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).

**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 опадал (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).