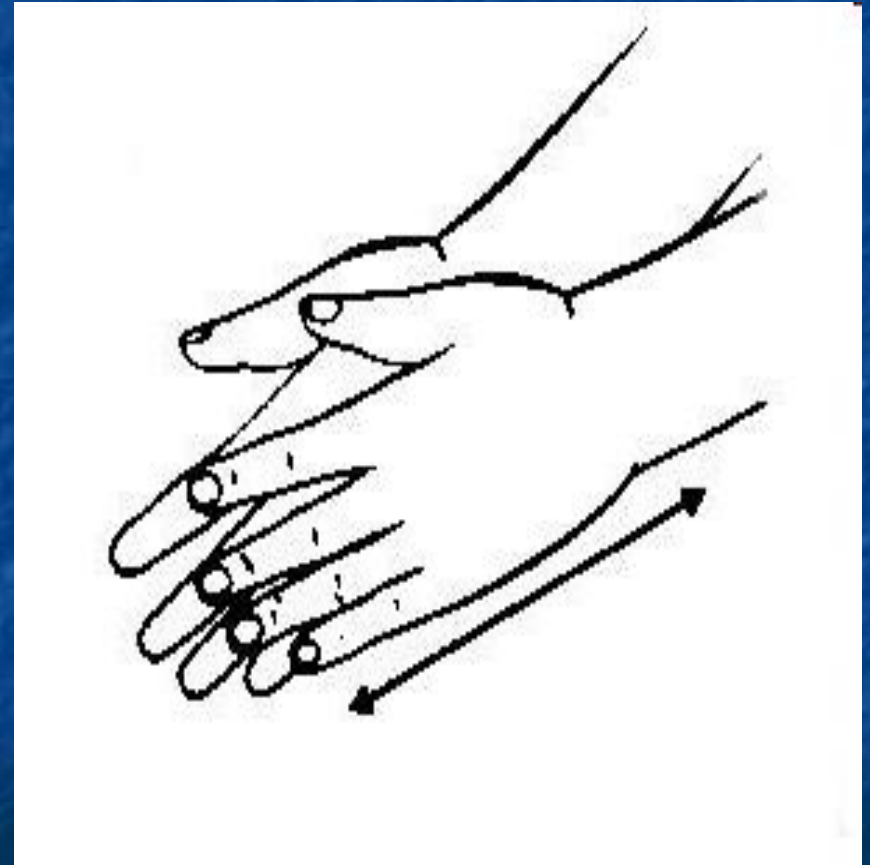


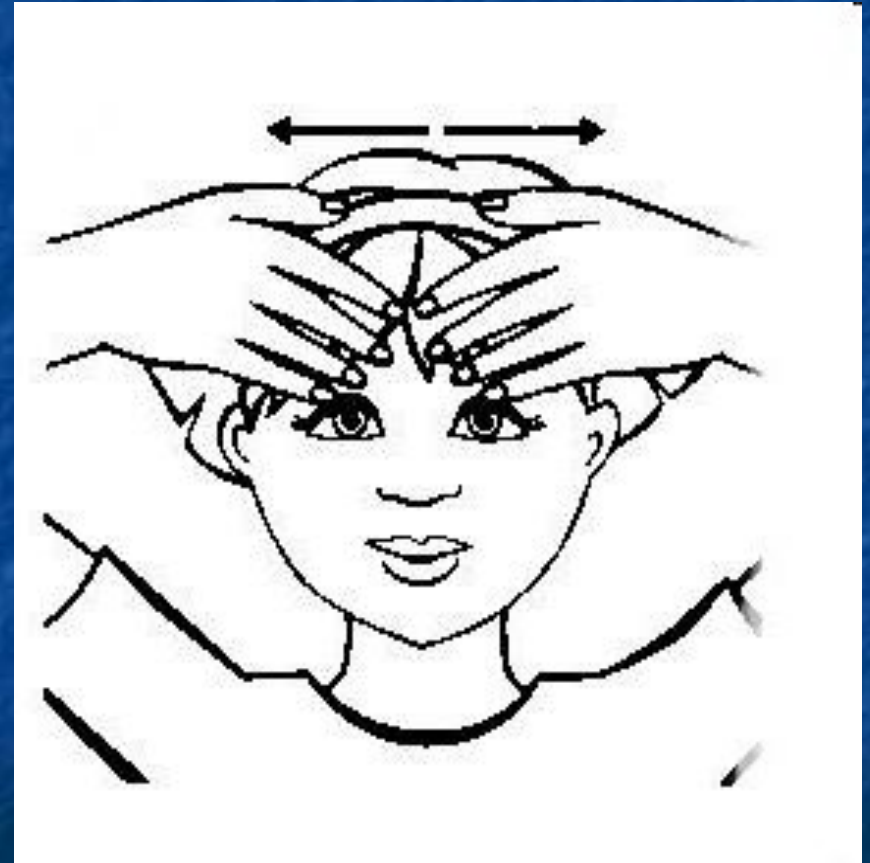
Самомассаж лица и шеи

- Перед занятием дети должны вымыть руки. Такой самомассаж желательно проводить перед каждым занятием по артикуляционной гимнастике. Он займет у вас 3 - 5 минут . Ручки растираем и разогреваем (потереть ладошки, похлопать)



Самомассаж лица и шеи

- И лицо теплом своим мы умываем (ладошками проводят по лицу сверху вниз) .
- Грабельки сгребают все плохие мысли (граблеобразные движения от середины лба к вискам)



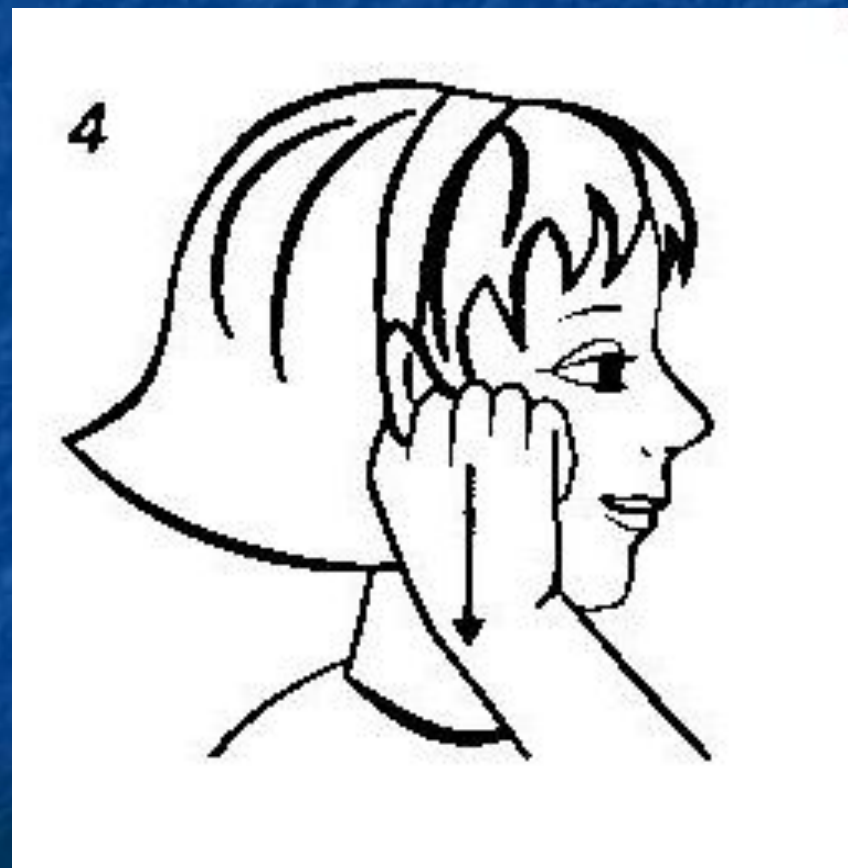
Самомассаж лица и шеи

- Ушки растираем
вверх и вниз мы
быстро
(растирающие
движения ушек
вверх-вниз)



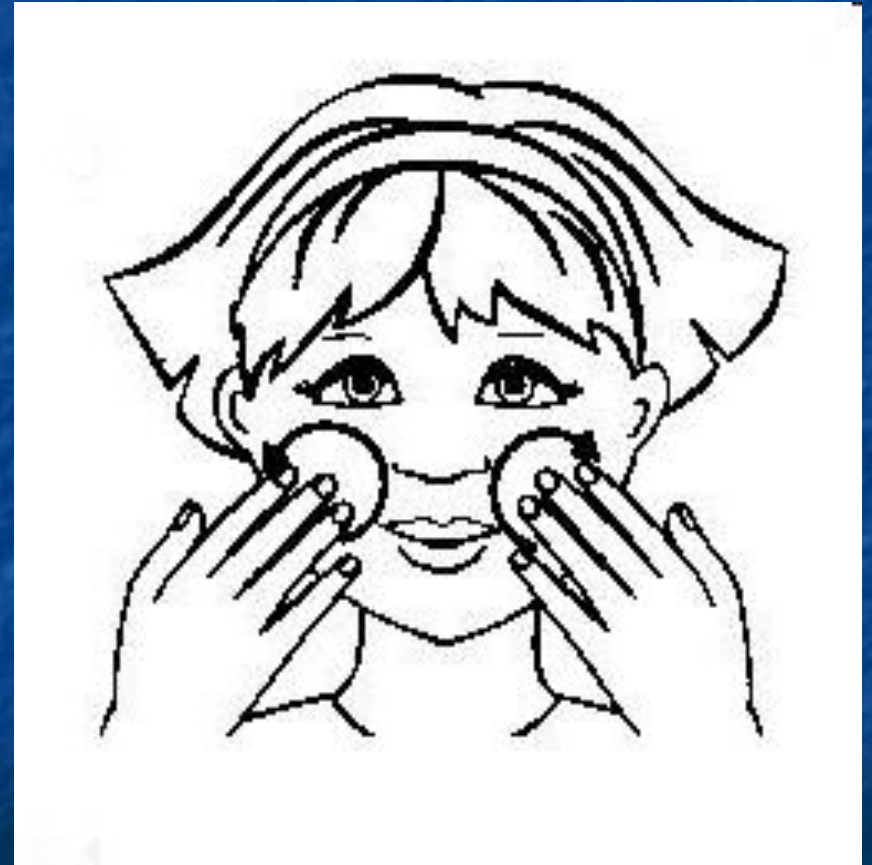
Самомассаж лица и шеи

- Их вперед сгибаем,
тянем вниз за мочки
(нагибание ушных
раковин кпереди,
оттягивание вниз)



Самомассаж лица и шеи

- И потом уходим пальцами на щеки. Щеки разминаем, чтобы надувались.



Самомассаж лица и шеи

- Губки разминаем, чтобы улыбались (разминаем губки: верхнюю и нижнюю)



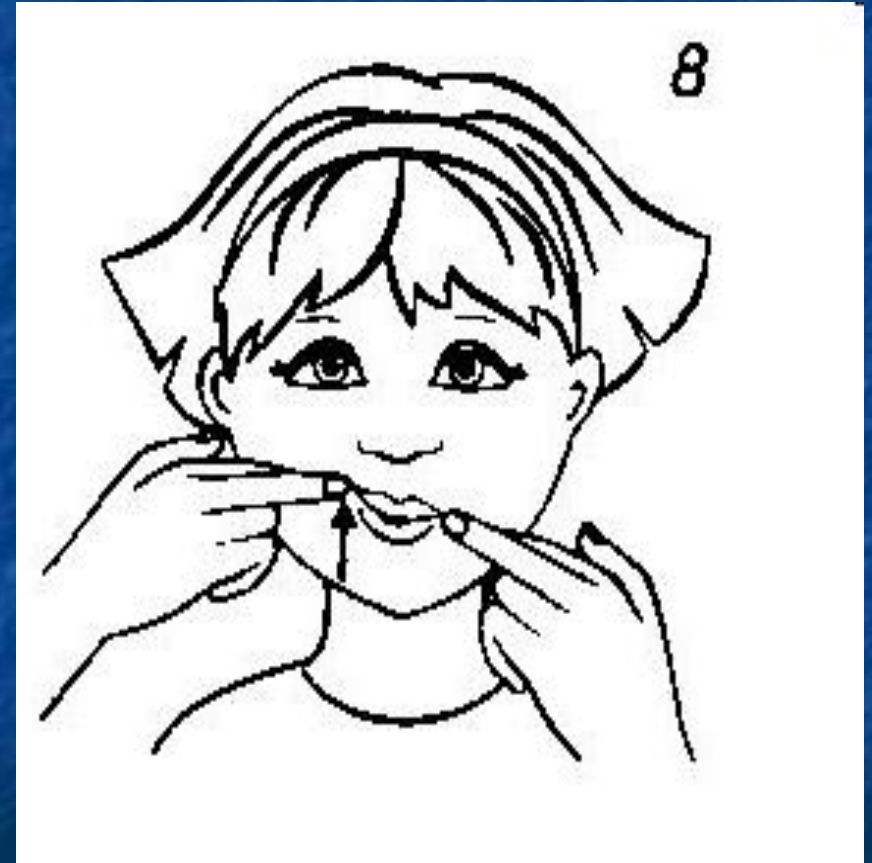
Самомассаж лица и шеи

- Мы теперь утятки – клювики потянем (губы в трубочку) Разомнем их мягко, не задев ногтями (большой и указательный пальчики разминают обе губы)



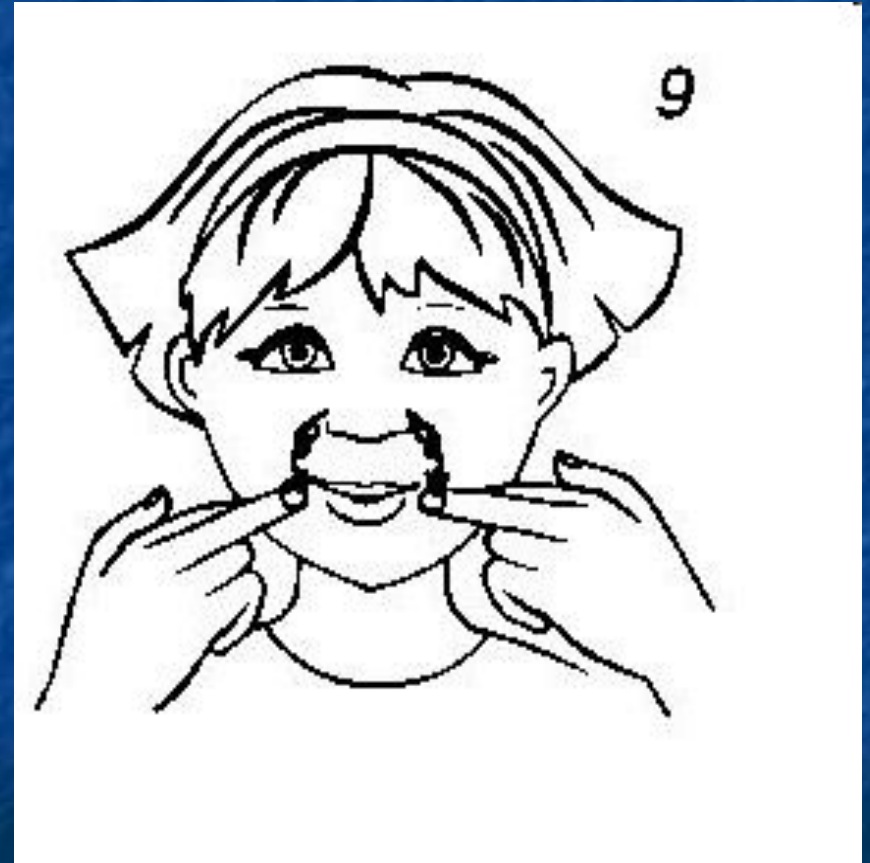
Самомассаж лица и шеи

- Уголками губ мыщечки поднимаем (пальчики по очереди поднимают уголки рта)



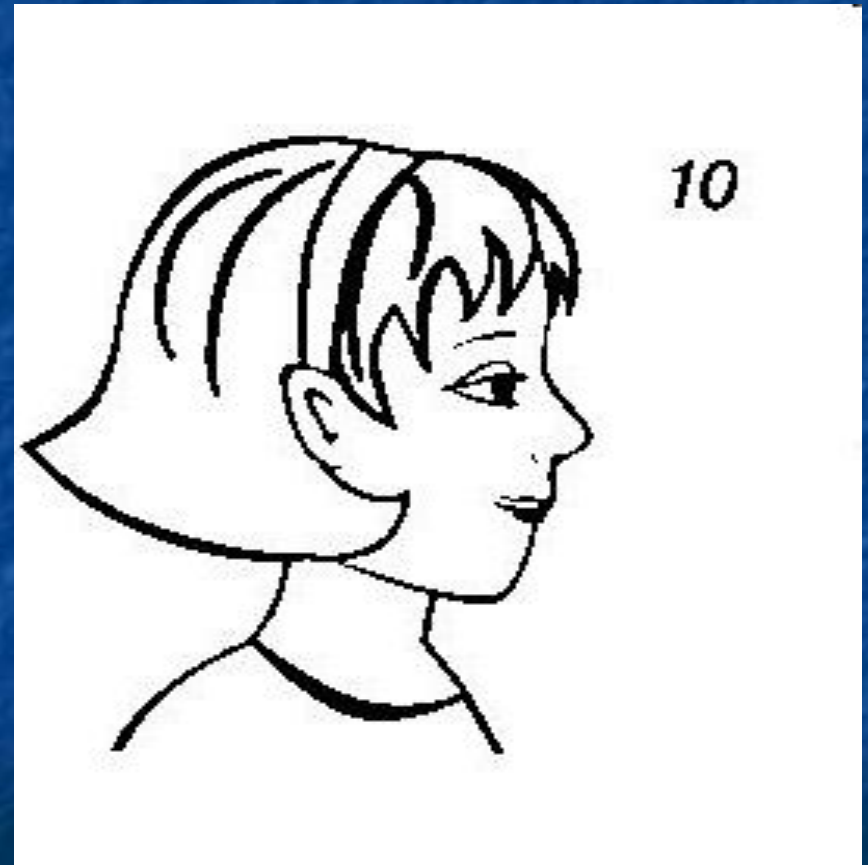
Самомассаж лица и шеи

- А потом от носа вниз к губам стекаем (спиралевидные движения по носогубной складке)



Самомассаж лица и шеи

- Губки пожую мы (покусат верхнюю и нижнюю губку)
Шарики надуем (раздувают щеки)



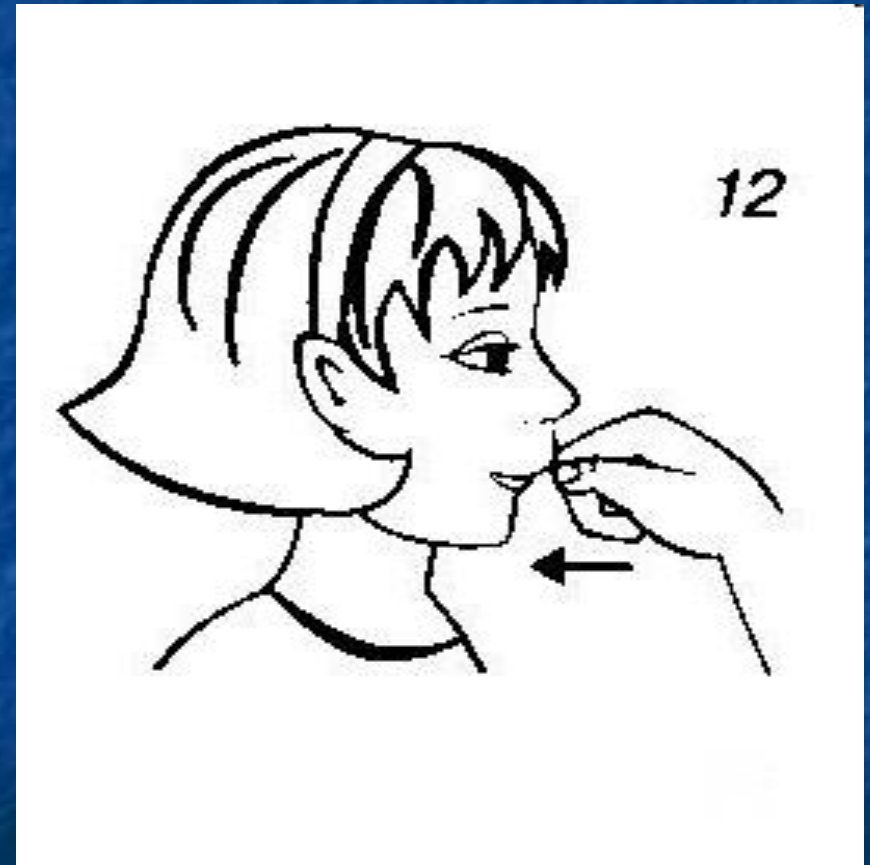
Самомассаж лица и шеи

- И губами вправо-влево потанцуем (пальчики двигают верхнюю и нижнюю губу в разные стороны)



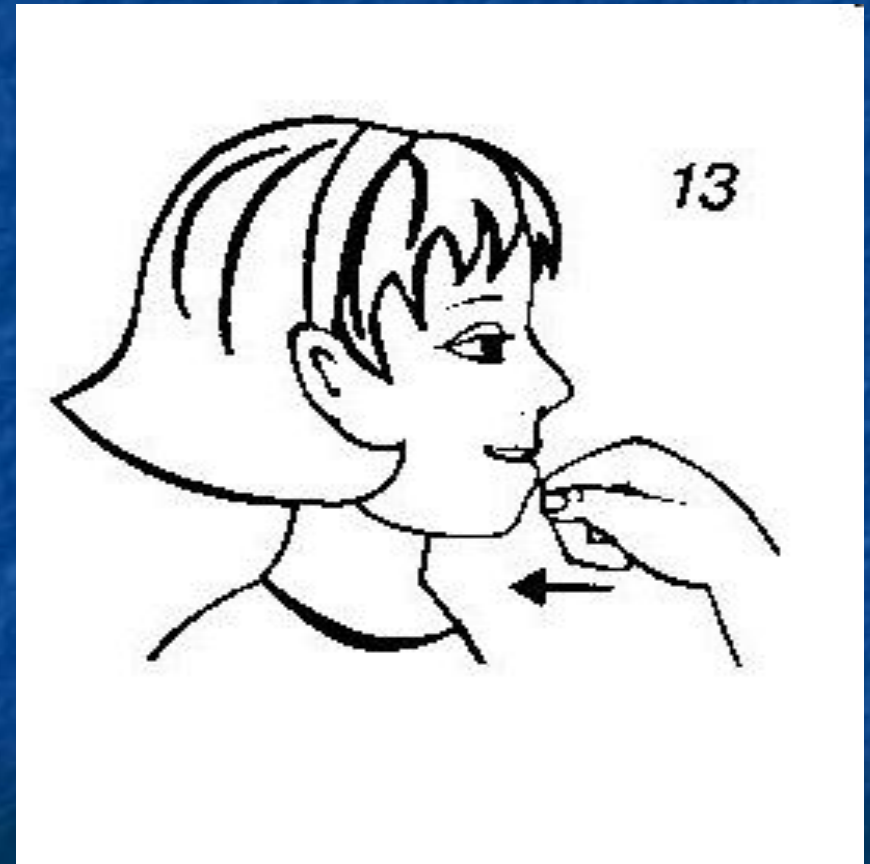
Самомассаж лица и шеи

- Мы язык за губу заворачиваем (подвернуть язык под верхнюю губу)
Кулачком по губе поколачиваем (постучать кулачком по верхней губе)



Самомассаж лица и шеи

- За другую губу заворачиваем (подвернуть язык под нижнюю губу) И другим кулачком поколачиваем (поколачиваем кулачком по нижней губе)



Самомассаж лица и шеи

- Тянем подбородок (разминаем подбородок с оттягиванием его вниз)
И к ушам щипаем (пощипываем нижнюю челюсть)
А потом по шейке
Ручками стекаем (поглаживаем шейку всей ладонью от ключицы к ключице)

