





Nome dell'esercizio	Descrizione	Obiettivo
Il Nonno	Coprire i denti superiori e inferiori con le labbra, ripiegandole verso l'interno della bocca.	Attivazione e controllo del muscolo orbicolare delle labbra.
Il Bacio senza Schiocco	Protrusione delle labbra in avanti, come per dare un bacio, senza produrre alcun suono.	Attivazione e controllo del muscolo orbicolare delle labbra.
Il Bacio con Schiocco	Protrusione delle labbra in avanti, seguita da uno schiocco sonoro.	Attivazione e controllo del muscolo orbicolare delle labbra.
Lo Scimpanzé	Mantenendo le labbra chiuse, gonfiare d'aria il labbro superiore come se si imitasse uno scimpanzé.	Allungamento del labbro superiore. e controllo del muscolo orbicolare della bocca.
Sorriso a Labbra Chiuse	Retrarre le labbra lateralmente mantenendole chiuse, come per sorridere senza mostrare i denti.	Attivazione e controllo della muscolatura periorale.
Sorriso a Labbra Aperte	Retrarre le labbra lateralmente mostrando i denti, come in un sorriso ampio e spontaneo.	Attivazione e controllo della muscolatura periorale.
Bacio-Sorriso	Alternare la protrusione delle labbra (bacio) con la retrazione (sorriso), in modo ritmico e fluido.	Attivazione della muscolatura periorale e diadococinesi.