

«Мимическая гимнастика для детей»

С целью развития лицевых мышц рекомендуется имитация мимических движений с использованием картинок.

- 1.Высоко поднять брови – «Мы умеем удивляться».
- 2.Нахмурить брови (следить, чтобы губы не участвовали в движении) – «Мы умеем сердиться».
- 3.Широко раскрыть глаза – «Мы испугались».
- 4.Улыбнуться одними губами так, чтобы зубы не были видны (следить, чтобы глаза не улыбались).
- 5.Улыбнуться одним углом рта, стараться, чтобы уголок губ «смотрел» на ухо.
- 6.Улыбнуться другим углом.
- 7.Повторить движения поочерёдно.
- 8.Закрыть один глаз, затем другой. Поочерёдно закрывать глаза – «Мы подмигиваем».
- 9.Сильно надуть щёки, выпустить воздух. Поочерёдно надувать щёки, перегоняя воздух из одной щеки в другую.
- 10.Сомкнутые губы вытянуть вперёд в «трубочку», затем улыбнуться как в упражнении 4. Чередовать эти движения.
- 11.Открывать и закрывать рот. Удерживать открытый рот под счёт 1 – 5.
12. «Пила»: положить руку на подбородок, движения нижней челюсти вправо, влево. Следить, чтобы при этом не поворачивалась голова.
- 13.Двигать нижней челюстью вперёд – назад, вверх – вниз.
- 14.Раздувать ноздри – «Мы нюхаем».
- 15.Сузить глаза.
- 16.Поднимать верхние губы на улыбке, сморщивая нос (презрение).
- 17.Оттягивать нижнюю губу вниз (отвращение).

Памятка для родителей «Правила речевого дыхания»

Речевое дыхание отличается от обычного жизненного дыхания. Например, если вне речи мы дышим через нос, то во время речи вдох берётся через рот, если вне речи вдох и выдох по продолжительности одинаковы, то в речи вдох и выдох неравномерны: вдох короткий, но не резкий, а выдох длительный (в 6 – 8 раз длиннее вдоха).

На что же следует обратить внимание:

- 1.Чтобы ребёнок не начинал говорить, не сделав вдоха.
- 2.Чтобы всегда говорил только на выдохе.
- 3.Чтобы во время вдоха не втягивал воздух носом, а делал вдох через рот.
- 4.Чтобы вдох был мягким и коротким, а выдох – длительным и плавным.
- 5.Чтобы при вдохе живот поднимался, а при выдохе опускался (нижнедиафрагмальное дыхание).
- 6.Чтобы плечи во время дыхания были совершенно неподвижно.
- 7.Чтобы грудь не поднималась сильно при вдохе и не опускалась при выдохе.

8.Чтобы, сделав вдох, ребёнок сразу же начинал говорить, не задерживая дыхания.

9.Чтобы после выдоха перед новым вдохом обязательно сделал остановку приблизительно на 2 – 3 секунды.

10.Чтобы во время речевого дыхания не было никакого напряжения.

Предваряют выполнение этих правил специальные занятия по развитию речевого дыхания, по формированию нижнедиафрагмального дыхания.

Примерные упражнения: «Надуй игрушку», «Задуй свечу», «Ветерок шелестит листьями», «Прокати карандаш по столу».

Необходимо обращать внимание детей на различные силу, высоту и тембр голоса. Примерные упражнения: «Эхо», «Скажи тихо, скажи громко», «Кто как кричит?» (звукоподражания животным, различным шумам).