**«Гимнастика и массаж губ»**

Необходимым условием успешности развития артикуляторной моторики является уточнение кинестетических ощущений положения и движения губ и нижней челюсти.

**Рекомендуемые упражнения**

**1**.Удерживание губами под счет до 10 различного рода пластмассовых и деревянных трубочек постепенно уменьшающегося диаметра (пробка от вина, шариковые ручки разной толщины, коктейльная трубочка).

**2**.Смыкание губ (обычное, плотное, очень плотное).

**3**.Смыкание и размыкание губ при закрытом и открытом рте.

**4**.Медленное вытягивание губ «хоботком» и такое же медленное возвращение в исходное положение.

**5**.Вращательные движения губ «хоботком».

**6**.Движения губ «хоботком» влево и вправо.

**7**.Мгновенное смыкание губ с разрывом типа «поцелуй».

**8**.Имитация полоскания зубов.

**9**.Присосать верхнюю губу, захватить её нижними зубами и несколько раз таким образом почмокать.

**10**.Присосать нижнюю губу, точно так же захватив её верхними зубами, так же почмокать несколько раз.

**11**.Сделать губы «Бутончиком» и, не размыкая, «пожевать» их несколько раз.

**12**.Сомкнуть губы, затем резко создать разрежение в ротовой полости и так же резко разомкнуть их – получится громкий хлопок.

**13**.Поочерёдное поднимание и опускание верхней и нижней губ.

**14**.Вибрация губ (фырканье лошади).

Если не получаются некоторые упражнения гимнастики, следует выполнять их с механической помощью (помогая пальцами рук).

**Массаж нельзя делать при**

* повышенной температуре тела;
* простудных вирусных заболеваниях;
* конъюнктивите;
* кожных заболеваниях;
* обострении лабиального герпеса;
* стоматите;
* эпилепсии (после консультации с врачом).

Обязательно нужно остановить сеанс, если у ребенка появляются негативные реакции в виде крика, агрессии, плача. Также тревожным показателем является посинение носогубного треугольника, тремор подбородка. Перед проведением логопедического массажа обязательно нужно обращать внимание на физическое состояние ребенка.



Больше информации можно найти в группе в ВК https://vk.com/mameotlogopeda