

# Die Mundmotorik fördern

Wer Laute deutlich aussprechen möchte, braucht eine ganze Reihe von Muskeln.

Lippen, Wangen, Zunge und Gaumen müssen richtig zusammenarbeiten.

Folgende Übungen und Spiele helfen dabei, den Mundraum besser spüren und Lippen und Zunge geschickter bewegen zu können.



## Lippenbeweglichkeit

- Grimassen schneiden: Lippen breit ziehen, Lippen spitzen
- mit der Zunge die Lippen ablecken, Marmelade von den Lippen lecken
- Lippen mit Lippenstift anmalen, verschiedene Kussmünder auf Papier stempeln
- Schmatzgeräusche mit den Lippen ausprobieren
- Gummibärchen mit den Lippen aufnehmen
- Stift zwischen Lippe und Nase festhalten
- Salzstange ohne Hände essen
- Wangen aufpusten, die Luft hin und her schieben

## Zungenbeweglichkeit

- schnalzen, Lieder und Rhythmen schnalzen
- Zunge weit herausstrecken und in alle Richtungen strecken
- Zähne putzen mit der Zunge
- mit spitzer Zunge Brause vom Teller nehmen
- Wangen einsaugen (Fischmund)
- Bonbonmund: mit der Zunge von innen gegen die Wangen drücken

## Pusten und Saugen

- Seifenblasen pusten
- Luftschlangen freipusten
- mit einem Strohhalm Luft in einen mit Wasser gefüllten Becher pusten (Blasen blubbern)
- Kerzen aus verschiedenen Entfernungen flackern lassen oder auspusten
- Wattebällchen, Seidenpapierschnipsel, Konfetti über den Tisch pusten
- Wasserfarbkleckse mit dem Strohhalm über ein Blatt Papier pusten
- mit einem dicken Strohhalm trinken
- Papier mit einer Pappröhre ansaugen
- Erbsen mit dem Strohhalm ansaugen, Erbsen transportieren
- Federn durch Pusten in der Luft halten

## Zu guter Letzt:

Achten Sie darauf, dass Ihr Kind richtig kauen kann. Sobald Ihr Kind Zähne hat, sollte es auch harte Dinge essen, wie zum Beispiel Rohkost (Möhren), Obst (Äpfel) oder Körnerbrot mit Rinde. Auch das kräftigt die Mund- und Gesichtsmuskulatur.