

**Муниципальное казенное дошкольное образовательное  
учреждение детский сад общеразвивающего вида  
«Солнышко»**

# **МАССАЖ**

**Презентацию подготовили:**

**Аскарова А.Б.**

**Терпугова Н.В.**

**С.Боровиха Алтайский край**



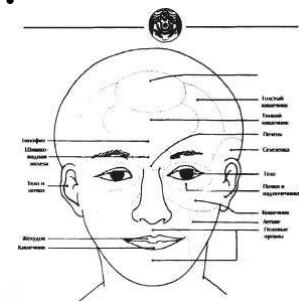
**Самомассаж, Су Джок -  
терапия, Бионергопластика,  
как методы, стимулирующие  
речевую активность  
дошкольника**



**Первым учителем в медицине являются тело и материя природы. Они обучают и показывают: по ним можно изучать, у них учиться...**

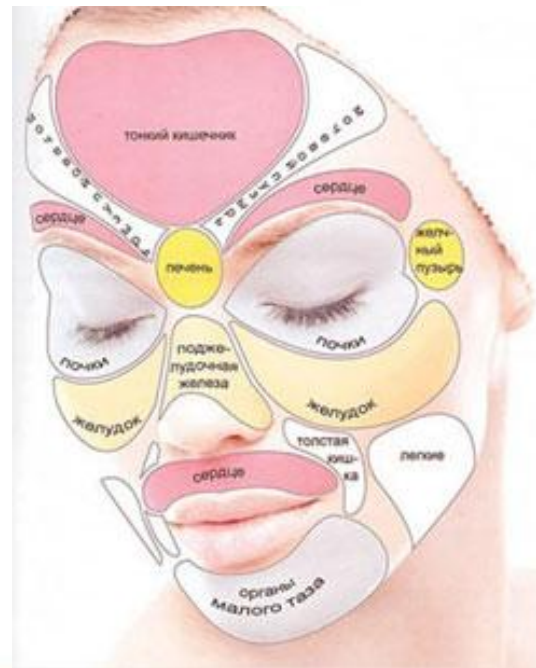


Лицо человека в отличие от других частей тела богато снабжено нервными окончаниями, кровеносными и лимфатическими сосудами. Это отражается на состоянии мышц лица, с помощью которых передаются тончайшие изменения эмоционального состояния человека. Именно выражение лица в первую очередь отражает самочувствие и настроение человека. Кожа лица особенно чувствительна к механическим воздействиям, благодаря чему существует тончайшая обратная связь между состоянием мышц и нервов лица, возникающим под влиянием массажа или самомассажа, и самочувствием и настроением человека.



При самомассаже воздействие оказывается не только на структурные слои кожи, ее сосуды, но и на состояние центральной нервной системы.

Массаж и самомассаж улучшает секреторную функцию кожи, активизирует ее лимфо и кровообращение и таким образом улучшает ее питание, повышает обменные процессы.



**Применение различных приемов самомассажа в логопедической работе позволяет понизить тонус при спастичности мышц или наоборот повысить его при вялых парезах артикуляционной мускулатуры, помогает формированию и осуществлению активных произвольных, координированных движений органов артикуляции.**



**Цель самомассажа - стимулирование ощущений мышц, которые участвуют в работе речевого аппарата, а также в нормализации мышечного тонуса этих мышц.**

**Некоторые исследователи утверждают, что самомассаж влияет на развитие и улучшение памяти, абстрактного мышления, интеллекта, развитие речи.**

**А регулярное применение самомассажа помогает повысить интеллект ребёнка на 75%.**



Процедура  
самомассажа  
проводится, как  
правило, в  
игровой форме и  
по определенной  
схеме.



Солнышко проснулось,  
Лобика коснулось,  
Лучиками провело,  
И погладило, и погладило.

область лба

*Сжимать пальцы в кулачки и разжимать их.  
Проводить пальчиками обеих рук по лбу.  
НД — от середины лба к верхней части ушей.*

Комплекс 1. Солнышко проснулось



Солнышко проснулось,  
К щёчкам прикоснулось,  
Лучиками провело,  
И погладило, и погладило.

область щёк

*Сжимать пальцы в кулачки и разжимать их.  
Проводить пальчиками обеих рук по щекам.  
НД — от носа к средней части ушей.*

Комплекс 1. Солнышко проснулось



Солнце личико согрело.  
Потеплело, потеплело.  
Наши ручки потянулись,  
Наши губки улыбнулись.

область подбородка

*Поглаживающие движения.  
НД — от середины лба к верхней части ушей,  
от носа к средней части ушей,  
от середины подбородка к нижней части ушей.  
Потянуться руками вверх, улыбнуться.*

Комплекс 1. Солнышко проснулось



## Приемы самомассажа:

**Поглаживание** это обязательный прием, с которого начинается самомассаж. При поглаживании усиливается кровообращение в поверхностно расположенных сосудах, снижается мышечный тонус, регулируется дыхание.



Мы весну встречаем  
С первыми ручьями.  
Они весело бегут,  
Звонко песенку поют.

*Поглаживающие движения.*

**НД** — от середины лба к верхней части ушей,  
от носа к средней части ушей,  
от середины подбородка к нижней части ушей.

**Растирание** проводится на малых ограниченных участках в области отдельных мышечных групп. Способствует усилению кровообращения, улучшению обменных процессов, повышению тонуса мышц.



Землю солнышко согрело,  
И трава зазеленела.  
День весенний стал длиннее,  
Небо ярче и синее.

*Поглаживающие движения.*

**НД** — от середины лба к верхней части ушей,  
от носа к средней части ушей,  
от середины подбородка к нижней части ушей.

**Разминание** также выполняется в области отдельных мышечных групп и максимально активизирует работу **МЫШЦ.**



Льдинки звонкие разбились  
И поплыли по реке,  
И серёжки распушились  
На осине и ольхе.

*Зигзагообразные движения.*

**НД** — от середины лба к верхней части шей,  
от носа к средней части шей,  
от середины подбородка к нижней части шей.

**Поколачивание** применяется на лице в местах выхода нервов и в местах, где мало жировой клетчатки (лоб, скуловые кости, нижняя челюсть).



Первые капли  
В полдень зазвенели.  
Стал мороз весною слаб,  
Снегу жарко: кап, кап, кап.

*Постукивающие движения.*

**НД** — от середины лба к верхней части ушей,  
от носа к средней части ушей,  
от середины подбородка к нижней части ушей.

Упражнение 2

Комплекс 6. Весна

**Плотное нажатие** - это прием улучшающий кровообращение, лимфообращение, обменные процессы.



Обогрела всех весна,  
Пробудился лес от сна.  
Все, кто спал, весной проснулись.  
Птицы с юга к нам вернулись.

*Спиралевидные движения.*

**НД** — от середины лба к верхней части ушей,  
от носа к средней части ушей,  
от середины подбородка к нижней части ушей.

**Длительность самомассажа для дошкольников  
составляет 5 - 10 минут.**

**Каждое движение выполняется 4-6 раз.**

**В один сеанс самомассажа может быть включено  
лишь несколько из предлагаемых приемов. Причем  
они могут варьироваться в течение дня.  
Естественно, что перед проведением самомассажа  
ребенок должен быть тщательно умыт.**



**При систематическом самомассаже усиливаются рефлекторные связи коры головного мозга с мышцами и сосудами, нормализуется мышечный тонус, происходит стимуляция тактильных ощущений.**

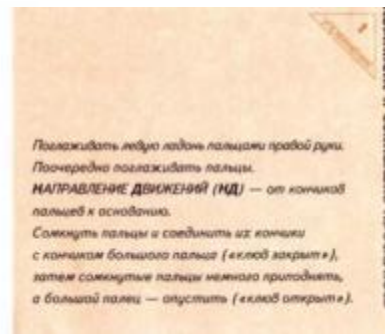
**Самомассаж позволяет активизировать и синхронизировать работу обоих полушарий мозга.**



После самомассажа  
лицевых мышц  
рекомендуется  
проводить самомассаж  
кистей рук и пальцев.



Ладонка — это солнышко,  
А пальчики — лучи.  
Поёт о солнце скворушка,  
Кричат о нём грачи.



Поглаживать ладонь ладонь пальцами правой руки.  
Поочередно поглаживать пальцы.  
**НАПРАВЛЕНИЕ ДВИЖЕНИЯ (НД)** — от кончиков  
пальцев к основанию.  
Сожмут пальцы и соединить их кончики  
с кончиком большого пальца («клуб закрыт»),  
затем сожнутые пальцы немного приподнять,  
а большой палец — опустить («клуб открыт»).

Комплекс 1. Солнышко проснулось



Солнышко милое,  
Поделись своей силой!  
Просыпайтесь, лучики,  
Согревайтесь, рученьки.



Поглаживать правую ладонь  
пальцами левой руки.  
Поочередно растирать пальцы.  
**НД** — от кончиков пальцев к основанию.

Комплекс 1. Солнышко проснулось



Пальцы-лучики проснулись,  
Наклонились, потянулись,  
Быстро встали на зарядку,  
Рассчитались по порядку.



Сжимать пальцы в кулачки  
и разжимать их.  
Поочередно поглаживать  
и называть пальцы.  
**НД** — от кончиков пальцев к основанию.

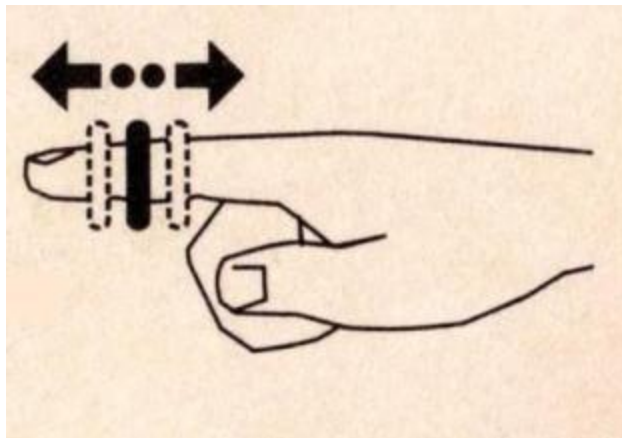
Комплекс 1. Солнышко проснулось



**Су Джок - это современное направление акупунктуры (стимулирования биологически активных точек), которое объединяет древние знания восточной и последние достижения европейской медицины.**

**Создателем метода Су Джок является корейский профессор Так Чже Ву.**

**СУ - кисть**



**ДЖОК - стопа**



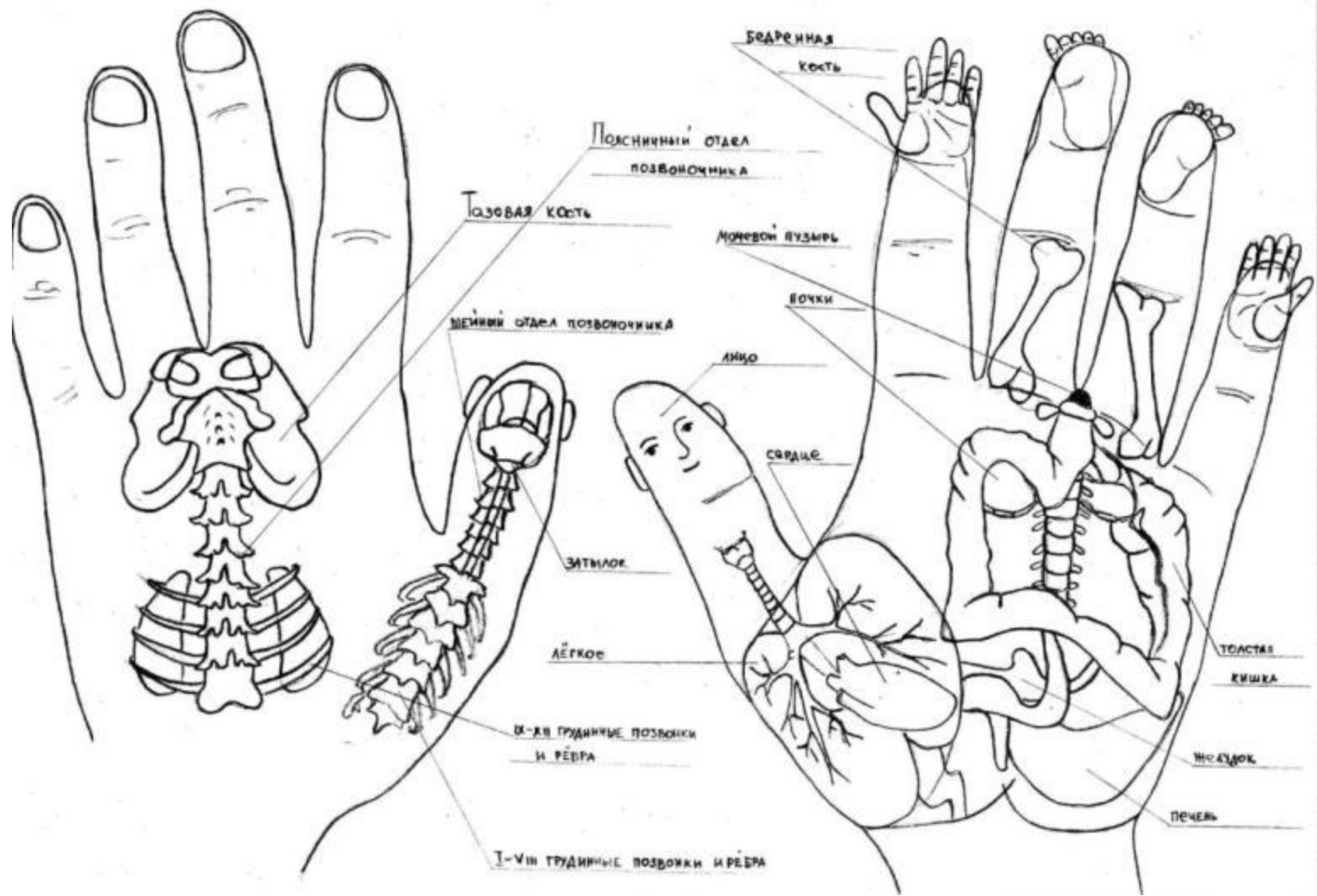


**На пальцах рук  
расположено множество  
акупунктурных точек,  
массируя которые можно  
воздействовать на  
внутренние органы.**



**Стимуляция точек на кистях рук  
массажерами эффективно лечит многие  
заболевания, оздоравливает работу всех  
органов, заменяет общий массаж тела,  
способствует повышению тонуса,  
работоспособности и оказывает общее  
профилактическое действие.**





Бедренная  
кость

Поясничный отдел  
позвоночника

Тазовая кость

Мочевой пузырь

Шейный отдел позвоночника

Бошки

Лицо

Сердце

Затылок

Легкое

IX-XIV грудные позвонки  
и ребра

I-VIII грудные позвонки  
и ребра

Толстая  
кишка

Желудок

Печень

**Су Джок - терапия благотворно влияет не только на общий организм, но и на речевую активность ребенка.**

**Известно, что речь - это результат согласованной деятельности многих областей головного мозга. Анатомически речевая область расположена рядом с двигательной и формируется под влиянием импульсов, поступающих от пальцев рук. Поэтому, массируя их, ребенок развивает не только пальчиковую моторику, ловкость и координацию движений, но и активизирует словарь, развивает чувство ритма, речь, в целом.**

# Преимущества данного метода:

**безболезненность**



## **Возможность самостоятельного использования**

**Каждый ребенок легко может овладеть техникой Су Джок для самолечения и восстановления нарушенной гармонии своего организма.**



## Абсолютная безопасность.

Утверждается, что Су Джок не может навредить, так как отсутствует риск повреждения кисти или стопы из-за неправильного обращения с иглами





## Универсальность

Так как на руках и стопах есть проекции всех органов и частей тела, то методика Су Джок может быть применима для лечения всего организма и стать своеобразной "Скорой помощью"



**Су Джок можно использовать многократно в течение дня, включая в любую непосредственно образовательную деятельность и различные режимные моменты в условиях ДОУ.**

**В некоторых странах этот метод входит в государственные программы не только здравоохранения, но и образования.**



После самомассажа лица и рук коррекционная работа предусматривает проведение артикуляционной гимнастики.

Нетрадиционным способом выполнения артикуляционной гимнастики является биоэнергопластика.



**Термин бионергопластика состоит из двух слов: биоэнергия и пластика.**

**Биоэнергия - это та энергия, которая находится внутри человека.**

**Пластика - плавные, раскрепощенные движения тела, рук.**

**Бионергопластика - это соединение движений артикуляционного аппарата с движением кисти руки.**



Гимнастика для рук, ног - дело нам привычное и знакомое. Понятно ведь, для чего мы тренируем мышцы, чтобы они стали ловкими, сильными, подвижными. А вот зачем язык тренировать, ведь он и так "без костей"? Оказывается, язык - главная мышца органов речи. И для него, как и для всякой мышцы, гимнастика просто необходима. Ведь язык должен быть достаточно хорошо развит, чтобы выполнять тонкие целенаправленные движения, именуемые звукопроизношением.



Выполняя артикуляционное упражнение или удерживая определенную позу, ребенок имитирует это же движение одновременно одной или двумя руками.

При этом решаются следующие задачи:

- укрепляются мышцы артикуляционного аппарата;
- развивается сила, подвижность, точность движений органов, участвующих в речевом процессе;
- развивается координация движений мелкой моторики пальцев;
- развивается память, произвольное внимание, зрительное, слуховое восприятие.



Соединяя движения артикуляционного аппарата с движением кисти руки, эффективность исправления дефектных звуков возрастает в 2 раза, так как:

1. Работаящая ладонь многократно усиливает импульсы, идущие к коре головного мозга от языка.



2. Биоэнергопластика - это своего рода творческая игра со сказочным сюжетом. Выработка полноценных движений в занимательной и увлекательной форме особенно важна для дошкольника.





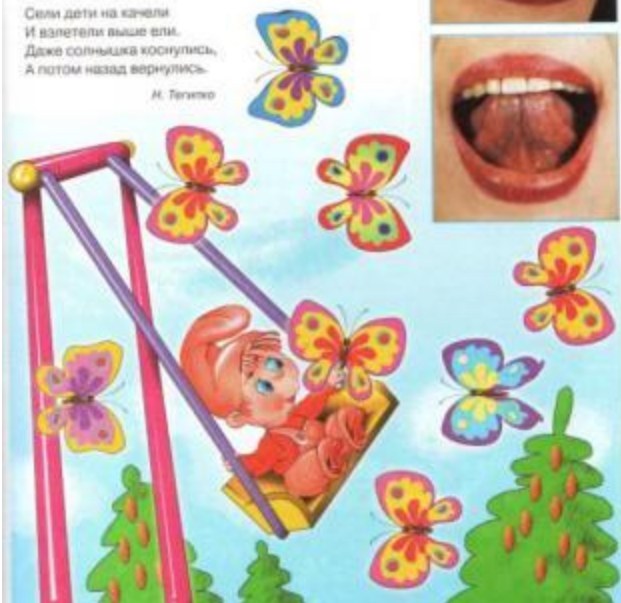
Недостатки произношения отягощают эмоционально-психическое состояние ребенка, мешают ему развиваться и общаться со сверстниками, поэтому биоэнергопластика-незаменимый здоровьесберегающий метод в работе учителя-логопеда.

### КАЧЕЛИ

После футбола закателось Язычку на качелях покататься: вверх-вниз! Весело качаться с Язычком на качелях!  
**Описание упражнения:** улыбнуться, открыть широко рот, на счёт «раз» – опустить кончик языка за нижние зубы, на счёт «два» – поднять язык за верхние зубы. Повторить 4–5 раз.

Сели дети на качели  
И взлетели выше ели.  
Даже солнышко коснулись,  
А потом назад вернулись.

М. Тараско



### ЧИСТИМ ЗУБКИ

1. Попил Язычок чай из своей красивой чашки, а мама ему и говорит: «Язычок, пора спать!»

Перед сном Язычок пошёл умываться и... правильно, чистить зубки. Давай и мы с тобой почистим зубки.

**Описание упражнения:** улыбнуться, открыть рот, кончиком языка сильно «почистить» за нижними зубами (влево-вправо) под счёт взрослого (7–8 раз). Затем поднять язычок вверх и почистить за верхними зубами (рот при этом широко открыт). Повторить 8–10 раз.

2. После того как Язычок почистил зубки, он привык-се полоскать ротик. Давай ему поможем!

**Описание упражнения:** рот закрыть, имитировать полоскание рта.

Умылся Язычок и пошёл спать.

Зубки нужно чистить дважды:  
Каждое утро и вечер каждый.



**Только задумайтесь: такие простые манипуляции, а сколько пользы!**

**-Положительное воздействие на внутренние органы, тонизирующий, иммуностимулирующий эффект – это раз!**

**-Стимуляция мыслительных функций и речи – это два!**

**-Заряд положительных эмоций – это три!**



**А Б  
В Г Д**

с

саж

