



## Памятка для родителей

### "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.
5. Улыбнуться одним углом рта, стараться, чтобы уголок губ "смотрел" на угол.
6. Улыбнуться другим углом рта.
7. Повторить движения поочередно.
8. Закрыть один глаз, затем другой. Поочередно закрывать глаза - "Мы подмигиваем".
9. Сильно надуть щеки, выпустить воздух. Поочередно надувать щеки, перегоняя воздух из одной щеки в другую.
10. Сомкнутые губы вытянуть вперед .
11. Открывать и закрывать рот. Удерживать открытый рот под счет 1-5.
12. "Пила": положить руку на подбородок, движения нижней челюсти вправо, влево. Следить, чтобы при этом не поворачивалась голова.
13. Двигать нижней челюстью вперед - назад, вверх- вниз.
14. Раздувать ноздри- "Мы нюхаем цветы".
15. Прищурить глаза.
16. Поднимать верхние губы на улыбке, сморщивая нос.
17. Оттягивать верхнюю губу вниз.