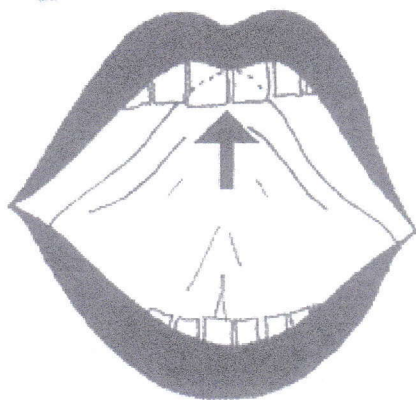
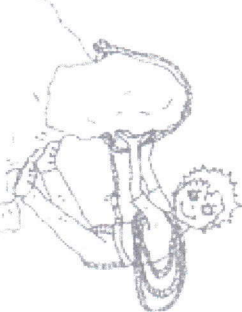


# Průpravné cvičení k nápravě hlásek L

## 1. HOROLEZEC



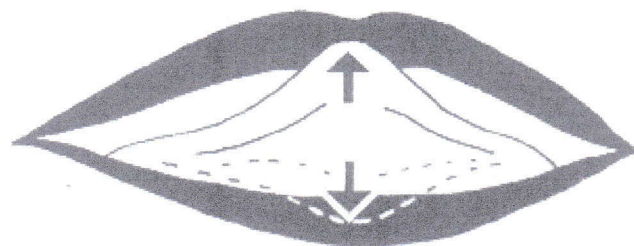
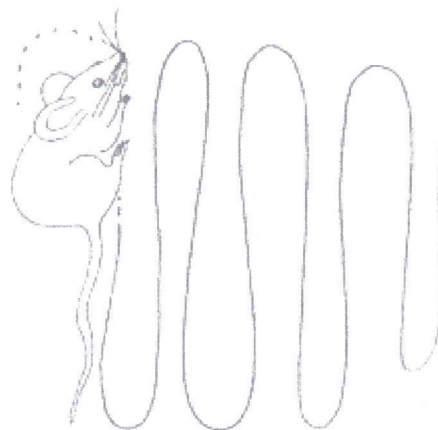
### Stimulace hrot jazyka s výdrží ve zdvihu

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

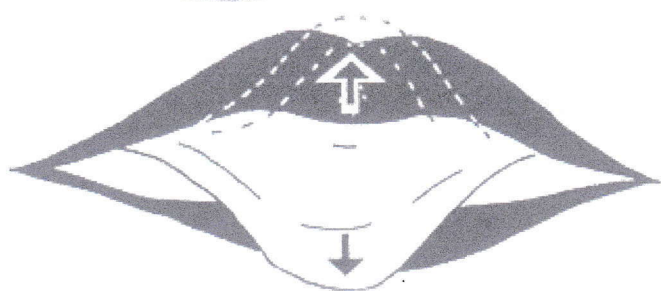
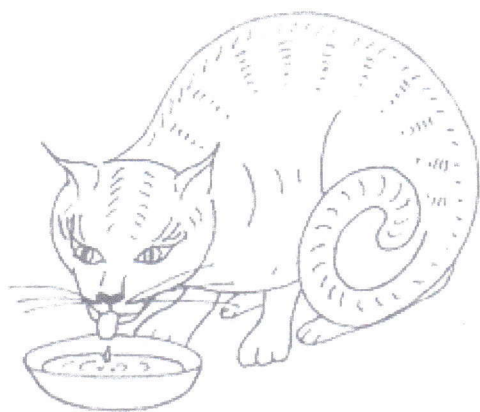


### Střídavé procvičení hrotu jazyka

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

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

## 3. KOČIČKA VYLIZUJE MLÉKO

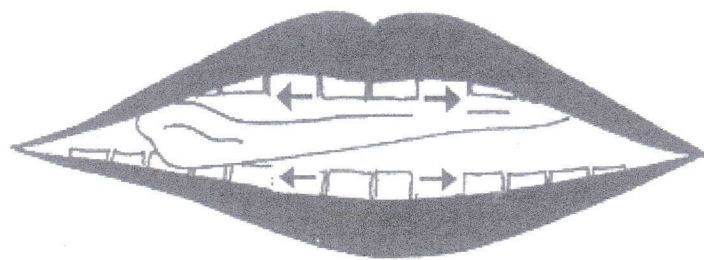
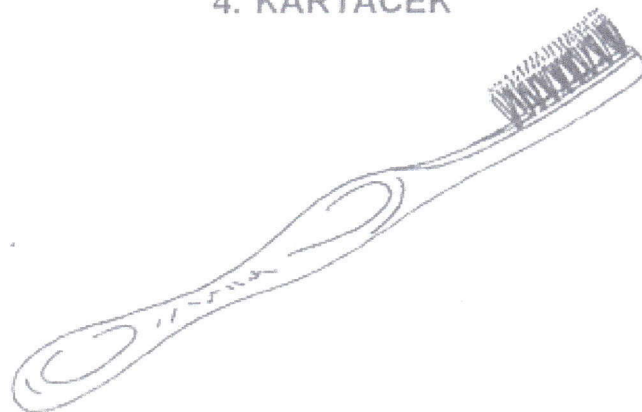


### Protažení jazyka

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.

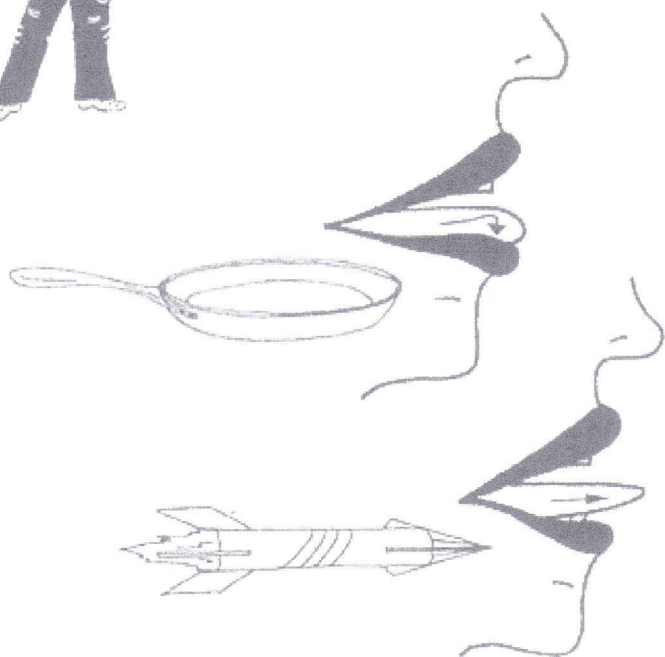
Cvik provádíme z levé i pravé strany.

Cvik provádíme v rytmickém opakování.

# Průpravné cvičení k nápravě hlásek L



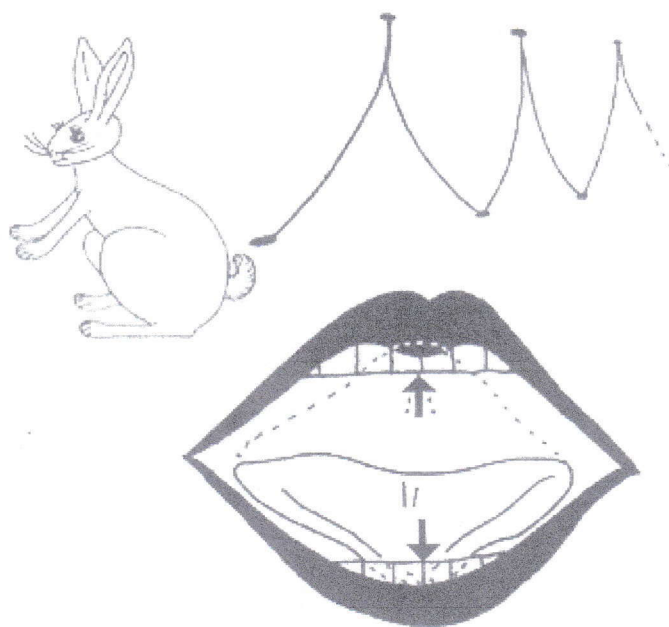
## 5. PÁNVIČKA - RAKETA



### 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

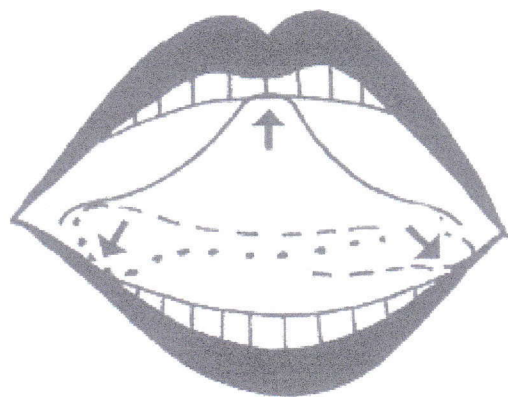


### Stimulace pohybu jazyka střídavě za horní a dolní zuby

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

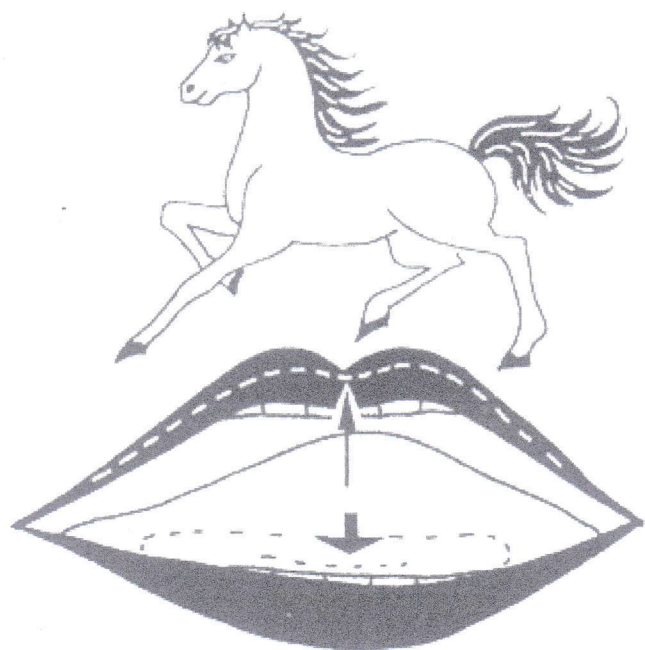
1 3 5 7  
2 4 6 8



### 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.