

*МАДОУ МО г. Краснодар «Центр - детский сад № 171 «Алые паруса»*

*Картотека*

*Самомассаж в коррекции стертой дизартрии у  
дошкольников*

Логопедический массаж является одним из методов коррекционно-педагогического воздействия при тяжелых речевых нарушениях и в практике используется достаточно давно. Для применения массажа теоретической предпосылкой служат работы С.А. Бортфельд, О.В. Правдиной, К.А. Семеновой, М.Б. Эйдиновой и других. Наиболее актуально применение логопедического массажа при таких нарушениях, как дизартрия. Дизартрия – это нарушение звукопроизводительной и мелодико-интонационной стороны речи, обусловленное недостаточностью иннервации мышц речевого аппарата.

В работе по преодолению дизартрии, самомассаж является одним из эффективных методов коррекционно-педагогического воздействия.

Самомассаж – это массаж, который ребёнок, имеющий речевые нарушения, может выполнять сам. самомассаж органов артикуляции активизирует кровообращение в области губ, языка, развивает круговую мышцу рта, мимико-артикуляционные мышцы, способствует активизации тех групп мышц периферического речевого аппарата, у которых имелась недостаточная сократительная активность, а также способствует увеличению объёма и амплитуды артикуляционных движений.

Самомассаж – это также один из видов пассивной гимнастики, его необходимо проводить ежедневно, желательно два – три раза в день, он оказывает тонизирующее действие на центральную и периферическую нервную систему, улучшающей функции рецепторов, проводящих путей.

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

Правила при проведении самомассажа:

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 только несколько приемов, варьирующихся в течение дня.

4. Самомассаж проводится чистыми руками, ребёнок должен быть тщательно умыт.
5. Самомассаж должен доставлять удовольствие, быть интересным.
6. Во время организации самомассажа необходимо использовать стихи, потешки, прибаутки, песенки.

Начиная работу по обучению разным приёмам самомассажа и обучая новым действиям и упражнениям, логопед показывает каждый прием на себе и комментирует. Ребенок выполняет массажный прием самостоятельно, вначале при наличии зрительного контроля (зеркало), а затем и без него.

Во время выполнения движений у ребенка не должно быть ощущений дискомфорта, напротив, все движения самомассажа должны приносить ребенку удовольствие. Различные виды самомассажа – мышц головы и шеи, мышц лица, ушных раковин, мышц языка – предлагаются ребенку для разучивания упражнений именно в этой последовательности.

#### САМОМАССАЖ МЫШЦ ГОЛОВЫ И ШЕИ.

1. «Я хороший». Расположить ладони обеих рук на области головы, ближе ко лбу, соединив пальцы в центре, и затем провести ладонями по волоскам, опускаясь вниз через уши и боковые поверхности шеи к плечам. Движения рук должны быть одновременными, медленными, поглаживающими.

2. «Грабельки». Руки расположить на середине лба и граблеобразными движения проводить от середины лба к вискам.

3. «Наденем шапочку». Расположить ладони обеих рук на области головы, ближе ко лбу, соединив пальцы в центре, затем движением обеих ладоней вниз к ушам, а потом по переднебоковой части к яремной ямке.

#### САМОМАССАЖ МЫШЦ ЛИЦА

1. «Рисуем дорожки». Движение пальцев от середины лба к вискам.

2. «Рисуем елочки». Движения пальцев от середины лба к вискам. Движение направлено несколько по диагонали.

3. «Пальцевый душ». Легкое постукивание или похлопывание кончиками пальцев по лбу.

4. «Рисуем брови». Проводить по бровям от переносицы к вискам каждым пальцем поочередно: указательным, средним, безымянным и мизинцем.

5. «Веселый клоун». Движение указательными и средними пальцами от середины нижней губы к углам рта, а затем вверх к скуловой кости.

6. «Грустный клоун». Движение указательными и средними пальцами середины верхней губы к углам рта, а затем к углам нижней челюсти.

7. «Клювик». Движение указательным и средним пальцами от углов верхней губы к середине, а затем от углов нижней губы к середине.

8. «Погладим подбородок». Тыльной поверхностью пальцев поглаживать от середины подбородка к ушам.

9. «Пальцевый душ». Набрать воздух под верхнюю губу и легко постукивают по ней кончиками пальцев, проделать то же самое движение, набрав воздух под нижнюю губу.

10. «Нарисуем три дорожки». Движение пальцев от середины нижней губы к ушам, от середины верхней губы к ушам, от середины носа к ушам.

11. «Паровозики». Сжать кулаки и приставить их тыльной стороной к щекам. Производить круговые движения, смещая мышцы щек сначала по часовой стрелке, а затем против часовой стрелки. Можно сопровождать круговые движения ритмичным произнесением: «Чух, чух, чух».

12. «Пальцевый душ». Набрать воздух под щеки и легко постукивать по ним кончиками пальцев.

### САМОМАССАЖ МЫШЦ ЯЗЫКА

Данные приемы самомассажа языка можно рассматривать и как часть активной гимнастики. Также, самомассаж языка можно выполнять в форме речи с движением, как иллюстрации к различным потешкам и рифмовкам.

Один, два, три, четыре пять,

Самомассаж начинаем выполнять.

Чтобы звуки правильно употреблять,

Будем щечки, губки и язычок мы укреплять.

1. «Поглаживание языка губами». Просунуть язык как возможно больше сквозь узкую щель между губами, затем расслабить его так, чтобы боковые края языка касались углов рта. Постепенно убирать язык в полость рта.

2. «Пошлепаем губами». Просовывая язык сквозь губы вперед, пошлепывать его губами, при этом слышится звук «пя-пя-пя», точно так же убирать язык внутрь рта.

3. «Поглаживание языка зубами». Просунуть язык как возможно больше сквозь узкую щель между зубами, затем расслабить его так, чтобы боковые края языка касались углов рта. Постепенно убирать язык в полость рта.

4. «Расчешем язычок». Просунуть язык как возможно больше сквозь узкую щель между зубами, затем расслабить его так, чтобы боковые края языка касались углов рта. Постепенно убирать язык в полость рта.

5. «Покусываем язычок». Легко покусывать язык зубами, высывая его вперед и убирая назад, в полость рта.

6. «Необычные рисунки». Взрослый предлагает ребенку «порисовать» на своем языке. Посередине языка можно провести продольную полосу, «нарисовать» волну, спираль. Используя сразу два указательных пальца, можно изобразить елочку, птичку или кружок. Для того чтобы «стереть» предыдущий рисунок и приступить к следующему, надо плашмя похлопать по языку указательным пальцем, а затем погладить его тем же пальцем.

«Рисование» на языке можно сопровождать небольшим рассказом или текстом, например: «Елочку я нарисую. Не одну, а целый лес. А под елочкой зайчата резвятся, в жмурки играют и от волка убегают...»

#### САМОМАССАЖ УШНЫХ РАКОВИН

1. «Погрели ушки». Приложить ладони к ушным раковинам и потереть их.

2. «Потянули за ушки». Взяться пальцами за ушные мочки и потянуть их вниз 3 — 5 раз.

3. «Послушаем тишину». Накрывать ушные раковины ладонями. Поддерживать в таком положении 2 — 3 с.

Таким образом, можно сказать, что использование приемов самомассажа является эффективным средством коррекционно-образовательной работы с детьми, имеющими нарушения речи, а также здоровьесберегающей технологией. Использование приёмов самомассажа при коррекции речевых нарушений в игровой форме, помогает в работе логопеда, вызывает у детей положительный эмоциональный отклик, подготавливает речевой аппарат, у детей быстрее автоматизируются поставленные звуки и развивается речь.

### ***Список литературы***

1. Боровцова Л.А., Холина Е.В. Альбом для самомассажа артикуляционного аппарата у детей дошкольного возраста. Логопедическое пособие для детей дошкольного возраста /Л.А. Боровцова, Е.В. Холина. - Тамбов, 2010.
2. Карелина И.Б. Логопедический массаж при различных речевых нарушениях: практическое пособие/ И.Б. Карелина. – М.: Издательство ГНОМ, 2016.
3. Воронина Л.П., Червякова Н.А. Картотеки артикуляционной и дыхательной гимнастики, массажа и самомассажа. СПб.: ООО «ИЗДАТЕЛЬСТВО ДЕТСТВО-ПРЕСС», 2015.