**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.