ЗВУКОВАЯ ГИМНАСТИКА

(громко, протяжно, отчетливо артикулируя, произносить звуки, кроме последнего: «ХА» произносится отрывисто, энергично)

 А – воздействует на весь организм;

 Е – воздействует на щитовидную железу;

 И –воздействует на мозг, глаза, нос, уши;

 О – воздействует на сердце, легкие;

 У – на органы, расположенные в области живота;

 Я – на работу всего организма;

 М – на работу всего организма;

 Х – помогает очищению организма;

 ХА – помогает повысить настроение.