

**Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное  
учреждение города Мценска «Детский сад №4»**

**ИСПОЛЬЗОВАНИЕ ПРИЕМОВ  
САМОМАССАЖА В  
ЛОГОПЕДИЧЕСКОЙ ПРАКТИКЕ**

**Мастер-класс**

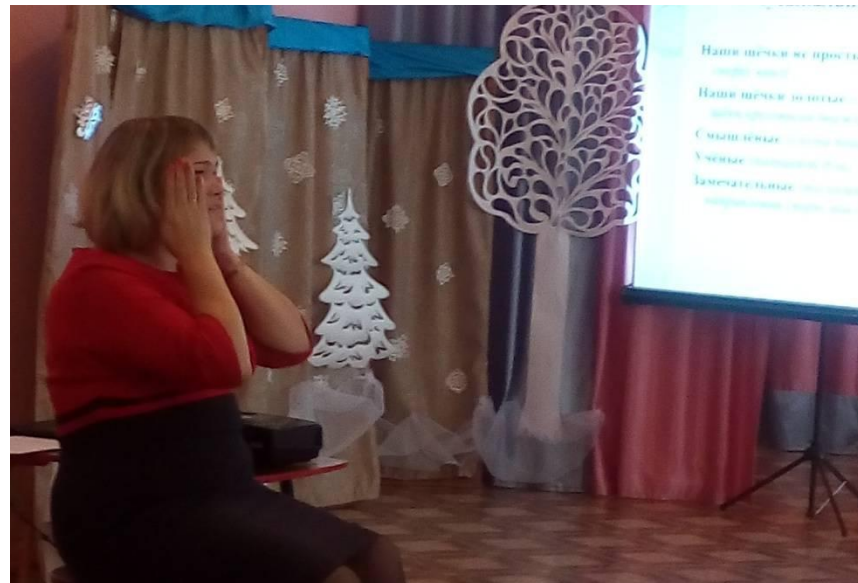
**Подготовила учитель-логопед Жданова Т.И.**

**2016г.**

**Самомассаж** – это возможность человека помочь самому себе.

**Самомассаж в логопедической практике** – один из методов коррекции речи детей.

**Цель:** стимуляция кинестетических ощущений мышц, участвующих в работе периферического речевого аппарата и нормализация мышечного тонуса данных мышц.



## Противопоказания:

- острые и хронические заболевания кожных покровов, в т. ч. гематомы на массируемом участке,
- наличие герпеса на губах или др. инфекции полости рта,
- наличие увеличенных лимфатических узлов,
- болезни крови и капилляров,
- острая крапивница, отек Квинке в анамнезе,
- онкологические заболевания,
- фурункулез,
- эпилепсия,
- если ребенок недавно перенес ангину, ОРЗ, ОРВИ, то массаж противопоказан после полного выздоровления еще на протяжении 20 дней.

## **Возможности самомассажа:**

- можно проводить индивидуально и с группой детей одновременно;
- можно использовать многократно в течение дня;
- может быть включен в логопедическое занятие, перед или после артикуляционной гимнастики;
- можно использовать без специального медицинского образования.

## Условия проведения:

- перед проведением самомассажа руки и лицо ребенка должны быть чистыми;
- длительность одного сеанса составляет 5—10 минут;
- каждое движение выполняется 4—6 раз;
- в один сеанс может быть включено лишь несколько приемов;
- перед выполнением самомассажа ребенок должен принять спокойную, расслабленную позу;
- **непременным условием является постоянное наблюдение за самочувствием и реакцией ребенка.**

## **Схема проведения**

**самомассаж  
ГОЛОВЫ,  
УШНЫХ  
РАКОВИН**

**самомассаж  
МИМИЧЕСКИХ  
МЫШЦ ЛИЦА**

**самомассаж  
ГУБ**

**самомассаж  
ЯЗЫКА**

## **Приемы самомассажа**

**ПОГЛАЖИВАНИЕ**

**растирание**

**разминание**

**вибрация и  
поколачивание**

# Самомассаж мышц головы и шеи

## Приемы:

- **«Я хороший».** *Расположить ладони обеих рук на области головы ближе ко лбу, соединив пальцы в центре, и затем провести ладонями по волосам, опускаясь вниз через уши и боковые поверхности шеи к плечам. Движения рук должны быть одновременными, медленными, поглаживающими.*
- **«Наденем шапочку».** *Исходное положение рук то же. Движения обеих ладоней вниз к ушам, а затем по переднебоковой части к затылочной ямке.*

# Самомассаж ушных раковин

- **«Погреем ушки».** Приложить ладони к ушным раковинам и потереть их.
- **«Потянем за ушки».** Взяться пальцами за мочки ушей и потянуть их вниз 4—5 раз.
- **«Послушаем тишину».** Накрыть ушные раковины ладонями. Подержать их в таком положении 2—3 секунды.





# Самомассаж мышц лица

## Приемы:

- **«Рисуем дорожки».** Движения пальцев от середины лба к вискам.
- **«Рисуем брови».** Проводить по бровям от переносицы к вискам каждым пальцем поочередно: указательным, средним, безымянным и мизинцем.
- **«Наденем очки».** Указательным пальцем проводить легко от виска по краю скуловой кости к переносице, затем по брови к вискам.
- **«Нарисуем усы».** Движение указательными пальцами от середины верхней губы к углам рта.
- **«Клювик».** Движение указательным и средним пальцами от углов верхней губы к середине, а затем от углов нижней губы к середине.

- **«Молоточек».** Постукивание губ зубами.
- **«Погреем щечки».** Растирающие движения ладонями по щекам.
- **«Испечем блины».** Похлопать ладошками по щекам.
- **«Погладим подбородок».** Тыльной поверхностью пальцев поглаживать от середины подбородка к ушам.
- **«Умоем личико».** Ладонями обеих рук производить легкие поглаживающие движения от середины лба вниз по щекам к подбородку.

# Самомассаж языка - как часть активной ГИМНАСТИКИ.

- «Погладим язычок губами»,
- «Накажем непослушный язычок»,
- «Расческа»,
- «Покусаем язычок».



# Использование стихотворных текстов и музыкального сопровождения

**Наши щёчки не простые** (*погладить ладонями щёки сверху вниз*),

**Наши щёчки золотые** (*с некоторым усилием потереть щёки круговыми движениями*),

**Смышлёные** (*слегка пощипать щёки*),

**Учёные** (*пальцевой душ*),

**Замечательные** (*погладить ладонями щёки в направлении сверху вниз*).

**Ручки растираем и  
разогреваем,**

**И лицо теплом своим мы  
умываем.**

**Грабельки сгребают все плохие  
мысли.**

**Ушки растираем вверх и вниз  
мы быстро.**

**Их вперед сгибаем,**

**Тянем их за мочки,**

**А потом уходим пальцами на  
щечки.**

**Щечки разминаем, чтобы  
надувались,**

**Губки разминаем, чтобы  
улыбались.**

**Как утята к утке клювики  
потянем,**

**Разомнем их мягко, не задев  
ногтями.**

**Уголками губ мы щечки  
поднимаем,**

**А потом от носа мы к губам  
стекаем.**

**Губки пожуюем мы,**

**Шарики надуем.**

**И губами вправо-влево  
потанцуем.**

**Под губой язык лежит,  
кулачок в него стучит.**

**Под другой губой лежит,  
другой кулачок стучит.**

**Тянем подбородок и к ушам  
щипаем,**

**А потом по шейке ручками  
стекаем.**

## **Вывод:**

### **Логопедический самомассаж**

- ❑ способствует нормализации мышечного тонуса,**
- ❑ укреплению мышц артикуляционного аппарата,**
- ❑ улучшению кинестетического и динамического праксиса,**
- ❑ развитию силы, подвижности органов артикуляции.**

**Спасибо за внимание!**

