

Рекомендации по выполнению самомассажа у детей с речевыми нарушениями

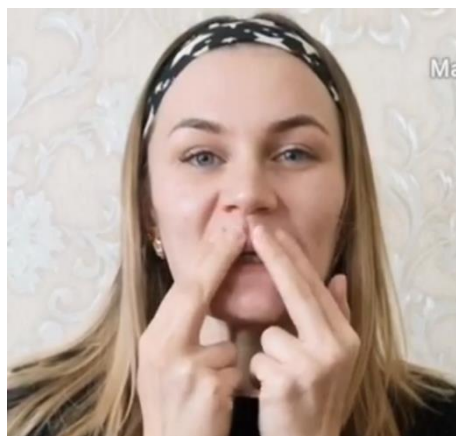
Часто у детей с речевыми нарушениями отмечаются проблемы с мышечным тонусом мимической мускулатуры. Им просто необходим массаж и самомассаж. Особенно в нём нуждаются дети с дизартрическим компонентом, а также с системным недоразвитием речи разной степени.

Самомассаж относится к нетрадиционным логопедическим технологиям. Применяя самомассаж в комплексной коррекционной работе, значительно повышается эффективность работы по преодолению речевых нарушений у детей. Массаж – это метод лечения и профилактики с помощью механического воздействия на различные участки тела человека. самомассаж лица – это массаж, проводимый самим ребёнком с помощью рук, он



позволяет изменить состояние мышц и нормализовать их тонус. Дети обучаются под руководством взрослого. Каждое движение взрослый показывает на себе, произнося соответствующий текст. Ребята отрабатывают движения несколько раз сначала перед зеркалом, а затем без зрительного контроля. самомассаж лица выполняется сидя, приняв удобную, спокойную позу. Болевые ощущения во время самомассажа не допускаются. Дети с удовольствием выполняют самомассаж с речевым сопровождением. Вы самостоятельно легко можете проводить самомассаж в игровой форме со своими детьми.

Примеры игрового самомассажа



Кран откройся, кран откройся (вращение кулаками в разные стороны)

Нос умойся, нос умойся (пальцами двигать от переносицы к крыльям носа)

Мойтесь сразу оба глаза (протирать пальцами глаза)

Мойтесь ушки (растирать ушные раковины)

Мойся шейка (поглаживать шею)

Шейка мойся хорошенько

Мойся, мойся, обливайся (кулаками размять щёки)

Грязь смывайся, грязь смывайся (растереть ладони)

Водичка, водичка – умой моё личико (умываем лицо),

Чтоб глазки – блестели (протирать пальцами глаза),

Чтоб щёчки – краснели (кулаками размять щёки),

Чтоб улыбался роток (растереть губы),

Чтоб кусался зубок (пощёлкать зубами)

Ручки разминаем, растираем, согреваем (сжимаем, разжимаем кулачки, потирание ладоней, хлопки).

И лицо ладошками нежно умываем (круговые движения в разные стороны вокруг глаз руками по лицу).

Грабельки сгребают, все плохие мысли (граблеобразные движения пальцами от середины лба к вискам).

Ушки вниз подёргаем быстро, быстро, быстро (оттягивание ушных раковин вниз).

Побежим от носа пальцами мы к ушкам (стучащими движениями перебегают от носа к ушам по массажным линиям).

Их вперёд сгибаем, мягко растираем (сгибание ушных раковин и их растирание).

Гладим щёчки по дорожкам: вверх, вверх, вверх (поглаживание пальцами от носа, от уголков губ, от середины подбородка по массажным линиям вверх к вискам).

Вверх натягиваем бровки: вверх, вверх, вверх (пальцами натягиваем кожу лба от середины бровей к волосам вверх 3 раза).

А теперь погладим губки: раз, два, три (гладят губы от середины к сторонам).

А ещё помнём мы губки по-смо-три! (растирают губы от середины к сторонам).

Поцелуем мы друг друга: чмок, чмок, чмок (вытягивание обеих губ вперёд, поцелуй).

Губки тянем влево-вправо (выполнять соответственно словам).

Хорошо! Ещё разок! (выполнять соответственно словам).

Губки бегают по кругу: раз, два, три! (круговые движения губами влево).

И в другую сторону: по-смо-три! (круговые движения губами вправо).

Губки мы погладим, пальцами скользя (гладят пальцами от середины губ до уголков рта).

Ведь они устали, им отдохнуть пора.

По дорожкам к носику мы пройдем (спиралевидные движения средних пальцев рук от крыльев носа к уголкам рта по носогубным складкам).

И от носа к ушкам мы дойдем (поглаживающее движение от крыльев носа к ушам).

Подбородок мы пощиплем, по дорожкам пробежим (пощипывание нижней челюсти от подбородка к ушам).

А теперь погладим шейку и тихонько посидим (медленно гладят шею сверху - вниз)

Посмотреть выполнение самомассажа Вы можете на нашем канале Ютуб по ссылке:

https://www.youtube.com/watch?v=eNtK2ysZHS0&list=PLGyMgg79hR4VBh9_0grukqD39hhWDbH77&index=15