

FICHE N°22



BUT

Tonifier les lèvres.

MATERIEL

Aucun.

COMMENT FAIRE

Il est parfois nécessaire de tonifier les muscles qui permettent aux lèvres de maintenir la position fermée.

Dans un premier temps, massez-les en appliquant une pression centrale qui va vers l'extérieur. Il ne s'agit pas d'un effleurement mais d'une réelle pression.

Tentez d'inclure les massages et autres stimulations dans vos activités quotidiennes. Ainsi, faites-le à chaque change, lors du bain ou après le biberon.

FICHE N°23

BUT

Tonifier les lèvres.

MATERIEL

Aucun.

COMMENT FAIRE

Après avoir massé les lèvres, continuez à les stimuler en les tapotant du doigt, en les pinçant doucement et en les brossant avec une brosse à dents premier âge.



FICHE N°24

BUT

Tonifier les lèvres.

MATERIEL

Rouge à lèvres.

COMMENT FAIRE

Colorez les lèvres de votre enfant ainsi que les vôtres avec un stick à lèvres (légèrement coloré).

Faites des bisous sur un miroir ou sur un mouchoir que vous aurez fixé. Votre enfant se mobilisera pour que ses lèvres y laissent l’empreinte de son bisou.

Variez la forme de vos bisous (formes allongées ou rondes, bisous légers ou bien marqués) et encouragez votre enfant à faire de même.

Le froid du miroir accentuera les sensations et les efforts de votre enfant seront mieux ciblés.

La position assise (sur une chaise à sa taille ou sur vos genoux) est préférable (voir en Annexe).

FICHE N°25

BUT

Tonifier les lèvres.

MATERIEL

Aucun.

COMMENT FAIRE

Lorsqu'il aura commencé à faire des bisous, encouragez-le à en faire le plus souvent possible (toujours lorsque cela a un sens).

Plus le bruit produit est clair, plus le mouvement est tonique. Il faut donc pouvoir **entendre** le bisou.

FICHE N°26

BUT

Tonifier les lèvres.

MATERIEL

Glaçons, gants en latex.

COMMENT FAIRE



Placez un glaçon dans l'un des doigts du gant et faites le tour des lèvres de votre enfant avec : le froid va stimuler cette zone que vous pourrez ensuite travailler en suivant la procédure des fiches précédentes.

Il est nécessaire de faire 10 tours de lèvres et de renouveler les exercices.

Suivez cette procédure plusieurs fois sans dépasser une période de 10 minutes.

Associez, si possible, ces activités aux repas, au brossage des dents, au change afin de les reproduire plusieurs fois par jour.

FICHE N°27

BUT

Tonifier les lèvres.

MATERIEL

Carré de caoutchouc (ballon gonflable, gants en latex).

COMMENT FAIRE

Tenez le carré de caoutchouc contre les lèvres de votre enfant. Tirez sur chaque extrémité puis relâchez d'un coup. Cela lui procurera la même sensation que celle ressentie en prononçant les sons «ou», «u», «o», «oi».

FICHE N°28

BUT

Tonifier les lèvres.

MATERIEL

Aucun.

COMMENT FAIRE

Encouragez votre enfant à imiter le son «ou» en mobilisant les lèvres.

S'il n'arrive pas à les arrondir, placez deux doigts à la commissure des lèvres et assistez son mouvement.

Accompagnez-le dès que vous sentez qu'il fait un effort musculaire.

Complimentez-le de sa réussite.



« ouu »

FICHE N°29

BUT

Tonifier les lèvres.

MATERIEL

Aucun.

COMMENT FAIRE



« iii »

Encouragez votre enfant à faire un grand sourire en étirant bien les lèvres. Si dans un premier temps ce mouvement lui est difficile ou est seulement à moitié esquissé, placez deux doigts sur la commissure des lèvres et assistez son mouvement en l'accompagnant dès que vous sentez un effort musculaire.

FICHE N°30

BUT

Tonifier les lèvres.

MATERIEL

Miroir.

COMMENT FAIRE

Placez-vous devant un miroir de façon à ce que vous puissiez vous voir tous les deux. Installez votre enfant sur vos genoux ou sur une chaise adaptée à sa taille et placez-vous derrière lui.

Suivez la procédure des deux fiches précédentes après avoir préalablement refroidi la zone. (voir fiches n° 28 et 29).

FICHE N°31



BUT

Tonifier les lèvres.

MATERIEL

Miroir.

COMMENT FAIRE

Ainsi, tirez les lèvres vers l'extérieur (voir photo) et, lorsqu'il imite le son « ou », accompagnez son mouvement de vos doigts et félicitez-le.

De même, poussez les lèvres vers l'intérieur et lorsqu'il imite le son « iii », suivez-le et félicitez-le. (voir photo)



FICHE N°32

BUT

Tonifier les lèvres.

MATERIEL

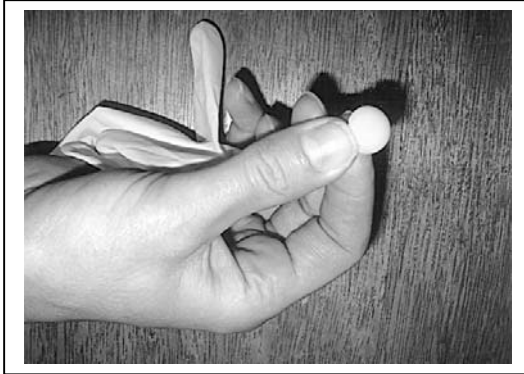
Miroir.

COMMENT FAIRE

Placez votre enfant devant le miroir (voir fiches précédentes) et suivez la même procédure que sur la fiche n°31 en plaçant vos doigts en diagonale (voir dessin).



FICHE N°33



BUT

Tonifier les lèvres.

MATERIEL

Un gant en latex dont les doigts sont coupés.

COMMENT FAIRE

Créez une petite bulle au bout du doigt en le tordant plusieurs fois.

Placez la bulle à l'intérieur de la bouche de votre enfant, juste derrière ses lèvres et tirez en lui demandant de **maintenir la bulle avec ses lèvres** (ce que l'enfant fait de façon presque automatique).

Vous pouvez faire ce jeu à plusieurs reprises à tour de rôle.

FICHE N°34

BUT

Tonifier les lèvres.

MATERIEL

Bâtons d'esquimaux, bâtonnets servant à mélanger sucre et café,
petites cuillères en plastique dans les petits pots de glace.

COMMENT FAIRE

Lorsque votre enfant parvient à bien maintenir la bulle avec ses lèvres (voir fiche précédente), placez un bâtonnet ou une petite cuillère entre ses lèvres.

Demandez-lui de le (ou la) garder entre ses lèvres pendant que vous comptez jusqu'à 2, puis 3, puis 4, puis...

Si besoin est, commencez par l'aider en maintenant ses lèvres fermées entre le pouce et l'index.

FICHE N°35

BUT

Tonifier les lèvres.

MATERIEL

Bâtons d'esquimaux, bâtonnets servant à mélanger sucre et café, petites cuillères en plastique dans les petits pots de glace.

COMMENT FAIRE

Suivez la même procédure que pour la fiche n°34 mais, encouragez-le à le faire seul pendant que vous comptez.

Vous pouvez l'asseoir devant un miroir pour qu'il se regarde et qu'il vous voie également.

FICHE N°36

BUT

Tonifier les lèvres.

MATERIEL

Bâtons d'esquimaux, bâtonnets servant à mélanger sucre et café,
petites cuillères en plastique dans les petits pots de glace.

COMMENT FAIRE

Suivez la même procédure que pour les deux fiches précédentes et tirez légèrement sur le bâtonnet pendant quelques secondes.

Ne tirez pas trop fort car l'effort musculaire est important. Si l'enfant est en trop grande difficulté, il tiendra le bâtonnet entre les dents, ce qui n'est pas le but de l'activité.