

## Времена года.



- Если солнце жарко греет,  
Если лёгкий ветер веет,  
Стало сухо и тепло -  
Это лето к нам пришло.

**Выполнение:** Поглаживающие движения по голове, боковым сторонам шеи, от середины лба, носа, верхней губы, подбородка к ушам.



- Если дождь стучит по крыше,  
Листья падают неслышно,  
Птицам улетать пора—  
Это осень к нам пришла.

**Выполнение:** Постукивающие движения подушечками пальцев по лбу, щекам, подбородку.



- Если вьюга кружит, злится,  
Всюду белый снег кружится,  
В снежных шапках все дома, -  
Это к нам пришла зима.

**Выполнение:** Круговые движения в области лба, щёк, подбородка.



- Если тает снег и лёд,  
Звонкий ручеёк течёт,  
Распускается листва -  
Это к нам пришла весна.

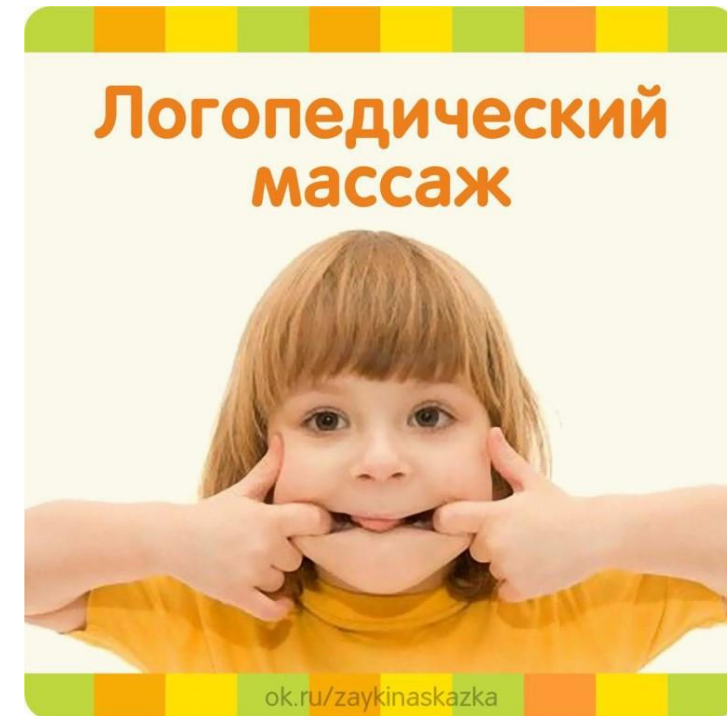
**Выполнение:** Поглаживающие движения обеими ладонями сверху вниз по боковым сторонам головы, шеи, лица, по центральной части лица и шеи.

## Мишки отдыхают.

- Устали медведи, вспотели  
(погладить голову сверху вниз)
- Убирают пот с лица.  
(погладить лицо сверху вниз)
- «Капли уберём со лба,  
(погладит лоб от середины к вискам)
- Оботрём свои глаза.  
(погладить область вокруг глаз)
- С носа капельки снимаем,  
(погладить крылья носа от переносицы к кончику)
- Ручкой щёчки обтираем.  
(погладить щёки круговыми движениями)
- Подбородок трём-трём.  
(погладить подбородок от средней линии к ушным раковинам)
- Губку пальцем мнём-мнём.  
(погладить губы от средней линии к уху)
- Отдохнули мишки, нужно строить дом.  
(погладить лицо)



# Самомассаж шеи и лица

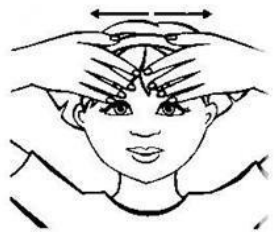


Составила учитель-логопед  
Орешкина К. О.  
2019г

Перед занятием дети должны вымыть руки. Такой самомассаж желательно проводить перед каждым занятием по артикуляционной гимнастике. Он займет у вас 3 - 5 минут. Массаж сопровождаем показом и одновременно произносим потешки, сопровождающие движения.



Ручки растираем и разогреваем (потереть ладошки, похлопать)  
И лицо теплом своим мы умываем (ладошками проводят по лицу сверху вниз)



Грабелки сгребают все плохие мысли (граблеобразные движения от середины лба к вискам)



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

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



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



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



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



Уголками губ мы щеки поднимаем (пальчики по очереди поднимают уголки рта)



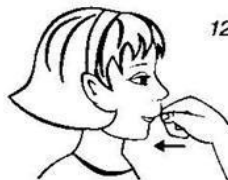
А потом от носа вниз к губам стекаем (спиралевидные движения по носогубной складке)



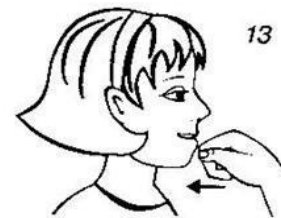
Губки пожуюм мы (покусать верхнюю и нижнюю губку)  
Шарики надуем (раздувают щеки)



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



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



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



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)

