

Position au repos	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi	Dimanche
Croix							
Total							

Déglutition	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi	Dimanche
Croix							
Total							

Carnet de bord des exercices pour l'immaturation linguale

Jours	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi	Dimanche
Tirer la langue hors de la bouche et la rentrer							
Balayer le palais avec la pointe de la langue d'avant en arrière							
Monter la langue vers le nez puis la descendre vers le menton							
Faire aller la langue à droite puis à gauche à l'extérieur de la bouche							
Mettre la langue à l'intérieur de la joue droite puis de la joue gauche							
Faire le tour des lèvres puis le tour du fond du vestibule dans un sens puis dans l'autre							

Carnet de bord des exercices pour la rééducation musculaire

Jours	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi	Dimanche
Claquement de la langue							
L'appui sur un abaisse langue							
L'appui des faces latérales de la langue sur un abaisse langue							
Langue pointue							
Le bâillement							
Langue aplatie et reculée							
Le piston							