

Мастер-класс:

**«Использование приёмов
самомассажа в логопедической
практике»**

Учитель – логопед
Каврус Е.Д., МБДОУ № 41

Здоровьесберегающий приём самомассажа

Самомассаж — это массаж, выполняемый самим ребенком (подростком или взрослым), страдающим речевой патологией.

Самомассаж является средством, дополняющим воздействие основного массажа, который выполняется логопедом.

Цель самомассажа

Стимуляция кинестетических ощущений
мышц, участвующих в работе
периферического речевого аппарата, а
также нормализация мышечного
тонуса.

Задачи самомассажа

- подготовка мышц к артикуляционной гимнастике,
 - нормализация произносительной стороны речи и эмоционального состояния детей с речевыми нарушениями.
 - развитие фонематического слуха и общее развитие речи.
-

Приемы самомассажа: «+» стороны

- Самомассаж можно проводить не только индивидуально, но и фронтально с группой детей одновременно;
 - игровая форма;
 - Самомассаж можно использовать многократно в течение дня, включая его в различные режимные моменты в условиях дошкольного учреждения;
 - Самомассаж может быть включен в логопедическое занятие, приемы самомассажа могут предварять либо завершать артикуляционную гимнастику;
 - Не требуется специальное оборудование (зонды, кушетка);
 - Приемам самомассажа можно обучать как детей, так и их родителей.
-

Условия проведения самомассажа:

- ❖ Длительность 7 – 10 минут
 - ❖ Каждое движение выполняется 4-6 раз
 - ❖ Руки и лицо должны быть чистыми, ногти подстрижены.
 - ❖ Руки необходимо согреть (растереть друг о друга)
 - ❖ Одежда не стесняет движения.
 - ❖ Не рекомендуется проводить самомассаж после приема пищи.
 - ❖ Положение ребенка: сидя, лежа, стоя – любая удобная поза.
-

Противопоказания:

- Травмы конечностей и частей тела;
 - Наличие кожных заболеваний, гематомы на массируемых участках;
 - Респираторные заболевания, повышенная температура тела, инфекции полости рта;
 - Конъюнктивит;
-

Виды самомассажа:

- ✓ **Общий**

(самомассаж головы, шеи, туловища).

- ✓ **Артикуляционный**

(самомассаж губ, щек и языка).

- ✓ **Пальчиковый**

- ✓ **Массаж ушных раковин**

(аурекулярный массаж)

Схема проведения:

Двигаемся от крупных мышц к мелким мышцам.

1. Самомассаж головы и шеи/ушных раковин).
 2. Самомассаж мимических мышц лица.
 3. Самомассаж губ, языка.
-

Приемы самомассажа:

К основным **приемам самомассажа** относятся те же приемы, что и в классическом массаже:

Поглаживание – рука скользит по поверхности кожи, не сдвигая ее, не собирая в складки;

Растирание – смещение, растяжение, передвижение тканей в различных направлениях;

Разминание - смещение тканей с захватом, приподниманием –пощипывание.

Вибрация – передача колебаний руки на массируемые ткани: прерывистая (ударные приемы) и непрерывная.

Самомассаж мышц

ГОЛОВЫ И ШЕИ

упр. «Наденем шапочку»



Самомассаж мышц головы и шеи

упр. «Я хороший»



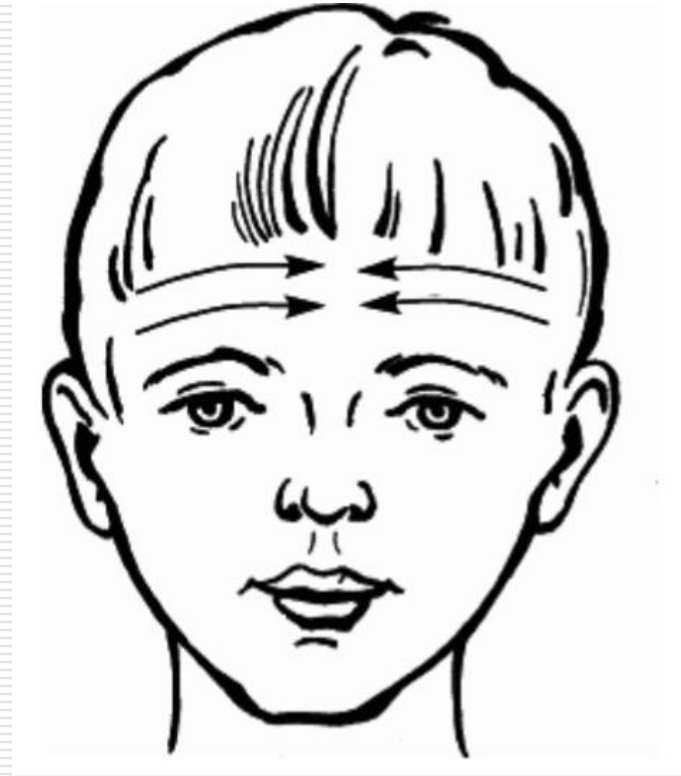
Самомассаж ушных раковин

упр. «Потянули ушки», «Погрели ушки»



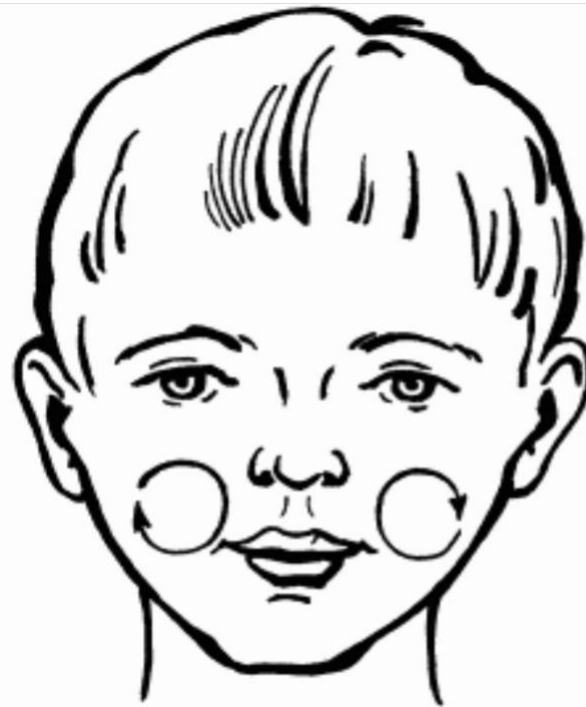
Самомассаж мышц лица

упр. «Рисуем дорожки»



Самомассаж мышц лица

упр. «Рисуем яблочки»



Самомассаж мышц лица

упр. «Пальчиковый душ»



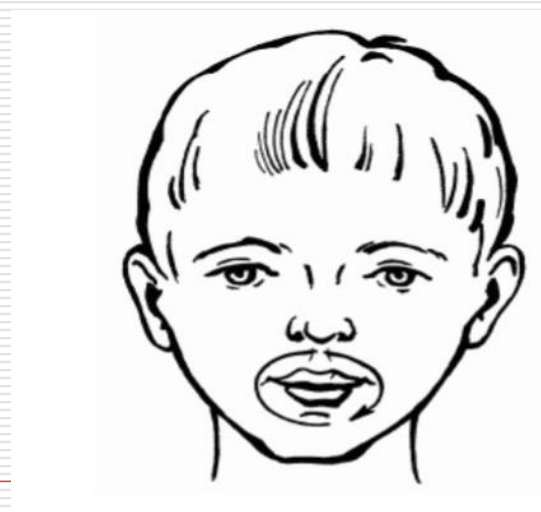
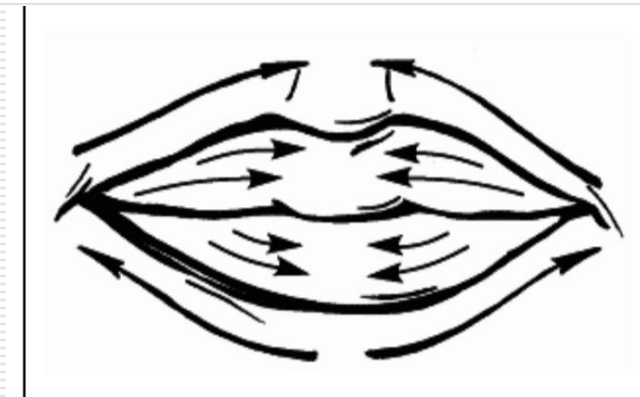
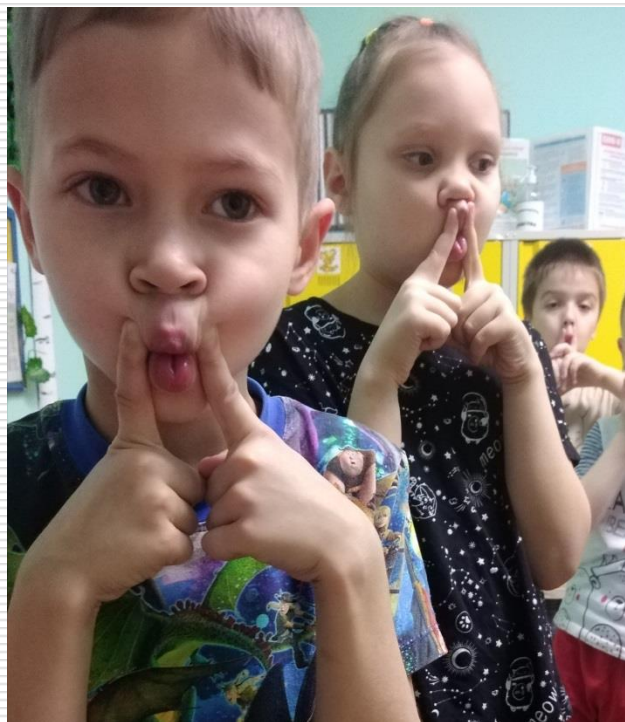
Самомассаж мышц лица

упр. «Рыбки» - пощипывание



Самомассаж губ

упр. «Клювик» , «Нарисуем усы» ,
«Часики»



Комплекс упражнений для самомассажа лицевых мышц

«Времена года»



Комплекс упражнений для самомассажа лицевых мышц

«Времена года»



Рекомендуемые пособия:

«Массаж лицевых мышц»,
автор Т.А. Куликовская



«Игровой логопедический массаж и самомассаж при коррекции речевых нарушений»,

автор Г.А. Османова, Л.А. Позднякова

