**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).