



Kaugummigymnastik – zur Förderung der Mundmotorik

Für die Kaugummigymnastik braucht ihr nur einen zuckerfreien Kaugummi



Foto: Kinderservice Marktgemeinde Frastanz
Daniela & Sandra

- Den Kaugummi in den Mund nehmen und kauen
- Mit geschlossenem Mund kauen
- Mit offenem Mund kauen
- In der rechten Backe kauen
- In der linken Backe kauen
- Mit den Schneidezähnen kauen

- Dazwischen den Kaugummi gut durchkauen

- Mit der Zunge den Kaugummi abtasten
- Auf die Zunge legen und versuchen die Zunge vorsichtig raus zu strecken
- Den Kaugummi unter die Zunge legen und den Mund aufmachen
- Den Kaugummi zwischen Oberlippe und den Zähnen verstecken
- Den Kaugummi mit der Zunge den oberen Zähnen entlang schieben, dann dasselbe bei der unteren Zahnreihe

- Dazwischen den Kaugummi gut durchkauen

- Von hinten links bis nach hinten rechts den Kaugummi kauen – dann Richtungswechsel
- Grimassen schneiden beim Kauen (langes Kinn, breiter Mund...)
- Mund ganz ruhig lassen und nur ganz vorsichtig und ruhig kauen.

- Dazwischen den Kaugummi wieder fest durchkauen

- Am Schluss versuchen eine Kaugummiblase zu machen