

Консультация для родителей "Самомассаж для детей в игровой форме"



*Не циркач я и артист – сам себе я массажист!
(О. И. Крупенчук)*

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.

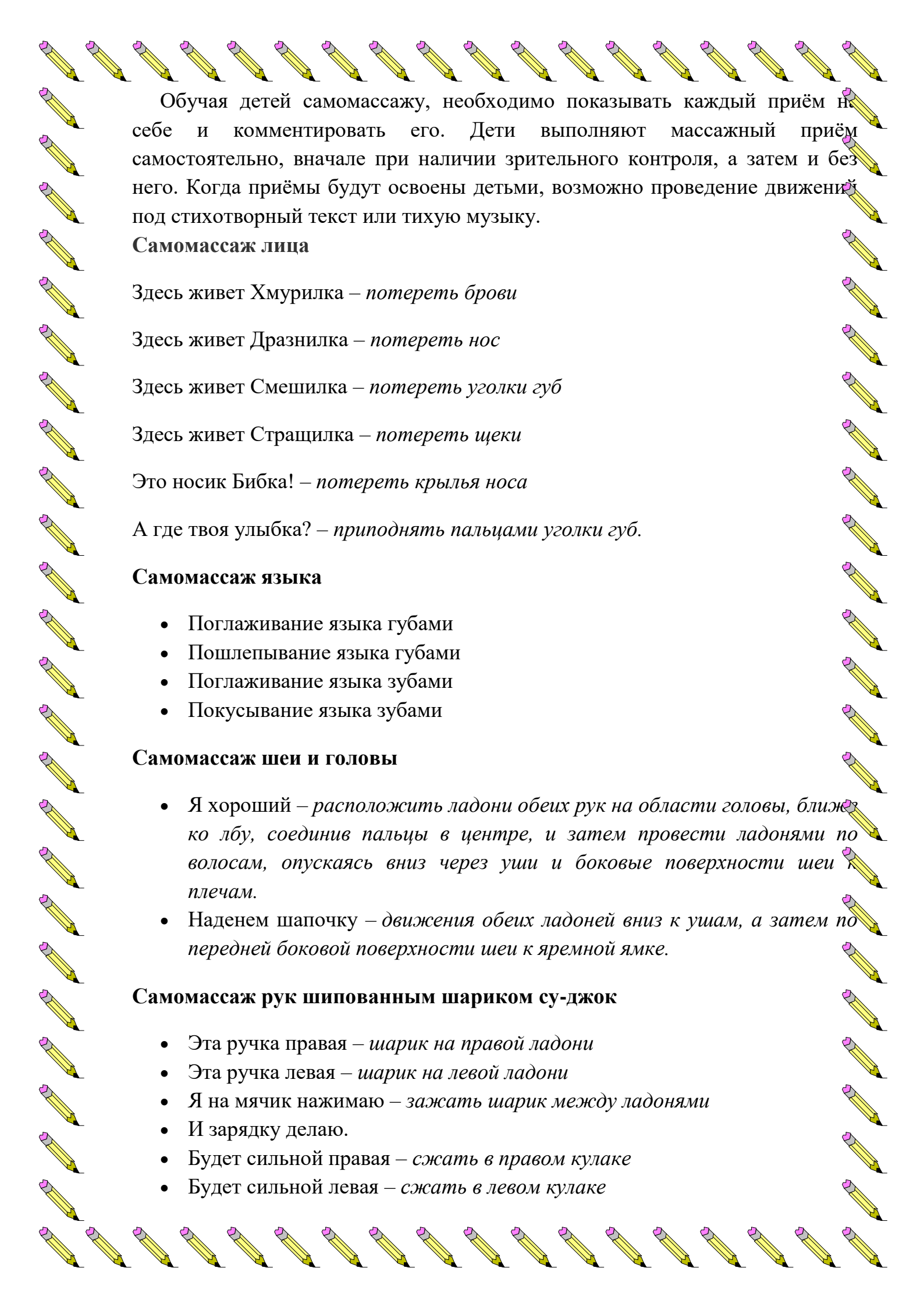
Целью логопедического самомассажа является стимуляция кинестетических ощущений мышц, участвующих в работе периферического речевого аппарата и нормализация мышечного тонуса данных мышц.

Использование самомассажа полезно по нескольким причинам:

1. Можно проводить не только индивидуально, но и фронтально 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, необходимо показывать каждый приём на себе и комментировать 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.

Самомассаж лица

Здесь живет Хмурилка – *потереть брови*

Здесь живет Дразнилка – *потереть нос*

Здесь живет Смешилка – *потереть уголки губ*

Здесь живет Страцилка – *потереть щеки*

Это носик Бибка! – *потереть крылья носа*

А где твоя улыбка? – *приподнять пальцами уголки губ.*

Самомассаж языка

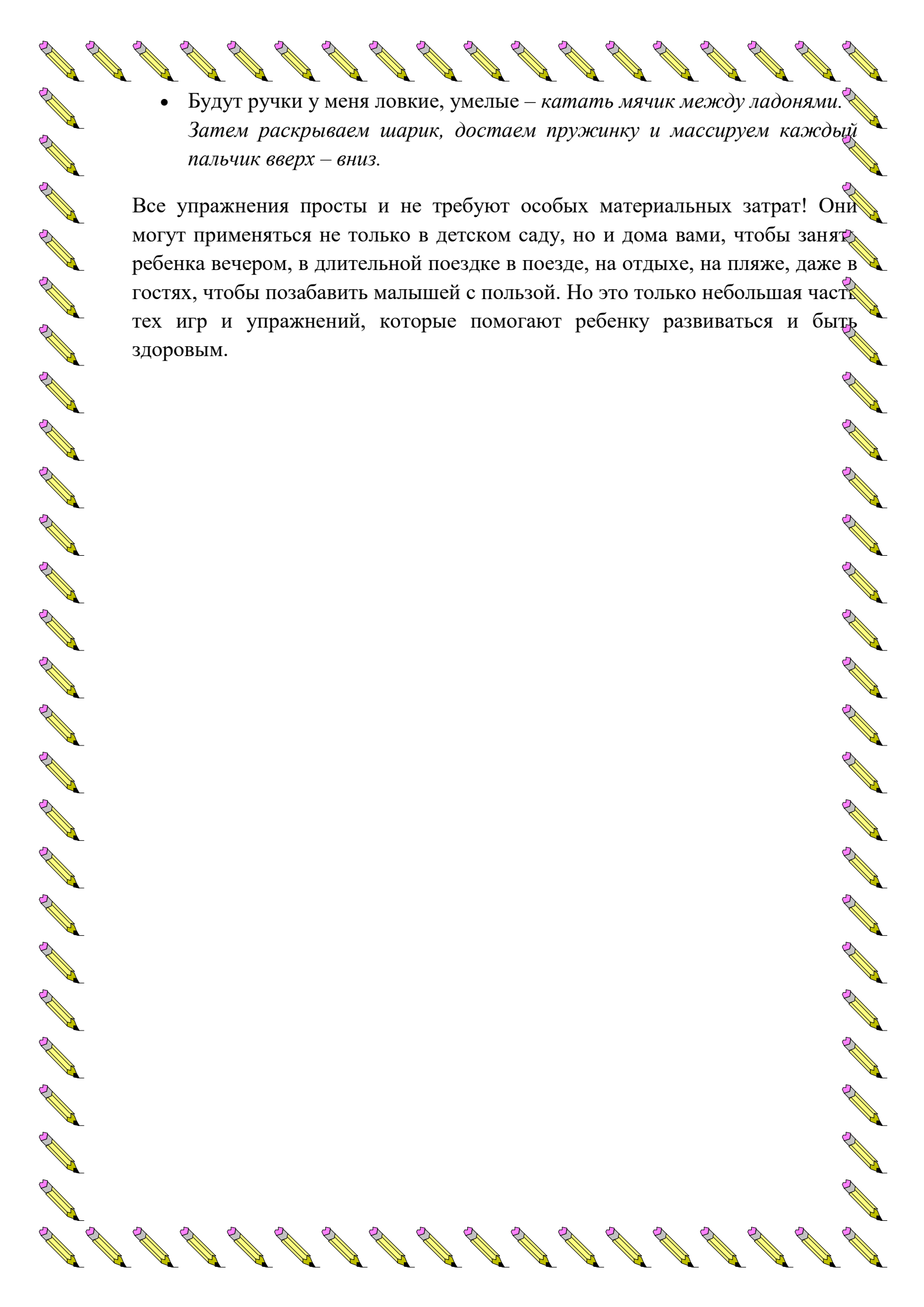
- Поглаживание языка губами
- Пошлепывание языка губами
- Поглаживание языка зубами
- Покусывание языка зубами

Самомассаж шеи и головы

- Я хороший – *расположить ладони обеих рук на области головы, ближе к лбу, соединив пальцы в центре, и затем провести ладонями по волосам, опускаясь вниз через уши и боковые поверхности шеи к плечам.*
- Наденем шапочку – *движения обеих ладоней вниз к ушам, а затем по передней боковой поверхности шеи к яремной ямке.*

Самомассаж рук шипованным шариком су-джок

- Эта ручка правая – *шарик на правой ладони*
- Эта ручка левая – *шарик на левой ладони*
- Я на мячик нажимаю – *зажать шарик между ладонями*
- И зарядку делаю.
- Будет сильной правая – *сжать в правом кулаке*
- Будет сильной левая – *сжать в левом кулаке*

- 
- Будут ручки у меня ловкие, умелые – *катать мячик между ладонями. Затем раскрываем шарик, достаем пружинку и массируем каждый пальчик вверх – вниз.*

Все упражнения просты и не требуют особых материальных затрат! Они могут применяться не только в детском саду, но и дома вами, чтобы занять ребенка вечером, в длительной поездке в поезде, на отдыхе, на пляже, даже в гостях, чтобы позабавить малышей с пользой. Но это только небольшая часть тех игр и упражнений, которые помогают ребенку развиваться и быть здоровым.