



# Průpravné cvičení k nápravě hlásek P B M

## PRŮPRAVNÉ CVIKY PRO TVÁŘE

### 1. BALÓNEK

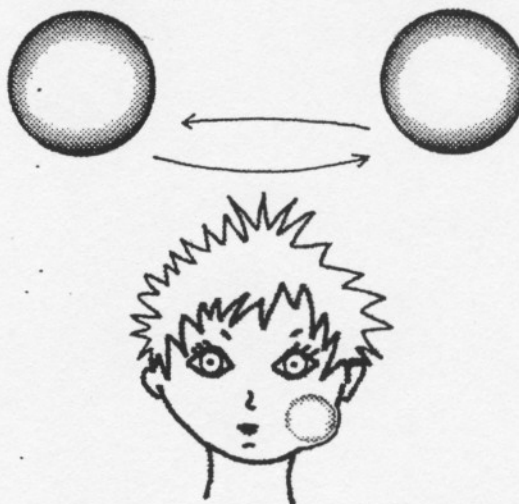


dechová cvičení stimulace nádech nosem,  
výdech ústy

Ústa jsou zavřená, rty pevně sevřené, tváře nafoukneme  
vydechaným proudem vzduchu.

Vzduch v ústech přidržíme na počítání do 5ti  
a posléze prudce rozevřeme rty a vzduch vydechneme.

### 2. KUTÁLENÍ BALONKU

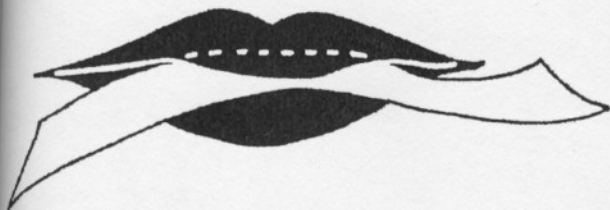


Střídavé protahování tváří

Ústa jsou zavřená. Nádech provedeme nosem.  
Vzduch přidržujeme střídavě v pravé, levé tváři.

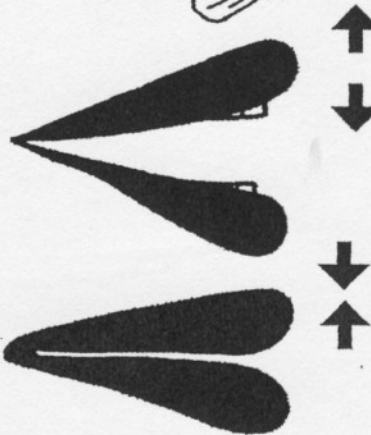
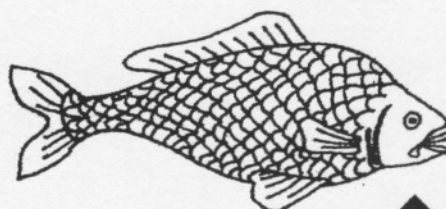
## PRŮPRAVNÉ CVIKY PRO RETNÍ UZÁVĚR

### 4. PTÁČEK



Rty jsou lehce sevřené. Vybídeme dítě,  
aby mezi rty přidrželo proužek papíru.

### 5. KAPR



Cvičení retního uzávěru

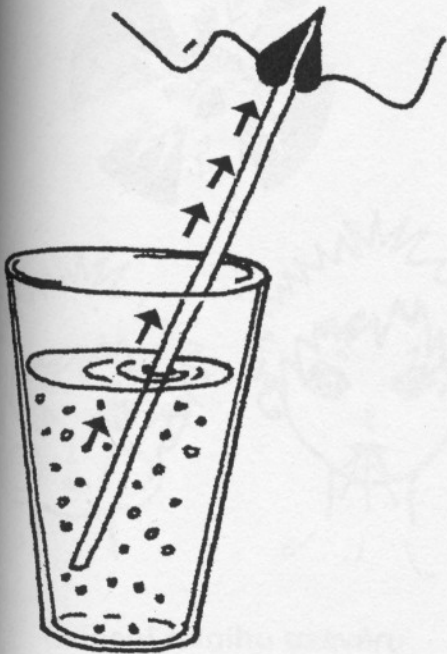
Střídavě zavíráme a otevíráme ústa bez tlaku.



# Průpravné cvičení k nápravě hlásek P B M

PRŮPRAVNÉ CVIKY PRO MĚKKÉ PATRO

## 3. PITÍ BRČKEM



7. ROTORRA

Učební cíl:  
 Při použití ústní dýchací trubky (strávy) vytvořit zvukovou smyčku (rotorru) a udržet ji po dobu 10 sekund.

5. FOUKÁNÍ

Učební cíl:  
 Při foukání do ústní dýchací trubky (strávy) vytvořit zvukovou smyčku (rotorru) a udržet ji po dobu 10 sekund.

6. KAPRČEK

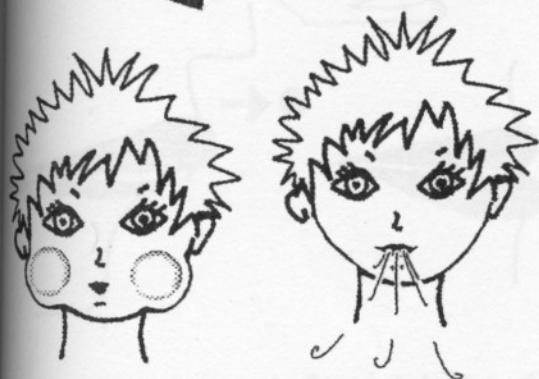
Učební cíl:  
 Při použití ústní dýchací trubky (strávy) vytvořit zvukovou smyčku (rotorru) a udržet ji po dobu 10 sekund.



# Průpravné cvičení k nápravě hlásek P B M

## PRŮPRAVNÉ CVIKY PRO RETNÍ UZÁVĚŘ

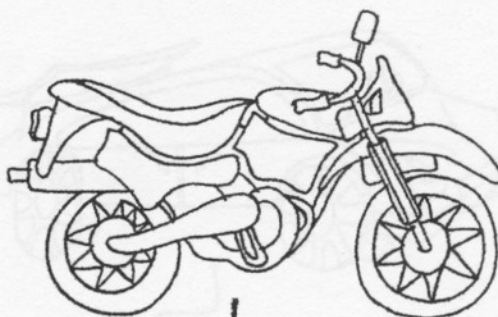
### 6. PRASKLÁ BUBLINA



#### Cvičení retního uzávěru

Rty lehce nafoukneme a posléze s mírným tlakem uvolníme.

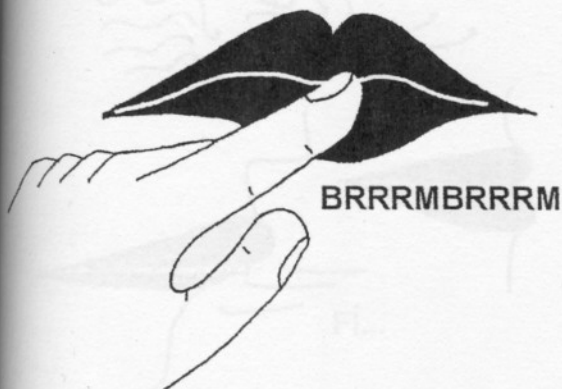
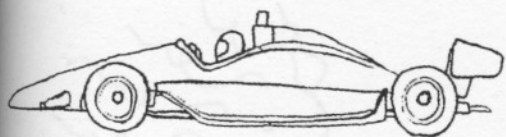
### 7. MOTORKA



#### Uvolnění rtů

Rty jsou lehce spojené. Foukáme vzduch přes rty se snahou o mírné rozkmitání rtů. Napodobujeme zvuk motorky.

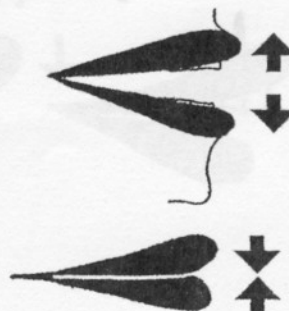
### 8. FORMULE



#### Stimulace rtů

Rty jsou lehce sevřené. Prstem si rty stimulujeme pohybem od horního přes dolní ret. Současně vydáváme zvuk brrrm...

### 9. KARIOKE



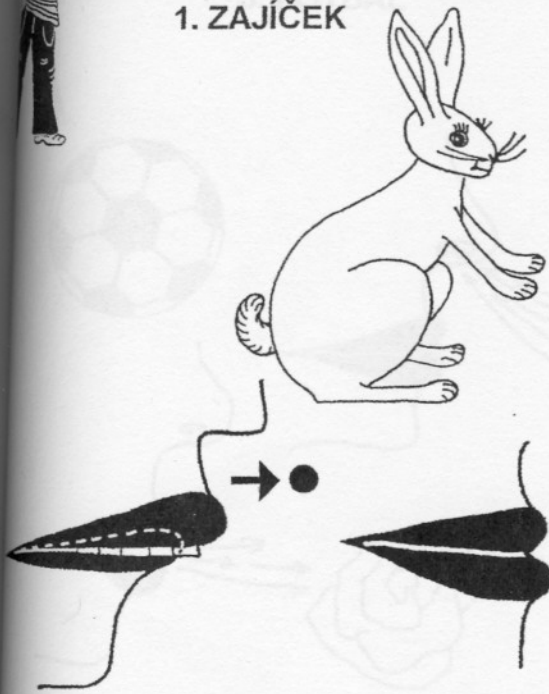
#### Diferenciace pohybu rtů

V rytmickém opakování střídáme napětí svalstva rtů za současného vyslovování slabik např. papapapxbababa...



# Průpravné cvičení k nápravě hlásek V F

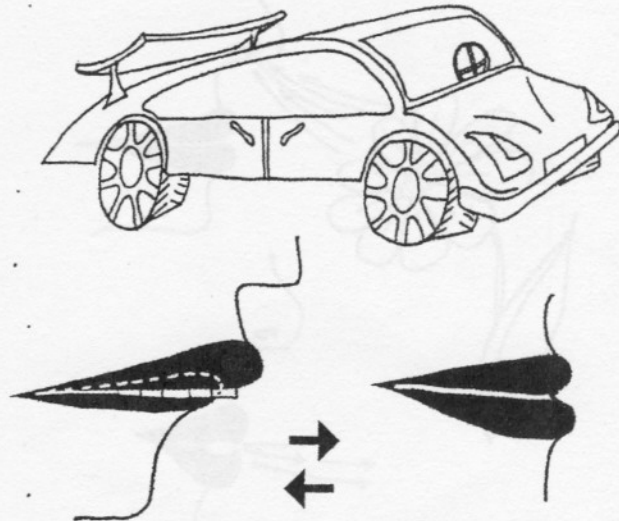
## 1. ZAJÍČEK



Horní zoubky předsunout přes dolní ret s výdrží

Předsuneme lehce horní čelist přes dolní ret s výdrží a opět zasuneme zpět.

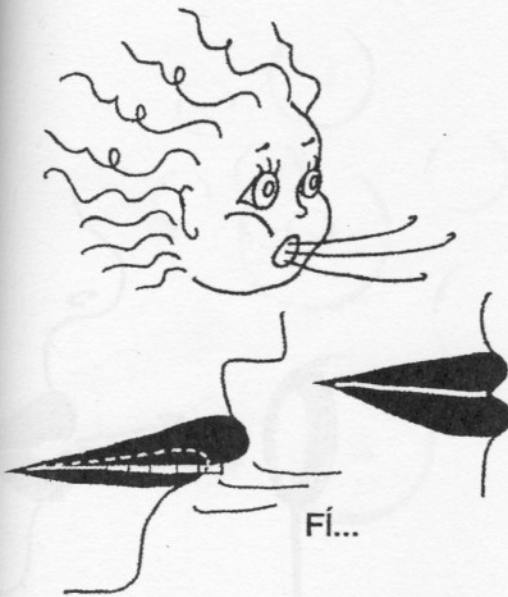
## 2. AUTÍČKO



Procvičení pohyblivosti čelistního úhlu.

Předsuneme lehce horní čelist přes dolní ret a opět zasunujeme zpět - vykonáváme vodorovný pohyb malého rozsahu směrem vpřed a vzad.

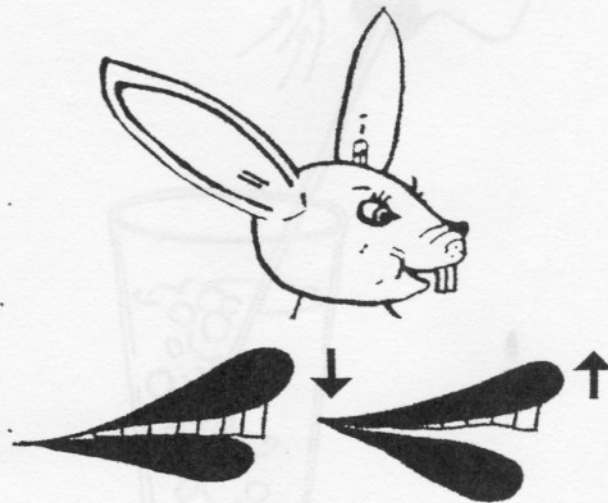
## 3. VĚTRÍK



Horní zoubky přesunujeme v rytmickém opakování přes dolní ret, pohyb doprovázíme zvukem Fí...

Pozn. Před započítím pohybu horních zoubků upozorníme na nutnost nádechu.

## 4. ZAJEČÍ ZOUBKY



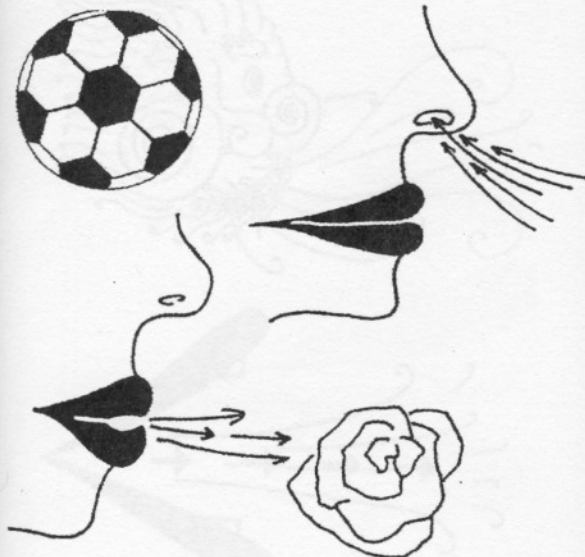
V rytmickém opakování se lehce horními zoubky dotýkáme dolního rtu.

Cvik opakujeme 5x.



# Průpravné cvičení k nápravě hlásek V F

## 5. FOTBAL



dechová cvičení stimulace nádech nosem,  
výdech ústy

Foukáme do papírové kuličky.

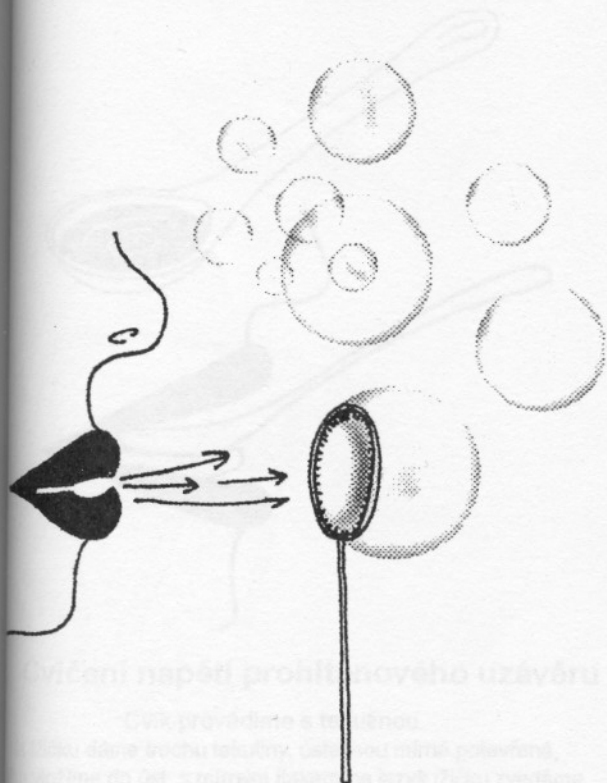
## 6. KYTIČKA



Stimulace nádechu nosem a výdechu ústy

Nádech provedeme nosem (přivoníme si ke kytice),  
pozdolný výdech ústy.

## 7. FOUKÁME DO BUBLIFUKU



## 8. BRČKO



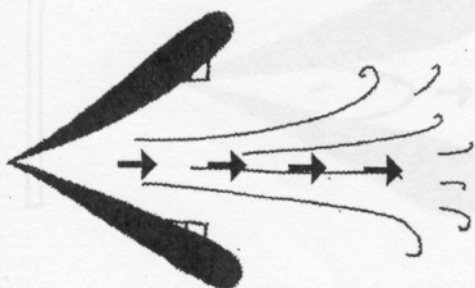
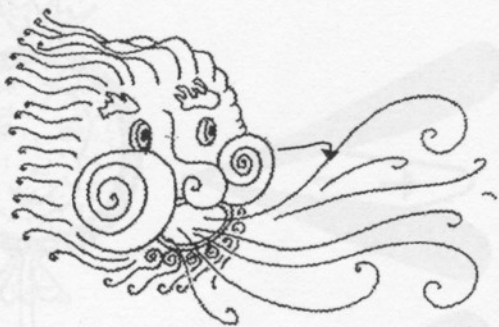
Pomocí brčka foukáme do sklenice s vodou

Stimulace nádechu nosem, výdechu ústy.



# Průpravné cvičení k nápravě hlásek KGCH

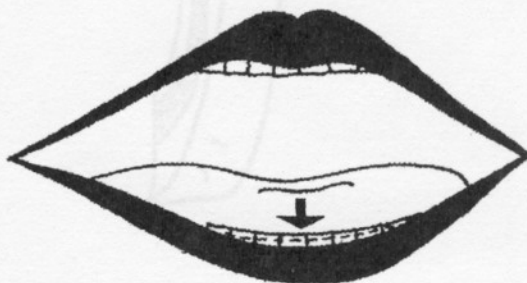
## 1. VÍTR



### Stimulace patrohltanového uzávěru

Ústa jsou otevřená (čelistní úhel vyšší), do dlaně prudce vydechujeme vzduch.

## 2. HAFAN



### Stimulace patrohltanového uzávěru s fixací hrotu jazyka za dolními zuby

Ústa jsou otevřená, jazyk leží na spodině ústní, hrot jazyka se lehce dotýká za dolní zuby, prudce vydechujeme vzduch do dlaně.

## 3. KRMÍME SE LŽIČKOU

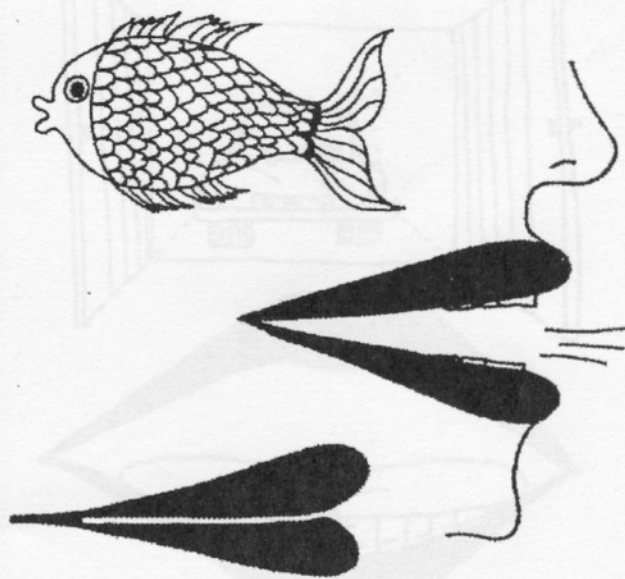


### Cvičení napětí prohltanového uzávěru

Cvik provádíme s tekutinou.

Na lžičku dáme trochu tekutiny, ústa jsou mírně otevřená, lžičku vložíme do úst, s mírným tlakem na jazyk lžičku zvedáme a obsah necháme téci do dutiny ústní. Navodíme polykání, ústa se zavřou a terapeut pomalu lžičku vyjme z dutiny ústní.

## 4. RYBKKA

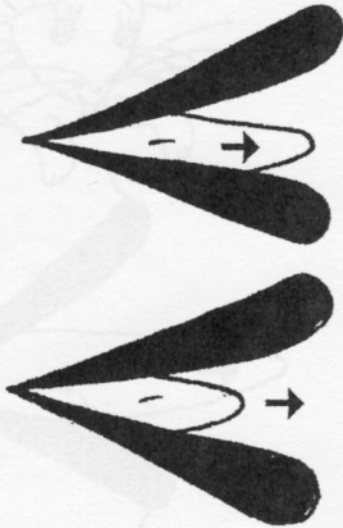


### Aktivace patrohltanového uzávěru

Střídavě zavíráme a otevíráme lehce rty, vydechovaný proud vychází z úst.

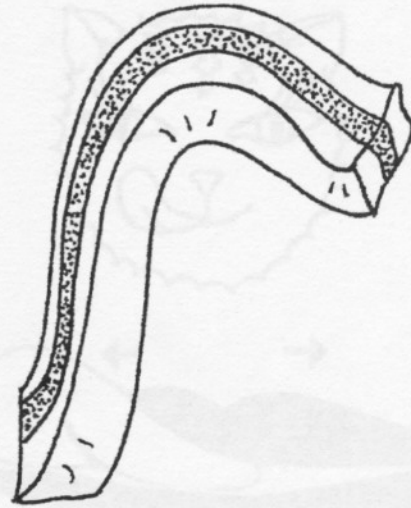
# Průpravné cvičení k nápravě hlásek KGCH

## 5. LÍZÁTKO



Uvolnění hrotu jazyka do plochého tvaru  
Ústa jsou mírně otevřená, plochý hrot jazyka vysunujeme mezi rty a zpět do dutiny ústní.

## 6. ŽUŽU



### Uvědomění si polohy jazyka v dutině ústní

Ústa jsou pootevřená, jazyk v dutině ústní, plochou jazyka se dotýkáme patra a uvolníme.  
Cvik provádíme pouze pohybem jazyka, pomalu v rytmickém opakování.

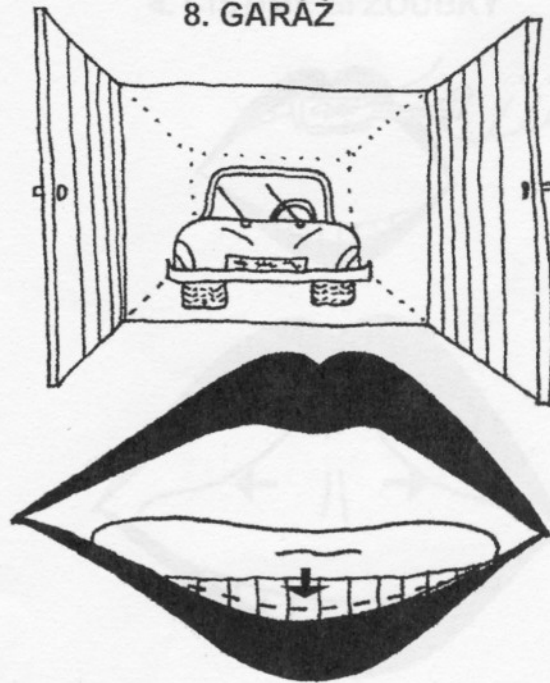
## 7. PITÍ BRČKEM



Protáhnutí jazyka v horní rovině

Ústa jsou mírně otevřená.

## 8. GARÁŽ



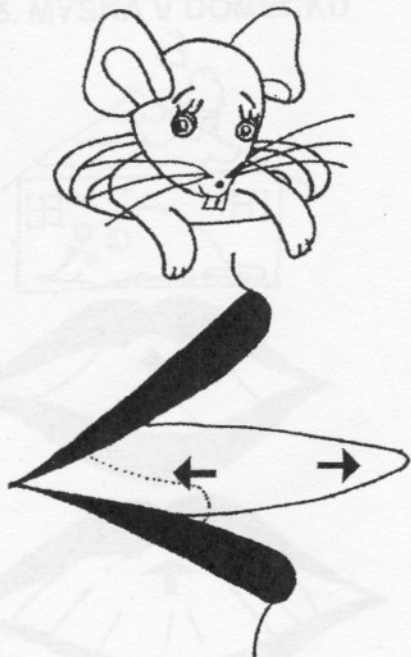
### Hrot jazyka za dolní zuby s výdrží

Ústa jsou více otevřená. Jazyk leží v poloze za dolními zuby.  
Cvik provádíme s výdrží.



# Průpravné cvičení k nápravě hlásek TDN

## 1. ZVĚDAVÁ MYŠKA



### Plazení ve střední rovině na plocho

Rty jsou uvolněné, aby umožnily hrot jazyka vypláznout z dutiny ústní až do napětí.

Vypláznutý jazyk opět stáhneme do dutiny ústní a uvolníme, zasunujeme do úst.

Cvik provádíme pomalu s výdrží v každé poloze.

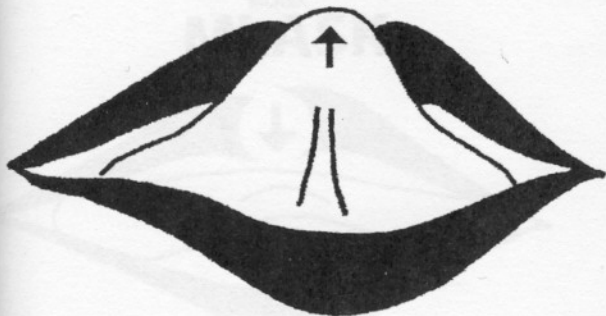
## 2. KOČIČKA



### Stimulace hrotu jazyka

Olizujeme horní ret střídavě na pravou a levou stranu.

## 3. DOMEČEK

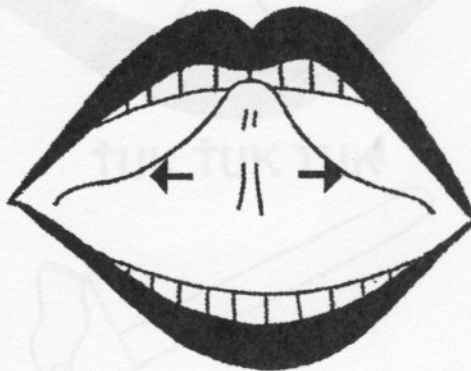


### Protažení jazyka v horní rovině

Ústa jsou lehce pootvřená,

hrotem jazyka se pokoušíme dotknout horního rtu pod nosem.

## 4. ČISTÍME SI ZOUBKY



### Koordinace jemných pohybů jazyka

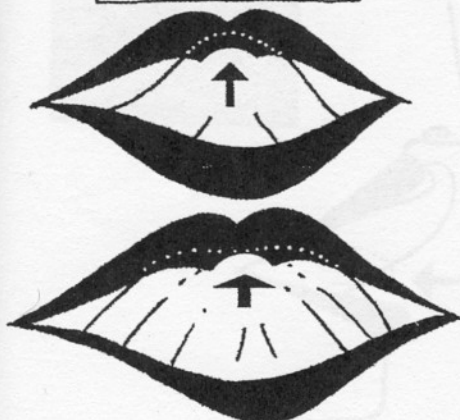
Ústa jsou pootvřená, hrotem jazyka přejíždíme po horních zubech z pravé na levou stranu a naopak.





# Průpravné cvičení k nápravě hlásek TDN

## 5. MYŠKA V DOMEČKU



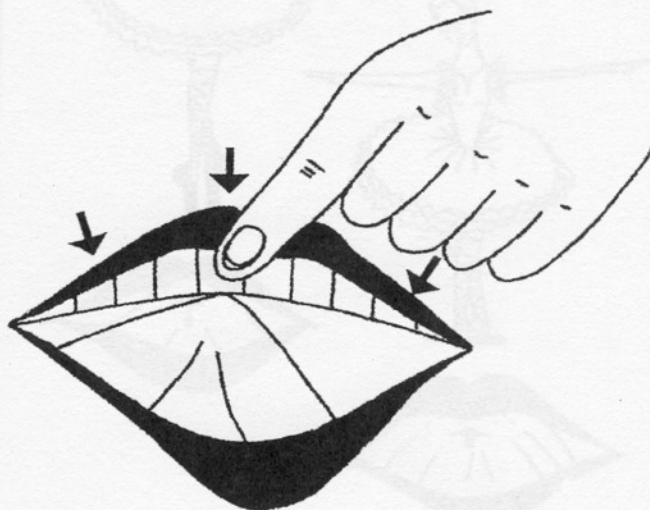
### Hrot jazyka přisát na patro

Ústa jsou otevřená:

hrotem jazyka se dotknout patra, cvik provádíme s výdrží  
hrotem jazyka se přisát na patro, cvik provádíme s výdrží

## 6. POČÍTÁNÍ HORNÍCH ZOUBKŮ

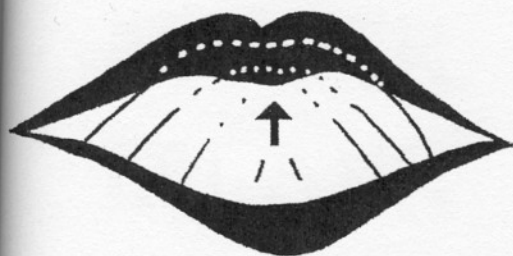
1 2 3 4 5



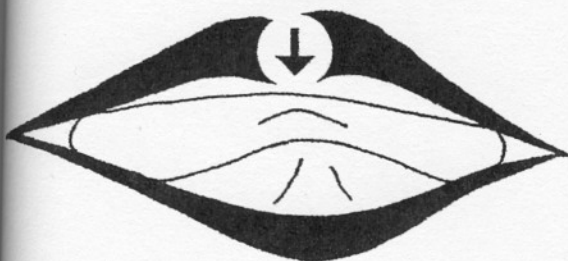
### Stimulace hrotu jazyka s výdrží a změnou pohybu

Ústa jsou otevřená, hrotem jazyka se dotýkáme zoubků v ústech,  
polohu hrotu jazyka určuje terapeut,  
pomocí dotekové stimulace.

## 7. MLASKÁNÍ



**MLASK**  
MLASK  
**MLASK**

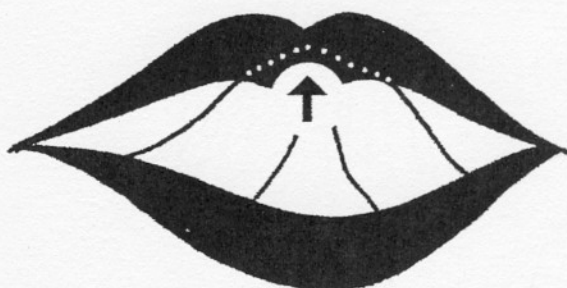


### Přisávat jazyk s mlasknutím

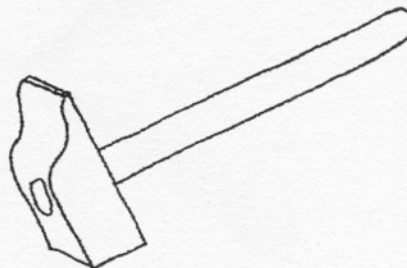
Ústa jsou pootevřená,

hrot jazyka přitiskneme na alveolární výběžek,  
s mlasknutím jazyk odálíme.

## 8. Kladívko



**ŤUK ŤUK ŤUK**



### Střídavě přisávat jazyk za horní zuby

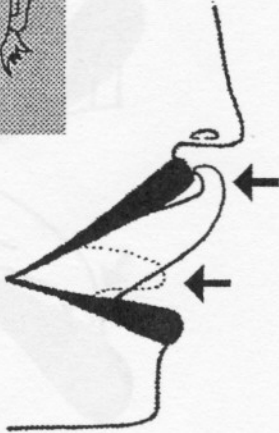
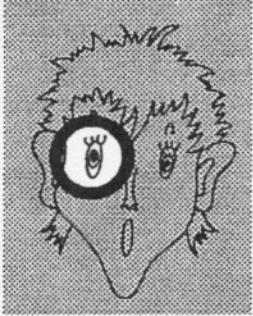
Ústa jsou pootevřená,

hrotem jazyka střídavě ťukáme za alveolární výběžek.



# Průpravné cvičení k nápravě hlásek TDN

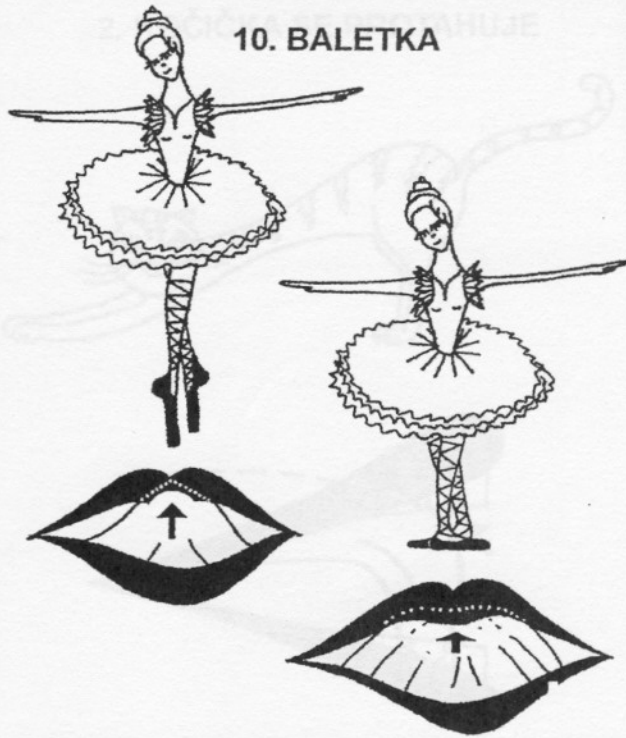
## 9. ZVĚDAVA



Stimulace hrotu jazyka se změnou polohy

Ústa jsou pootevřená, hrotem jazyka se v pomalém, rytmickém opakování dotýkáme horního rtu a uvolníme.

## 10. BALETKA



Střídavě a plynule se dotknout hrotem jazyka a přitlačit hrot jazyka

Ústa jsou pootevřená, hrotem jazyka se v pomalém, rytmickém opakování dotýkáme horního rtu a uvolníme.

## 3. POMLASKÁVÁNÍ

MLASK  
MLASK  
MLASK



Protažení jazyka na plocho

Ústa jsou pootevřená, jazyk je položený za dolními řezáky a pomalu se posouvá směrem nahoru a dopředu k tvrdému patru. Cvičení provádíme v rytmickém opakování.

## 4. BOUDIČKA



Stimulace hrotu jazyka v dolní rovině

Ústa jsou pootevřená, hrot jazyka v nízkém napětí směřuje za dolní řezáky. Cvičení provádíme v rytmickém opakování.



# Průpravné cvičení k nápravě hlásek ĎŤŇ

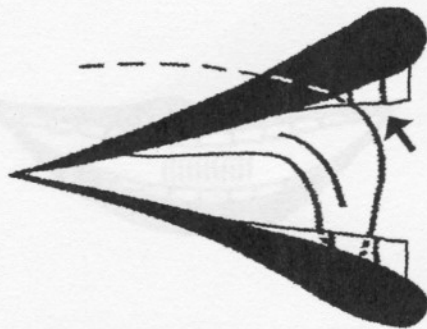
## 1. LETÍCÍ ŠÍP



### Výdrž hrotu jazyka

hrot jazyka za dolní zuby. Cvik provádíme s výdrží.

## 2. KOČIČKA SE PROTAHUJE

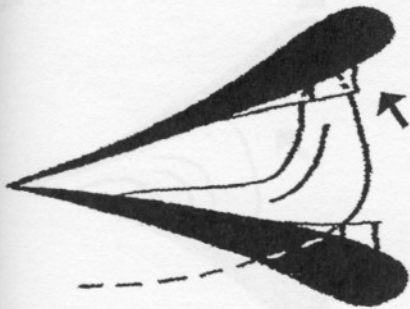


### Protahování hřbetu jazyka

Ústa jsou mírně pootvřená, hrot jazyka je položený za dolními řezáky, hřbet jazyka směřuje směrem nahoru a dopředu k tvrdému patru. cvik provádíme s výdrží.

## 3. POMLASKÁVÁNÍ

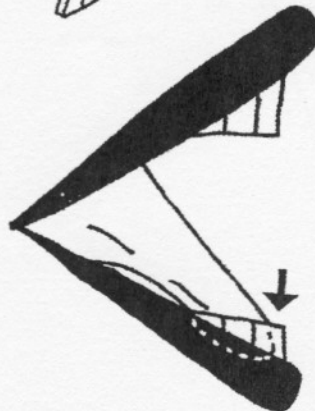
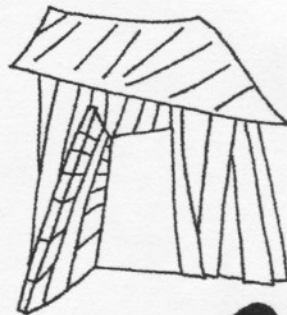
**MLASK**  
MLASK  
**MLASK**



### Protažení jazyka na plocho

Ústa jsou mírně pootvřená, jazyk je položený za dolními řezáky, hrot jazyka směřuje směrem nahoru a dopředu k tvrdému patru. Cvik provádíme v rytmickém opakování.

## 4. BOUDIČKA

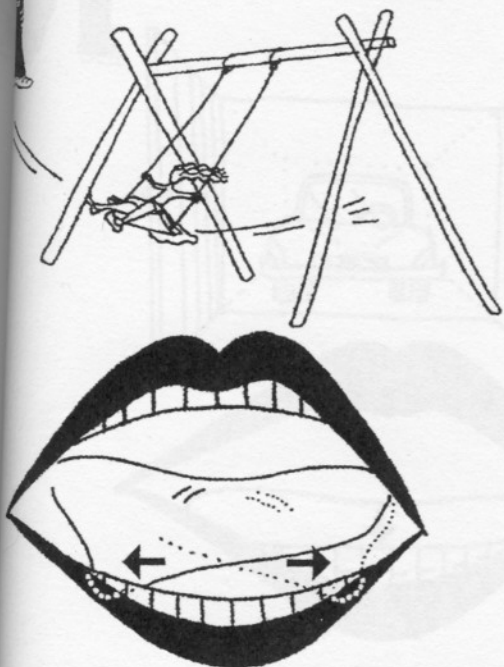


### Stimulace hrotu jazyka v dolní rovině

Ústa jsou pootvřená, hrot jazyka v mírném napětí směřuje za dolní zuby. Cvik provádíme s výdrží.

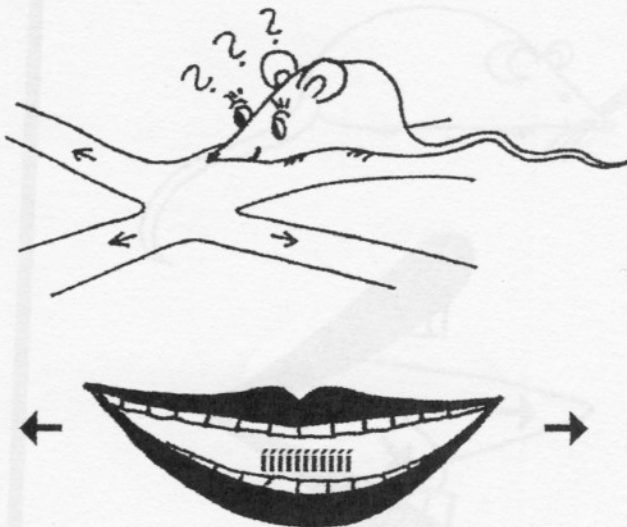
# Průpravné cvičení k nápravě hlásek ĎŤŇ

## 5. HOUPAČKA



**Uvolnění hrotu jazyka se změnou pohybu**  
 Ústa jsou pootevřená, hrot jazyka v mírném napětí  
 směřuje za dolní zuby.  
 Cvik provádíme v rytmickém opakování zleva doprava.  
 Rozsah pohybu je malý.

## 6. ZATOULANÁ MYŠKA



**Uvolnění dolní čelisti**  
 Ústa jsou mírně pootevřená, zuby mírně oddáleny,  
 rty do protažení.  
 Cvik provádíme s výdrží za doprovodu zvuku iiiiíií.

## 7. VOLÁNÍ NA KONÍČKY



### Diferenciace pohybu ŤĎŇ

Ústa jsou mírně pootevřená, jazyk je položený za dolními řezáky,  
 hrot jazyka směřuje směrem nahoru a dopředu k tvrdému patru.  
 Cvik provádíme v rytmickém opakování  
 jednou cvik provedeme silně (silně mlaskneme),  
 druhý cvik provedeme v oslabení (mlasknutí jen naznačíme).

## 8. LŮŽEME ZMRZLINU



### Protážení hrotu jazyka v dolní rovině

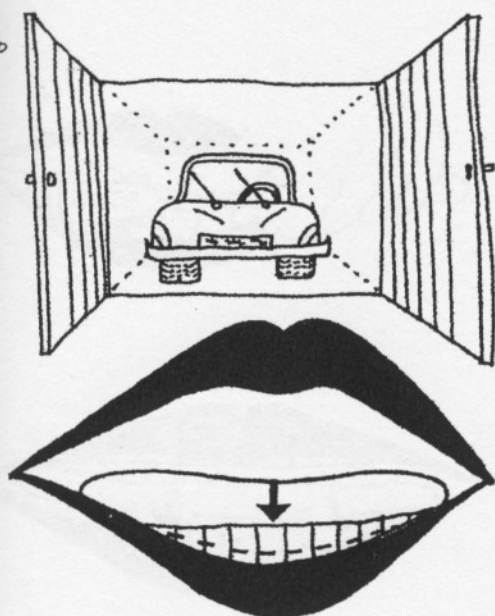
Ústa jsou pootevřená, hrot jazyka se napíná vyplazením  
 směrem na hrot a napodobuje pohyb jako při lžání zmrzliny  
 (jazyk se táhne dopředu a dolů).



# Průpravné cvičení k nápravě hlásek S Z Č

## PRŮPRAVNÉ CVIKY PRO JAZYK

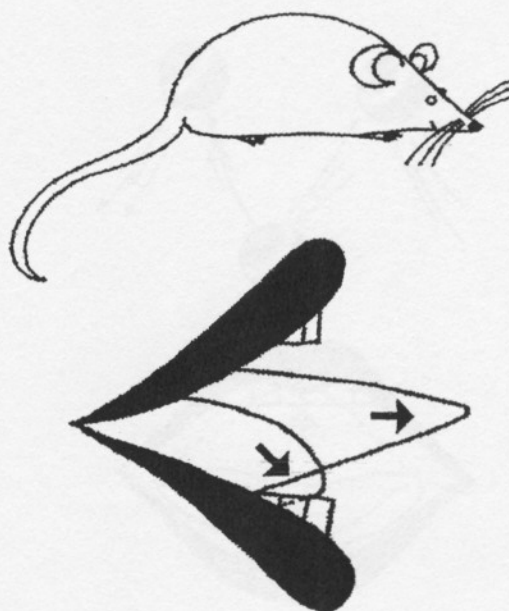
### 1. GARÁŽ



#### Jazyk přidržíme za dolními zuby

Ústa jsou otevřená, hrot jazyka směřujeme za dolní zuby. Cvik provádíme s výdrží.

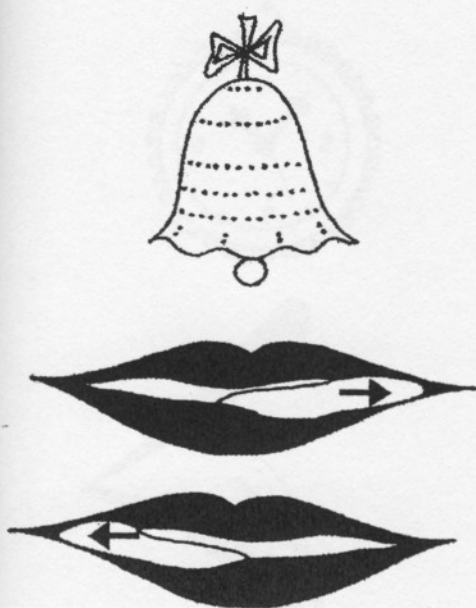
### 2. MYŠKA



#### Plazení ve střední rovině na plocho

Ústa jsou mírně pootvřená, hrot jazyka vysunujeme z úst a zpět v rytmickém opakování. Při vysunutí jazyk protáhneme do špičky, při pohybu zpět jazyk uvolníme.

### 3. ZVONEČEK



#### Protážení jazyka na plocho

Ústa jsou mírně pootvřená, jazykem pohybujeme ze strany na stranu.

A) cvik provádíme v rytmickém opakování

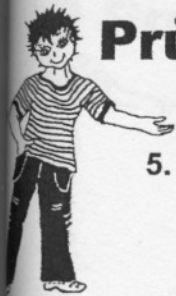
B) s protažením - jazyk v koutku zastavíme, vydržíme a totéž provedeme na druhou stranu

### 4. LÍŽEME ZMRZLINU



#### Protážení hrotu jazyka v dolní rovině

Ústa jsou pootvřená, hrot jazyka co nejvíce vyplázneme směrem na bradu a napodobíme pohyb jako při lízání zmrzliny - hrot jazyka stáhneme zpět do dutiny ústní.



# Průpravné cvičení k nápravě hlásek S Z C

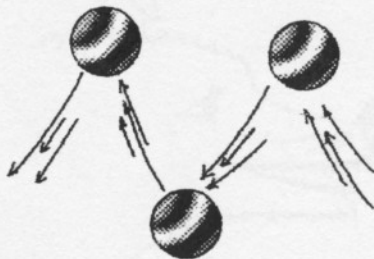
## 5. ČISTÍME SI ZOUBKY



### Koordinace jemných pohybů jazyka

Ústa jsou mírně pootvřená, jazykem přejíždíme za dolními zuby střídavě z pravé strany na levou a naopak.

## 6. HOPÍK



### Jazyk střídavě dáváme za horní a dolní zuby

Ústa jsou otevřená, hrot jazyka střídavě směřuje za horní a dolní zuby.

Cvik provádíme v rytmickém opakování.

## 7. HODINY



Hrot jazyka se v rytmickém opakování přiblíží a následně oddálí od dolních zoubků

Ústa jsou pootvřená.

Hrot jazyka se rytmicky přibližuje a následně oddálí od dolních zubů.

Rozsah pohybu je malý.

## PRŮPRAVNÉ CVIKY PRO RTY

### 8. USMĚVÁČEK



### Protahování koutků úst s výdrží

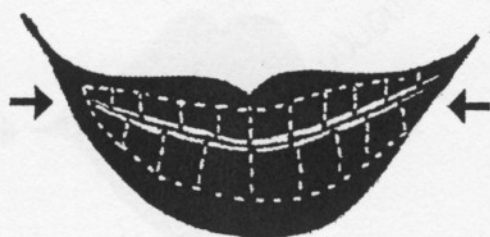
Ústa jsou zavřená, rty do široka roztažené.

Cvik provádíme s výdrží, posléze pomalu uvolníme. (pozn. neprovedeme našpulení)



# Průpravné cvičení k nápravě hlásek S Z C

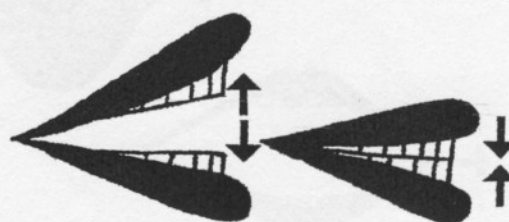
## 9. ZUBÍLEK



### Uvědomění si polohy zubů

Zuby jsou lehce přitisknuty na sebe, rty lehce do úsměvu. Cvik provádíme s výdrží.

## 10. PEJSKEM



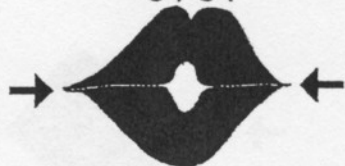
### Uvědomění si polohy zubů doprovázené pohybem

Zuby v rytmickém opakování oddalujeme a opět přitiskneme. Rozsah pohybu je velmi malý.

## 11. SANITKA



Ú-í Ú-í



### Střídavé protahování koutků úst a našpulení se zvukovým doprovodem

Zuby jsou v mírném sepětí, koutky úst střídavě a plynule protahujeme do širokého úsměvu a do našpulení.

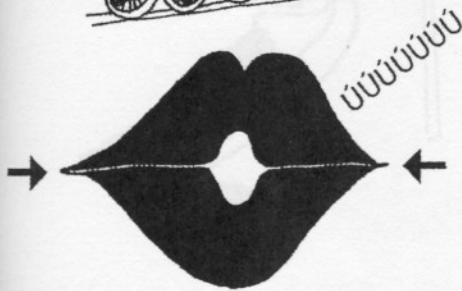
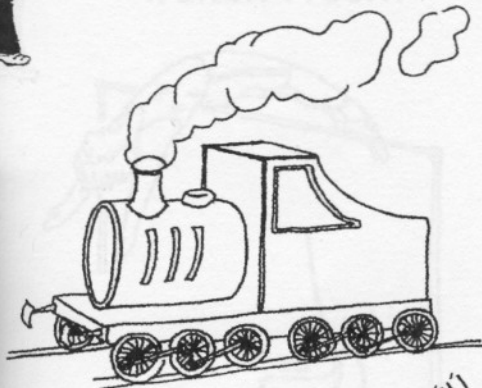
Cvičení provádíme se zvukovým doprovodem, imitací jedoucí sanitky Ú-í.



# Průpravné cvičení k nápravě hlásek ČŠŽ

## PRŮPRAVNÉ CVIKY PRO RTY

### 1. MAŠINKA



#### Cvičení uvědomění si napětí rtů

našpulíme do velmi pevného sevření. Cvik provázíme slovním doprovodem úúúúúúúú.

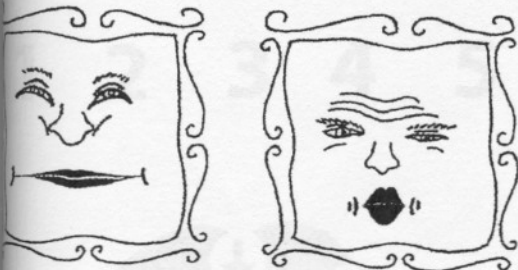
### 2. PUSINKA



#### Stimulace dolního a horního rtu - výrazné našpulení

Rty našpulíme do velmi pevného sevření, s mlasknutím rychle rozevřeme.

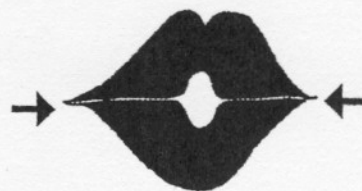
### 3. HRA NA ZRCADLO



#### Střídavé zaostření a našpulení rtů

Střídavě špulíme a zaostřujeme rty - úsměv (ústa široce roztáhnout) a zamračit (ústa našpulit, zapojit svaly obličeje).

### 4. SANITKA



#### Střídavé zaostření a našpulení rtů doprovázené zvukem

Střídavě špulíme a zaostřujeme rty se zvukovým doprovodem samohlásek ú - í.

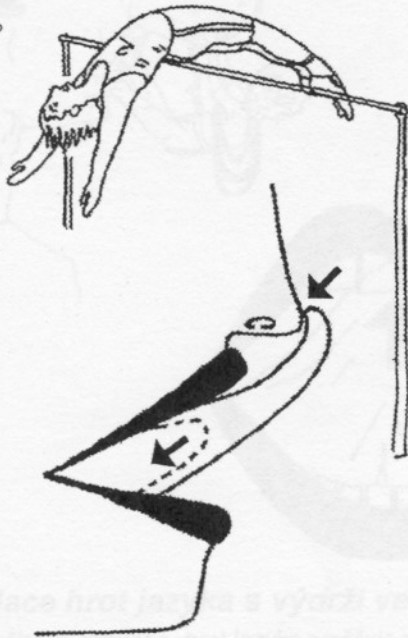




# Průpravné cvičení k nápravě hlásek ČŠŽ

## PRŮPRAVNÉ CVIKY PRO JAZYK

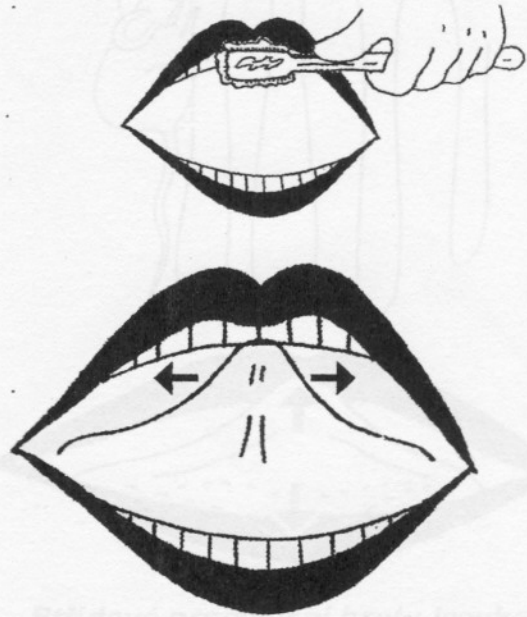
### 1. SKOK VYSOKÝ



#### Protážení jazyka v homí rovině

Jazykem pohybujeme střídavě na nos a zpět do dutiny ústní. Střídáme pomalé a rychlé tempo.

### 2. ČISTÍME SI ZOUBKY

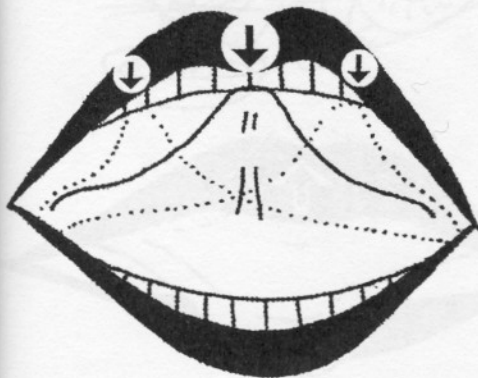


#### Koordinace jemných pohybů jazyka

Jazykem přejíždíme po hraně horních zubů z pravé na levou stranu a naopak. Pusinka je otevřená.

### 3. POČÍTÁNÍ HORNÍCH ZOUBKŮ

1 2 3 4 5



#### Stimulace hrotu jazyka s výdrží a změnou pohybu

Jazykem se dotýkáme zoubků v pusince, pomoc dítěti taktilní. Při provádění cvičení jsou ústa otevřená.

### 4. KARTÁČEK



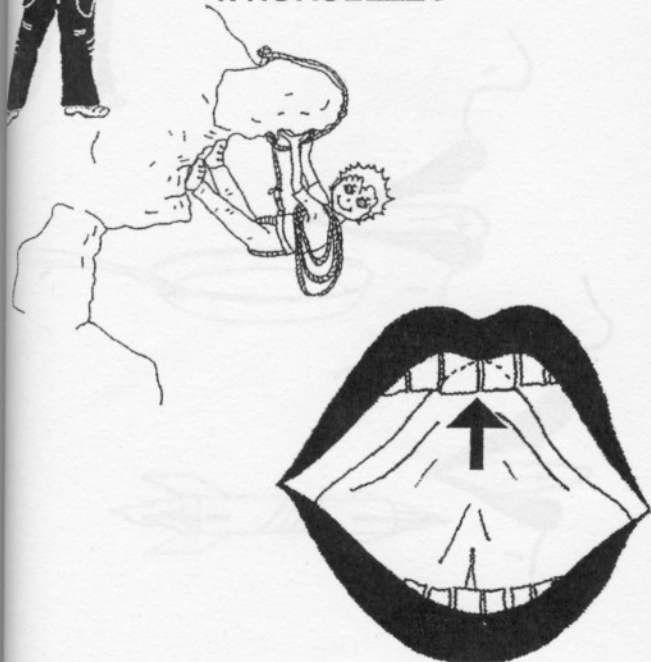
#### Koordinace jemných pohybů jazyka

Dítě pusku mírně otevře, jazykem přejíždíme krouživými pohyby nejprve po horních, později po dolních ústních spátech jazykem. Dle potřeby střídáme z levé i pravé strany. Cvičení provádíme v rytmickém opakování.



# Průpravné cvičení k nápravě hlásek L

## 1. HOROLEZEC



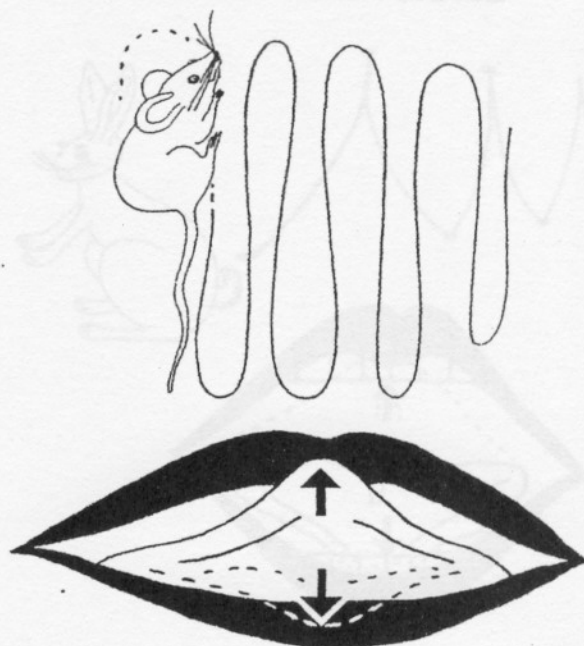
### Stimulace hrot jazyka s výdrží ve zdvihu

Ústa jsou doširoka otevřená, hrot jazyka směřuje za horní zuby, špičku jazyka držíme na alveolárním výběžku.

Cvik provádíme s výdrží.

(Pokud se nedaří podržet ústa otevřená, terapeut, rodič, lehce přitahuje dolní čelist směrem dolů).

## 2. ZATOULANÁ MYŠKA



### Střídavé procvičení hrotu jazyka

Ústa jsou mírně pootvřená, hrotem jazyka se střídavě dotýkáme horního a dolního rtu.

Cvik provádíme v rytmickém opakování, střídáme pomalé a rychlé tempo.

## 3. KOČIČKA VYLIZUJE MLÉKO

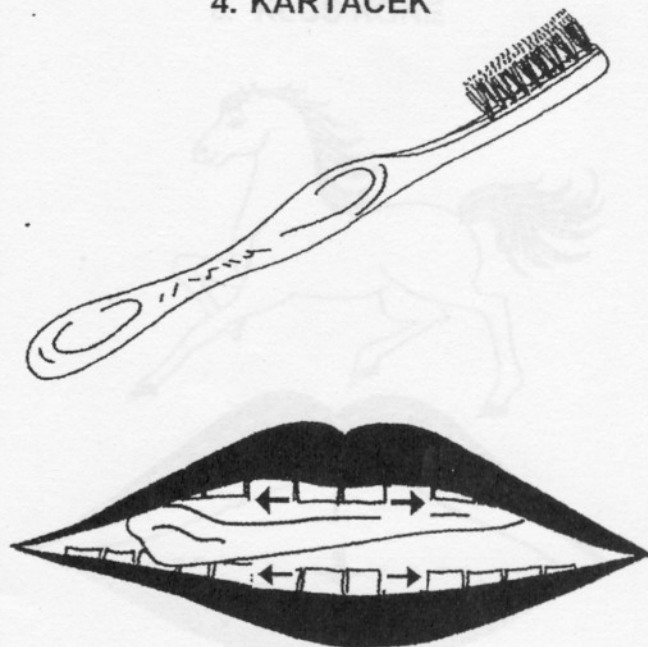


### Protažení jazyka

Ústa jsou mírně otevřená, hrot jazyka mírně vypláznutý, provádíme mírný pohyb hrotem jazyka směrem od dolního rtu přes horní ret.

Cvik provádíme v rytmickém opakování.

## 4. KARTÁČEK



### Koordinace jemných pohybů jazyka

Ústa jsou mírně otevřená, jazykem přejíždíme krouživými pohyby nejprve po horních, posléze po dolních zubech jazykem.

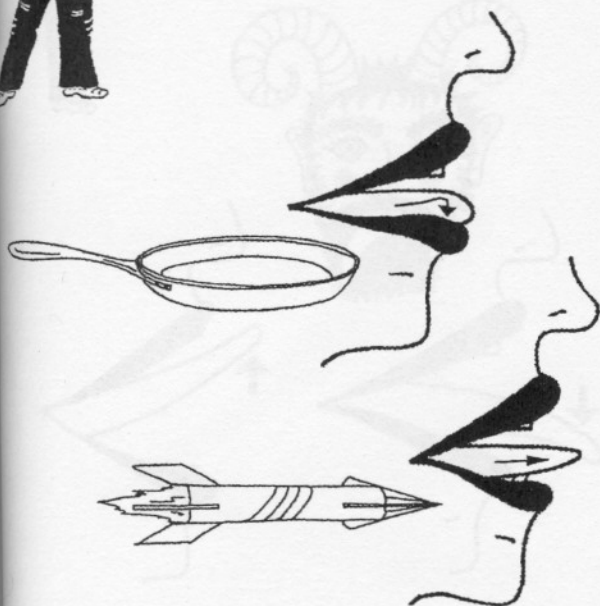
Cvik provádíme z levé i pravé strany.

Cvik provádíme v rytmickém opakování.



# Průpravné cvičení k nápravě hlásek L

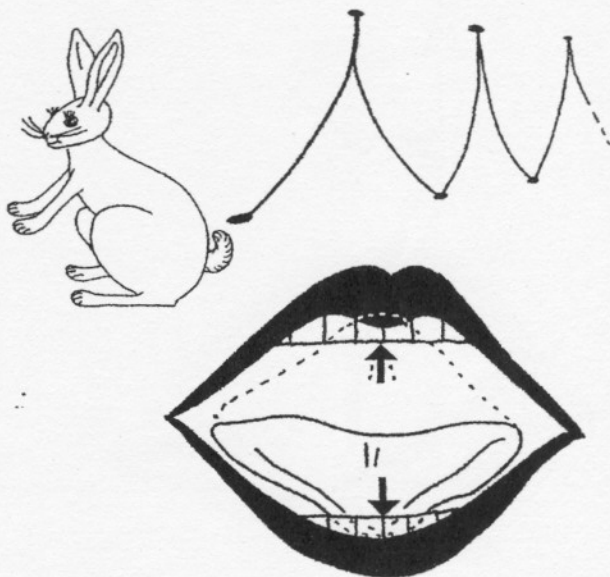
## 5. PÁNVIČKA - RAKETA



### Vědomé střídání napětí a uvolnění jazyka

Ústa jsou mírně otevřená, hrot jazyka volně položený v dutině ústní. Hrot jazyka střídavě napínáme a mírně vysunujeme z dutiny ústní (utvoříme špičku) a posléze hrot jazyka uvolníme zpět do dutiny ústní. Cvik provádíme v rytmickém opakování.

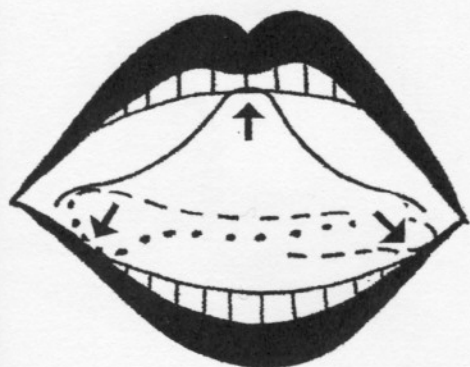
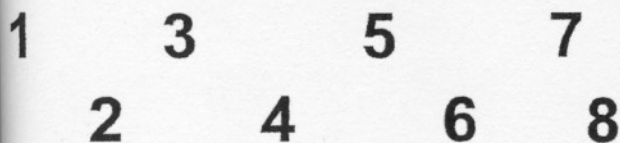
## 6. ZAJÍČEK SKÁČE



### Stimulace pohybu jazyka střídavě za horní a dolní zuby

Ústa jsou do široka otevřená, hrotem jazyka střídavě pohybujeme směrem za horní a dolní zuby. Cvik provádíme v rytmickém opakování.

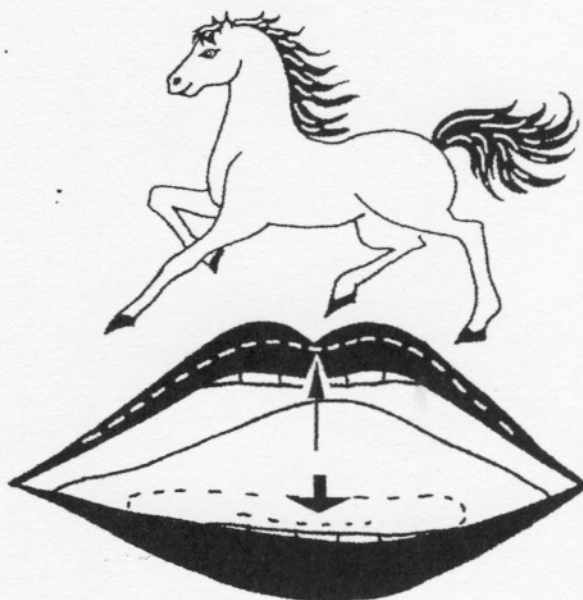
## 7. POČÍTÁNÍ HORNÍCH A DOLNÍCH ZOUBKŮ



### Stimulace hrotu jazyka se změnou pohybu do stran

Ústa jsou otevřená, hrotem jazyka se střídavě dotýkáme nejprve horních a posléze dolních zubů. Polohu jazyka určuje zprvu terapeut pomocí dotykové stimulace. Doporučuji v tomto sledu: střed řezák, stolička do stran na pravo, vrátit se na řezák, stolička na levo. Ve stejném sledu provádíme v dolní rovině.

## 8. KLUS KONĚ



### Stimulace hrotu jazyka s napětím

Ústa jsou mírně otevřená, hrot jazyka silně přitiskneme na alveolární výběžek. Uvolníme. Cvik provádíme v rytmickém opakování.



# Průpravné cvičení k nápravě hlásek L

## 9. ČERTÍK



### Uvolnění hrotu jazyka- diference pohybu (L-R)

Ústa jsou mírně otevřená,  
hrotem jazyka pohybujeme ve velkém rozsahu  
rychle směrem nahoru a dolů.  
Cvik provádíme v rytmickém opakování,  
za zvukového doprovodu bl  
(jazykem uděláme v dutině ústní pouze jeden kmit).

## 2. DATEL



### Cvičení zdvíhu jazyka s uvolněním

Ústa jsou otevřená. Hrot jazyka směřuje za horní zuby.  
Hrot jazyka v rytmickém opakování uvolňujeme,  
rychlé zdvíháme zpět za horní zuby pouze bl.  
Po každé době cvičení hrot jazyka musujeme držet za horní zuby  
jazyk po dobu dobu opakování směřuje za horní zuby

## 3. DATLOVÁNÍ



### Cvičení zdvíhu jazyka s uvolněním

Ústa jsou otevřená. Hrot jazyka směřuje za horní zuby.  
Hrot jazyka v rytmickém opakování uvolňujeme,  
rychlé zdvíháme zpět za horní zuby pouze bl.  
Po každé době cvičení hrot jazyka musujeme držet za horní zuby  
jazyk po dobu dobu opakování směřuje za horní zuby

## 4. VOLÁME NA KONIKA



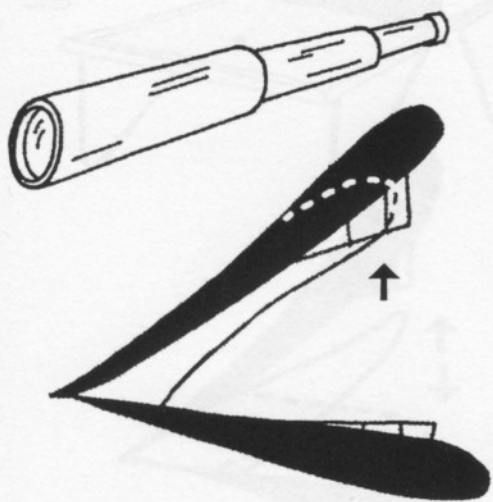
### Mlaskání v rytmickém opakování, jazyk přidržujeme za horními zuby

Ústa mírně otevřená, jazyk směřuje za horní zuby.  
v rytmickém opakování lehce mlaskáme  
hrot jazyka se lehce dotýká opakování svislého vyběhku



# Průpravné cvičení k nápravě hlásek R

## 1. KUKÁTKO



### Cvičení zdvihu jazyka - jazyk přisát na patro

Ústa jsou otevřená. Hrot jazyka přitiskneme na patro, za horní zuby. cvik provádíme s výdrží.

## 2. DATEL



### Cvičení zdvihu jazyka s uvolněním

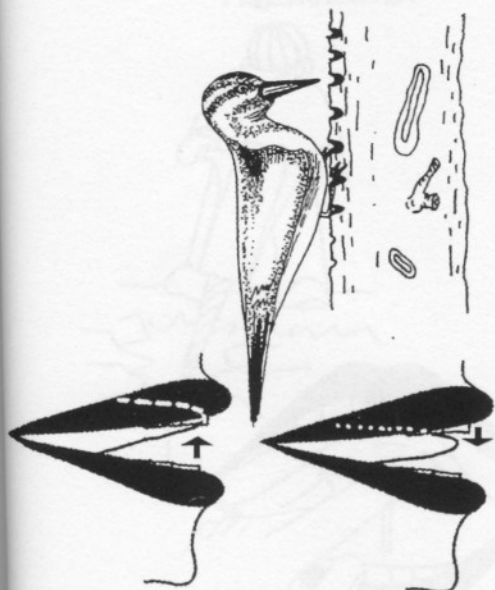
Ústa jsou otevřená. Hrot jazyka směřuje za horní zuby.

Hrot jazyka v rytmickém opakování uvolňujeme.

Pohyb doprovázíme zvukem d (opakujeme pouze 1x).

Po celou dobu cvičení hrot jazyka nepouštíme na spodinu ústní, jazyk po celou dobu opakování směřuje za horní zuby.

## 3. DATLOVÁNÍ



### Cvičení zdvihu jazyka s uvolněním

Ústa jsou otevřená. Hrot jazyka směřuje za horní zuby.

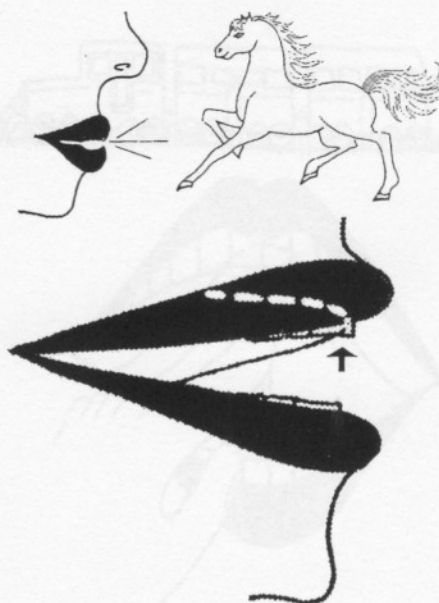
Hrot jazyka v rytmickém opakování uvolňujeme.

Pohyb doprovázíme zvukem ddd (opakujeme pouze 3x).

Po celou dobu cvičení hrot jazyka nepouštíme na spodinu ústní,

jazyk po celou dobu opakování směřuje za horní zuby.

## 4. VOLÁME NA KONÍKA



### Mlaskání v rytmickém opakování, jazyk přidržujeme za horními zuby

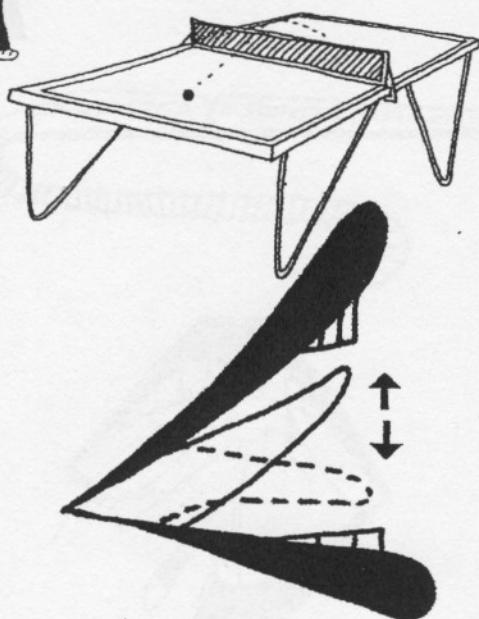
Ústa mírně otevřená, jazyk směřuje za horní zuby, v rytmickém opakování lehce mlaskáme

(hrot jazyka se lehce dotýká opakovaně alveolárního výběžku).



# Průpravné cvičení k nápravě hlásek R

## 5. PING - PONG



### Cvičení rozlišení jazyka

Ústa jsou otevřená. Špička jazyka se v malém rozsahu pohybuje dolu a nahoru.  
Špička jazyka nespouštěna na spodinu dutiny ústní.

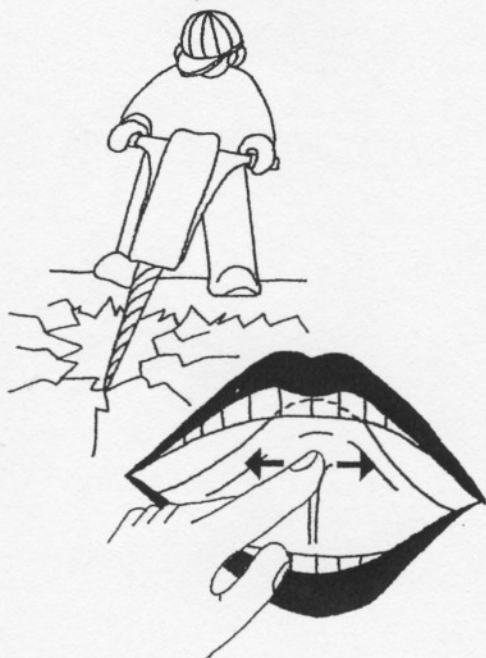
## 6. ČERTÍK



### Cvičení pohyblivosti špičky jazyka

Ústa jsou otevřená. Špička jazyka směřuje za horní zuby.  
V rytmickém opakování pohybujeme špičkou jazyka za doprovodu zvuku blblblblblb

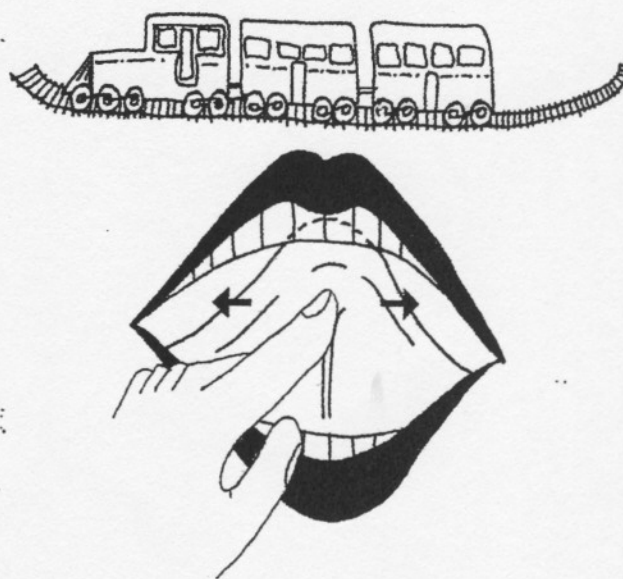
## 7. ŠBÍJEČKA



### Masážní cvičení pro jazyk

Ústa jsou otevřená. Špička jazyka směřuje za horní zuby.  
Rytmicky opakujeme hlásku dddd a současně provádíme masáž pomocí ukazováčku dítěte.  
V rychlém sledu z prava do leva pohybujeme ukazováčkem dítěte a stimulujeme špičku jazyka z její spodní strany.

## 8. VLÁČEK



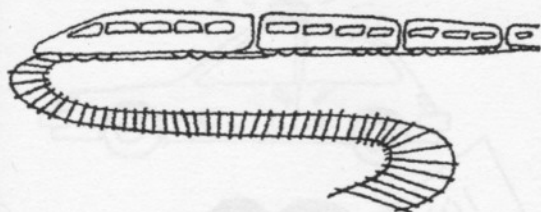
### Masážní cvičení pro jazyk

Opakujeme ddn. Ústa jsou otevřená.  
Špička jazyka směřuje za horní zuby.  
Při výslovnosti zvuku ddn stimulujeme současně špičku jazyka z její spodní strany.  
Pohyb ukazováčkem vedeme v horizontální linii.



# Průpravné cvičení k nápravě hlásek R

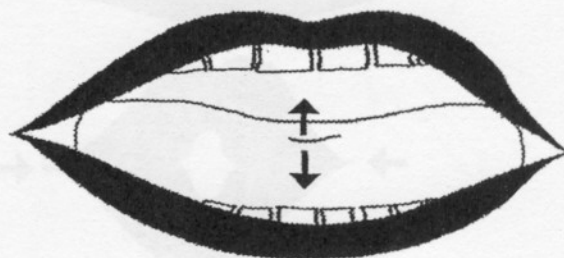
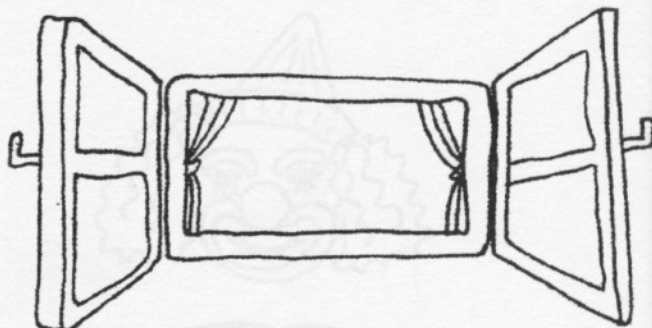
## 9. PENDOLINO



### Masážní cvičení pro jazyk

Totéž cvičení provádíme ve slabikách ddá, ddó, ddé, ddý, ddú,  
ttá, tté, ttó, ttý, ttů...

## 10. OTEVŘENÉ OKNO



### Cvičení pro zlepšení pohyblivosti čelistního úhlu

Dítě na povel otevře ústa (malý čelistní úhel - velikost jako při R,  
a nechá je na několik vteřin otevřené

## 3. LÍZÁNÍ ZMRZLINY



...ní jazyka, zlepšení koordinace pohybu  
...za pomocí vyplnění ústní dutiny se jazyk

## 4. ZVĚDAVÁ MYŠKA



### Koordinace jemných pohybů jazyka

...ní jazyka směřuje ze horní části, tvrdým jazykem pohybujeme  
...včetně rozkladu ústřední, dozadu, jazyk je otačen  
...Čítí slyšící opakuje.







# Průpravné cvičení k nápravě hlásek Ř

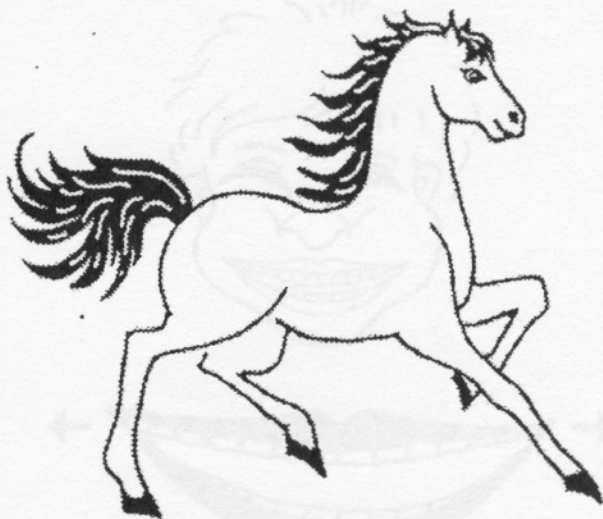
## 5. CESTOVATEL



### Krouživé pohyby jazykem po horních zubech

Pusinka je otevřená, jazykem projíždíme krouživě po horních zubech. Cvik opakujeme 4 - 5x.

## 6. KLUS KONĚ



Provádíme v pomalém, rychlém tempu.

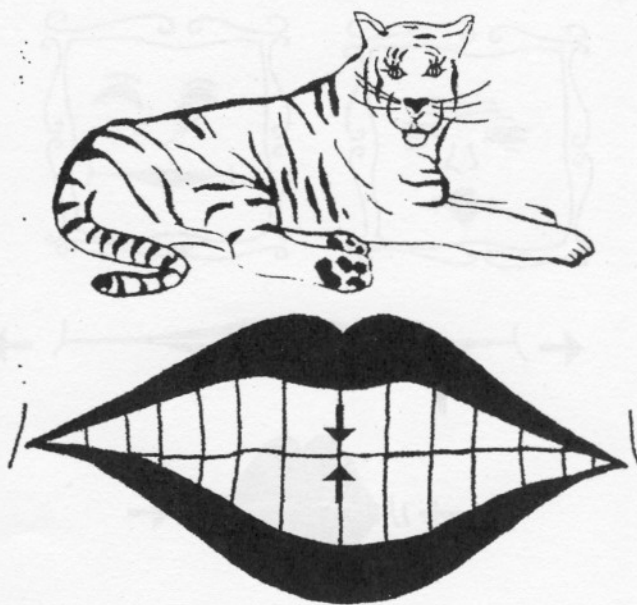
## 7. MALÍŘ



### Posilnění retního uzávěru.

Vytváření obrázků brčkem. Kratší brčko si vložíme do úst. Malé přichystané papírky rozložíme na stůl. Brčko přiložíme k papírku, nadechneme se a papírek přeneseme na předem domluvené místo. Vytváříme obrazce dle fantazie.

## 8. TYGR



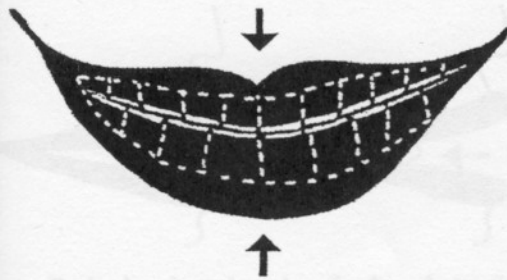
### Uvědomění si polohy zubů v dutině ústní

Ústa jsou mírně pootevřená, zuby pevně sevřené. Hra na tygra. Cvik provádíme na výdrž.



# Průpravné cvičení k nápravě hlásek E I

## 1. SMÍŠEK



### Úsměv s výdrží

Ústa jsou zaostřena do širokého úsměvu, zoubky na sebe, rty v lehkém kontaktu.

## 2. ZUBÍLEK



### Úsměv s pootevřenými zoubky

Ústa jsou zaostřena do širokého úsměvu, zoubky od sebe, rty se nedotýkají.

## 3. ZATOULANÁ MYŠKA

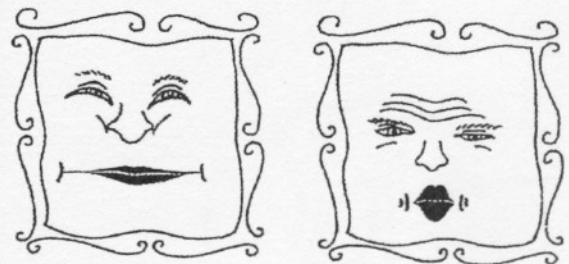


### Úsměv s pootevřenými zoubky doprovázený zvukem

Ústa jsou zaostřena do širokého úsměvu, zoubky od sebe, rty se nedotýkají.

Cvik provádíme za doprovodu řílí.

## 4. HRA NA ZRCADLO



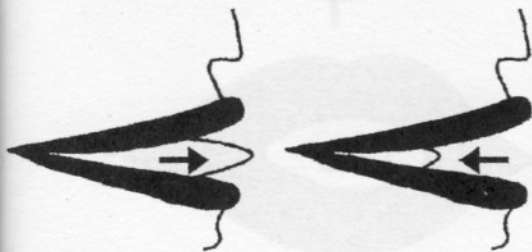
### Střídavé zaostření a našpulení rtů - diferenceiace pohybu

Střídavě špulíme a zaostřujeme rty - úsměv ( ústa široce roztáhnout) a zamračit ( ústa našpulit, zapojit svaly obličeje).



# Průpravné cvičení k nápravě hlásek E I

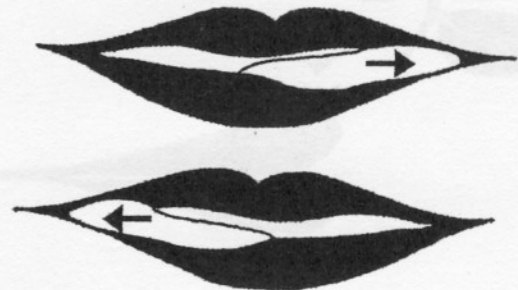
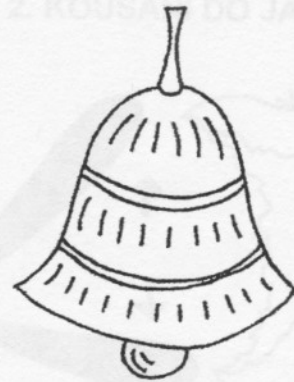
## 5. ZÁSUVKA



### Pohyby jazyka dopředu, dozadu

Ústa mírně otevřená. Hrot jazyka v mírném napětí. Jazykem pohybujeme v malém rozsahu dopředu (ven z dutiny ústní) a zpět do dutiny ústní. Cvik provádíme cca 5x.

## 6. ZVONEČEK



### Cvičení jazyka na plocho

Jazyk na plocho. Jazykem v rytmickém opakování pohybujeme ze strany na stranu.

## 7. SILÁK



### Protažení jazyka na plocho

Jazyk na plocho. Jazyk protahujeme střídavě k pravému, levému oušku. Cvik provádíme s výdrží.

## 8. MAŠINKA



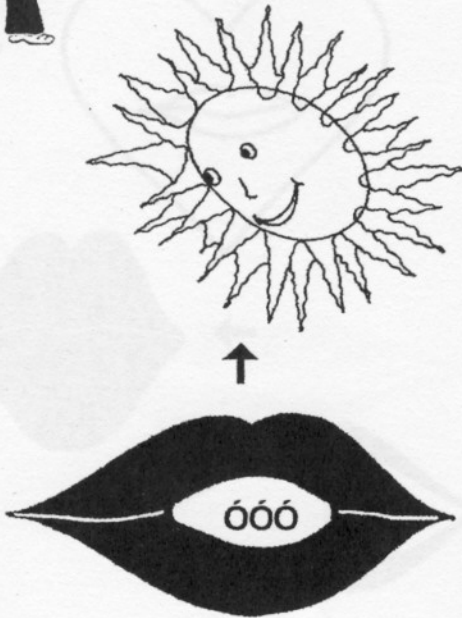
### Simulace rtů



# Průpravné cvičení k nápravě hlásek A O U

PRŮPRAVNÉ CVIKY PRO ČELISTNÍ ÚHEL A RTY

## 1. VOLÁME NA SLUNÍČKO

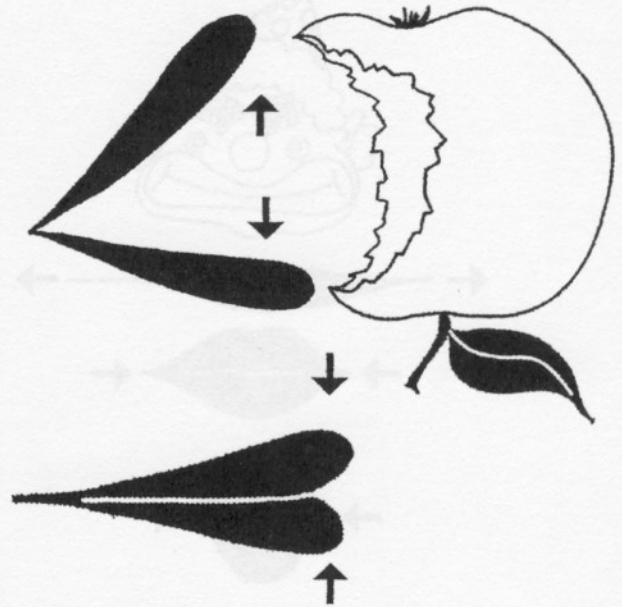


### Zvětšování rozsahu čelistního kloubu s výdrží

Ústa jsou do široka otevřená, rty do mírného našpuení, současně vyslovujeme hlásku ÓÓÓ.

Cvik provádíme s výdrží.

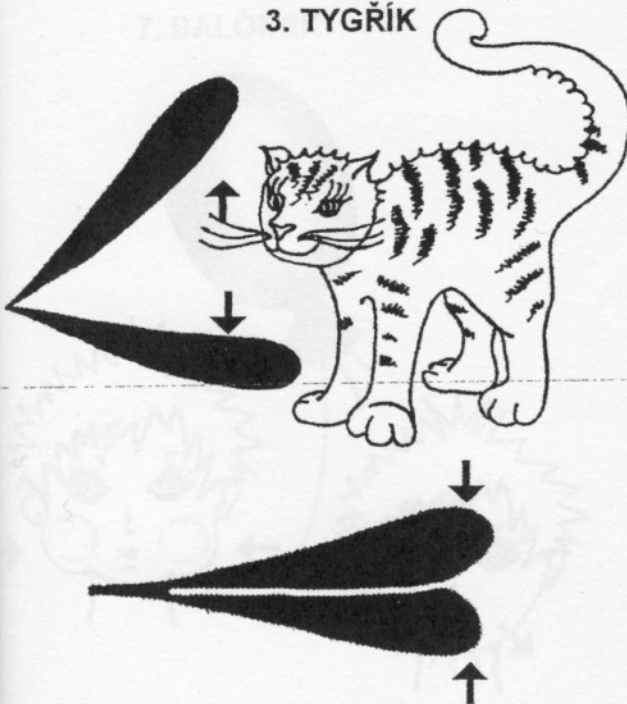
## 2. KOUSÁNÍ DO JABLÍČKA



### Zvětšování rozsahu čelistního kloubu

Ústa střídavě otevíráme a zavíráme jako při kousání (nedojde ke stisku zoubků), pokoušíme se o co největší čelistní úhel.

## 3. TYGRÍK

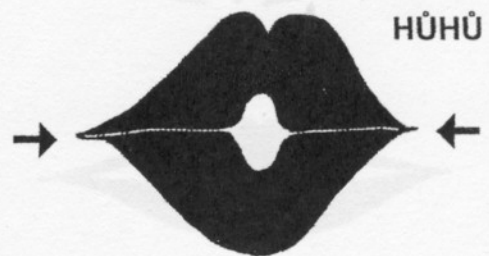
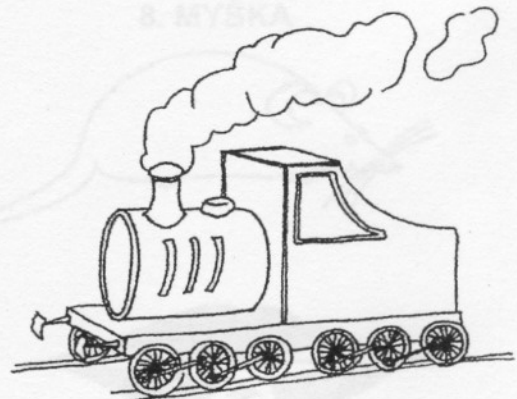


### Zvětšování rozsahu čelistního kloubu v rytmickém opakování

Ústa střídavě otevíráme a zavíráme, ⇒ snažíme se o co největší čelistní úhel.

Cvik provádíme v sekvenci 5 ti opakování.

## 4. MAŠINKA



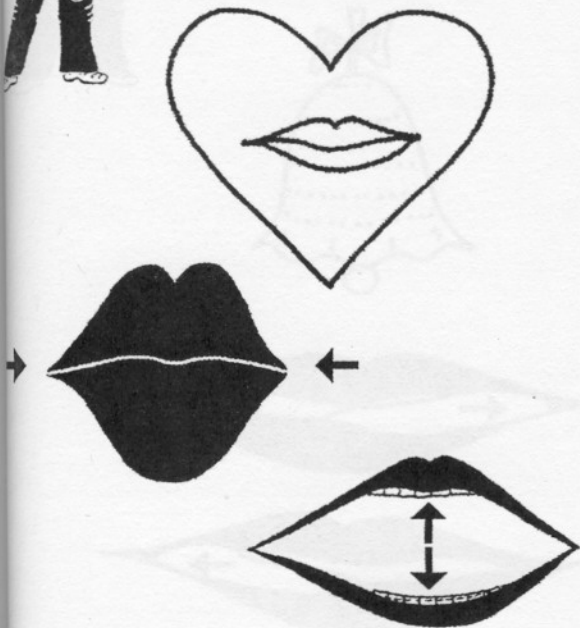
### Stimulace rtů

Rty jsou mírně našpuené směrem dopředu, cvik provádíme s výdrží za doprovodu jedoucí mašinky HŮHŮ...



# Průpravné cvičení k nápravě hlásek A O U

## 5. PUSINKA

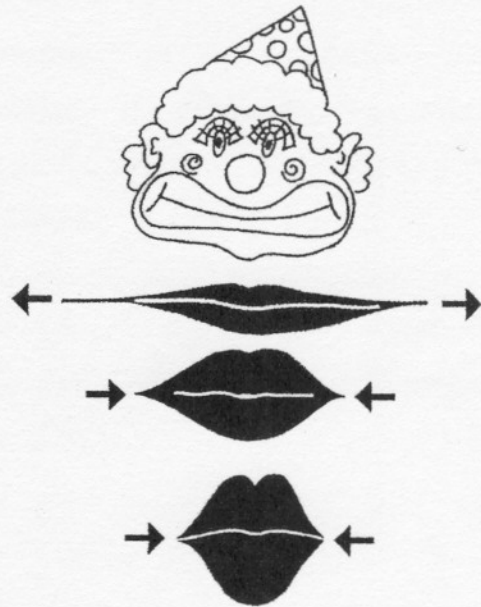


### Stimulace dolního a horního rtu s výrazným našpulením

Rty našpulíme do velmi pevného sevření, s mlasknutím rychle rozevřeme.

## PRŮPRAVNÉ CVIKY PRO TVÁŘE

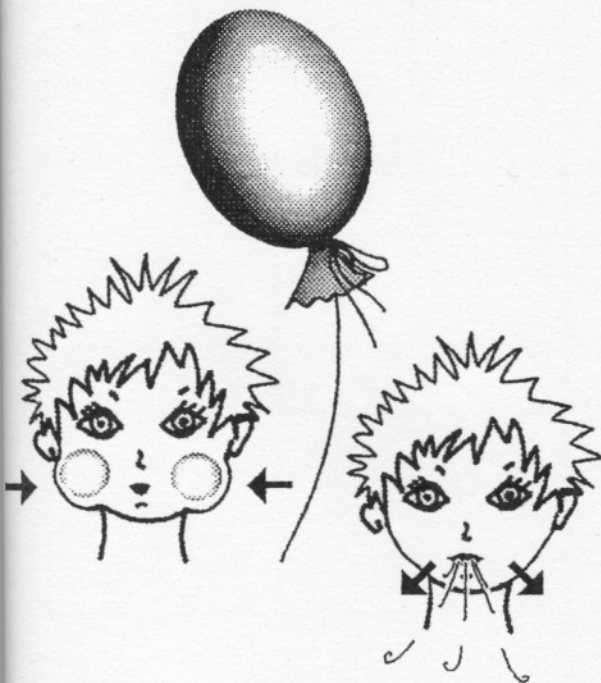
### 6. KLAUN



### Protahování rtů

Střídavě a plynule roztahujeme koutky ústa maximálně do šířky, mírného našpulení a posléze ústa sešpulíme. Cvik provádíme pomalu.

### 7. BALÓNEK

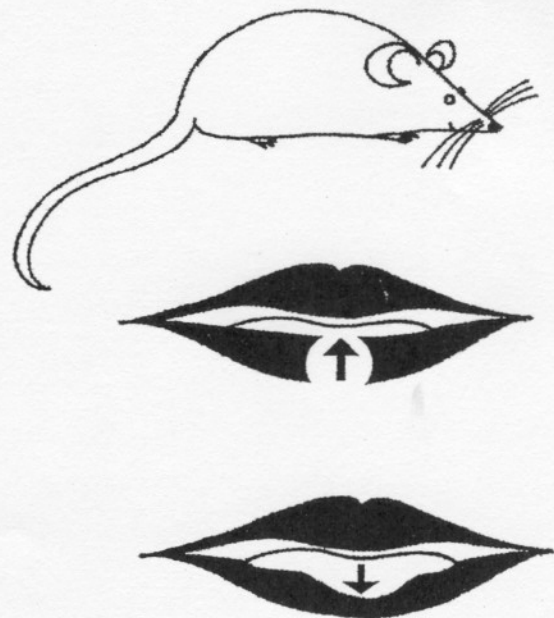


### Protahování tváří

Jsou sevřené, tváře nafoukneme vydechaným proudem vzduchu. Vzduch v ústech přidržíme na počítání do 5 ti a posléze prudce rozevřeme rty a vzduch vydechneme.

## PRŮPRAVNÉ CVIKY PRO HROT JAZYKA

### 8. MYŠKA



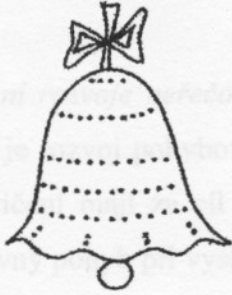
### Plazení ve střední rovině na plocho

Ústa jsou lehce otevřená, hrot jazyka lehce vysunujeme (vysunutí neprovádíme do napnutí) a opět zasunujeme do úst. Cvik rytmicky opakujeme.



# Průpravné cvičení k nápravě hlásek A O U

## 9. ZVONEČEK



### Stimulace stran jazyka

Ústa jsou mírně pootevřená. Jazyk je mírně napnutý.  
Špičkou jazyka pohybujeme z pravého do levého koutu.  
Cvik provádíme v rytmickém opakování.

Karta	Průprava artikulační
H	KUCH
Karta	DTN
DTN	DTN
Karta	DTN
DTN	DTN
Karta	CSZ
CSZ	CSZ
Karta	CSZ
CSZ	CSZ
Karta L	L
Karta	L
R	R
Karta	R
R	R
Karta	AEIOU
U	AEIOU
Karta	AEIOU
AEIOU	AEIOU
Karta	Všeobecná
Všeobecná	Všeobecná