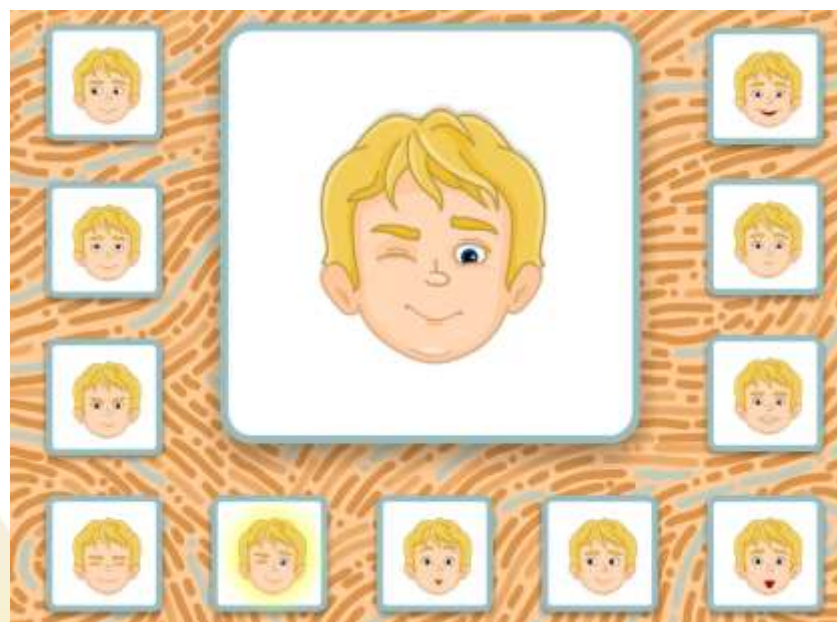


## Мимическая гимнастика для детей



Мимика нужна человеку не только для выражения эмоций. Она играет важную роль в формировании правильного произношения, поэтому логопеды уделяют ей отдельное внимание, включая в комплексы коррекционных упражнений. Чем и когда полезна мимическая гимнастика для детей?



- ✓ При системных занятиях мимика станет более выразительной, лицо более живым, дикция более чёткой.
- ✓ Все упражнения следует выполнять взрослому вместе с ребёнком, сидя перед зеркалом.
- ✓ После каждого упражнения немножко отдохнуть, расслабиться, проглотить слюну.
- ✓ Повторять упражнения не более 3-5 раз. Заниматься ежедневно от 5 до 8-10 мин в зависимости от возраста ребёнка.



# ПРИМЕРЫ УПРАЖНЕНИЙ для развития мимики, которые МОЖНО ВЫПОЛНЯТЬ и дома:



- **Закрывать и открывать глаза без напряжения.**

Лицо не подвижно. Только поднимаются и опускаются верхние веки. Держим глаза закрытыми под счет (до 5, а потом открываем. Повторяем упражнение 3-5 раз.

*Мы закроем крепко глазки  
И во сне увидим сказки.  
Побываем на луне  
И поедем на слоне.*



- **Раздувать ноздри – «Мы нюхаем».** Втягиваем ноздри, делая глубокий вдох носом. Плечи при вдохе не поднимаются. Повторяем упражнение 3-5 раз.

*Мы увидели пион,  
Как чудесно пахнет он!  
Воздух носом втянем дружно,  
Нам цветок понюхать нужно.*



- **Учимся быстро-быстро моргать.** Лицо при этом спокойно. Повторяем упражнение 3-5 раз.



*По дорожке шла коала,  
Эвкалипта лист жевала.  
Замечталась и упала,  
Часто-часто заморгала.*



- **«Мы подмигиваем».** Закрывать один глаз, затем другой. Поочередно закрывать глаза. Повторяем упражнение 3-5 раз.

*Как хитрющий рыжий кот,  
Поморгаем мы. Вот! Вот!  
Левый глаз! Правый глаз!  
Получается у нас!*



- **«Мы умеем удивляться».** Учимся приподнимать и опускать брови. Когда поднимаем брови, выражение лица удивленное. Повторяем упражнение 3-5 раз.



*В зоопарке побывали,  
Крокодила увидали.  
Он зубастый! Так и знай!  
Брови выше поднимай!*



- **«Мы умеем сердиться».** Хмурим брови. Выражение лица сердитое. Если упражнение не получается, сдвигаем брови к переносице указательными пальцами. Следить, чтобы губы не участвовали в движении. Повторяем упражнение 3-5 раз.

*Не хотела каши Маша,  
Рассердилась мама наша,  
Брови хмурила вот так.  
Каша – это не пустяк!*



- **Учимся надувать губы.** Выражение лица капризное. Повторяем упражнение 3-5 раз.

*Капризуля наша Люба,  
Как карась надула губы!  
Говорит карась большой:  
- Дуться так не хорошо!*



- **Учимся поджимать губы.** Повторяем упражнение 3-5 раз.

*Рассердилась наша Люба  
И теперь поджала губы!  
Ну и Ну! Моя подружка  
Так похожа на лягушку.*



- **«Худышки».** Учимся втягивать щеки.

Повторяем упражнение 3-5 раз.

*На ветвях висит мартышка.*

*Не мартышка, а худышка!*

*Не хватает ей продуктов –*

*Сладких, сочных, спелых фруктов.*



- Сильно надуть щёки, выпустить воздух. **Поочерёдно надувать щёки**, перегоняя воздух из одной щеки в другую. Повторяем упражнение 3-5 раз.

*Мишка очень любит мед,  
В улей он залез. И вот –  
Словно флюс щека у мишки  
И испачканы штанишки.*



- **Учимся двигать кончиком носа.**

Повторяем упражнение 3-5 раз.

*Одуванчик кот сорвал,*

*От пыльцы весь желтым стал.*

*Даже в нос пыльца попала,*

*И в носу защекотало.*



- **Улыбнуться одним углом рта,** стараться, чтобы уголок губ «смотрел» на ухо.

- **Улыбнуться другим углом.**

- Повторить движения поочередно.

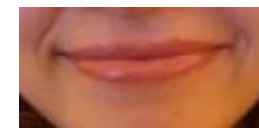


- **Открывать и закрывать рот.** Удерживать открытый рот под счёт 1 – 5.



- **«Пила»:** положить руку на подбородок, движения нижней челюсти вправо, влево. Следить, чтобы при этом не поворачивалась голова.

- Сомкнутые губы вытянуть вперёд в «трубочку», затем улыбнуться. Чередовать эти движения.



- Двигать нижней челюстью вперёд – назад, вверх – вниз.

**Успехов Вам и терпения!**

***У ВАС ВСЁ ПОЛУЧИТСЯ!***

