

Самомассаж – эффективное средство для речевого развития детей дошкольного возраста

Самомассаж - это массаж, выполняемый самим ребенком страдающим речевой патологией.

Цель логопедического самомассажа является стимуляция кинестетических ощущений мышц, участвующих в работе периферического речевого аппарата, а также в нормализация мышечного тонуса данных мышц.

Самомассаж проводится индивидуально, фронтально, и подгруппой детей, используя многократно в течение дня, включая его в различные режимные моменты: после утренней гимнастики, занятия по релаксации, дневного сна. Самомассаж также может включить в логопедическое занятие, при этом приемы самомассажа могут предварять либо завершать артикуляционную гимнастику.

Длительность одного сеанса самомассажа для детей дошкольного возраста может составлять 5 - 10 мин.

Каждое движение выполняется в среднем 4 - 6 раз. В один сеанс самомассажа может быть включено лишь несколько из предлагаемых приемов.

Процедура самомассажа проводится по рекомендуемой педагогом схеме: массаж головы, мимических мышц лица, губ, языка.

Во время выполнения движений у ребенка не должно быть ощущений дискомфорта, напротив, все движения самомассажа должны приносить ребенку удовольствие.

Противопоказания к самомассажу: это любое соматическое заболевание или инфекционное заболевание.

Перед проведением самомассажа ребенок должен быть тщательно умыт и принять расслабленную позу. Под руководством логопеда дети выполняют каждый прием на себе, комментируют его, контролируют правильность выполнения изначально при помощи зеркала. В дальнейшем можно использовать фон - специально подобранную тихую музыку или стихотворный текст.

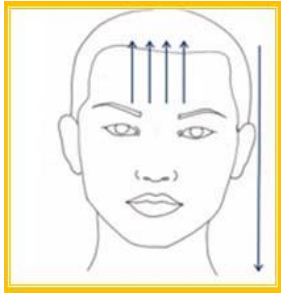


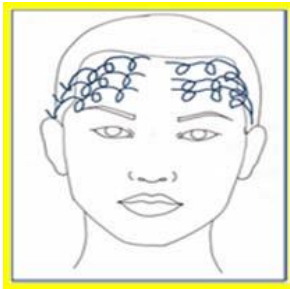
По разработке новых игровых приёмов самомассажа занимались многие педагоги: Акименко В.Н., Архипова Е.Ф., Блыскина И.В., Дедюхина Г.В., Краузе Е.Н., Дьякова Е. А.

Вот некоторые способы и приемы использования самомассажа для детей дошкольников:



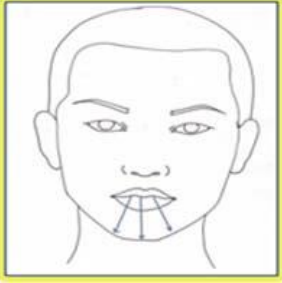
Если солнце жарко греет, Если легкий ветер веет, Стало сухо и тепло Это лето к нам пришло.	Поглаживающие движения от середины лба, носа, верхней губы, подбородка к — ушам.
Если дождь стучит по крыше, Листья падают неслышно, Птицам улетать пора Это осень к нам пришла.	Постукивающие движения подушечками, пальцев по лбу, щекам, подбородку.
Если вьюга кружит, злится, Всюду белый снег кружится, В снежных шапках все дома, Это к нам пришла зима.	Круговые движения в области лба, щек, подбородка.
Если тает снег и лед,	Поглаживающие движения обеими руками сверху вниз по боковым

Звонкий ручеек течет, ладонями
Распускается листва —
Это к нам пришла весна.

сторонам лица и шеи, по
центральной части лица и шеи.

Схематичное изображение действия	Стихотворные строчки	Выполняемые действия ребенком
Самомассаж мышц лица		
1. 	<i>Лоб погладили мы нежно И расслабились прилежно.</i>	Расположить ладони обеих рук на области головы, на лбу, соединить пальцы в корзиночку, и затем погладить ладонями по лбу, волосам, опускаясь вниз через уши и боковые поверхности шеи к плечам.
2. 	<i>Умываюсь я всегда, Вот какая чистота!</i>	Исходное положение рук то же. Погладить лоб от центра лба в стороны, к ушам, а затем по переднебоковой части шеи к яремной ямке
3. 	<i>И поглажу лоб, Чтоб он хмуриться не мог</i>	Поглаживание лба от центра к вискам.
4. 	<i>Как погладить лобик нам Не сдвигая кожу там.</i>	Круговые растирание от середины лба к вискам.

<p>5.</p> 	<p><i>Постучали пальчики, Как на барабанчике.</i></p>	<p>Легкое постукивание или похлопывание кончиками пальцев по лбу.</p>
<p>6.</p> 	<p><i>Мы по складочкам пройдем, Все морщинки уберем.</i></p>	<p>Движения: поглаживание, а затем круговое растирание пальцами по трем лицевым линиям.</p>
<p>7.</p> 	<p><i>Щечки крепко разомнем – Рисовать круги начнем.</i></p>	<p>Круговое разминание щек, начиная от жевательных мышц к уголкам рта.</p>
<p>8.</p> 	<p><i>Гусь пришел, и гусь гогочет. Поципать за щечки хочет.</i></p>	<p>Легко пощипывать щеки указательным и большим пальцами.</p>
<p>9.</p> 	<p><i>Пожалею щёки я, Поглажу их любя.</i></p>	<p>Легкое круговое поглаживание щек.</p>
<p>10.</p>	<p><i>Язык рисует большие круги, а ладонью щечку сильнее прижми.</i></p>	<p>Круговые движения языка с внутренней стороны щек и губ: а ладошкой снаружи прижимать щеку.</p>

		<p>«Нарисовать» 5-6 кругов в одну и другую стороны.</p>
<p>11.</p> 	<p><i>Погладим сверху вниз, сверху вниз – это мой такой каприз.</i></p>	<p>Указательными пальцами поглаживать от скуловой кости вниз, затем растирать по тем же линиям, начиная от жевательных мышц.</p>
<p>12.</p> 	<p><i>Самовар пыхтит: «Пых-пых!» - Надо сделать перерыв.</i></p>	<p>Сжать губы, надуть щёки, удержать воздух 2-3 секунды и выпустить через губы, произнося: «Пых!»</p>



