

МИМИЧЕСКАЯ ГИМНАСТИКА

1. Поднять брови
2. Нахмурить брови
3. Закрывать оба глаза
4. Закрывать правый глаз
5. Закрывать левый глаз
6. Надуть щеки
7. Надуть правую щеку
8. Надуть левую щеку
9. Втянуть щеки
10. Вытянуть губы трубочкой
11. Поднять верхнюю губу
12. Отвести правый угол рта вправо
13. Отвести левый угол рта влево
14. Сжать губы
15. Поднять нижнюю губу
16. Опустить углы рта
17. Опустить и вывернуть нижнюю губу
18. Наморщить нос

Выполнять перед зеркалом по 2-3 минуты