.
2. Potenciar la relajación de la cara y órganos bucofaciales.
3. Desarrollar la motricidad fina que afecta a los órganos de la articulación.
4. Afianzar la movilidad, elasticidad y tonicidad lingual.
5. Adquirir el control tónico y fuerza lingual.
6. Adquirir un buen dominio y flexibilidad de la lengua.
7. Ejercitar la presión, elasticidad, y relajación labial.
8. Potenciar la movilidad, presión, elasticidad y separación labial.
9. Conseguir la máxima, media y mínima amplitud mandibular.
10. Vivenciar la movilidad y la inmovilidad de las respectivas mandíbulas.

Materiales: Espejo, vasitos pequeños desechables (para mermelada), servilletas, chicles, dulce en polvo, velitas, cerillos, mermelada, espantasuegras, silbatitos de a peso, vasos desechables (2 x persona), popotes, agua, jugo o agua de sabor, botones medianos, hilo resistente, cucharas desechables y “Mi estuche de bucolenguales”

Desarrollo de la actividad: La maestra se pondrá frente a los niños y les dirá que se fijen en su cara y que imiten lo que ella va haciendo. Posteriormente la maestra realizará algunos de los ejercicios propuestos a continuación para trabajar y fortalecer los órganos bucofaciales frente al espejo para que ellos se vean también y sepan lo que están haciendo.