

Tong oefeningen

Tongbeweging is belangrijk voor het kauwen, likken en slikken. Tongbeweging speelt ook een belangrijke rol bij het spreken. Tijdens het spreken beweegt de tong naar voren en naar achteren, naar boven en naar beneden. Deze bewegingen zorgen ervoor dat klanken nauwkeurig worden geproduceerd. Als uw kind spraakmoeilijkheden heeft en moeite heeft goede tongbewegingen in en buiten de mond te maken zal het worden geholpen door tongoefeningen.

- Likken van een schoteltje (eerst iets dik en vloeibaar, bijvoorbeeld chocopasta, pindakaas, later iets dunner bijvoorbeeld vla, yoghurt etc.)
Leg op een schoteltje iets wat uw kind lekker vindt bijv. pindakaas, smeerworst, kruimels brood etc. Doe voor hoe je het voedsel van het bord likt. Laat het kind het nadoen.
Zorg ervoor dat:
 - Het bord op de tafel blijft staan;
 - Het kind de tong uitsteekt en een likkende beweging maakt;
 - Het kind niet alleen met de lippen het voedsel naar binnen werkt.
- Voedsel aflikken van de lippen
Doe een beetje voedsel op de lippen van uw kind. Moedig het kind aan dit eraf te likken. Laat het kind met de tong bewegingen naar boven, naar beneden en zijwaarts te maken. Zorg ervoor dat het kind alleen de tong gebruikt en niet de lippen of tanden. Het komt vaak voor dat het kind zijn onderlip gebruikt om iets van zijn bovenlip te halen en omgekeerd. Het kan ook zijn dat het kind zijn tanden daarvoor gebruikt. Herinner het kind er dan aan steeds de tong te gebruiken.
- Oefeningen met alledaagse activiteiten
 - Likken van enveloppen
- Met de tongpunt hagelslag van een bord pakken.
- Tong uitsteken; een mooie spitse tongpunt kunnen maken (om de beurt laten zien aan elkaar en voor de spiegel).
- Klakken met de tong (mee klakken op een liedje. Bijv. u draait het lievelingsliedje van uw kind en samen klakt u mee met de maat).
- Neus en kin afwisselend proberen aan te raken met de tong. (5- 10 keer).
- Zingen van liedjes op lalala, waarbij de tongpunt achter de tanden blijft. Eventueel afwisselen door het liedje met de gewone woorden te zingen. Zing ook eens een liedje op dadada of tatata.