

Муниципальное автономное дошкольное образовательное учреждение  
муниципального образования город Краснодар  
«Центр развития ребенка – детский сад №118 «Золотой ключик»

«Использование элементов  
логопедического массажа и самомассажа  
в коррекции речи детей»

Подготовила  
учитель-логопед  
Валова Анна Владимировна

г. Краснодар 2023г.

## **Основные задачи комплекса гимнастики с элементами самомассажа:**

### **1. Образовательные:**

-формирование фонематической системы;

### **2.Коррекционно-развивающие:**

- развитие артикуляционного праксиса и общих речевых навыков, нормализация мышечного тонуса верхнего плечевого пояса, и артикуляционной мускулатуры;

-развитие и устранение патологической симптоматики;

-развитие и стимуляция положительных кинестезии;

-развитие улучшение качеств артикуляционных движений (точность, объём, переключаемость и др.);

-развитие закрепление элементов движения отдельных мышц;

-развитие и увеличение силы мышечных сокращений;

- развитие активизация тонких дифференцированных движений органов артикуляции, необходимых для коррекции звукопроизношения

### **3. Воспитательных:**

-воспитание трудолюбия, дисциплинированности, сосредоточенности, аккуратности;

-воспитание воли, терпения, настойчивости;

-воспитание культуры общения, поведения, коммуникабельности.

### **Педагогическая и коррекционная целесообразность.**

Гимнастика с элементами самомассажа (СКГ) направлена на развитие и коррекцию определенной группы недостаточно или неправильно работающих мышц, а также на целостный двигательный комплекс. Эта гимнастика создает условия для формирования любой группы звуков.

Как правило, на практике логопеды используют комплексы артикуляционных упражнений, чтобы выработать у ребенка определенную статическую позу артикуляционного аппарата, необходимую для постановки отдельного звука или группы звуков. Рациональнее же использовать комплекс гимнастики с элементами самомассажа, упражнения которой направлены на закрепление работы определенных групп мышц. Здесь активные гимнастические упражнения еще в большей степени, чем пассивные (массаж), влияют на закрепление у ребенка элементов движения отдельных мышц, а также целостных двигательных навыков.

Гимнастика с элементами самомассажа предназначена для использования на первых двух (из пяти) этапах работы по коррекции звукопроизношения.

1 этап – подготовительный.

Целью этого этапа является подготовка артикуляционного аппарата к формированию артикуляционных укладов. Он включает в себя шесть направлений:

- нормализация мышечного тонуса,
- нормализация моторики артикуляционного аппарата,
- нормализация речевого выдоха, выработка плавного, длительного выдоха,
- нормализация голоса,
- нормализация просодики.
- нормализация мелкой моторики рук.

2 этап – выработка новых произносительных умений и навыков

Направления:

- выработка основных артикуляционных укладов,
- определение последовательности работы над звуками,
- развитие фонематического слуха,
- постановка звука и автоматизация,
- дифференциация (дифференциация на слух; дифференциация изолированных артикуляций; произносительная дифференциация на уровне слогов, слов).

### **Комплекс гимнастики 1. «Художники»**

#### **1. Упражнения для мышц плечевого пояса «Не ошибись».**

- Согласованно поднимать плечи и опускать плечи. Вдох носом, выдох ртом.
- Движения руками в стороны. При разворачивании грудной клетки - вдох, при опадании - выдох с произнесением гласных звуков.

#### **2. Упражнения для мышц шеи: «Поищем, что нарисовать».**

- Поворачивать голову в стороны: вдох носом, выдох ртом (стоя)
- Поворачивать голову в стороны: налево (выдох носом), прямо (вдох ртом), направо (выдох носом), прямо (вдох ртом). С сопротивлением руки, упирая ее кистью или кулаком в соответствующую часть головы в противоположном направлении.

#### **3. Работа по преодолению слюнотечения: «Кисточка».**

- Вращать языком в преддверии рта, затем сглотнуть слюну.

#### 4. Самомассаж ушей: «Готовим краски».

Подходи ко мне, дружок,  
И садись скорей в кружок.  
Ушки ты свои найди  
И скорей их покажи.  
Ловко с ними мы играем,  
Вот так хлопаем ушами.  
А сейчас все тянем вниз.  
Ушко, ты не отвались!  
А потом, а потом  
Покрутили козелком.  
Ушко, кажется, замерзло,  
Отогреть его так можно.  
Раз, два! Раз, два!  
Вот и кончилась игра.  
А раз кончилась игра,  
Наступила ти-ши-на!

- Ребенок прикладывает к ушкам ладони и трет ими всю раковину.
- Захватить кончиками пальцев мочки ушей и потянуть их вниз. Захватить ушную раковину сверху и потянуть вверх. Захватить ушную раковину сбоку и потянуть назад и вперед.
- Массаж козелка. Ввести указательный палец в наружное слуховое отверстие и прижать кпереди выступ ушной раковины, слегка надавливая.
- Массаж противозавитка. Прижать указательным пальцем противозавиток, т.е. выступ сзади наружного слухового прохода. Массировать его сверху вниз.

#### 5. Самомассаж лица «Рисуем!»

- «Рисуем дорожки». Движения пальцев от середины лба к вискам.
- «Рисуем яблочки». Круговые движения пальцев от середины лба к вискам.
- «Рисуем елочки». Движения пальцев от середины лба к вискам. Движение направлено несколько по диагонали.
- «Пальцевой душ». Легкое постукивание кончиками пальцев по лбу.

- «Рисуем брови». Проводить по бровям от переносицы к вискам каждым пальцем поочередно: указательным, средним, безымянным и мизинцем.
- «Наденем очки». Указательным пальцем проводить легко от виска по краю скуловой кости к переносице, затем по брови к вискам.
- «Глазки спят». Закрывать глаза и легко прикрыть пальцами веки.  
Удерживание.
- «Нарисуем усы». Движение указательными и средними пальцами от середины верхней губы к углам рта.
- 9. «Веселый клоун». Движение указательными и средними пальцами от середины нижней губы к углам рта, а затем вверх к скуловой кости.

#### **6. Упражнения для тренировки жевательно-артикуляторных мышц и подвижности нижней челюсти: «Художники устали».**

- Раскрывать и закрывать рот произвольно.
- Выполнять движения нижней челюстью вперед-назад произвольно.
- Производить свободные движения нижней челюстью вправо и влево.
- Медленно раскрывать рот. Медленно его закрывая, перемещать челюсть в сторону.

#### **7. Упражнения для развития мимико-артикуляторных мышц «Клоуны»**

- Поднять брови вверх — расслабить мышцы.
- Нахмурить брови — расслабить мышцы.
- Глаза спокойно закрыть — открыть.

#### **8. Артикуляционные упражнения для постановки звуков (по плану логопеда).**

### **Комплекс гимнастики 2. Тема: «Ветерок».**

#### **1. Упражнения для мышц плечевого пояса «Не ошибись».**

- Поднимать и опускать поочередно плечи. Вдох носом и выдох ртом. Руки вначале на бедрах, а затем опущены.
- Разнообразные движения руками вверх. При разворачивании грудной клетки

вдох, при опадании - выдох с произнесением гласных звуков.

#### **2. Упражнения для мышц шеи «Листья летят»**

- Вращать голову слева направо и наоборот. Вдох носом, выдох ртом на полном повороте.

### **3. Работа по преодолению слюнотечения (по необходимости)**

#### **4. Самомассаж ушей «Сильный ветер».**

- Ребенок прикладывает к ушкам ладони и тщательно трет ими всю раковину.
- Захватить кончиками пальцев мочки ушей и потянуть их вниз. Захватить ушную раковину сверху и потянуть вверх. Захватить ушную раковину сбоку и потянуть назад и вперед.
- Массаж козелка.
- Массаж противозавитка.

#### **5.Самомассаж лица «Ласковый ветерок».**

- Ребенок поглаживает лоб, щеки, крылья носа от центра к вискам, мягко постукивает по коже, словно уплотняя ее.
- Надавливает пальцами на переносицу, середину бровей, делая вращательные движения по часовой и против часовой стрелки.
- С усилием надавливая, гладит красивые брови, затем прощипывает брови от переносицы к вискам.
- Мягко и нежно гладит глаза, кончиками пальцев надавливая на их уголки, массируя вокруг глаз и расчесывая длинные пушистые ресницы.
- Надавливая на крылья носа, ребенок ведет пальчики от переносицы к носовым пазухам, подергивает себя нос.

#### **6.Упражнения для тренировки жевательно-артикуляторных мышц и подвижности нижней челюсти «Буря».**

- Раскрывать и закрывать рот с преодолением сопротивления рук (кулачки под нижней челюстью).
- Производить движения нижней челюстью вправо и влево.

Язык при этом должен с силой упираться в челюсть, помогая движению.

- Губы сжать. Имитировать жевательные движения.
- Медленно поворачивая голову, доставать подбородком поочередно то правое, то левое плечо, произнося при этом звукосочетания: ЧАЙ, КАЙ, ДАЙ, ПАЙ (на звук Й касаться плеча).

#### **7.Упражнения для развития мимико-артикуляторных мышц «Спрячемся от ветра»**

- Глаза прищурить — открыть.
- Глаза с силой зажмурить — открыт.
- Глаза поочередно закрывать и открывать.

## 8. Артикуляционные упражнения для постановки звуков.

### Комплекс гимнастики 3. «Осень».

#### 1. Упражнения для мышц плечевого пояса «Не ошибись».

- Поднимать и опускать поочередно плечи. Вдох носом и выдох ртом. Руки вначале на бедрах, а затем опущены.
- Разнообразные движения руками: в стороны, вверх, вращение, плавающие движения и т. п. При разворачивании грудной клетки- вдох, при попадании — выдох с произнесением гласных звуков.

#### 2. Упражнения для мышц шеи «Посмотри, что вокруг».

- Нагибать голову вниз (выдох носом), поднять прямо и откинуть назад (вдох ртом), снова прямо (выдох ртом). сидя
- Поворачивать голову в стороны: налево (выдох носом), прямо (вдох ртом), направо (выдох носом), прямо (вдох ртом). с сопротивлением руки, упирая ее кистью или кулаком в соответствующую часть головы в противоположном движению направлении.

#### 3. Самомассаж ушей «Согреем ушки».

- Ребенок прикладывает к ушкам ладони и тщательно трет ими всю раковину.
- Захватить кончиками пальцев мочки ушей и потянуть их вниз. Захватить ушную раковину сверху и потянуть вверх. Захватить ушную раковину сбоку и потянуть назад и вперед.
- Массаж козелка.
- Массаж противозавитка.

#### 4. Самомассаж лица «Осень».

Если дождь стучит по крышам то сильней, то тише, тише, *Постукивание п пальцев*

Землю всю листва укрыла - значит, осень наступила.

Осень в гости к нам пришла, краски яркие взяла. *Поглаживающие движения*  
Стала желтою трава, разноцветною - листва.

Осень в гости к нам пришла сильный ветер принесла. *Спиралевидные движения*  
Листья пестрые летят... осень любит листопад!

Осень в гости к нам пришла, дождь с собою принесла *Постукивающие движения*

Мелкий дождик моросит, у деревьев грустный вид

Осень в гости к нам пришла, птичек в стаи собра *Зигзагообразные движения*  
«Стало холодно вокруг, вам пора лететь на юг!»

Осень в гости к нам пришла, в огород нас позвала. *Пощипывающие движения*  
Не ленись, да поспевай, собирай–ка урожай.

**5. Упражнения для тренировки жевательно-артикуляторных мышц и подвижности нижней челюсти «Лесные дары» (Съедем малинку; нарисуем гриб; пожую орешек)**

- Раскрывать и закрывать рот произвольно.
- Открыть рот. Подбородком «рисовать» круг (движения влево и вправо). Затем выполнять те же упражнения с закрытым ртом. Следить, чтобы не возникало содружественных круговых движений головой.
- Губы сжать. Имитировать жевательные движения.

**6. Упражнения для развития мимико-артикуляторных мышц «Клоуны».**

- Поднять брови вверх — расслабить мышцы.
- Глаза с силой зажмурить – открыть.
- Глаза поочередно закрывать и открывать.

**7. Артикуляционные упражнения для постановки звуков.**

#### **Комплекс гимнастики 4. «Птицы».**

**1. Упражнения для мышц плечевого пояса «Не ошибись»**

- Вращение плечами (руки опущены) спереди, назад и обратно. При: поднимании - вдох носом, при опускании - выдох ртом.

**2. Упражнения для мышц шеи «Поищем птиц».**

- Вращать голову слева направо и наоборот. Вдох носом, выдох ртом на полном повороте.

**3. Работа по преодолению слюнотечения (по необходимости).**

**4. Самомассаж ушей «Послушай соловья» (подготовим ушки).**

- Ребенок прикладывает к ушкам ладони и тщательно трет ими всю раковину.

- Захватить кончиками пальцев мочки ушей и потянуть их вниз. Захватить ушную раковину сверху и потянуть вверх. Захватить ушную раковину сбоку и потянуть назад и вперед.
- Массаж козелка.
- Массаж противозавитка.

#### **5.Самомассаж лица «Птицы»**

- «Грустный дятел». Движение указательными и средними пальцами от середины верхней губы к углам рта, а затем к углам нижней челюсти.
- «Клювик». Движение указательным и средним пальцами от углов верхней губы к середине, а затем от углов нижней губы к середине.
- «Погладим воробья». Тыльной поверхностью пальцев поглаживать от середины подбородка к ушам.
- «Почистим перышки». Поглаживание губ зубами.
- «Дятел». Постукивание губ зубами.
- Всасывание верхней и нижней губы попеременно.
- Пожевывание попеременно то верхней, то нижней губы.
- «Пальцевой душ». Набрать воздух под верхнюю губу и легко постукивать по ней кончиками пальцев, проделать то же самое движение, набрав воздух под нижнюю губу.

#### **6.Упражнения для тренировки жевательно-артикуляторных мышц и подвижности нижней челюсти «Птенцы».**

- Раскрывать и закрывать рот преодолением сопротивления рук (кулачки под нижней челюстью).
- Открыть рот. Подбородком «рисовать» квадрат (движения влево, вверх, вправо и вниз). Затем выполнять те же упражнения с закрытым ртом. Следить, чтобы не возникало содружественных круговых движений головой.
- Произносить звукосочетания (например, БАЙ, МАЙ, ДАЙ, ТАЙ). При выговаривании каждого из них медленно отклонять голову назад и пальцами рук удерживать по возможности подбородок в прямом положении (создается некоторое сопротивление в мышцах челюсти и шеи).

#### **7.Упражнения для развития мимико-артикуляторных мышц «Попугай»**

- Нахмурить брови - расслабить мышцы.
- Глаза поочередно закрывать и открывать.

- Одновременно оскалить зубы и наморщить лоб - расслабить мышцы.

## **8. Артикуляционные упражнения для постановки звуков.**

### **Комплекс гимнастики 5. «Игрушки».**

#### **1. Упражнения для мышц плечевого пояса «Не ошибись».**

- Согласованно поднимать плечи и опускать плечи. Вдох носом, выдох ртом.
- Плавательные движения руками. При разворачивании грудной клетки - вдох, при опадании - выдох с произнесением гласных звуков.

#### **2. Упражнения для мышц шеи «Найди игрушки».**

- Поворачивать голову в стороны: вдох носом, выдох ртом. Сидя с сопротивлением руки, упирая ее кистью или кулаком в соответствующую часть головы в противоположном движению направлении.
- Нагибать голову вниз (выдох носом), поднять прямо и откинуть назад (вдох ртом), снова прямо (выдох ртом).

#### **3. Работа по преодолению слюнотечения (по необходимости)**

#### **4. Самомассаж ушей «Подарки».**

- «Поиграем!» Большой палец руки заводим сзади ушной раковины и с помощью указательного и среднего пальцев растираем уши от мочек к верхнему краю ушной раковины, затем в противоположном направлении.
- «С днем рождения». Напоминаем, что при поздравлении с днем рождения принято потягивать именинника за уши вверх с пожеланиями. Потягиваем верхнюю часть ушной раковины вверх.
- «Чебурашка». Оттягиваем уши в стороны. Устраиваем «конкурс», кто больше всех похож на Чебурашку.
- «Слоник». Сначала заворачиваем ушные раковины вперед, затем назад.
- «Наушники». Вначале «разогреваем» ладонки, затем плотно ладонями закрываем ушные раковины. Выполняем вращение вперед, затем назад.
- «Насос». Плотно придавливаем ладони к ушным раковинам, затем быстро отпускаем.

#### **5. Самомассаж лица «Мишки».**

*Указательным и средним пальцами одновременно интенсивно «рисовать» круги на щеках.*

Если мы по кругу щёчки

Дружно разотрём:

Так забывчивым мишуткам

Память разовьём.

Раз, два, три - скажу, четыре,

Пять и шесть, и семь.

Не забудь: массаж для щёчек

Нужно делать всем.

*Теми же двумя пальцами одновременно интенсивно «рисовать» круги на подбородке. Потом – круги по лбу.*

На подбородке круг черчу:

Мишке я помочь хочу

Чётко, быстро говорить,

Звуки все произносить.

Раз, два, три - скажу, четыре,

Пять и шесть, и семь.

Не забудь: массаж такой

Нужно делать всем.

Чтобы думали получше

озорные мишки,

Мы погладим лобики

Плюшевым плутишкам.

Раз, два, три - скажу, четыре,

Пять и шесть, и семь.

Не забудь: массаж такой

Нужно делать всем.

*Массировать указательным и средним пальцами одновременно интенсивно верхние и нижние веки, не закрывая глаз.*

Чтобы мишка лучше видел,

Стал внимательней, шустрей,

Мы волшебные очки

Нарисуем поскорей.

Раз, два, три - скажу, четыре,

Пять и шесть, и семь.

Не забудь: массаж такой

Нужно делать всем.

*Массаж носа. Подушечками указательных пальцев обеих рук нажимать на точки по обеим сторонам носа, начиная от его основания.*

Мы подушечками пальцев

В точки попадём:

Так курносому мишутке

Носик разомнём.

Раз, два, три - скажу, четыре,

Пять и шесть, и семь.

Не забудь: массаж для носа

Нужно делать всем.

*Откинуться назад на спинку стула, сделать длительные вдох и выдох, руки свободно опущены вдоль туловища.*

Ох, устали наши мишки,

Тихо в ряд сидят.

Знают: польза от массажа

Будет для ребят!

#### **6. Упражнения для тренировки жевательно-артикуляторных мышц и подвижности нижней челюсти «Шалуны».**

- Раскрывать и закрывать рот с преодолением сопротивления рук (кулачки под нижней челюстью).
- Производить свободные движения нижней челюстью вправо и влево.
- Медленно опускать голову до соприкосновения подбородка с верхней частью грудины, произнося при этом несколько раз звукосочетание МА; затем поднять голову и произнести то же звукосочетание.

#### **7. Упражнения для развития мимико-артикуляторных мышц «Клоуны».**

- Предложить детям на основе образной памяти изобразить мимически, в соответствии с заданием, эмоциональное состояние: радость, удивление, обиду и т.д.

#### **8. Артикуляционные упражнения для постановки звуков.**

## **Комплекс гимнастики 6. «Снежинки».**

### **1. Упражнения для мышц плечевого пояса «Снежинки кружатся».**

- Вращение плечами (руки опущены) спереди, назад и обратно. При: поднимании - вдох носом, при опускании - выдох ртом.
- Разнообразные движения руками: в стороны, вверх, вращение, плавательные движения и т. п. При разворачивании грудной клетки — вдох, при опадании — выдох с произнесением гласных звуков.

### **2. Упражнения для мышц шеи «Посмотри, что вокруг»**

- Поворачивать голову в стороны: вдох носом, выдох ртом. Сидя с сопротивлением руки, упирая ее кистью или кулаком в соответствующую часть головы в противоположном движению направлении.
- Вращать голову слева направо и наоборот. Вдох носом, выдох ртом на полном повороте.

### **3. Работа по преодолению слюнотечения(по необходимости).**

### **4. Самомассаж ушей «Согреем ушки».**

- Поглаживать ушные раковины по краям, затем по бороздкам внутри, за ушами.
- Оттягивать ушки вверх, вниз, в стороны.
- Нажимать на мочки ушей.
- Вращательные движения по часовой и против часовой стрелки.

### **5. Самомассаж лица «Нарисуй снежинку на лице».**

- Движения пальцев от середины лба к вискам.
- Круговые движения пальцев от середины лба к вискам.
- Движения пальцев от середины лба к вискам. Движение направлено несколько по диагонали.
- Легкое постукивание или похлопывание кончиками пальцев по лбу.
- Проводить по бровям от переносицы к вискам каждым пальцем поочередно: указательным, средним, безымянным и мизинцем.
- Указательным пальцем проводить легко от виска по краю скуловой кости к переносице, затем по брови к вискам.
- Закрывать глаза и легко прикрыть пальцами веки. Удерживание.
- Движение указательными и средними пальцами от середины верхней губы к углам рта.

## **6. Упражнения для тренировки жевательно-артикуляторных мышц и подвижности нижней челюсти «Повтори-не ошибись».**

- Выполнять движения нижней челюстью вперед-назад произвольно, затем - сильно нажимая на нижний зубной ряд языком и оттягивая его назад.
- Производить свободные движения нижней челюстью вправо и влево.
- Медленно раскрывать рот- медленно его закрывая, перемещать челюсть в сторону.
- Губы сжать. Имитировать жевательные движения.
- Открыть рот. Подбородком «рисовать» круг (движения влево и вправо).

## **7. Упражнения для развития мимико-артикуляторных мышц «Веселые снеговики»**

- Поднять брови вверх — расслабить мышцы.
- Нахмурить брови — расслабить мышцы.
- Предложить на основе образной памяти изобразить мимически, в соответствии с заданием, эмоциональное состояние: радость, удивление, обиду и т.д.

## **8. Артикуляционные упражнения для постановки звуков.**

### **Комплекс гимнастики 7. «Елочные игрушки».**

#### **1. Упражнения для мышц плечевого пояса « Не ошибись».**

- Поднимать и опускать плечи поочередно.
- Вращение руками.

#### **2. Упражнения для мышц шеи «Посмотри, что вокруг»**

- Поворачивать голову в стороны: налево (выдох носом), прямо – (вдох ртом),

направо (выдох носом), прямо (вдох ртом). с сопротивлением руки, упирая ее кистью или кулаком в соответствующую часть головы в противоположном движению направлении.

- Вращать голову слева направо и наоборот. Вдох носом, выдох ртом на полном повороте.

#### **3. Работа по преодолению слюнотечения (по необходимости)**

#### **4. Самомассаж ушей «Игра с ушками».**

Раз, два, три, четыре, пять –

Будем с вами мы играть.  
Есть у ушка бугорок  
Под названьем «козелок».  
Напротив ушко мы помнём  
И опять считать начнём.  
Раз, два, три, четыре, пять –  
Продолжаем мы играть.  
Сверху в ушке ямка есть,  
Нужно ямку растереть.  
Раз, два, три, четыре, пять –  
Продолжаем мы играть.  
Ушкам отдыхать пора Вот и кончилась игра.

#### **5. Самомассаж лица «Новогодние игрушки».**

- «Гирлянды». Движение пальцев от середины нижней губы к ушам, от середины верхней губы к ушам, от середины носа к ушам.
- «Нарисуем шарики». Круговые движения кончиками пальцев по щекам.
- «Погреем щечки». Растирающие движения ладонями по щекам в разных направлениях.
- «Паровозики». Сжать кулаки и приставить их тыльной стороной к щекам. Производить круговые движения, смещая мышцы век сначала по часовой стрелке, а затем против часовой стрелки. Можно сопровождать круговые движения ритмичным произнесением: «Чух, чух, чух».
- «Конфетти». Набрать воздух под щеки и легко постукивать по ним кончиками пальцев.
- «Снеговички». Похлопать ладошками по щекам.
- «Новогодний дождик». Ладонями обеих рук производить легкие поглаживающие движения от середины лба вниз по щекам к подбородку.

#### **6. Упражнения для тренировки жевательно-артикуляторных мышц и подвижности нижней челюсти «Веселые снеговички»**

- Выполнять движения нижней челюстью вперед-назад произвольно
- Производить свободные движения нижней челюстью вправо и влево.
- Произносить звукосочетания (например, БАЙ, МАЙ, ДАЙ, ТАЙ). При выговаривании каждого из них медленно отклонять голову назад и пальцами рук удерживать по возможности подбородок в прямом

положении (создается некоторое сопротивление в мышцах челюсти и шеи).

## **7. Упражнения для развития мимико-артикуляторных мышц «Клоуны»**

- Глаза спокойно закрыть – открыть.
- Глаза прищурить – открыть.
- Глаза с силой зажмурить – открыть.
- Глаза поочередно закрывать и открывать.

## **8. Артикуляционные упражнения для постановки звуков.**

### **Комплекс гимнастики 8. «Подарки».**

#### **1. Упражнения для мышц плечевого пояса «Не ошибись».**

- Поднимать и опускать поочередно плечи. Вдох носом и выдох ртом. Руки вначале на бедрах, а затем опущены.
- Вращение плечами (руки опущены) спереди, назад и обратно. При: поднимании - вдох носом, при опускании - выдох ртом.

#### **2. Упражнения для мышц шеи «Посмотри, что вокруг».**

- Поворачивать голову в стороны: вдох носом, выдох ртом. Сидя с сопротивлением руки, упирая ее кистью или кулаком в соответствующую часть головы в противоположном движению направлении.
- Вращать голову слева направо и наоборот. Вдох носом, выдох ртом на полном повороте. с сопротивлением руки, упирая ее кистью или кулаком в соответствующую часть головы в противоположном движению направлении.

#### **3. Работа по преодолению слюнотечения (по необходимости).**

#### **4. Самомассаж ушей «Зайка».**

- Ребенок прикладывает к ушкам ладони и тщательно трет ими всю раковину.
- Захватить кончиками пальцев мочки ушей и потянуть их вниз. Захватить ушную раковину сверху и потянуть вверх. Захватить ушную раковину сбоку и потянуть назад и вперед.
- Массаж козелка.
- Массаж противозавитка.

#### **5. Самомассаж лица «Рисуем индейца».**

- «Рисуем» линии от середины лба к ушам сильными движениями.

- «Рисуем» линии от носа к ушам, при этом широко расставляем пальцы.
- «Рисуем» линии от середины подбородка по направлению к ушам.
- «Рисуем» линии на шее по направлению от подбородка к груди..
- «Рисуем точки- легонько постукиваем пальцами по лицу, будто играя на пианино.
- «Вытираем с лица потекшую краску», легонько проводя по лицу ладонями, предварительно разогрев их, потерев друг об друга.
- «Стряхиваем с рук оставшиеся капельки воды», опустив руки вниз.

#### **6. Упражнения для тренировки жевательно-артикуляторных мышц и подвижности нижней челюсти «Кукольный театр».**

- Медленно раскрывать рот, медленно его закрывая, перемещать челюсть в сторону.
- Выполнять предыдущее упражнение с применением усилия руки, направленного на сдвигание нижней челюсти в сторону.
- Открыть рот. Подбородком «рисовать» круг (движения влево и вправо). Затем выполнять те же упражнения с закрытым ртом. Следить, чтобы не возникало содружественных круговых движений головой.
- Медленно поворачивая голову, доставать подбородком поочередно то правое, то левое плечо, произнося при этом звукосочетания: ЧАЙ, КАЙ, ДАЙ, ПАЙ (на звук Й касаться плеча).

#### **7. Упражнения для развития мимико-артикуляторных мышц «Клоуны».**

- Предложить ему на основе образной памяти изобразить мимически, в соответствии с заданием, эмоциональное состояние: радость, удивление, обиду и т.д.

#### **8. Артикуляционные упражнения для постановки звуков.**