

ИСПОЛЬЗОВАНИЕ ИГРОВОГО МАССАЖА И САМОМАССАЖА В РАБОТЕ С ДЕТЬМИ ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА

Доклад:

«Нарушения речи при поражениях нервной системы»

Учитель – логопед

МКДОУ «Манильский детский сад «Олешек»

Коптелова Д.Д.

Как известно, массаж – это мощный биологический стимулятор, воздействующий на функции кожи, уровень снабжения организма кислородом и питательными веществами, на выделение продуктов распада, на сократительные способности и работоспособность мышц массируемой части тела, а также на эластичность суставов и связок.

Логопедический массаж направлен на нормализацию произносительной стороны речи (речевого дыхания, интонационно – мелодической стороны речи звукопроизношения). Главная причина нарушения звукопроизношения – нарушения мышечного тонуса, который охватывает не только периферический речевой аппарат, но и общее изменение мышечного тонуса.

Цели логопедического массажа:

- Формирование произвольных координированных движений артикуляционного аппарата за счет нормализации тонуса мышц, снижения проявлений парезов и параличей, синкинезий, гиперкинезов, речевых судорог, девиаций тремора и т.п.
- Стимуляция проприоцептивных и кинестетических ощущений.
- Улучшение объема и амплитуды движений.

Виды массажа:

- Классический (активизирующий и расслабляющий)
- Точечный (активизирующий и расслабляющий)
- Инструментальный
- Смешанный
- Самомассаж

Самомассаж – это массаж выполняемый самим ребенком (подростком, взрослым). Самомассаж является средством, дополняющим воздействие основного массажа.

Целью логопедического самомассажа является в первую очередь стимуляция кинестетических ощущений мышц участвующих в работе периферического речевого аппарата, а также в определенной степени и нормализация мышечного тонуса денных мышц.

В практике логопедической работы использование приемов самомассажа весьма полезно по нескольким причинам. В отличие от логопедического массажа, проводимого логопедом, самомассаж можно проводить не только индивидуально, но и фронтально с группой детей одновременно. Кроме того самомассаж можно использовать многократно в течении дня, включая его в различные режимные моменты. Так, самомассаж может проводиться детьми после утренней гимнастики, дневного сна, может быть включен в организованную коррекционно-обучающую деятельность, а также завершать либо предварять артикуляционную гимнастику, а самомассаж рук и тела может включаться в структуру любой организованной образовательной деятельности в качестве физкультурной паузы или пальчиковой гимнастики.

Длительность одного сеанса самомассажа для детей дошкольного возраста может составлять 5 – 10 минут. Каждое движение выполняется в среднем 4 – 6 раз. В один сеанс самомассажа может быть включено несколько из предлагаемых приемов. Причем они могут варьироваться в течении дня. Дети обучаются приемам самомассажа под руководством взрослого. Перед его выполнением дети должны принять спокойную, расслабленную позу. Они могут сидеть на стульчиках, или лежать на ковриках или в кроватках (после дневного сна).

Обучая детей самомассажу, педагог показывает каждый прием на себе и комментирует его. Дети выполняют прием самостоятельно, при необходимости можно использовать зрительный контроль (зеркало). Когда приемы самомассажа будут освоены детьми, возможно проведение движений под стихотворный текст или специально подобранную тихую музыку в медленном темпе. Этот метод особенно полезен, поскольку обеспечивает тактильно – проприоцептивную стимуляцию в определенном ритме, что в целом способствует формированию чувства ритма, которое в своей основе имеет моторную природу. Также использование стихотворного текста является дополнительным стимулирующим фактором речевого развития и создает у детей положительный эмоциональный настрой, желание заниматься. Веселые стихи и песенки, яркие образы, обыгрывающие массажные движения, их простота и доступность, возможность использования в различной обстановке и в любое время способствует изменению позиции ребенка из объекта в субъект, педагогического воздействия, а это гарантия успеха реабилитационной, коррекционной и развивающей работы.

При выполнении логопедического самомассажа, как впрочем и классического и логопедического массажа и самомассажа рук и других частей тела необходимо соблюдать ряд требований:

- Помещение должно быть хорошо проветренным;
- Одежда не должна стеснять движений;
- **ОБЯЗАТЕЛЬНО** вымыть руки и лицо ребенка;
- Направления движений всегда от периферии к центру, или к лимфатическим узлам;
- Ногти ребенка должны быть коротко пострижены, без заусенцев;
- Соматическое состояние ребенка не должно вызывать у него дискомфорта (не выполняются никакие массажные приемы при повышенной температуре, сыпи, вирусных и инфекционных заболеваниях, диатезах);
- Не рекомендуется проводить массаж и самомассаж сразу после приема пищи;
- Работа должна проводиться в эмоциональной форме, доставлять детям физическое и психологическое удовлетворение.

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 – действие стимулирующее даже при локальном воздействии. Разминание аналогично пассивной гимнастике;
- Вибрация – передача колебаний руки на массируемые ткани ребенка, бывает прерывистая и непрерывная.

Процедура логопедического самомассажа проводится, как правило, по рекомендуемой схеме: массаж головы, мимических мышц лица, губ, языка.

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 движением 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 тоже самое движение, набрав воздух под нижнюю губу.

13. «Нарисуем три дорожки» - движение пальцев от середины нижней губы к ушам, от середины верхней губы к ушам, от середины носа к ушам.

14. «Нарисуем кружочки» - круговые движения кончиками пальцев по щекам.

15. «Погреем щечки» - растирающие движения ладонями по щекам в разных направлениях.

16. «Паровозики» - сжать кулаки и приставить их тыльной стороной к щекам. Производить круговые движения, смещая мышцы

щек сначала по часовой стрелке, затем против часовой стрелки, сопровождая словами: «чух – чух - чух».

17. «Пальцевый душ» - набрать воздух под щеки и легонько постукивать по ним кончиками пальцев.

18. «Испечем блинчики» - похлопать ладошками по щекам.

19. «Умыли личико» - ладонями обеих рук производить легкие поглаживающие движения от середины лба вниз по щекам к подбородку.

Самомассаж языка:

1. Поглаживание языка губами.
2. Пошлепывание языка губами.
3. Поглаживание языка зубами.
4. Покусывание языка зубами.

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

Помимо логопедического самомассажа в коррекционной оздоровительной системе ДОУ также эффективным средством как общего физического развития так речевого развития является самомассаж кистей рук, ног и тела. А также игровой массаж проводимый детьми друг другу. Последний прием особенно эффективен при работе с детьми, имеющими психологические сложности: неконтактность, замкнутость, робость. Он помогает детям в игровой форме войти в прямой физический контакт, и на его основе наладить коммуникативное и эмоциональное взаимодействие.

Игровой самомассаж кистей рук является универсальным и эффективным средством реабилитации тонких движений, средством коррекции нарушений письменной речи у детей с локальными проблемами и развивающее – оздоровительным средством для нормально развивающихся детей. Помимо этого, он является средством повышения иммунитета, поскольку на ладонях расположены нервные окончания, при активизации их деятельности улучшается функциональное состояние внутренних органов. Помимо этого самомассаж кистей рук – это важная составляющая сенсорного воспитания – в кору головного мозга (в речеслуховые, зрительные, эмоциональные зоны) поступает информация, которая не только оказывает тонизирующее воздействие на центральную нервную систему, но и способствует увеличению резервных возможностей функционирования головного мозга. Развивается межполушарное взаимодействие, синхронизируется деятельность

ассоциативных волокон, связывающих между собой отдельные участки одного и того же полушария. Мобилизуются проекционные волокна, входящие в состав нисходящих и восходящих путей, по которым осуществляется двусторонняя связь коры головного мозга с нижележащими отделами центральной нервной системы.

Традиционная пальчиковая гимнастика вызывает возбуждение локальных участков мозга, а игровой самомассаж оказывает тотальное воздействие на кору, что предохраняет остальные ее зоны от переутомления, равномерно распределяя нагрузку на мозг.

Положительная эмоциональная мотивация занятия повышает общий уровень функционирования нервных структур в обеспечении их мобилизационной готовности к восприятию информации из внешнего мира. Игровой самомассаж является эффективным средством совершенствования и таких психических функций, как внимание, память, зрительно-моторная координация, а также развития речевой и творческой сфер.

Еще одним направлением в обучении детей дошкольного возраста приемам самомассажа является использование различных специальных и подручных приспособлений и природного материала (массажных мячиков, шариков Су-Джок, массажных ковриком и щеток, а также орехов, прищепок, карандашей и т.п.). Их использование позволяет разнообразить кинестетические ощущения ребенка, усилить массажное воздействие, и конечно заинтересовать ребенка игровым действием или сюжетом.

Ожидаемые результаты применения массажа:

в образовательном направлении:

❖ *усвоение правил (знание того, что движения необходимо производить по ходу тока крови, не массировать лимфатические узлы)*

❖ *умение овладеть простейшими приемами;*

в оздоровительном направлении:

❖ *расширение капилляров кожи;*

❖ *ускорение циркуляции крови и лимфы;*

❖ *усиление функций потовых и солевых желез;*

❖ *влияние на обменные процессы;*

❖ *улучшение подвижности связочного аппарата;*

❖ *побуждение к активности;*

в воспитательном направлении:

❖ *тонизирующее влияние на центральную нервную систему;*

❖ *развитие положительных эмоций.*

Подводя итог всему вышесказанному, хотелось бы предложить небольшую методическую подборку различных видов игрового массажа и самомассажа, в сочетании с различными стихами. Она составлена с использованием творческих разработок различных авторов и представляет собой практическое пособие по обучению детей дошкольного возраста приемам самомассажа.

Список использованной литературы:

1. Бабушкина Р.Л., Кислякова О.М. Логопедическая ритмика: методика работы с дошкольниками, страдающими общим недоразвитием речи. – СПб.: «Каро», 2005.
2. Волосовец Т.В., Кутепова Е.Н. Программа логоритмических занятий с дошкольниками с ограниченными возможностями здоровья. – М: РУДН, 2007.
3. Воробьева Т.А., Крупенчук О.И. логопедические упражнения. – СПб.: «Литера», 2009.
4. Дьякова Е.А. Логопедический массаж. – М: «Академия», 2005.
5. Картушина М.Ю. Конспекты логоритмических занятий с детьми 5-6 лет. – М.: «Сфера», 2009.
6. Крупенчук О.И., Воробьева Т.А. Исправляем произношение. – СПб.: «Литера», 2010.
7. Фирилева Ж.Е., Сайкина Е.Г. Са-Фи-Дансе: танцевально-игровая гимнастика для детей. – СПб.: «Детство - Пресс», 2006.

