

MOUTH ADNESS

ORAL MOTOR ACTIVITIES FOR CHILDREN

Vận Động Miệng



Catherine Orr, M.A., OTR, BCP

Nội dung

Các Hoạt Động Luyện Tập Miệng	9 - 56
Về Các Hoạt Động Luyện Tập Miệng	9
Môi	11 - 28
Bellamy	12 - 13
Bla-Bla-Bla-Bla-Bla-Bla!	14
Chải Răng	15
Bắn Trong Miệng	16
Xịt Lốp	17
Miệng Biến Mất	18 - 19
Mặt Ú Òa	20 - 22
Lái Xe	23 - 24
Hắt Xì	25 - 26
Mỉm Cười Và Cau Có	27
Má	29 - 42
Thổi Bóng Bay	30 - 31
Quả Bóng Trong Miệng	32
Bong Bóng Của Bubba	33
Mèo Béo	34
Cầu Mắt Bản	35 - 36
Con Ruồi	37 - 38
Con Sâu	39 - 40
Ngón Tay Cốc	41
Lưỡi	42 - 56
Con Bướm	44
Đầu Băng Cúc	45
Willie Cần Thận	46 - 47
Tớ Đếm Được Răng Của Tớ	48
Cô Sâu Siêu Sạch	49

Mèo Mẹ	50
Con Rắn	51
Chú Lợn Con	52 - 53
Liếm Tem	54
Khóa Lại	55

Các Hoạt Động Luyện Tập Miệng

Về Các Hoạt Động Luyện Tập Miệng

Các hoạt động luyện tập miệng cũng đơn giản như “các trò chơi với ngón tay” nhưng được thực hiện bằng miệng. Hãy thực hiện trong ngữ cảnh hướng dẫn một-một hoặc giới thiệu cho một nhóm nhỏ. Hoạt động theo nhóm sẽ khiến trẻ cảm thấy thích thú hơn, đồng thời trẻ có thể quan sát nhiều người làm mẫu để trẻ thực hiện theo.

Hãy bắt đầu trò chơi bằng cách giúp trẻ đọc thuộc lòng một đoạn có vần điệu hoặc một câu chuyện. Sau đó làm mẫu cử động miệng sao cho tương ứng với những câu vừa đọc. Khuyến khích trẻ bắt chước cử động miệng. Phóng đại cử động và chuyển động miệng để duy trì sự chú ý của trẻ. Bạn có thể yêu cầu trẻ đọc thuộc lòng câu chuyện, nhưng chủ yếu là khuyến khích trẻ bắt chước cử động miệng.

Các hoạt động luyện tập miệng được trình bày thành ba phần: Môi, Má và Lưỡi. Các mục này chỉ các bộ phận của miệng được nhấn mạnh nhiều nhất trong các hoạt động luyện tập miệng. Việc bắt chước chính xác các cử động trên khuôn mặt *không* phải là mục tiêu của các hoạt động trên. Lợi ích chính khi thực hiện các trò chơi là trẻ học quan sát và bắt chước cử động miệng. Trẻ dễ đạt được lợi ích này hơn nếu được hoạt động trong một không khí vui vẻ. Hãy khen ngợi và khuyến khích mọi nỗ lực của trẻ.

Môi

Bellamy



Hãy nghe Bellamy, chú chó săn.
À húuu! À húuu!
Hãy nghe Bellamy, chú chó săn.
À húuu! À húuu!

*Làm miệng hình chữ "u" phóng đại
khi Bellamy nói "À húuu!"*



Hãy nghe Bellamy, chú chó săn.
Thật vậy, chú sẽ bắt cáo kia.
Hãy xem chú khịt khịt xung quanh kia.

*Chúm miệng sang bên phải và bên
trái và phóng đại động tác ngửi khịt
khịt.*



Hãy nhìn lưỡi lè dài xuống đất.

Lè lưỡi và thờ hờn hờn.



Hãy nghe Bellamy, chú chó săn.
À húuu! À húuu!
Tiếng kêu to nhất ở quanh đây!

*Làm miệng hình chữ "u" phóng đại
khi Bellamy nói "À húuu!"*

Bla-Bla-Bla-Bla-Bla-Bla!

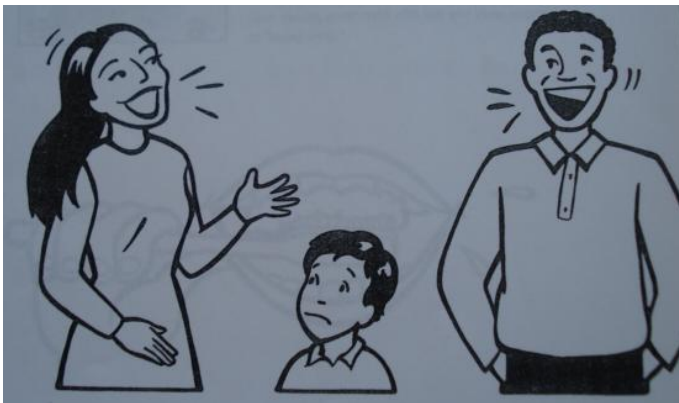


Làm gì khi người lớn nói chuyện.
Bla-bla-bla-bla-bla!
Làm gì khi người lớn nói chuyện.
Bla-bla-bla-bla-bla!
Mắm môi, môi mắm! Mắm môi lại!

*Đưa hàm dưới ngang sang bên phải.
Đưa môi dưới bên phải che môi trên bên phải.*

Làm gì khi người lớn nói chuyện.
Bla-bla-bla-bla-bla!
Làm gì khi người lớn nói chuyện.
Bla-bla-bla-bla-bla!
Mắm môi, môi mắm! Mắm môi lại!

*Làm ngược lại hành động trên. Đưa hàm dưới
ngang sang bên trái. Đưa môi dưới bên trái che
môi trên bên trái.*



Chải Răng



Chải răng hằng ngày.

Nhe răng và đưa ngang ngón tay làm bàn chải.

Chải răng hằng ngày.

Lặp lại hành động trên.

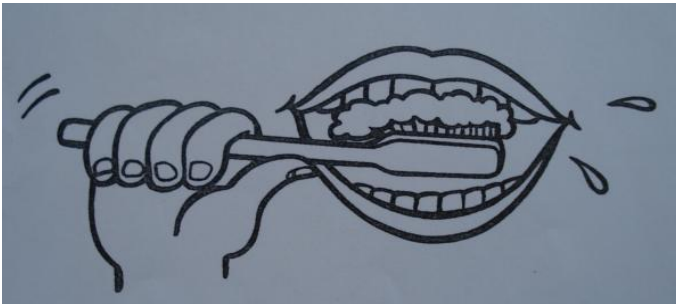
Chải răng hằng ngày.

Lặp lại hành động trên



Chải răng hằng ngày, không thì chúng sẽ biến mất!

Há miệng và lấy hai môi che hết hai hàm răng, khiến người khác ngạc nhiên như thể "những chiếc răng biến mất."



Bắn Trong Miệng



Đừng cho thứ gì bắn vào miệng!
Nhổ nó ra!

Giả vờ nhổ bằng cách làm miệng "puuuu".

Đừng cho rệp vào miệng!
Nhổ chúng ra!

Lặp lại hành động trên.

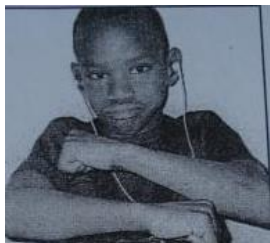


Đừng cho tay vào miệng!
Bỏ tay ra!
Nhổ, nhổ, nhổ,
Nhổ ra!

Chạm mỗi ngón tay vào miệng rồi làm động tác "nhổ ra".



Xịt Lốp



Mình là lốp xe!
Đi thôi, lên đường! Brrrrr!

Quay hai cánh tay (thể hiện xe bắt đầu lăn bánh) trong khi miệng tạo âm thanh nhẹ.



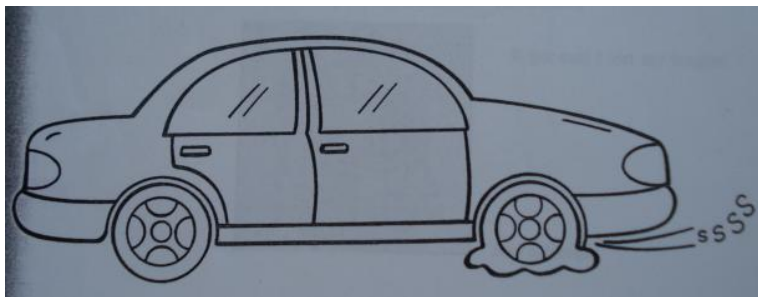
Ôi thôi! Mình bị xịt rồi!

Tăng áp lực luồng hơi qua môi để tạo âm thanh tiếng nổ lớn. Vung tay lên không trung.

Làm lại động tác quay cánh tay như lúc trước, nhưng lần này cử động giật. Tiếp tục tạo âm thanh tiếng nổ khi "lốp xịt" đang đi chao đảo.

Hạ cánh tay để tạo âm thanh thở ra nhẹ dần khi đầu và hai cánh tay mềm dần.

Xịt hẳn rồi! Mình mắc kẹt rồi!



Miệng Biến Mất



Đầu tiên, mình mất môi trên. Ồ!

Đẩy hàm răng dưới lên để che hết môi trên.



Sau đó mình mất môi dưới. Ui!

Dùng hàm răng trên che hết môi dưới.



Mình tìm, và cả hai má của mình biến đi đâu mất!

Ôi!

Hóp hai má vào trong.



Má mình lại xuất hiện rồi!

Nhưng mình lại mất lưỡi!

Lè lưỡi.



Không nói gì nữa cả. Giờ mình lặng thinh!

Hóp hai má và mím môi để làm mặt buồn.



Mặt Ú Òa



Dùng tay che mắt và mở tay ra trong khi kể câu chuyện này. Sau đó yêu cầu trẻ dùng tay che mắt mình rồi mở tay ra khi bạn kể lại câu chuyện.

Đưa hai bàn tay che mắt.



Mình có một thứ đồ chơi.

Mở hai bàn tay và mỉm cười.

Đưa hai bàn tay che mắt.



Nhưng mình làm mất rồi!

Mở hai bàn tay và làm mặt cau có.

Đưa hai bàn tay che mắt.

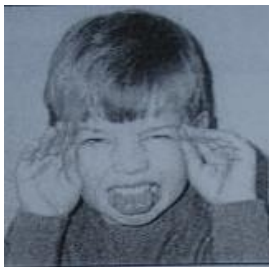


Mình đi tìm. Và mình tìm thấy một chú khỉ.

Mở hai bàn tay và làm mặt ngạc nhiên.

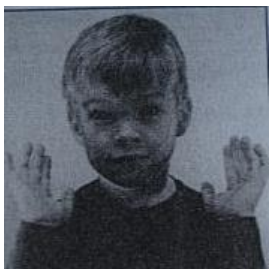
Đưa hai bàn tay che mắt.

(còn nữa)



Mình tìm thấy một con rệp.

*Mở hai bàn tay và làm mặt khó chịu..
Đưa hai bàn tay che mặt.*



Mình tìm thấy một chiếc cốc.

*Mở hai bàn tay và làm mặt ngạc nhiên..
Đưa hai bàn tay che mặt.*



Mình tìm thấy một người bạn.

*Mở hai bàn tay và mỉm cười..
Đưa hai bàn tay che mặt.*



Bạn mình tìm thấy đồ chơi rồi!

Mở hai bàn tay và làm mặt ngạc nhiên.



Bọn mình cùng chơi đồ chơi,
Bạn mình và mình.

Mỉm cười.



Lái Xe



Mình chuẩn bị khởi động ô tô.

Xoay cổ tay, làm điệu bộ xoay chìa khóa để khởi động xe.

Rrrrrr!

Tạo âm thanh Rrrrr, sau đó làm giảm dần âm thanh này thành những âm thanh bập bập bằng hai môi.



Xe không nổ máy.

Lặp lại hành động và âm thanh như trên, sau đó cũng làm giảm dần âm thanh này thành những âm thanh bập bập bằng hai môi.



Xe vẫn không nổ máy.

Lặp lại hành động trên, nhưng lần này "cho xe rồ máy."

Tạo âm thanh bập bập thật lớn và liên tục.

Đưa người về phía trước và dùng hai bàn tay nắm lấy chiếc vô lăng tưởng tượng.

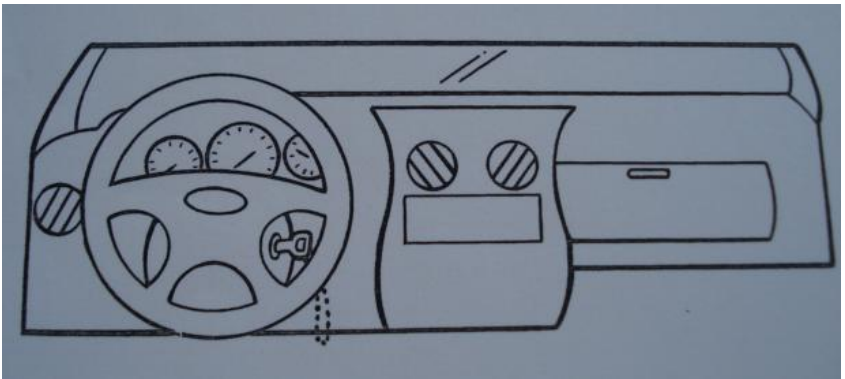
Giả vờ lái xe.



*Nghiêng người mạnh sang bên trái để
rẽ trái thật mạnh.
Tiếp tục tạo âm thanh.*



*Lặp lại hành động trên, nhưng rẽ phải.
Duỗi chân phải lên phía trước và giả
vờ nhấn phanh.
Làm miệng "iiiiii" phóng đại như thể
phanh xe ken két.*



Hắt Xì



Cho mỗi trẻ một tờ giấy lau.

Uuuuu! Uuuuu!

Làm miệng hình "Uuuuu!" phóng đại.



Iiiii! Iiiii!

Làm miệng hình "Iiiii!" phóng đại!



Ahhhh! Ahhhh!

Làm miệng "Ahhh" phóng đại.



Chúuuu!

Thổi vào tờ giấy lau.

Tôi xin lỗi!

Mím Cười và Cau Có



'Mím cười' đi lên

Mím cười, hai môi cong nhiều lên trên, giữ hai môi khép kín miệng.



'Cau có' đi xuống

Làm mặt cau có, hai môi cong nhiều xuống dưới.



Còn 'nhe răng cười' thì đi quanh và đi quanh và đi quanh!

Mở miệng và nhe răng cười thật tươi.



Thổi Bóng Bay



Minh là quả bóng bay.

Hít một hơi thật sâu và giữ cho hai môi khép kín.



Hít một hơi thật sâu và phồng má lên một chút.

Hít một hơi thật sâu và phồng má to hơn.



Hít một hơi thật sâu rồi quỳ lên. Đẩy ngực về phía trước, tạo một vòng tròn bằng hai cánh tay.

Hít một hơi thật sâu rồi đứng lên, ngực đẩy về phía trước, má phồng to, mắt mở to.

(còn nữa)



Ấn ngón tay trỏ vào má và xì hơi.



Phóng đại hành động giãn môi để tạo âm thanh "sss"

Ssssssss.

Dần dần ngồi xuống sàn.



Hóp hai má vào trong.

Xịt hết rồi!

Quả Bóng Trong Miệng



Cô có một quả bóng. Xem cô bắt bóng này.

Dùng tay cầm một quả bóng vô hình. Giả vờ ném bóng lên không trung rồi bắt bóng bằng miệng.



Hít đầy không khí vào miệng rồi phồng một bên má, sau đó lại phồng bên khác để làm động tác quả bóng di chuyển từ chỗ này sang chỗ khác trong miệng.



Mở miệng và "thổi phụt" quả bóng vào lòng bàn tay.

Bây giờ đến lượt em. Hãy bắt bóng bằng miệng!

Giả vờ ném quả bóng cho một trẻ trong nhóm. Trẻ giả vờ bắt bóng vào trong miệng và làm các động tác theo thứ tự như trên.

Bong Bóng của Bubba



Khi bạn Bubba thổi bong bóng,

Phồng hai má.



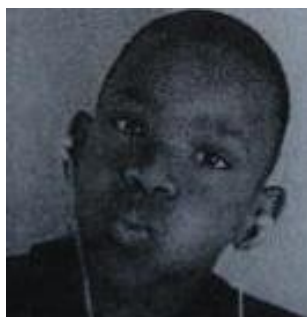
Điều gì sẽ xảy ra, hãy nói xem nào.

Đặt ngón tay dưới cằm.



Bong bóng của Bubbba có “bụp”?

Vỗ má.



Hay bóng bóng bay đi?

Thổi.

Mèo Béo



Tớ gặp một chú mèo.
Meo! Meo!
Chú mèo đó rất béo!

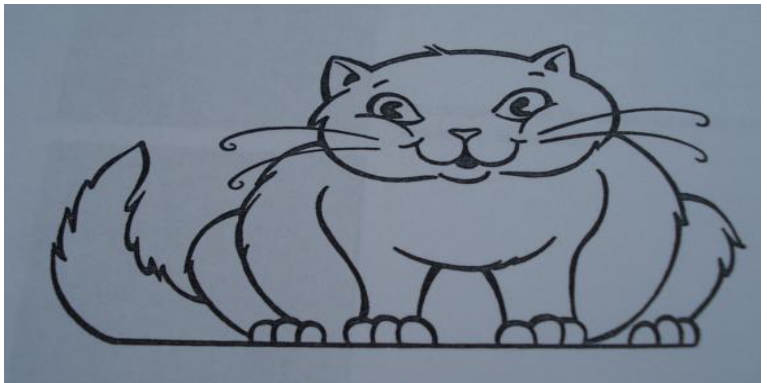
Phồng hai má.



Meo!
Một chú mèo không nên béo như vậy!
Meo! Meo!
Chú ta nên thon thả, mảnh khảnh và
gọn gàng.

Hóp má vào trong.

Meo!



Cầu Mắt Bắn



Cầu mắt của tớ bắn, bắn!

Nhắm một mắt lại và giả vờ như lấy ra cầu mắt của mắt bên đó.



Giả vờ như cho cầu mắt đó vào trong miệng.



Đào lưỡi trong miệng để làm động tác như có thứ gì đó trong miệng.



*Phóng đại hành động nuốt.
Làm mặt ngạc nhiên.*



Đặt 2 tay lên bụng và đẩy lên phía trên. Choàng mở hai mắt.



Nhắm cả hai mắt và lắc đầu.



Mở mắt.

Giờ mắt mình ổn rồi!

Con Ruồi



Zzzzzzzzzzzzz!

Ngẩng và quay đầu để nhìn con ruồi.



Có một con ruồi!

Tiếp tục quay đầu, giả vờ như đang quan sát con ruồi.



Mình sẽ bắt nó!

Cắn vào không khí và giả vờ như bắt con ruồi vào miệng.

Mmmmmmmm!

Chúm môi ra đằng trước, tạo âm thanh "mmm" và cử động môi theo hình tròn như thể con ruồi đang bay vòng quanh trong miệng.





Ptùuuuu!

Giả vờ như nhỏ con ruồi ra ngoài.



Zzzzzzzzzzzzzzz!

Giả vờ như đang quan sát con ruồi lần nữa. Giả vờ như con ruồi đậu vào mũi. Nhìn vào đầu mũi.



Mình sẽ bắt nó!

Nhắm thật kỹ và đưa bàn tay lên mũi.



Yắc!

Bỏ tay ra khỏi mặt, nhìn vào lòng bàn tay như thể con ruồi đang ở đó rồi phóng đại hành động "Yắc".

Con Sâu



Một hôm, con sâu nhỏ bò ra khỏi nhà của mình và chui lên mặt đất. Nó thò đầu lên ba lần.

Thọc ngón tay trở xuyên qua các ngón tay của bàn tay bên kia để giả làm con sâu. Cho con sâu thò đầu lên ba lần. Đếm 1... 2... 3...



Mình ăn mất con sâu rồi!

Giả vờ ăn con sâu!



Cứu với! Con sâu đang tìm cách chui ra ngoài!
Nhìn nó thúc vào má trái mình này!

Từ trong miệng, đá lưỡi thúc vào má trái.



Giờ hãy xem nó thúc vào má phải mình này!

Từ trong miệng, thúc lưỡi vào má phải.



Xem con sâu đi vòng quanh vòng quanh kia.

Từ trong miệng, đá lưỡi theo vòng tròn sát hai môi.



Úi! Nó trốn ra ngoài kia!

Lè lưỡi ra ngoài.



Ngón Tay Cóc



Đừng bao giờ chạm vào con cóc!
Mọi người bảo mình, nếu chạm vào cóc
Bạn sẽ mọc mụn cóc đáng sợ và có lông!
Những ngón tay cóc, ngón tay cóc
Mọc mụn đáng sợ và có lông!

Giơ hai tay lên trước mặt và ngo nguậy các ngón tay.



Chạm đầu ngón trỏ vào má trái.



Ở trong miệng, đẩy lưỡi vào má sao cho bạn sờ thấy lưỡi ở dưới ngón tay trỏ. Đẩy lưỡi để tạo một chỗ lõm (mụn cóc) trên má. Kêu lên sợ hãi. Giả vờ làm mụn cóc ở nhiều vị trí khác nhau trên má.



Con Bướm



Vẫy cánh qua đây, những con bướm bướm
Động đây, động đây, những cái lưỡi nhỏ
Chúng vẫy cánh, và chúng liếm

Đẩy lưỡi ra vào.



Đưa lưỡi đi khắp nơi mà chúng qua

*Há miệng, đưa lưỡi quanh hai môi theo một
vòng tròn.*



Chạm vào những cánh hoa
Và chúng uống mà không một tiếng động

Đẩy lưỡi ra vào.



Shhh!

Đặt ngón tay lên môi và nói: "Shhh!"

Đầu Bằng Cúc



Tớ có một cái đầu bằng cúc,
Một cái đầu bằng cúc, một cái đầu bằng cúc.
Tớ có một cái đầu bằng cúc.
Hãy xem tớ ẩn những chiếc cúc của tớ này.

Kéo tai phải và nhẹ nhàng thò lưỡi ra từ bên phải miệng.



Kéo tai trái và nhẹ nhàng thò lưỡi ra từ bên trái miệng.



Ẩn vào mũi và thè lưỡi ra từ giữa miệng.

*Lặp lại các hành động trên;
thay đổi thứ tự theo sở thích.*



Willie Cẩn Thận



Willie Cẩn Thận là một chú chuột chũi
Willie Cẩn Thận sống chui lủi ở trong một cái
hố.

*Há miệng từ từ rồi đột ngột mở há thật rộng.
Nâng và ngo nguậy lưỡi trong miệng.*



Cái hố của Willie có những chiếc răng thật gớm
ghiếc,

Nhe răng.



Nhọn ở hàm trên,

*Đưa hàm răng trên ra ngoài để che hết môi
dưới.*



Và nhọn ở cả hàm dưới.

Sau đó hàm răng dưới che hết môi trên.



Willie Căn Thận muốn chơi.
Muốn thấy ánh sáng ban ngày.
Lặng lẽ bò, Willie chui ra ngoài.
Willie Căn Thận nhìn quanh
Cậu nhìn sang bên trái.

Thè lưỡi ra bên trái.



Cậu nhìn sang bên phải.

Thè lưỡi sang bên phải.

Cậu nhìn trái. Cậu nhìn phải.
Đưa lưỡi từ bên trái sang bên phải một vài lần.
Cậu nhìn trái. Cậu nhìn phải.
Lặp lại hành động trên.



Mình nghĩ mình sẽ để Willie ở lại trong đó tối nay.

Ngậm miệng che kín Willie.



Tớ Đếm Được Răng Của Tớ



Tớ đếm được răng của tớ 1... 2...

Đưa đầu lưỡi chạm vào răng cửa, từng cái một.



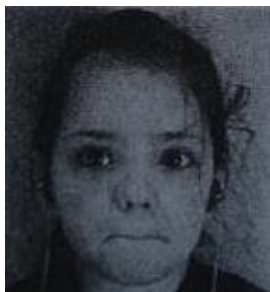
Tớ đếm được răng của tớ.
Thế còn bạn?

*Đưa đầu lưỡi răng cửa chạm vào những
chiếc răng khác, từng cái một.*



Tớ đếm được răng của tớ bằng lưỡi.

Tiếp tục "đếm" răng.

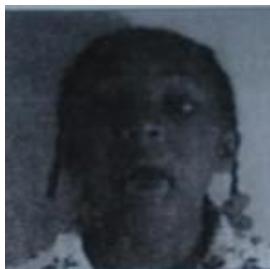


Nhưng tớ không cần được cho đến khi tớ đếm xong.

Rút lưỡi vào trong và ngậm miệng.

Chà!

Cô Sâu Siêu Sạch



Trước kia có một cô sâu siêu sạch

Há miệng và thè lưỡi ra ngoài.



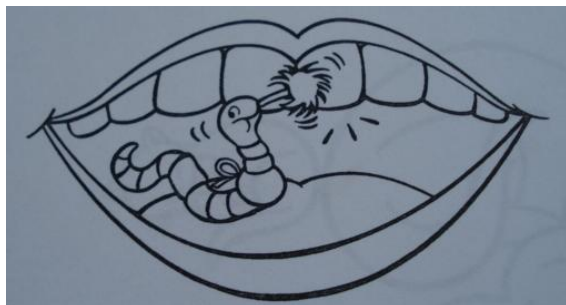
Cô ghét cả những ý nghĩ về vi trùng
Cô cọ sạch tất cả những chiếc răng của mình
Từ trên xuống dưới

*Đưa lưỡi lên xuống cọ vào hàm răng trên rồi
răng dưới.*



Và bất kể chỗ nào cô có thể ngoãn ngoèo bò
qua.

*Rút lưỡi lùi vào trong một chút rồi đưa lưỡi cọ
mặt sau của răng.*



Mèo Mẹ



Mèo Mẹ liếm sạch những đũa con của mình
Bằng chiếc lưỡi mèo nhỏ nhắn xinh xắn
Mèo mẹ liếm, liếm, liếm những bàn chân nhỏ
xinh của mèo con

Giả vờ liếm mu bàn tay.



Mèo Mẹ liếm sạch những chiếc móng nhỏ xíu
của mèo con.

Gập ngón tay vào lòng bàn tay và giả vờ liếm.



Mình vui vì mình không phải là mèo con
Vì liếm như vậy sẽ làm mình dính dóp!

Làm mặt "ghê quá!" và lau tay vào thứ gì đó.



Con Rắn



Rắn ngữi bằng lưỡi.

Đưa lưỡi ra ngoài và thụt thò (giả vờ làm lưỡi rắn)

Rắn ngữi bằng lưỡi.

Lặp lại hành động trên.



Không phải bằng mũi.

Dùng lưỡi chỉ lên mũi.



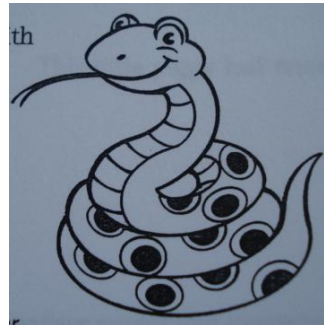
Không phải bằng tai.

Dùng lưỡi chỉ vào mỗi bên tai.



Rắn ngữi bằng lưỡi.

Thụt thò lưỡi và rung mạnh.



Chú Lợn Con Bài Thơ Mẫu Giáo Truyền Thống



Lợn Con đi chợ.

Há miệng và đưa lưỡi chạm vào một chiếc răng bên trái.



Lợn Con ở nhà.

Đưa lưỡi sang bên phải và chạm vào một chiếc răng bên phải.



Lợn Con ăn thịt bò quay.

Đưa lưỡi về giữa miệng và chạm vào một chiếc răng.



Lợn Con chẳng ăn gì hết thây.

Tiếp tục đưa lưỡi sang bên phải và chạm vào một chiếc răng khác ở bên phải.



Và lợn con lướt phiuuuuuu dọc đường về nhà.

Nhe răng và đập nhẹ hai hàm răng vào nhau như thể chúng đang trò chuyện.

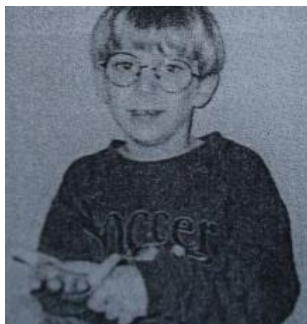


Liếm Tem



Liếm-liếm-liếm, liếm

Giữ ngón tay trở trước miệng và giả vờ như đang liếm từ dưới lên trên.



Liếm vào tem để dính nó lại.

Vỗ ngón tay vừa liếm vào bàn tay còn lại.



Khóa Lại



Bla-bla-bla-bla!
Bla-bla-bla-bla!
Bla-bla-bla-bla!
Bla-bla-bla-bla!
Khóa lại!



*Đưa lưỡi qua hai môi từ trái sang phải, miệng khép.
Làm động tác cố gắng nói khi ngậm miệng.
Đưa lưỡi qua hai môi từ phải sang trái và hé miệng.
Làm động tác thở dài nhẹ nhõm.*



Bla-bla-bla-bla!
Bla-bla-bla-bla!
Bla-bla-bla-bla!
Bla-bla-bla-bla!
Mở ra!

*Đưa lưỡi che kín môi trên, miệng khép và giữ lưỡi che kín môi trên.
Làm động tác cố gắng nói khi môi và lưỡi ở vị trí như trên.
Sau đó rút lưỡi ra khỏi môi và mở miệng, làm động tác thở dài nhẹ nhõm.*

Bla-bla-bla-bla!

