Период обучения	18.05.20 - 22.05.20
Класс	4
Предмет	Коррекционно - развивающее занятие по обучению способам расслабления, снятия эмоционального напряжения.
Педагог- психолог	Соловьева Надежда Александровна
Задания	1. Прочитать и выполнить упражнения. **Упражнения на расслабление речевого аппарата (губ, нижней челюсти)** ***1. «Хоботок»*** *Вытянуть губы «хоботком» (как при артикуляции звука «у»), напряглись губы. Отпускаем «хоботок» теперь губы стали мягкими, не напряженными (рот слегка приоткрыт, губы расслаблены)* Подражаю я слону Губы хоботом тяну И на место возвращаю. Губы не напряженны И расслаблены. **2. *Рот на «замочек».*** *Поджимаем губы так, чтобы их совсем не было видно, закрываем рот на замочек! Сильно сжимаем губы. Им становится сильно неприятно, отпускаем губы. Вот какими мягкими и не напряженными они стали.* ***3. «Лягушка»*** *Губы вытягиваются, как при произношении звука «л», а затем,* *возвращаются на место.* Тянем губы прямо к ушкам! Вот понравится лягушкам Потяну-перетяну И нисколько не устану Губы не напряженны И расслаблены. ***4. «Орешек»*** *Представьте, что вы разгрызаете твердый орешек. Крепко сожмите зубы.*

	Челюсти напряглись. Сжали, как каменные- это неприятно. Разожмите челюсти- легко стало, рот приоткрылся, челюсти расслаблены. Зубы крепче мы сожмем. А потом их разожмем Губы чуть приоткрываются Все чудесно расслабляются.