

ЛЕЧЕБНЫЕ ЗВУКИ

А Положительно влияет на работу сердца, толстого кишечника, стимулирует энергетику

О Стимулирует работу печени

У Помогает стабилизировать эмоции

Е Стимулирует регенерацию клеток

Э Помогает преодолеть комплекс неполноценности

И Улучшает работу головного мозга

Я Активизирует иммунную систему

Ю Звук молодости, обновления. Благоприятно влияет на почки, кожу

LogoPortal.ru

Самомассаж мышц языка

1. **«Поглаживание языка губами».** Просунуть язык как возможно больше сквозь узкую щель между губами, затем расслабить его так, чтобы боковые края языка касались углов рта. Постепенно убирать язык в полость рта.
2. **«Пошлёпывание языка губами».** Проводя язык сквозь губы вперед, пошлепывать его губами, при этом слышится звук «пя-пя-пя», точно так же убирать язык внутрь рта.
3. **«Поглаживание языка зубами».** Просунуть язык как возможно больше сквозь узкую щель между зубами, затем расслабить его так, чтобы боковые края языка касались углов рта. Постепенно убирать язык в полость рта.
4. **«Покусывание языка зубами».** Легко покусывать язык зубами, высовывая его вперед и убирая назад, в полость рта.
5. **«Пожем грушу».** Использовать для упражнения спринцовку. Сложить ее в два раза, обмакнуть сложенную часть в сладкий сироп, вложить в рот ребенка так, чтобы кончик остался снаружи. Предложить пожевать. Это упражнение используется не только для массажирования языка, но и для активизации движения жевательных мышц и стимуляции кинестетических ощущений, идущих от мышц полости рта.