

Тренировка мышц глотки и мягкого неба

1. Позевывать с открытым и закрытым ртом.
Позевывать с широким открыванием рта, шумным втягиванием воздуха.
2. Произвольно покашливать.
Хорошо откашляться с широко открытым ртом, с силой сжимая кулаки.
Покашливать с высунутым языком.
3. Имитировать полоскание горла с запрокинутой головой.
Полоскать горло тяжелой жидкостью (киселем, соком с мякотью, кефиром).
4. Глотать воду маленькими порциями (20 - 30 глотков).
Глотать капли воды, сока.
5. Надувать щеки с зажатым носом.
6. Медленно произносить звуки к, г, т, д.
7. Подражать:
 - стону,
 - мычанию,
 - свисту.
8. Запрокидывать голову с преодолением сопротивления. Взрослый держит руку на затылке ребенка.
Опускать голову с преодолением сопротивления. Взрослый держит руку на лбу ребенка.
Запрокидывать и опускать голову при сильном нажатии подбородком на кулаки обеих рук.
9. Выдвинуть язык к подбородку, втягивать его в рот с преодолением сопротивления.
Взрослый пытается удержать язык ребенка вне рта.
10. Произносить гласные звуки а, э, и, о, у на твердой атаке.
11. Произносить, удерживая кончик высунутого языка пальцами, и-а. Звук "и" отделяется от звука "а" паузой.
12. Надувать резиновые игрушки, пускать мыльные пузыри.