**Консультация**

***«Использование игрового логопедического самомассажа с детьми дошкольного возраста»***

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 профилактики дизартрических расстройств у 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.

Целью логопедического самомассажа является стимуляция кинестетических ощущений мышц, участвующих в работе периферического речевого аппарата и нормализация мышечного тонуса данных мышц. Длительность одного сеанса для детей дошкольного возраста составляет 5 -10 минут. Каждое движение выполняется 4-6 раз.

Перед выполнением приёмов самомассажа ребёнок должен принять спокойную, расслабленную позу. Он может сидеть или находиться в положении лёжа (после дневного сна). Обучая ребёнка самомассажу, родители показывают каждый приём на себе и комментирует его. Ребёнок выполняет массажный приём самостоятельно, вначале с помощью зрительного контроля (зеркало), а затем и без него.

Когда приёмы самомассажа будут освоены ребёнком, возможно проведение движений под стихотворный текст или специально подобранную тихую, спокойную музыку. Процедура самомассажа проводится, как правило, в игровой форме по рекомендуемой 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.

**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.

2. *«Наденем шапочку»* - и. п. тоже. Движения обеих ладоней вниз к ушам, а затем по передней боковой поверхности шеи к яремной ямке.

**Самомассаж мышц лица**:

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

2. *«Рисуем яблочки»* - круговые движения от середин лба к вискам.

3. *«Дождик»* - легкое постукивание или похлопывание кончиками пальцев по лбу.

4. *«Рисуем брови»* - провести по бровям от переносицы к вискам каждым пальцем поочередно, начиная с указательного.

5. *«Наденем очки»* - легким движение проводить легко от виска, по краю скуловой кости к переносице, а затем по брови к вискам.

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

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. *«Расческа»* - поглаживание губ зубами.

10. *«Молоточек»* - постукивание губ зубами.

11. Пожевывание попеременно то верхней, то нижней губы.

12. *«Пальцевый душ»* - набрать воздух под верхнюю губу и легонько постукивать по ней кончиками пальцев, проделать то же **самое движение**, набрав воздух под нижнюю губу.

**Самомассаж языка**:

1. Поглаживание языка губами.

2. Пошлепывание языка губами.

3. Поглаживание языка зубами.

4. Покусывание языка зубами.

**Игровой самомассаж** является эффективным средством совершенствования таких психических функций, как внимание, память, зрительно - моторная координация, а также развития речевой и творческой сфер.

**Логопедический игровой 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)

Игровой логопедический самомассаж и артикуляционные упражнения с элементами самомассажа способствуют:

1.Нормализации мышечного тонуса;
2.Укреплению мышц артикуляционного аппарата;
3.Развитию силы, подвижности и дифференцированности движений органов, участвующих в речевом процессе.

Уважаемые родители! Пусть занятия по логопедическому самомассажу с детьми будут интересными! Будьте дружелюбны и уважительны к ребенку. Он должен чувствовать, что эти занятия – не скучная неизбежная повинность, а интересное, увлекательное дело!