

муниципальное автономное дошкольное образовательное учреждение  
города Новосибирска «Детский сад №165»

Принята на заседании  
педагогического совета  
от «30» августа 2022г.  
Протокол № 1



Утверждаю:  
Заведующий МАДОУ д/с 165  
О.Я. Кузенкова  
«30» августа 2022г.

ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ  
ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА  
социально-гуманитарной направленности  
«Познавательные сказки в соляной пещере»  
Возраст обучающихся: 4-7 лет  
Срок реализации программы: 10 дней

Автор-составитель программы:  
Паршукова Алена Владимировна,  
педагог - психолог

г. Новосибирск

<b>1. ЦЕЛЕВОЙ РАЗДЕЛ</b>	
1.1. Пояснительная записка	3
1.2. Цель и задачи программы	4
1.3. Учебный план	5
1.3. Ожидаемые результаты реализации программы	6
<b>2. СОДЕРЖАТЕЛЬНЫЙ РАЗДЕЛ</b>	
2.1. Календарный учебный график	8
2.2. Примерный план организации занятий	9
<b>3. ОРГАНИЗАЦИОННЫЙ РАЗДЕЛ</b>	
3.1. Условия реализации программы	10
3.2. Формы аттестации	10
3.3. Оценочные материалы	10
3.4. Методические материалы	11
Список литературы	12
Приложения	

## **Целевой раздел**

### **1.1. Пояснительная записка**

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Познавательные сказки в соляной пещере» направлена на профилактику острых респираторных заболеваний у детей, посещающих дошкольное образовательное учреждение. Улучшение психоэмоционального состояния дошкольников и уровень их физической подготовленности.

С помощью сказкотерапии, дети познают мир, учатся общаться, выходить из трудных ситуаций; решаются проблемы плохого поведения, агрессии, вредных привычек и страхов.

Актуальность разработки программы обусловлена поиском инновационных форматов развития и оздоровления, объединённых в одном ярком и запоминающемся ребёнку событии! Необходимо отметить, что важным фактором, оказывающим влияние на развитие и здоровье ребенка, является воздушная среда помещений, в которых дети проводят большую часть времени. Потребность детей в качественном воздухе очень велика, так как вследствие большой частоты и малого объема дыхательных движений, обусловленных особенностями строения грудной клетки, интенсивность обмена газов между кровью и воздухом у детей несколько ниже, чем у взрослых. Поэтому необходимо, чтобы химический и биологический состав воздуха, а также его физические свойства отвечали установленным гигиеническим требованиям. В закрытых помещениях детских учреждений во время пребывания детей качество воздуха постепенно ухудшается: нарастает количество углекислого газа, водяных паров, тяжелых ионов, уменьшается содержание кислорода, легких ионов, заметно повышаются температура, запыленность и бактериальная загрязненность, появляются органические примеси, которые ухудшают самочувствие ребенка. Значительно увеличиваются эти негативные показатели, если в группе находится ребенок с респираторным заболеванием, болезнями кожи и т.п. Поскольку современная жизнь все больше удаляет человека от природных факторов и велико повсеместное воздействие современных технических средств, то не только возможным, но даже необходимым является использование природных материалов в работе с воспитанниками дошкольного образовательного учреждения. Тем самым не только вносится элемент разнообразия в детскую деятельность, но и внедряется здоровьесозидающий компонент.

Мы надеемся, что регулярное посещение детьми соляной комнаты приведет к существенному повышению сопротивляемости организма сезонным и

аллергическим заболеваниям, укрепит их иммунитет и повысит общую активность.

### **Отличительные особенности программы, новизна**

Отличительные особенности программы по дополнительному образованию «Познавательные сказки в соляной пещере» заключаются в том, что мы интегрировали галотерапию в психолого-педагогические занятия по снятию нервно-психического напряжения у детей дошкольного возраста, развитию высших психических функций, эмоциональной сферы и личностных качеств.

Программа предусмотрена для обучения детьми и с ОВЗ (ТНР, ОНР, ЗПР). Для этого созданы все условия – самое общее и основное – это включения ребенка с ОВЗ в социальное и, в частности в образовательное пространство, создание универсальной среды, позволяющей обеспечить полноценную интеграцию детей в общество.

Реализация данной программы предполагает организацию работы с детьми дошкольного возраста 3 – 7(8) лет, не имеющие противопоказания к посещению соляной пещеры.

### **Объем программы, срок освоения**

Объем программы – 10 дней по 30 минут.

Программа рассчитана на 10 дней обучения.

### **Условия реализации**

Занятия в соляной комнате проводятся курсами в групповой форме.

Курс состоит из 10 ежедневных сеансов длительность которых составляет 20 минут для детей возрастом 3-5 лет и 30 минут для детей возрастом 5-7 (8) лет.

### **Формы обучения**

Очная.

## **1.2 Цели и задачи программы:**

**Цель:** сохранение и укрепление психофизического здоровья дошкольников через комплекс терапевтических мероприятий в условиях соляной пещеры.

### **Задачи:**

#### ***Предметные***

познакомить детей с правилами поведения в обществе детей и взрослых;

познакомить со сказочными героями, их характерами и особенностями поведения.

### ***Метапредметные***

показать как различать положительных и отрицательных героев;  
формировать умения находить иллюстрации к сказкам, рисовать героев сказок, сочинять мини - сказки;  
формировать умение бережно относиться к своему здоровью;  
рассуждать, рассказывать о своих впечатлениях;  
понимать и познавать мир через сказку.

### ***Личностные***

максимально снизить заболеваемость ОРВИ и гриппом в осенне-зимний период;  
укрепить иммунитет и повысить устойчивость детского организма к неблагоприятным воздействиям окружающей среды;  
улучшить эмоциональное состояние;  
развивать высшие психические функции, эмоциональную сферу, личностные качества;  
сохранять и укреплять психофизического здоровья дошкольников через комплекс терапевтических мероприятий в условиях соляной пещеры.

### **1.3 Учебный план**

Учебный план для детей возрастом 3-5 лет

№ п/п	Название раздела, темы	Количество часов			Формы промежуточной аттестации/ контроля
		Всего	Теория	Практика	
1.	Отчего у ёжика выросли иголки	1	0,5	0,5	Наблюдение
2.	Кусачая киска	1	0,5	0,5	Наблюдение
3.	Мальчик и светлячок	1	0,5	0,5	Наблюдение
4.	Как Егорка одевался	1	0,5	0,5	Наблюдение
5.	Светофор	1	0,5	0,5	Наблюдение
6.	Про малютку автобус, который боялся темноты	1	0,5	0,5	Наблюдение
7.	Звездочет в поисках капризулей	1	0,5	0,5	Наблюдение

8.	Сказка про Петю- петушка	1	0,5	0,5	Наблюдение
9.	Как Илюша животик накормил	1	0,5	0,5	Наблюдение
10.	Сказка про Мишку и порядок	1	0,5	0,5	Наблюдение
	Итого:	10	5	5	Наблюдение

#### Учебный план для детей возрастом 5-7 (8) лет

№ п/п	Название раздела, темы	Количество часов			Формы промежуточной аттестации/ контроля
		Всего	Теория	Практика	
1.	Я первый	1	0,5	0,5	Наблюдение
2.	Темноландия	1	0,5	0,5	Наблюдение
3.	Митькина жизнь	1	0,5	0,5	Наблюдение
4.	Несчастливый утенок	1	0,5	0,5	Наблюдение
5.	Снежинка	1	0,5	0,5	Наблюдение
6.	Шарик	1	0,5	0,5	Наблюдение
7.	Мальчишка муравьишка	1	0,5	0,5	Наблюдение
8.	Облачко Пуфик	1	0,5	0,5	Наблюдение
9.	Про кузнечика Кузю	1	0,5	0,5	Наблюдение
10.	Федя и компьютер	1	0,5	0,5	Наблюдение
	Итого:	10	5	5	Наблюдение

#### 1.4. Планируемые результаты

В результате освоения программы, обучающиеся будут знать:  
правила поведения в обществе детей и взрослых;  
сказочных героев, их характеры и особенности поведения.

В результате освоения программы, обучающиеся будут уметь:  
различать положительных и отрицательных героев; находить иллюстрации к сказкам; рисовать героев сказок; сочинять мини- сказки.

В результате реализации программы у детей снизится заболеваемость ОРВИ и гриппом в осенне-зимний период. Укрепится иммунитет и повысится устойчивость детского организма к неблагоприятным воздействиям окружающей среды.

Улучшится эмоционального состояния.

У детей будут развиты высшие психические функции, эмоциональная сфера, личностные качества.

Дети научатся бережно относиться к своему здоровью; рассуждать, рассказывать о своих впечатлениях; понимать и познавать мир через сказку.

## Содержательный раздел

### 2.1 Календарный учебный график

Месяц	День	Время проведения занятия	Форма занятия	Кол-во часов	Тема занятия		Место проведения	Форма контроля
					Дети 3-5 лет	Дети 5- 7(8)лет		
Октябрь - май	1	Понедельник 12.00-12.30	групповая	1	Отчего у ёжика выросли иголки	Я первый	соляная пещера	Наблюдение
	2	Вторник 12.00-12.30	групповая	1	Кусачая киска	Темноландия	соляная пещера	Наблюдение
	3	Среда 12.00-12.30	групповая	1	Мальчик и светлячок	Митькина жизнь	соляная пещера	Наблюдение
	4	Четверг 12.00-12.30	групповая	1	Как Егорка одевался	Несчастливый утенок	соляная пещера	Наблюдение
	5	Пятница 12.00-12.30	групповая	1	Светофор	Снежинка	соляная пещера	Наблюдение
	6	Понедельник 12.00-12.30	групповая	1	Про малютку автобус, который боялся темноты	Шарик	соляная пещера	Наблюдение
	7	Вторник 12.00-12.30	групповая	1	Звездочет в поисках капризулей	Мальчишка муравьишка	соляная пещера	Наблюдение
	8	Среда 12.00-12.30	групповая	1	Сказка про Петю- петушка	Облачко Пуфик	соляная пещера	Наблюдение
	9	Четверг 12.00-12.30	групповая	1	Как Илюша животик накормил	Про кузнечика Кузю	соляная пещера	Наблюдение
	10	Пятница 12.00-12.30	групповая		Сказка про Мишку и порядок	Федя и компьютер	соляная пещера	Наблюдение



## **2.2. Примерный план организации занятий**

### ***Вводная часть занятия:***

- включается звуковое музыкальное сопровождение: классическая музыка;
- размещение детей, беседа о состоянии здоровья и настроении.

### ***Основная часть занятия:***

- поведенческие упражнения, включающие в себя прогрессивную мышечную релаксацию, дыхательные техники (делается акцент на определенную частоту дыхания, тип дыхания);
- Чтение сказки. Обсуждение с вопросами;
- Пальчиковая гимнастика.
- Рисование/ игры на песочном столе

### ***Заключительная часть:***

- Мимическая гимнастика
- Рефлексия

## **Организационный раздел**

### **3.1. Условия реализации программы**

Для реализации программы «Познавательные сказки в соляной пещере» помещение должно соответствовать следующим характеристикам:

#### ***Учебное помещение:***

Помещение со стенами, покрытыми специальным многослойным солевым покрытием, оснащенный медицинским галогенератором «Omron» и системой вентиляции

#### ***Материально-техническое обеспечение:***

Для реализации данной программы в дошкольном образовательном учреждении созданы максимальные условия:

- детские кресла;
- песочный стол;
- игрушки для песочного стола;
- мягкие игрушки;
- атрибуты для пальчиковых игр и дыхательных упражнений;
- музыкальная колонка;
- CD с музыкой и сказками.

#### ***Информационное обеспечение: информационные плакаты.***

- О.В. Хухлаева, О.Е. Хухлаев «Терапевтические сказки»;
- О.В. Хухлаева, О.Е. Хухлаев «Тропинка к своему Я»; А. Лопатина, М. Скребцова «Начала мудрости»;
- Ирина Гаврилик Сборник «Сказки для детей».

### **3.2. Формы аттестации**

Входная диагностика не предусматривается.

Текущий контроль: наблюдение

Итоговый контроль: не предусматривается

### **3.3. Оценочные материалы**

Достижения ожидаемых результатов можно проверить через:

- педагогическое наблюдение;
- анализ посещаемости детского сада (снижение заболеваемости ОРВИ и гриппом в осенний и весенний период);
- анализа сохранения количества детей, получающих дополнительную платную образовательную услугу и его стабильность;
- педагогический анализ результатов анкетирования родителей с целью выявления уровня удовлетворенности реализуемой программы;

### **3.4. Методические материалы**

Программа базируется на здоровьесберегающих и учебно - воспитательных технологиях, включающие в себя заботу о своем здоровье и формирование культуры здоровья воспитанников, мотивации их к ведению здорового образа жизни.

Каждое занятие включает в себя:

- Упражнения на мышечную релаксацию, направленное на снижение уровня возбуждения, снятие напряжения.
- Дыхательная гимнастика. Действует успокаивающе на нервную систему.
- Мимическая гимнастика, направленная на снятие общего напряжения.
- Пальчиковая гимнастика. Развитие мелкой моторики.
- Чтение познавательных сказок способствует развитию произвольности, познавательное развитие.
- Рисование на песочном столе. Способствует развитию воображения и фантазии.

## Список литературы

### *Нормативные документы*

1. Приказ МО НСО 24.12.2019г. № 3260 «О проведении независимой оценки качества ДОП (общественной экспертизы)»;
2. Приказ Минпросвещения РФ от 09.11.2018г. №196 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по ДПО» (с изменениями и дополнениями);
3. Приказ Минпросвещения РФ от 30.09.2020г. №533 «О внесении изменений в Порядок организации и осуществления образовательной деятельности по ДОП»;
4. Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 28.09.2020 № 28 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20» Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»;
5. Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 28.01. 2021 №2 «Об утверждении санитарных правил и норм СанПиН 1.2.3685-21 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания».

### *Литература для педагога*

1. Хухлаева О.В., Хухлаев О.Е., Первушина И.М. Тропинка к своему Я. Как сохранить психологическое здоровье дошкольников.-8-е изд., испр. – М.: Генезис, 2017.-176 с.
2. Терапевтические сказки в коррекционной работе с детьми / О.В. Хухлаева, О.Е.Хухлаев .-М.: Редкая птица, 2017.-152с.
3. Сапожникова О.Б., Гарнова Е.В. Песочная терапия в развитии дошкольников. – М.: ТЦ Сфера, 2015.- 64 с. (библиотека логопеда).
4. Эмоциональное развитие детей дошкольного возраста. Часть1: учеб.-метод. Пособие: в 2 ч./ Н.С. Ежкова.- М.: Гуманитар. Изд. Центр ВЛАДОС, 2012. – 127 с.: ил., табл.- (Пособие для педагогов дошкольных учреждений).
5. А. Лопатина, М. Скребцова НАЧАЛА МУДРОСТИ. 50 уроков о добрых качествах: для занятий с детьми дошкольного и младшего школьного возраста / А. Лопатина, М. Скребцова. – 3-е изд., исп. и доп. – М.: АмритаРусь, 2007. – 304 с. – (Серия «Образование и творчество»).
6. Ирина Гаврилик Сборник «Сказки детей» [Электронный ресурс]: <https://my-happybaby.ru/>

## Приложения

### 1. Упражнения на мышечную релаксацию

Для снятия напряжения с мышц туловища, рук, ног.

#### *«Спящий котёнок»*

Представьте себе, что вы весёлые, озорные котята.

Котята ходят, выгибают спинку, машут хвостиком. Но вот котята устали...начали зевать, ложатся на коврик и засыпают. У котят равномерно поднимаются и опускаются животики, они спокойно дышат (повт. 2 – 3 раза).

#### *«Холодно – жарко»*

Представьте себе, что вы играете на солнечной полянке.

Вдруг подул холодный ветер. Вам стало холодно, вы замёрзли, обхватили себя руками, голову прижали к рукам – греетесь. Согрелись, расслабились...Но вот снова подул холодный ветер...(повт. 2–3 раза).

#### *«Солнышко и тучка»*

Представьте себе, что вы загораете на солнышке. Но вот солнце зашло за тучку, стало холодно – все сжались в комочек чтобы согреться (задержать дыхание). Солнышко вышло из-за тучки, стало жарко – все расслабились (на выдохе). Повторить 2 – 3 раза.

#### *«Драгоценность»*

Представьте себе, что вы держите в кулачках что-то очень ценное, дорогое для вас и кто-то хочет у вас это отнять. Вы сжимаете кулачки все крепче и крепче...ещё крепче, уже побелели косточки, кисти начинают дрожать...Но вот обидчик ушёл, а вы разжимаете свои кулачки, пальцы становятся расслабленными, кисти рук спокойно лежат на коленях... они отдыхают...(повторить 2-3 раза).

#### *«Муравей»*

Представьте себе, что вы сидите на полянке, ласково греет солнышко. На пальцы ног залез муравей. С силой натянуть носки на себя, ноги напряжены, прямые. Прислушаемся, на каком пальце сидит муравей (задержка дыхания). Сбросим муравья с ног (на выдохе). Носки идут вниз– в стороны, расслабить ноги: ноги отдыхают (повторить 2-3 раза).

### 2. Для снятия напряжения с мышц лица

#### *«Улыбка»*

Представьте себе, что вы видите перед собой на рисунке красивое солнышко, рот которого расплылся в широкой улыбке. Улыбайтесь в ответ солнышку и почувствуйте, как улыбка переходит в ваши руки, доходит до ладоней. Сделайте это ещё раз и попробуйте улыбнуться пошире. Растягиваются ваши губы, напрягаются мышцы щек... Дышите и

улыбайтесь..., ваши руки и ладошки наполняются улыбающейся силой солнышка (повт. 2-3 раза).

#### **«Солнечный зайчик»**

Представьте себе, что солнечный зайчик заглянул вам в глаза. Закройте их. Он побежал дальше по лицу. Нежно погладьте его ладонями: на лбу, на носу, на ротике, на щечках, на подбородке. Поглаживайте аккуратно, чтобы не спугнуть, голову, шею, животик, руки, ноги. Он забрался за шиворот – погладьте его и там. Он не озорник – он ловит и ласкает вас, а вы погладьте его и подружитесь с ним (повторить 2-3 раза).

#### **«Пчелка»**

Представьте себе теплый, летний день. Подставьте солнышку ваше лицо, подбородок тоже загорает (разжать губы и зубы на вдохе). Летит пчелка, собирается сесть кому-нибудь на язык. Крепко закрыть рот (задержка дыхания). Прогоняя пчелку можно энергично двигать губами. Пчелка улетела. Слегка открыть рот, облегченно выдохнуть воздух (повт. 2-3 раза).

#### **«Бабочка»**

Представьте себе теплый, летний день. Ваше лицо загорает, носик тоже загорает – подставьте нос солнцу, рот полуоткрыт. Летит бабочка, выбирает, на чей нос сесть. Сморщить нос, поднять верхнюю губу кверху, рот оставить полуоткрытым (задержка дыхания). Прогоняя бабочку можно энергично двигать носом. Бабочка улетела. Расслабить мышцы губ и носа (на выдохе) (повт. 2-3 раза).

#### **«Качели»**

Представьте себе теплый, летний день. Ваше лицо загорает, ласковое солнышко гладит вас (мышцы лица расслаблены). Но вот летит бабочка садится к вам на брови. Она хочет покачаться как на качелях. Пусть бабочка качается на качелях. Двигать бровями вверх - вниз. Бабочка улетела, а солнышко пригревает (расслабление мышц лица) (повторить 2-3 раза).

### **3. Дыхательная гимнастика**

Подготовительное упражнение. Исходное положение. Стоя, сидя или лежа. Закройте глаза, постараться успокоиться, расслабиться. Делаем глубокий вдох и задерживаем дыхание насколько возможно. Выполняем 5-10 раз.

#### **Упражнение «Воздушный шарик»**

Исходное положение. Стоя, сидя или лежа, положив руки на нижнюю часть ребер. Выполнение. Перед выполнением упражнения нужно выдохнуть воздух из грудной клетки ртом, чтобы она втянулась. Затем медленно делаем вдох через нос, а выдох - ртом. При выполнении упражнения обязательно нужно следить, чтобы живот и плечи оставались неподвижными. Упражнение выполняем 6-10 раз.

### **Упражнение «Окно и дверь»**

Исходное положение. Встать ровно, выпрямиться. Выполнение. В этом упражнении воздух заходит через «окно», а выходит через «дверь». Сначала «окно» - левая ноздря, а «дверь» - правая. Правой рукой зажимаем правую ноздрю, медленно вдыхаем через «окно», потом левой рукой зажимаем левую ноздрю и медленно выпускаем воздух через «дверь». Выполняем 4-6 раз. Затем «окно» и «дверь» меняются местами.

### **Упражнение «Часы»**

Исходное положение. Стоя, ноги на ширине плеч. Выполнение. Совершаем махи прямыми руками вперед и назад, повторяя при этом «Тик-так». Выполняем 10-12 раз.

### **Упражнение «Веселый петушок»**

Исходное положение. Стоя прямо, руки опущены вдоль тела. Выполнение. Поднимаем руки вверх, а затем хлопаем ими по бедрам. На выдохе произносить: «Ку-ка-ре-ку». Выполняем 5-6 раз.

### **Упражнение «Горнист»**

Исходное положение. Стоя или сидя, руки сложить около рта, изображая горн. Выполнение. Делаем медленный выдох, громко произносим «П-ф-ф-ф». Выполняем 4-5 раз

### **Упражнение «Обдуваем плечи»**

Исходное положение. Стоя, ноги на ширине плеч, руки опущены вдоль тела, голова прямо. Выполнение. Делаем вдох, затем поворачиваем голову налево, делаем выдох через рот, губы при этом свернуты в трубочку. Продолжаем выполнение этого упражнения в следующем порядке: голова находится прямо - «вдох», голова повернута направо - «выдох», голова прямо - «вдох», голову опускаем к подбородку - «выдох», голова прямо - «вдох», голову поднимаем вверх - «выдох», голова прямо - «вдох». Выполняем упражнение 5-10 раз.

### **Упражнение «Насос»**

Исходное положение. Стоя, ноги вместе, руки опущены вдоль тела. Выполнение. Делаем вдох, затем выдыхая, совершаем наклоны в сторону, руки двигаются вдоль тела, на выдохе произносим: «С-с-с-с... ». Выполняем упражнение 6-8 раз в каждую сторону.

### **4. Упражнение «Потягушечки»**

Исходное положение. Стоя, ноги вместе, руки подняты вверх. Выполнение. На вдохе - хорошо подтягиваемся, поднимаемся на носки, на выдохе - руки опускаем, встаем на всю стопу, произносим: «У-х-х... » Выполняем 4-5 раз

### **Упражнение «Дерево на ветру»**

Исходное положение. Сидя на коленях или на пятках. Выполнение. Во время вдоха, руки поднимаем наверх, во время - выдоха, руки опускаем, туловище при этом немного наклоняется.

### **Упражнение «Бегемотики»**

Исходное положение. Лежа на спине, закрыв глаза, положив руки на живот. Выполнение. Медленно и плавно вдыхаем, животик при вдохе надувается. После этого также медленно и плавно выдыхаем, чтобы животик втянулся.

### **5. Мимическая гимнастика**

- 1.Высоко поднять брови – «Мы умеем удивляться».
- 2.Нахмурить брови (следить, чтобы губы не участвовали в движении) - «Мы умеем сердиться».
- 3.Широко раскрыть глаза – «Мы испугались».
- 4.Улыбнуться одними губами, так чтобы зубы не были видны.
- 5.Улыбнуться одним углом рта, чтобы уголок губ «смотрел на ухо».
- 6.Улыбнуться другим углом.
- 7.Повторить движения поочередно.
- 8.Закрывать один глаз, затем другой. Поочередно закрывать глаза – «Мы подмигиваем».
- 9.Сильно надуть щеки, выпустить воздух. Поочередно надувать щеки, перегоняя воздух из одной щеки в другую.
- 10.Сомкнутые губы вытянуть вперед в «трубочку», затем улыбнуться как в упражнении 4. Чередовать эти упражнения.
- 11.Открывать и закрывать рот.  
Удерживать открытый рот под счет 1-5.  
- «Пила»: положить руку на подбородок, движения нижней челюсти вправо, влево. Следить, чтобы при этом не поворачивалась голова. - Двигать нижней челюстью вперед-назад, вверх-вниз.
- 13.Раздувать ноздри – «Мы нюхаем».
- 14.Сузить глаза.
- 15.Поднимать верхние губы на улыбке, сморщивая нос.
- 16.Оттягивать нижнюю губу вниз.
- 17.Оскаливать зубы.