



## Развитие мышц речевого аппарата

### Что нужно делать:

- ✚ жевать мясо (а не только сосиски и котлеты);
- ✚ жевать твёрдые сырые овощи (редис, морковь, репа, брюква, турнепс);
- ✚ лизать языком с блюдца варенье, сметану, йогурт — для распластывания языка;
- ✚ чистить зубы (и десны) — это приучает к инородному телу во рту, снижая степень проявления рвотного рефлекса;
- ✚ полоскать рот;
- ✚ жевать боковыми зубами;
- ✚ сосать сухарики из хлеба, булки (соленые);
- ✚ лизать эскимо.