

PRAXIAS

PRAXIAS LINGUALES

1. Sacar y meter la lengua manteniendo la boca abierta.
2. Mover la lengua hacia arriba y abajo manteniendo la boca abierta.
3. Llevar la lengua de un lado a otro de la boca.
4. Con la punta de la lengua empujar una mejilla y después la otra.
5. Chupar con la punta de la lengua el labio superior de un lado a otro.
6. Hacer pedorretas con la lengua por fuera de nuestra boca.



PRAXIAS LABIALES

1. Posicionar los labios como si fuésemos a dar un beso.
2. Sonrisa con labios juntos.
3. Mover los labios hacia delante y hacia atrás.
4. Lo mismo que el anterior pero esta vez con los labios separados y enseñando los dientes.
5. Esconder los labios mantenerlos escondidos 2 segundos y volverlos a sacar
6. Pintarnos el labio superior y moverlos sobre el labio inferior para conseguir que también se pinten.
7. Lo mismo que el anterior, pero, al contrario
8. Con los incisivos inferiores mordernos el labio superior.



PRAXIAS DEL VELO DEL PALADAR

1. Hacer gárgaras con agua.
2. Aspiraciones profundas, expulsando el aire por la nariz.
3. Bostezar.
4. Tomar aire por la nariz y espirar más tarde.
5. Mirádonos en el espejo, emitimos la vocal "A" observádonos el movimiento que hacemos con la boca y controlando de manera adecuada la emisión de aire.
6. Mirádonos en el espejo, gritar fuertemente emitiendo la vocal "A".
7. De nuevo mirádonos en el espejo, hacer el gesto del vocal "A" con la boca, pero sin emitir ningún sonido.
8. Toser.



PRAXIAS DE MANDÍBULA

1. Abirir y cerrar la boca lentamente.
2. Abrir y cerrar la boca rápidamente.
3. Mover la mandíbula de un lado a otro
4. Apretar mucho los dientes y relajarlos después
5. Hacer como si masticáramos, pero con los labios juntos.



PRAXIAS DE RESPIRACIÓN

1. Inspiración nasal lenta y profunda, retener el aire y expulsarlo lentamente por la nariz
- 3- Inspiración nasal lenta y profunda, retener el aire y expulsarlo en tres o cuatro veces por la nariz.
- 4- Inspiración nasal lenta, retener el aire y expulsarlo despacio por la boca.
- 5- Inspiración nasal lenta y profunda, retener el aire y expulsarlo rápidamente por la boca.



Pasillos de colores

7- Oler cosas diferentes.

8- Ponernos frente a un espejo e intentar empañarlo al expulsar aire por la nariz.

9- Teniendo la boca cerrada, espirar por la nariz para poder mover tiras de papel que tendremos delante.

10- Inspiración nasal larga y profunda haciendo que se quede pegada a la nariz una tira de papel de seda.

11. Aspirar con una pajita.

PRAXIAS DE SOPLO



1. Hinchar un globo

1. Echar carrera de pelotas de pin pon, pudiendo empujar estas por el suelo solo con ayuda del soplo.

2. En la boca nos pegamos en el labio con ayuda de nuestra propia saliva, papel higiénico cortado en tiras, lo soplamos y tendremos que mover las diferentes tiras con ayuda de nuestro fuerte soplo, como si de un alengua de dragón se tratara.

3. Hacer pompas de jabón con pomperos.

4. Soplar con pajitas, podemos poner temperas en un folio y soplar con pajitas para poder trabajar el soplo y a la vez crear una bonita manualidad.

5. Soplar velas.

6. Echar confeti sobre una mesa y a través del soplo conseguir que este llegue al suelo y en la mesa no quede nada.

7. Soplar silbatos.

8. Intentar silbar.

9. Hacer molinillos de papel y después hacerlos moverse con ayuda de nuestro soplo.

10. Hacer globos con un chicle.