



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