

Методические рекомендации «Игровой самомассаж для профилактики речевых нарушений дошкольников»

*Автор: Лесина Наталья Анатольевна,
учитель-логопед МБДОУ № 33*



В становлении личности человека родной язык играет колоссальную роль, значимость которой трудно переоценить. Речь традиционно рассматривается в педагогике и психологии как центр, в котором сходятся различные стороны психического развития: мышление, воображение, память, эмоции. Развитие правильной речи в дошкольном возрасте закладывает основы успешного обучения в школе.

Современный ребенок к 4 – 5 годам в норме овладевает всей системой родного языка: правильно произносит все звуки, свободно воспроизводит многосложные слова, полно излагает свои мысли, легко строя развернутые сложные предложения, говорит связно. Его словарный запас составляет от четырех до пяти тысяч слов. Нарушенное звукопроизношение является серьезной проблемой, так как влечет за собой осложнения не только устной, но и письменной речи. Даже после исправленного звукопроизношения ошибки на письме долго остаются, так как не подавлены условно-рефлекторные связи дефектного произношения в коре головного мозга, нарушены фонематические процессы. У ребенка с дефектным произношением зачастую нарушено полноценное общение со сверстниками, а это ведет к формированию комплекса неполноценности.

В последние годы развитие коррекционной педагогики характеризуется усилением внимания к проблеме раннего распознавания, профилактики и преодоления негативных тенденций в речевом развитии, в связи с правомерностью утверждения, что эффективность коррекционно-педагогической работы намного выше в отношении детей раннего, младшего и среднего дошкольного возраста.

Результатом поиска форм, средств и методов профилактики и коррекции речевых нарушений у детей в условиях групп общеразвивающей направленности дошкольных образовательных учреждений стало применение приемов самомассажа.

Самомассаж – это здоровьесберегающая профилактика и коррекция речевых нарушений через специально организованные игровые упражнения с использованием артикуляционной и фонетической гимнастики, самомассажа мышц артикуляционного аппарата, аурикулы, пальцев рук, плантарного самомассажа, а также игр с речевым сопровождением.

<i>Тема недели</i>	<i>Речевой материал</i>	<i>Движения (Самомассаж прищепками)</i>
Фрукты	<p><i>На базар ходили мы, Много груш там и хурмы, Есть лимоны, апельсины, Дыни, сливы, мандарины, Но купили мы арбуз — Это самый вкусный груз.</i></p> <p><i>Будем мы варить компот, Фруктов нужно много. Вот: Будем яблоки крошить, Грушу будем мы рубить, Отожмем лимонный сок, Слив положим и песок.</i></p> <p><i>Варим, варим мы компот. Угостим честной народ.</i></p>	<p><i>- ритмично сжимать прищепкой первые фаланги пальцев поочерёдно, начиная с мизинцев</i></p> <p><i>- пальцы сжимают в кулак, большой отводят вверх</i></p> <p><i>- кулачком правой руки массировать ладошку левой</i></p> <p><i>- кулачком левой руки массировать ладошку правой</i></p> <p><i>- сложить пальцы рук в замок, вращать замочком вправо-влево</i></p> <p><i>- массаж боковых поверхностей пальцев рук поочерёдно, начиная с мизинца</i></p>

Упражнения для жевательно-артикуляторных мышц

Упражнение «Вкусный персик».

Упражнения для губ и щек

Виноградинка за щекой.

Упираемся языком во внутреннюю сторону щеки – то в правую, то в левую.

Срываем вишенку с веточки.

Имитация срывания ягод с ветки – губы трубочкой вытягиваем вперёд.

Упражнения для языка

Ветерок в саду.

Открыть рот широко, язык двигается вправо-влево.

Качели.

В саду мы увидели качели,

На качелях покачаюсь –

Раз-два, раз-два!

Поднимусь и опускаюсь –

Раз-два, раз-два!

Поднимать язык вверх и опускать вниз, высунув его изо рта.

Чаепитие.

Мама приглашает попить чай с вареньем. Нужно приготовить чашки гостям.

Показать язык в форме чашечки несколько раз

Мы испачкались вареньем

Слизывание варенья широким языком с верхней губы.

Тема недели	Речевой материал	Движения (Самомассаж прищепками)
Продукты	<p><i>Каша из гречки, Где варилась? В печке. Сварилась, упрела, Чтоб Оленька ела, Кашу хвалила, На всех разделила...</i></p> <p><i>Досталось по ложке Гусям на дорожке, Цыплятам в лукошке, Синицам в окошке. Хватило по ложке Собачке и кошке, И Оля доела Последние крошки.</i></p>	<p>- ритмичные надавливания кончиками пальцев на пластинку с гречневой крупой</p> <p>- ритмичные надавливания ладонью на пластинку с гречневой крупой</p> <p>- прокатывание гречневой крупинки между большим и указательным пальцами</p> <p>- прокатывание гречневой крупинки между большим и средним пальцами</p> <p>- прокатывание гречневой крупинки между большим и безымянным пальцами</p> <p>- прокатывание гречневой крупинки между большим пальцем и мизинцем</p>

Упражнения для жевательно-артикуляторных мышц.

Вкусная каша.

Имитация жевания. Выполнять активные движения губами.

Пьём кисель.

Губами в форме трубочки втягивать воздух в себя, затем производить имитацию глотания.

Упражнения для губ и щёк.

Испечём вкусные булочки.

Надуваем поочерёдно правую и левую щёки.

Горячий чай.

Губы вытянули вперёд трубочкой. «Студим» чай – дуем .

Упражнения для языка.

Бабушкин супчик.

Узкий язык, как ложку, выставляем вперёд и убираем в рот.

**Сказка-массаж «Репка»
(3-4 года)**



Текст сказки	Описание движений	Примечание
Посадил Дед репку	Показывают кулачок правой руки (дед). «Сеют» репку.	Большим указательным и средним пальцами трут друг о друга.
Выросла репка большая-пребольшая.	Соединяют одноименные подушечки пальцев обеих рук.	Получился большой круг
Стал Дед репку из земли тащить:	Соединяют ладошки вместе.	
Тянет-потянет, вытянуть не может.	Поглаживание ладонью одной руки тыльной стороны кисти другой руки.	2 раза
Позвал	Делают призывающее движение согнутой ручкой.	
Дед	Поглаживание правой ладонью кулачка левой руки.	
Бабку.	Поглаживание левой ладонью кулачка правой руки.	
Бабка за Дедку,	Вытягивают ручки вперед и сгибают в локтях и в кулачках (тянут).	2 раза
Дедка за репку —	Соединяют ладошки вместе и	Махи снизу вверх 2

<p><i>тянут-потянут, вытянуть не могут.</i></p>	<p><i>тянут репку. Разводят ручки в стороны широко, пальцы растопырили</i></p>	<p><i>раза</i></p>
<p><i>Позвала Бабка Внучку.</i></p>	<p><i>Делают призывающее движение согнутой ручкой. Поглаживание правой ладонью кулачка левой руки. Поглаживание щёк от середины носа к ушам.</i></p>	
<p><i>Внучка за Бабку, Бабка за Дедку, Дедка за репку тянут-потянут, вытянуть не могут.</i></p>	<p><i>Далее по тексту выше</i></p>	
<p><i>Позвала Внучка Жучку.</i></p>	<p><i>Делают призывающее движение согнутой ручкой. Поглаживание щёк от середины носа к ушам. Потягивание ушек вверх.</i></p>	
<p><i>Жучка за внучку, внучка за бабу, бабка за дедку, дедка за репку — тянут-потянут, вытянуть не могут. Позвала Жучка Кошку.</i></p>	<p><i>Далее показывают по тексту Потягивание ушек вверх. Поглаживание указательными пальцами верхней губы от середины к мочкам ушей.</i></p>	
<p><i>Кошка за Жучку, Жучка за Внучку, Внучка за Бабку, Бабка за Дедку, Дедка за репку — тянут- потянут, вытянуть не могут.</i></p>	<p><i>Далее показывать по тексту Поглаживание указательными</i></p>	

Позвала кошка

Мышку.

*Мышка за Кошку,
Кошка за Жучку,
Жучка за Внучку,
Внучка за Бабку,
Бабка за Дедку, Дедка
за репку — тянут-
потянут,
вытащили репку!*

*пальцами верхней губы от
середины к мочкам ушей.*

Потягивание ушек вниз за мочки.

Далее по тексту

Поднимают руки высоко вверх.

*положила на окошко
стынуть.*

*Колобок полежал-
полежал, да и покатился
по дорожке все дальше и
дальше.*

*Катится колобок, а
навстречу ему заяц:
— Колобок, колобок, я
тебя съем!*

*— Не ешь меня, заяц,
я тебе песенку спою:
я колобок-колобок,
румяный бок, по амбару
метен, по сусекам скребен,
я от дедушки ушел, я от
бабушки ушел, от тебя,
зайца, не хитро уйти!
И покатился колобок
дальше — только заяц его
и видел!*

*Катится колобок, а
навстречу ему волк:*

*— Колобок, колобок, я
тебя съем!
— Не ешь меня, волк, я
тебе песенку спою:
я колобок-колобок,
румяный бок, по амбару
метен, по сусекам скребен,
я от дедушки ушел,*

*колобок из ручки в ручку
Сложенными ладошками рисуют в
воздухе квадрат и дуют.*

*Передвигают кулачок по столу
слева направо*

Потягивание ушек вверх.

Грозят пальчиком

*Поднимают вверх кулачок и
покачивают
Грут щечки обеими ручками
Далее по тексту*

*Соединяют ладони так, чтобы
большие пальцы оказались
поднятыми вверх и слегка
разведенными в стороны. Это
волчья «уши». Сгибают
указательные пальцы — это волчий
«лоб». Остальные пальцы образуют
«морду».*

Далее по тексту

*я от бабушки ушел,
я от зайца ушел, а от
тебя, волк, не трудно
уйти!*

*И покатился колобок
дальше!*

*Катится колобок, а
навстречу ему медведь:
— Колобок, колобок, я
тебя съем!*

*— Не съешь, медведь! Я
колобок-колобок, по
амбару метен, по сусекам
скребен, я от бабушки
ушел, я от зайца ушел, я
от волка ушел и от тебя,
медведь, легко уйду!
Медведь только его и видел.*

*Катится колобок дальше,
а навстречу ему хитрая
лиса:*

*— Здравствуй, колобок!
Какой ты румяный,
хороший!*

*Колобок обрадовался, что
его хвалят и запел свою
песенку. А лиса и говорит:*

*— Какая славная песня,
только стара я стала,
плохо слышу,*

*- сядь ко мне на носок
да спой еще разок.*

*Прыгнул он лисе на нос и
запел: я колобок, по амбару
метен, по...*

А лиса его — ам!

И съела!

*Опираются всеми пальцами, кроме
среднего, на стол это «ноги»
медведя. Средний палец согните —
получилась медвежья «голова»*

*Поглаживание указательными
пальцами верхней губы от середины
к мочкам ушей.*

Потягивание ушек за мочки вниз.

*Дотрагиваются ладошкой до
кончика носа*

*Открывают широко рот и глядят
себя по животу.*

Авторская игра-потешка с элементами самомассажа кистей рук



Наступают холода,
Одеваться нам пора.
Ты, портной, не робей,
Сшей одежду нам скорей.

поглаживание ладоней

Большаку шей тулуп,
Пусть не мерзнет один тут.

*ладим большой пальчик сверху вниз,
сжимая его*

А указке красный шарф,
Задавака он у нас.

*ладим указательный пальчик сверху вниз,
сжимая его*

И середке валенки,
Потому что маленький.

*ладим средний пальчик сверху вниз,
сжимая его*

А сиротке все равно,
У него нет никого.

*ладим безымянный пальчик сверху вниз,
сжимая его*

А Крошке-Митрошке
Зеленые сапожки.

ладим мизинец сверху вниз, сжимая его

Собрались мы в хоровод,
Закружились как снежок.

*большим пальцем левой руки массируем
середину ладони*

Авторская сказка с элементами самомассажа мышц лица и ушных раковин



В некотором царстве жил-был принц Чарли. Он очень любил рисовать, и на день рождения фея подарила ему волшебные краски, которые никогда не заканчивались.

Каждое утро принц просыпался, умывался (поглаживаем лицо ладонями), брал краски и раскрашивал себе лицо.

Опускал он в желтую краску указательные пальчики и рисовал на лбу разные фигуры: круги, треугольники, квадраты, линии (массируем лоб двумя пальцами обеих рук от середины лба к вискам).

Опускал он указательные и средние пальчики в черную краску и рисовал усы длинные- предлинные (массируем щеки от крыльев носа до ушей дугообразным движением).

Опускал он большие и указательные пальчики в зеленую краску и рисовал себе бороду (массируем контур лица от подбородка к мочкам ушей пощипыванием).

Опускал он указательные пальчики в красную краску и рисовал себе брови толстые-претолстые (массируем контур бровей от переносицы к ушным раковинам).

Однажды, Чарли взял синюю краску и нарисовал красивого зайца с длинными- предлинными ушами (вытягиваем уши вверх и вниз) Зайчик был очень грустный и Чарли нарисовал для него губную гармошку и научил играть на ней (массируем губы).