**Использование приёмов самомассажа лица для преодоления речевых нарушений у детей дошкольного возраста.**

В последнее время мы слышим все чаще:

«Ребенок хороший, но не говорящий

А этот, хоть скажет, но плохо, не внятно.

И что говорит — ничего не понятно»

Но мы для того и даны нашим детям:

Понять, разобраться и справится с этим.

Добрый вечер, уважаемые родители! Приятно видеть Вас в этой аудитории, и очень надеюсь, что сегодня у нас с Вами получится интересный и полезный разговор.

Одним из методов коррекционно-педагогического воздействия на преодоление речевых нарушений у детей является логопедический массаж. Но многие из нас не имеют специального медицинского образования для его проведения, а основной принцип нашей работы – не навреди. Поэтому предлагаю вам приёмы самомассажа, которые можно использовать в работе не только педагогам в ДОУ, но и родителям дома. Самомассаж относится к нетрадиционным логопедическим технологиям. Применяя самомассаж в комплексной коррекционной работе, значительно повышается эффективность работы по преодолению речевых нарушений у детей. Также самомассаж может использоваться для детей раннего дошкольного возраста.

 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.

**Правила проведения самомассажа**:

1. Обучая детей самомассажу, логопед показывает каждый приём на себе и комментирует его. Дети выполняют массажный приём самостоятельно.
2. Ребята отрабатывают движения несколько раз сначала перед зеркалом, а затем без зрительного контроля.
3. Самомассаж лица выполняется сидя, приняв удобную, спокойную позу.
4. Болевые ощущения во время самомассажа не допускаются.
5. Длительность одного сеанса может составлять 5-10 минут.
6. Каждое движение в среднем выполняется 4-6 раз.
7. Перед проведением самомассажа ребёнок должен быть тщательно умыт.
8. Когда приёмы будут освоены детьми, возможно проведение движений под стихотворный текст или тихую музыку.
9. Он может проводиться как на индивидуальных, так и на подгрупповых занятиях, перед или после артикуляционной гимнастики.

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.

**Противопоказания к проведению самомассажа:**

* острые воспалительные процессы;
* носовые кровотечения и склонность к ним;
* конъюктивиты;
* различные заболевания кожных покровов и волосистой части головы;
* стоматиты и другие инфекции полости рта;
* чрезмерная психическая и физическая усталость;
* повышение температуры тела.

**Показания к проведению логопедического самомассажа**:

Логопедический самомассаж показан детям, если вашему ребенку ставят один из диагнозов:

* задержка речевого развития,
* дислалия,
* дизартрия,
* ОНР.

**Логопедический самомассаж лица.**

**Ручки разминаем, растираем, согреваем**(сжимаем, разжимаем кулачки, потирание ладоней, хлопки).
**И лицо ладошками нежно умываем** (круговые движения в разные стороны вокруг глазниц руками по лицу).
**Грабельки сгребают, все плохие мысли**(граблеобразные движения пальцами от середины лба к вискам).
**Ушки вниз подёргаем быстро, быстро, быстро**(оттягивание ушных 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**(гладят 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 пройдём**(спиралевидные движения средних пальцев рук от крыльев носа к уголкам рта по носогубным складкам).
**И от носа к ушкам мы дойдём**(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).

***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 волосам, опускаясь вниз через уши и боковые поверхности шеи к плечам. Движения рук должны быть одновременными, медленными, поглаживающими.

2. **«Наденем шапочку».** Исходное положение рук то же. Движения обеих ладоней вниз к ушам, а затем по переднебоковой части шеи к яремной ямке.

***Самомассаж мышц лица***

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

2. **«Рисуем яблочки».** Круговые движения пальцев от середины лба к

вискам. «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. «Наденем очки». Указательным пальцем проводить легко от виска по краю скуловой кости к переносице, затем по брови к вискам.

5. **«Глазки спят».** Закрыть глаза и легко прикрыть пальцами веки , удержать в течение 3 — 5 с.

6. **«Нарисуем усы».** Движение указательными и средними пальцами от середины верхней губы к углам рта.

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

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

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

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

11.  **«Расческа».** Поглаживание губ зубами.

12.  **«Молоточек».** Постукивание губ зубами.

13.  Всасывание верхней и нижней губы попеременно.

14.  Пожевывание попеременно то верхней, то нижней губы.

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

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

17.  **«Нарисуем кружочки».** Круговые движения кончиками пальцев по щекам.

18.  **«Погреем щечки».** Растирающие движения ладонями по щекам в разных направлениях.

19.  **«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».

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

21.  **«Испечем блинчики».** Похлопать ладошками по щекам.

22. **«Умыли личико».** Ладонями обеих рук производить легкие поглаживающие движения от середины лба вниз по щекам к подбородку.

***Самомассаж мышц языка***

Данные приемы самомассажа языка можно рассматривать и как часть активной гимнастики.

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. **«Пошлепывание языка 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. **«Покусывание языка зубами».** Легко покусывать язык зубами, высовывая его вперед и убирая назад, в полость рта.

5.   **«Пожуем грушу».** Использовать для упражнения спринцовку №1. Сложить ее в два раза, обмакнуть сложенную часть в сладкий сироп, вложить в рот ребенка так, чтобы кончик остался снаружи. Предложить пожевать. Это упражнение используется не только для массажирования языка, но и для активизации движении   жевательных мышц и стимуляции кинестетических ощущений, идущих от мышц полости рта.

***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 (рис. 136).

3. **«Послушаем тишину».** Накрыть ушные раковины ладонями. Подержать их в таком положении 2 — 3 с.

**Самомассаж «Время года».**

Если солнце жарко греет, Поглаживающие движения

Если легкий ветер веет, от середины лба, носа, верхней

Стало сухо и тепло – губы, подбородка к ушам.

Это лето к нам пришло.

Если дождь стучит по крыше, Постукивающие движения

Листья падают неслышно. подушечками пальцев по лбу,

Птицам улетать пора – щекам, подбородку.

Это осень к нам пришла.

Если вьюга кружит, злиться, Круговые движения в области

Всюду белый снег кружится, лба, щек, подбородка.

В снежных шапках все дома –

Это к нам пришла зима.

Если тает снег и лёд, Поглаживающие движения

Звонкий ручеёк течёт, обеими ладонями сверху вниз

Распускается листва – по боковым сторонам лица и шеи,

Это к нам пришла весна. По центральной части лица и шеи.

**Самомассаж мышц лица** ***(щёк, губ)***.

**Цель:** нормализация тонуса мышц щёк, губ, круговой мышы рта.  При повышенном тонусе мышц,  самомассаж рефлекторно расслабляет мышцы языка, а при вялости мышц производится массаж на их укрепление.

|  |  |
| --- | --- |
| Вот на улице мороз.Эй, потри скорее нос! | *Массаж точки на переносице между бровями.* |
| Подбородок отогрей! | *Массаж точки посередине подбородка.* |
| Улыбнулись все скорей! | *Массаж точек в уголках рта.* |
| И у глаз потрём быстрее, Веселее, веселее! | *Массаж точек на висках.* |
| Ну-ка, взялись все за уши!Ни к чему нам бить баклуши. | *Взяться за мочки ушей и тянуть вниз.* |
| Покрутили, повертели,Вот и уши отогрели. | *Взяться за уши и совершать круговые движения по часовой (против часовой) стрелке.* |

**Сказка «У бабушки с дедушкой»**

ТОЛСТЫЕ ВНУКИ ПРИЕХАЛИ В ГОСТИ (надуваем щёки),

С НИМИ ХУДЫЕ - ЛИШЬ КОЖА ДА КОСТИ (втягиваем щёки).

БАБУШКА С ДЕДУШКОЙ ВСЕМ УЛЫБНУЛИСЬ (губы в широкой улыбке, видны верхние и нижние зубы),

ПОЦЕЛОВАТЬ ОНИ ВСЕХ ПОТЯНУЛИСЬ (губы тянутся вперёд).

УТРОМ ПРОСНУЛИСЬ – В УЛЫБОЧКУ ГУБЫ (снова широкая улыбка).

ЧИСТИЛИ МЫ СВОИ ВЕРХНИЕ ЗУБЫ (широкий язык за верхними зубами)

ВПРАВО И ВЛЕВО, ВНУТРИ И СНАРУЖИ (соответствующие движения широким языком).

С НИЖНИМИ ЗУБКАМИ ТОЖЕ МЫ ДРУЖИМ (повторение этих движений языком в положении за нижними зубами).

ГУБЫ СОЖМЁМ МЫ, И РОТ ПРОПОЛОЩЕМ (поочерёдное надувание щёк - губы не пропускают воздух),

И САМОВАРОМ ПЫХТИМ, ЧТО ЕСТЬ МОЧИ (одновременное надувание обеих щёк с последующим выпусканием воздуха через губы).

БЛЮДЦА ПОСТАВИМ — ПОЛОЖАТ БЛИНЫ НАМ (широкий язык лежит на нижней губе).

ДУЕМ НА БЛИНЧИК - НЕ В ЩЕКИ, НЕ МИМО (подуть на широкий язык) .

БЛИНЧИК ЖУЁМ, ЗАВЕРНЁМ И ПРИКУСИМ (жуём распластанный язык, потом прикусываем его, завернув за нижние зубы)

БЛИНЧИК С ВАРЕНЬЕМ МАЛИНОВЫМ ВКУСНЫМ (облизываем широким языком верхнюю губу спереди назад).

ЧАШКИ ПОСТАВИМ, ЧТОБ ЧАЮ НАЛИЛИ (широкий язык загибаем кверху чашечкой),

НА НОС ПОДУЛИ — МЫ ЧАЙ ОСТУДИЛИ (подуть с «чашечки» вверх).

ЧАЮ ПОПИЛИ — НИКТО НЕ ОБИЖЕН («чашечка» двигается вперёд-назад).

ВКУСНЫЙ БЫЛ ЗАВТРАК – МЫ ГУБКИ ОБЛИЖЕМ (кончик языка облизывает губы по кругу).

БАБУШКА ШИЛА, А БАРСИК С КАТУШКОЙ

БЕГАЛ, КАК БУДТО С ЖИВОЮ ЗВЕРЮШКОЙ (кончик языка зацепляем за нижние губы и двигаем язык вперёд-назад).

БАБУШКЕ НАШЕЙ ВСЕГДА ПОМОГАЕМ:

НИТКИ В ИГОЛКИ МЫ ЕЙ ПРОДЕВАЕМ (узкий язык вытянут вперёд).

БАБУШКА ШВЫ НА МАШИНКЕ СТРОЧИЛА (узкий язык двигается вперёд-назад)

И НА ЗИГЗАГ ЕЁ ПЕРЕКЛЮЧИЛА (узкий язык двигается влево-вправо).

ПЕТЛИ ИГОЛКОЙ ОНА ОБМЕТАЛА (кончик языка описывает круг за губами),

ПУГОВКИ КРУГЛЫЕ ПОПРИШИВАЛА (кончик языка упирается то в одну, то в другую щёку, а палец пытается втолкнуть его в рот).

ДЕДУШКА СДЕЛАЛ ДЛЯ ВНУКОВ КАЧЕЛИ (широкий язык ставится попеременно то за верхние, то за нижние зубы),

ВСЕ МЫ НА НИХ ПОКАЧАТЬСЯ УСПЕЛИ.

ПОСЛЕ КАЧЕЛЕЙ МЫ В ПРЯТКИ ИГРАЛИ (широкий язык убирается под верхнюю губу),

ПРЯТАЛИСЬ НА ЧЕРДАКЕ И В ПОДВАЛЕ (широкий язык - под нижнюю губу).

ДЕДУШКА СКАЧЕТ НА ЛОШАДИ ЛОВКО (щёлкаем языком),

ЗВОНКИЕ ВЯЗНУТ НА ГЛИНЕ ПОДКОВКИ (цоканье на верхней губе).

**Дидактическая игра «Бычок».**

*Взрослый говорит стихотворение, а ребенок выполняет.*

Выдвигаю свой язык, чтоб лениться не привык. *(покусывание зубами языка)*

И от кончика до корня я кусаю все проворней.

А теперь уж не зубами – я пошлепаю губами: *(шлепаем губами по языку)*

«У быка губа тупа, па-па-па, па-па-па».

«Горкой» выгну язычок, пожую ему бочок: *(покусывание боковых краев языка)*

Левый, правый, оба сразу я жую как по заказу.

Мой язык совсем не глуп – *(язык с внутренней стороны плавно*

Ходит кругом возле губ. *очерчивает круг за губами)*

За нижнюю губку заложен язык – *(поместить язык между нижней*

Из зеркала смотрит мартышкин двойник. *губой и нижними резцами)*

За верхнюю губку заложен язык – *(поместить язык между верхней*

Бульдог уступать никому не привык. *губой и верхними резцами)*

Языком давить стараюсь, в щеку сильно упираюсь. *(язык поочередно упирается*

Раздалась моя щека, как мешок у хомяка. *в щеки)*.

**Использованная литература:**

1. Е.Ф. Архипова «Логопедический массаж при дизартрии»- АСТ. Астрель, Москва ВКТ Владимир, 2007 г.
2. Е.А. Дьякова «Логопедический массаж» —  М.: Издат. центр «Академия», 2005 г.
3. М. Ю. Картушина «Логоритмические занятия в детском саду: Методическое пособие» — М.: ТЦ Сфера, 2003 г.
4. Е.Н. Краузе «Логопедия. Логопедические занятия с детьми раннего и младшего возраста» —  СПб.: КОРОНА принт;  М.: Бином Пресс, 2005 г.
5. О.А Новиковская «Весёлая зарядка для язычка» —  М.: АСТ, СПб.: Сова, 2010 г.
6. М. А. Поваляева «Полный справочник. Настольная книга логопеда» — М.: АСТ: Астрель: Полиграфиздат, 2010 г