



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 (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).

