



Муниципальное автономное дошкольное
образовательное учреждение
детский сад №11 «Звёздочка»
Старооскольского городского округа

Консультация для родителей

**Упражнения для устранения саливации
(излишнего слюноотделения)**

Подготовили:
учителя-логопеды
Плужникова Ю.В.
Савельева М.С.

1. *Трусливый птенчик.*

Широко открыть рот, так чтобы тянулись уголки губ. Челюсть опускается примерно на расстояние ширины двух пальцев. Язычок - "птенчик" сидит в гнездышке и не высовывается. Держим 5-10 сек. и закрываем. Упражнение выполняется ритмично.

2. *Акулы.*

На счет "один" челюсть опускается, на "два" - челюсть двигается вправо (рот раскрыт), на счет "три" - челюсть опущена на место, на "четыре" - челюсть двигается влево, на "пять" - челюсть опущена, на "шесть" - челюсть выдвигается вперед, на "семь" - подбородок в обычном удобном положении, губы сомкнуты. Делать упражнение нужно медленно и осторожно, избегая резких движений.

3. *Имитация жевания с закрытым и открытым ртом.*

4. *Имитация зевания, жевания, глотания с запрокинутой головой.* (Жевание и глотание рекомендуется производить с закрытым ртом).

5. *Сердитый лев.*

Челюсть опускается вниз с максимальным вытягиванием языка к подбородку и мысленным произнесением звуков А или Э на твердой атаке, сложнее - с шепотным произнесением этих звуков.

6. Поставить локти на стол, сложить ладони одна на другую, упереться подбородком в ладони. Открывая рот, давить подбородком на сопротивляющиеся ладони. Расслабиться.

7. Открывать рот с откидыванием головы назад с преодолением сопротивления руки взрослого, лежащей на затылке ребенка.

8. *Дразнилки.*

Широко, часто открывать рот и произносить: па-па-па.

9. Беззвучно, протяжно (на одном выдохе) произнесите гласные звуки:

аааааааааааа

яяяяяяяяяяяя (расстояние между зубами в два пальца);

оооооооооооо

ёёёёёёёёёёёё (расстояние между зубами в один палец);

ииииииииииии (рот слегка открыт).

10. Произнесение гласных: а, э, и на твёрдой атаке для активизации мышц мягкого нёба.

а а а; э э э; и и и;

аэ, аэ, аэ; эа, эа, эа;

аи, аи, аи; эи, эи, эи;

аэи, аэи, аэи.

11. *Усики.*

Удерживать губами полоску бумаги, трубочки для коктейля разных диаметров, деревянный или металлический шпатель, пузырьки из-под лекарств разных диаметров.

12. *Толстячок – худышка.*

Надувание обеих щёк одновременно. Втягивание щёк в ротовую полость при открытом рте и сомкнутых губах.

13. *Шарики.*

Надувать попеременно щёки 4-5 раз.

14. *Упражнение для йогов.*

Рот открыт, ребенок вращает языком в преддверии рта, затем взрослый предлагает ему сглотнуть слюну.

15. Поэтапное полоскание горла минеральной водой, жидким киселем, кефиром, густым киселем.

16. *Сушим язычок.*

Свернуть язык трубочкой и втягивать через нее в себя воздух.

17. На кончик языка капнуть 1-2 капли меда и с усилием сделать глотательные движения.

18. На кончик языка капнуть каплю меда и делать движения языком вперед – назад.

19. Чаще давать ребенку жевать твердую пищу: морковь, яблоки, сухари, баранки.

Учимся проглатывать слюну.

1. Ребёнка учат подсасывать слюну с сомкнутыми губами, а потом учат глотать её. Сначала это делается с запрокинутой головой, а потом в нормальном положении.

2. Ребёнку постоянно делается напоминание о необходимости проглатывания слюны перед речью или перед артикуляционным упражнением.

3. В некоторых случаях используется промакивание рта салфеткой.

4. Если рот часто приоткрыт, учат держать рот закрытым, если он не разговаривает и не принимает пищу.
5. На занятии взрослый специально делает паузы, чтобы ребёнок мог проглотить слюну.
6. Важно научить ребёнка различать ощущения сухого и мокрого подбородка.

Массаж

1. Точечный массаж в области подчелюстной ямки – указательным пальцем легкие вибрирующие движения под подбородком в течение 4-5 сек.
2. Точечный массаж в углублениях под языком, в двух точках одновременно, при помощи указательного, среднего пальца или зонда. Вращательные движения выполняются против часовой стрелки не более 6-10 сек., не причиняя ребенку дискомфорт.



3. Найти параллельные точки под козелками ушей, там, где смыкаются челюстные кости (правильно найденные точки болезненные). Указательными пальцами делаем круговые движения по точкам в течение 5 минут по часовой стрелке (2,5 мин. – с открытым ртом, 2,5 мин. - с закрытым) и 5 мин. против часовой стрелки (аналогично).
4. Поглаживающие и разминающие движения пальцем по средней линии твердого и мягкого неба от верхних резцов до увулы для получения выраженного глоточного рефлекса.
5. Поочередное прикладывание кусочка льда к расположенным по контуру губ шести точкам от 5 сек. до 1 мин.

