**Тема: «Использование элементов самомассажа в работе учителя-логопеда»**

Учитель-логопед: Копайгора Е.Е.

При всех видах дизартрии одним из методов коррекционно-педагогического воздействия является [**логопедический массаж**](http://www.logolife.ru/mamam/logopedicheskij-massazh-formirovanie-sensomotornyx-predposylok-dlya-razvitiya-artikulyacii.html).  Но многие из нас не имеют специального медицинского образования для его проведения, и основной принцип нашей работы – не навреди. Поэтому предлагаю вам **элементы самомассажа**, которые можно использовать как в работе учителя-логопеда, так и в работе воспитателей.

**Самомассаж** – это массаж, выполняемый самим ребёнком, страдающим речевой патологией,  это динамические артикуляционные упражнения, вызывающие эффект, сходный с массажным. Самомассаж органов артикуляции активизирует кровообращение в области губ и языка. Ребёнок сам выполняет приёмы самомассажа, которые показывает ему взрослый.

Целью логопедического самомассажа является стимуляция кинестетических ощущений мышц, участвующих в работе периферического речевого аппарата и нормализация мышечного тонуса данных мышц.

**Использование самомассажа полезно по нескольким причинам**:

1. Можно проводить не только индивидуально, но и фронтально с группой детей одновременно.
2. Можно использовать многократно в течение дня, включая его в различные режимные моменты в условиях дошкольного учреждения.
3. Можно использовать без специального медицинского образования.

**Правила**:

1. Длительность одного сеанса может составлять 5-10 минут.
2. Каждое движение в среднем выполняется 4-6 раз.
3. В один сеанс может быть включено лишь несколько приёмов, которые могут варьироваться в течение дня.
4. Перед проведением самомассажа ребёнок должен быть тщательно умыт.
5. Все материалы должны быть строго индивидуальны, лучше одноразовые и после занятия утилизироваться.

Обучая детей самомассажу, логопед показывает каждый приём на себе и комментирует его. Дети выполняют массажный приём самостоятельно, вначале при наличии зрительного контроля, а затем и без него. Когда приёмы будут освоены детьми, возможно проведение движений под стихотворный текст или тихую музыку. Процедура самомассажа проводится в игровой форме.

**1. Общий самомассаж** мышц головы, шеи, туловища (можно включать как **[физминутка](http://www.logolife.ru/logopedy/fizminutki-dlya-doshkolnikov" \o "физминутки" \t "_blank)**).

**2. Самомассаж мышц лица** (щёк, губ), укрепляем мышцы щёк, губ, круговую мышцу рта.  При повышенном тонусе мышц  – спастическая форма дизартрии, язык напряжён, оттянут кзади, спинка языка изогнута, кончик языка не выражен, губы плотно сомкнуты, напряжены, активные движения языка и губ затруднены,  то при массировании  мышц щёк рефлекторно расслабляются мышцы языка.

Ручки растираем и тепло мы получаем, *Растирание и похлопывание ладоней*

И лицо своим теплом мы умываем, *Проводят ладонями по лицу сверху вниз*

Грабельки сгребают *Граблеобразные движения*

Все плохие мысли. *от середины лба к вискам*

Ушки растираем вверх и вниз мы быстро. *Растирание ушных раковин*

Их вперед сгребаем, тянем вниз за мочки, *Загибание ушных раковин, оттягивание их*

А потом уходим пальцами на щечки. *Пальцы «перебегают» на щечки*

Щечки разминаем, чтобы надувались. *Круговыми движениями разминаем щеки*

Губки разминаем, *Большой и указательный палец разминают*

Чтобы улыбались. *верхнюю, а затем нижнюю губу*

Мы теперь утятки – клювики потянем, *Вытягивание обеих губ вперед*

Разомнем их мягко, не задев ногтями.

Уголками губ мы *Средние пальцы по очереди поднимают*

Щечки поднимаем, *то правый, то левый угол рта*

А потом от носа вниз к губам стекаем. *Спиралевидные движения от носа к углам рта*

Губки пожуем мы, шарики надуем *Покусывание верхней и нижней губы, надуть щеки*

И губами вправо-влево потанцуем. *Указательные пальцы поглаживают губы*

Тянем подборок и к ушам щипаем, *Щипаем подбородок от челюсти к ушам*

А потом по шейке ручками стекаем. *Поглаживание шеи всей ладонью к ключице*

* **Самомассаж**с помощью мячиков, ракушек, шишек (сопровождать стихотворным текстом).
* **Артикуляционные упражнения** – как приёмы самомассажа:

***Помидоры- – Огурцы***

***Шарики*** – гоняем воздух из одной щеки в другую,

***Футбол*** – плюс выполняем движения языком вверх-вниз,

***Хлопушка*** – надуваем щёки воздухом и слегка ударяем по ним кулаками – воздух с шумом вырывается наружу.

***Самовар*** – сжать губы, надуть щёки. Затем выпустить воздух через губы, произнося звук «**П**».

***Рыбка*** – несколько раз подряд широко открывать, а затем быстро закрывать рот, надувая щёки. В результате будут слышны тихие хлопки, издаваемые запираемым во рту воздухом.

**3. Губы: Упражнения для укрепления губ**:

***Смешная песенка*** – указательным пальцем перебирать по губам, произнося при        этом звук, похожий на «**Б-Б-Б…**.»

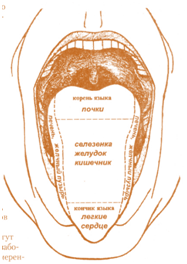
***Индейцы*** – широко открываем рот, произносим звук «А» и одновременно похлопываем ладонью по рту, то открывая, то прикрывая его.

***Помада*** – обводим губы указательным пальцем: первое – рот широко открыт, как при произнесении звука «А», второе – губы вытянуты вперёд трубочкой, как при произнесении звука «У» ,третье – губы в улыбке, как при произнесении звука «И»

***Кисточка***– проводим кисточкой с мягким ворсом по губам малыша.

***Расчёска*** – слегка прикусываем нижнюю губу и несколько раз скоблим её верхними зубами, как бы причёсывая. Затем прикусываем верхнюю губу и поскоблим её нижними зубами.

**4. Самомассаж мышц языка**.

При полиморфном нарушении звукопроизношения производится самомассаж на укрепление мышц языка. Самомассаж языка выполняется не более чем 1-1,5 минуты. Схема языка.[](http://www.logolife.ru/wp-content/uploads/massajz-myshc-yazyka.png)

* Простой приём самомассажа: Покусали кончик языка, покусали спинку языка, жуём как жвачку один бочок язычка, затем другой бочок.
* Язычок погладим ласково губами, а затем похлопаем бережно губами, язычок погладим ласково зубами, а затем похлопаем бережно зубами, …..
* Самомассаж с «пальчиком массажным»: Широкий язык погладить сверху – вниз; Нарисовать на языке «елочку»; Поднять язык наверх и погладить под языком снизу-вверх.
* Перекатывать во рту виноградинку, стараться не раздавить её.
* Облизывать ложку, начиная с большой (работает вся поверхность языка), затем уменьшая её размер до десертной (тонкие дифференцированные движения языка).

Таким образом, использование **приёмов самомассажа при коррекции звукопроизношения**, помогает в работе логопеда, заинтересовывает детей, так как проводится в игровой форме, подготавливает речевой аппарат малыша и развивает речь.

**Процедура самомассажа проводится по схеме**: массаж головы, мимических мышц лица, губ, языка. Во время выполнения движений у ребёнка не должно быть ощущений дискомфорта, напротив, все движения самомассажа должны приносить ребёнку удовольствие.

**Использованная литература:**

1. Е.А. Дьякова «Логопедический массаж» –  М.: Издат. центр «Академия», 2005 г.
2. Картушина М. Ю. «Логоритмические занятия в детском саду: Методическое пособие» – М.: ТЦ Сфера, 2003 г.
3. Е.Н. Краузе «Логопедия. Логопедические занятия с детьми раннего и младшего возраста» –  СПб.: КОРОНА принт;  М.: Бином Пресс, 2005 г.
4. О.А Новиковская «Весёлая зарядка для язычка» –  М.: АСТ, СПб.: Сова, 2010 г.
5. Поваляева М. А. «Полный справочник. Настольная книга логопеда» – М.: АСТ: Астрель: Полиграфиздат, 2010 г