

## ЛОГОПЕДИЧЕСКИЙ САМОМАССАЖ

**Михайлова Елена Юрьевна,**

учитель-логопед,

МБДОУ «Детский сад №27 «Путене»,  
село Моргауши, Чувашская Республика

**Аннотация.** Самомассаж относится к нетрадиционным логопедическим технологиям. Самомассаж – это массаж, выполняемый самим ребёнком, страдающим речевой патологией. Целью логопедического самомассажа является стимуляция кинестетических ощущений мышц, участвующих в работе периферического речевого аппарата и нормализация мышечного тонуса данных мышц. В своем проекте я рассматриваю расслабляющий самомассаж и самомассаж с применением специальных инструментов. В логопедической работе я использую лишь элементы массажа. Предлагаемый комплекс можно использовать выборочно, ориентируясь на задачи коррекционного занятия.

**Ключевые слова:** массаж, самомассаж, массажные линии (рис.1), дизартрические расстройства, специальные инструменты.

## SPEECH THERAPY-MASSAGE

**Elena Y. Mikhaylova,**

teacher-logopedist,

МБРЕИ «Kindergarten №27 «Putene»,  
Morgaushi, Chuvash Republic

**Annotation.** Self-massage refers to non-traditional speech therapy technologies. Self-massage is a massage performed by a child suffering from speech pathology. The goal of speech therapy-massage is the stimulation of the kinesthetic sensations of the muscles involved in the work of the peripheral speech apparatus and normalization of muscle tone of the involved muscles. In my project, I consider relaxing self-massage and self-massage with the use of special tools.

In speech therapy work I use only elements of the massage. The proposed complex can be used selectively, focusing on the tasks of correctional training.

**Key words:** massage, self-massage, massage lines, dysarthric disorders, special tools.

1. Самомассаж мышц головы, шеи.

**Раз, два, три, четыре, пять - вышли пальцы погулять** (потирание ладоней, пожимание),

**Вот так, вот так стали шейку умывать,** (ладонями обеих рук поглаживаем шею сверху вниз).

**Пальчики играли, шейку обнимали** (поочередно то правой то левой рукой поглаживаем шею, начиная от правого уха движемся к левому и спускаемся вниз по шее).

## Образовательные технологии как объект педагогического выбора

**А теперь сбежались, лобика касались,** (граблеобразные движения пальцами от середины лба к вискам) (рис.2).|

**Вот так, вот так, нежно прикасались** (поглаживающие движения крыльев носа).

**Побежали пальцы от носа прямо к ушкам,** (стучащими движениями перебегают от носа к ушам по массажным линиям)

**Растирали щечки очень-очень дружно** (растирание щек).

**Пальчики устали, щечки растирали** (поглаживание ладонями сверху вниз) (рис.3)

**Вот так, вот так к губкам убежали** (гладят губы от середины к сторонам).

**Курочкой вдруг стали, клювиком стучали** (вытягивание обеих губ вперед).

**Раз, два, три, четыре, пять – стали пальцы вдруг зевать** (пощипывание нижней челюсти от подбородка к ушам).

**И тихонько засыпать.....** (Медленно гладим шею сверху вниз) (рис.4)

*2. Самомассаж мышц лица (щёк, губ).*

Данный массаж направлен на укрепление мышц щёк, губ, круговую мышцу рта. При повышенном тонусе мышц – спастическая форма дизартрии, язык напряжён, оттянут назад, спинка языка изогнута, активные движения языка и губ затруднены. Расслабить мышцы языка помогает массирование мышц щёк.

**Как у наших малышей** (погладить ладонями щёки сверху вниз).

**Розовые щечки,** (с некоторым усилием потереть щёки круговыми движениями).

**Мамины и папины** (слегка пощипать щёки)

**Милые комочки** - (пальцевой душой)

**Вот такие щечки** (погладить ладонями щёки в направлении сверху вниз) (рис.5)

*Самомассаж с помощью мячиков, массажеров. (рис.6,7,8,9)*

*Артикуляционные упражнения – как приёмы самомассажа:*

**1.Толстячок – худышка** (надуваем щеки) (рис.10,11)

**2. Шарик** – гоняем воздух из одной щеки в другую (рис.12.)

**3.Кто сильнее** – плюс выполняем движения языком вверх-вниз, при этом надавливаем пальцами на язык (рис.13)

**Губы:**

**Упражнения для укрепления губ:**

**1. Гитара** – указательным пальцем перебирать по губам, произнося при этом звук, похожий на «Б-Б-Б...»

**2. Леденец** – засовываем коктейльную палочку «ананас» и силой сжимаем ее губами, пытаюсь при этом вытащить ее (рис.14.)

**3. Клювик** – вытягиваем губы поочередно вправо-влево (рис.15)

**4. Художник** – проводим кисточкой с мягким ворсом по губам малыша.

## Образовательные технологии как объект педагогического выбора

**5. Расчёска** – слегка прикусываем нижнюю губу и несколько раз водим по ней верхними зубами, как бы причёсывая, затем тоже самое проделываем с верхней губой (рис.16,17)

**6. Прятки** – втягиваем губы так, чтобы они не были видны, можно несколько раз провести языком по губам изнутри (рис.18).

3. *Самомассаж мышц языка (составлен по курсу массажа Томилиной С.М.)*

При нарушении звукопроизношения проводится массаж на укрепление мышц языка. Массаж языка выполняется не более чем 1-1,5 минуты 3-4 раза в день.

1. Простой приём самомассажа: покусывание кончика и спинки языка. Можно соединить работой с прищепкой на пальцах рук, ноги при этом находятся на массажном коврик «травка» (рис.19)

2. Упражнение «мясорубка»: сквозь зубы протискиваем язык.

3. Упражнение «краник»: прокручиваем язык из стороны в сторону (рис.20).

4. Упражнение «щипки»: пощипываем края языка с обеих сторон. Упражнения 3 и 4 ребенок выполняет пальцами, обернутыми салфеткой.

5. Массаж коктейльными палочками или зубной щёткой (поглаживание, растирание) (рис. 21,22,23,24,25.)

6. Массаж пищевыми продуктами – переворачивать во рту карамель, фасоль, горох (рекомендуется при вялом языке) (рис.26).

7. Облизываем ложку, начиная с большой (работает вся поверхность языка), затем уменьшая её размер до десертной (тонкие дифференцированные движения языка). Часто использую термальный подход (рис. 27,28).

8. Массаж спринцовкой, используется особенно, когда ребёнок смягчает согласные (рис.29,30).

**Вывод:** использование приёмов самомассажа при коррекции звукопроизношения увеличило процент детей с хорошей речью. Воспитанники стали использовать данные приемы в домашних условиях.

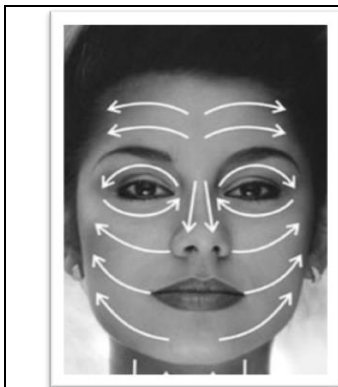


рисунок 1















рисунок 2



рисунок 3

Образовательные технологии как объект педагогического выбора

|   |   |   |
|---|---|---|
|  <p>рисунок 4</p>    |  <p>рисунок 5</p>    |  <p>рисунок 6</p>    |
|  <p>рисунок 7</p>    |  <p>рисунок 8</p>    |  <p>рисунок 9</p>    |
|  <p>рисунок10</p>  |  <p>рисунок 11</p> |  <p>рисунок 12</p> |
|  <p>рисунок 13</p> |  <p>рисунок14</p>  |  <p>рисунок15</p>  |

**Образовательные технологии как объект педагогического выбора**

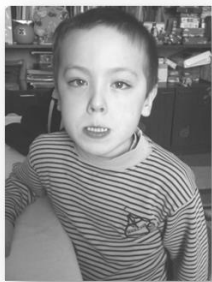


рисунок 16



рисунок 17



рисунок 18



рисунок 19



рисунок 20



рисунок 21



Рисунок 22



Рисунок 23



Рисунок 24



Рисунок 25



Рисунок 26



Рисунок 27

## Образовательные технологии как объект педагогического выбора



Рисунок 28.



Рисунок 29.



Рисунок 30.

### *СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ:*

1. <http://www.logolife.ru/logopedy/ispolzovanie-priyomov-samomassazha-v-praktike-uchitelya-logopeda.html>
2. <https://multiurok.ru/files/samomassazh-pri-dizartrii.html>
3. Архипова Е.Ф. Логопедический массаж при дизартрии. - Владимир, 2012. – 123 с.
4. Карелина И.Б. Логопедический массаж при различных речевых нарушениях. – М.: Издательство «ГНОМ», 2016. – 64 с.