

Статья для педагогов ДОУ. «Самомассаж ложками как средство эффективной коррекции речевых нарушений».

В последние годы существенно увеличился процент детей с речевой патологией, обусловленной нарушениями иннервации органов артикуляции. В связи с этим возникла необходимость использовать наряду с традиционными методами – артикуляционной и дыхательной гимнастикой, технологии, помогающие достигнуть положительного результата в коррекционной работе с детьми в более короткие сроки. Среди них логопедический массаж и самомассаж, которые стали нашими спутниками в преодолении нарушений звукопроизношения у детей и доказали на практике свою значимость и необходимость. Преимущества логопедического массажа в том, что он способствует нормализации произносительной стороны речи, улучшает состояние голоса, речевого дыхания, нормализует эмоциональное состояние ребёнка.

Логопедический массаж – это активный метод механического воздействия, который способствует нормализации мышечного тонуса общей, мимической и артикуляционной мускулатуры. Уменьшает проявление парезов и параличей мышц артикуляционного аппарата. Определение самомассажа вытекает из его названия. Массаж ребёнок делает себе сам с помощью рук или вспомогательных средств. Это может быть самомассаж мышц головы и шеи, ушных раковин, мышц языка, лица, самомассаж рук. Разница будет заключаться лишь в уровне воздействия на мышцы, способах массажа и областей организма на которых проводится массаж.

Преимущества самомассажа заключается в том, что его можно проводить ежедневно и самостоятельно, без чьей-либо помощи. На его выполнение затрачивается немного времени, при этом способ проведения прост и доступен ребёнку. Целью логопедического самомассажа является стимуляция кинестетических ощущений мышц, участвующих в работе периферического речевого аппарата и нормализация мышечного тонуса данных мышц.

Меня, как специалиста, заинтересовала нетрадиционная методика, которую предлагает использовать в работе с детьми с речевыми нарушениями учитель-логопед О.И. Крупенчук – это самомассаж ложками. В чём преимущества самомассажа ложками?

Во-первых, он помогает избежать отрицательной реакции на зондовый массаж, движения массажа достаточно просты, что позволяет обучить детей самомассажу. Ложки есть в каждом доме, с ложкой связаны приятные ассоциации (удовольствие от еды), ложки не требуют стерилизации, их достаточно помыть.

Во-вторых, площадь воздействия ложки, даже кофейной, значительно больше, чем площадь воздействия пальца. Ложкой можно провести такие движения, которые пальцем сделать невозможно. Например, прижатия боковым краем, растирающие движения краем ложки, глубокое разминание большой площади, движения, оттесняющие губы, разминания губ и щёк с опорой на весь черпачок. Все действия с ложками выполняются в сопровождении стихотворений, которые не только задают ритм движения и определяют последовательность действий, но и описывают сами движения, что очень полезно для детей с недоразвитием речи. Ребёнок, делая самомассаж ложками, легко усваивает названия частей лица. Выполняет движения с приятным для него усилием и никогда не сделает самому себе больно.

Хочется отметить, что разную температуру ложек можно использовать для расслабляющего или стимулирующего эффекта.

Много интересных фактов можно узнать из истории ложки, об её применении в быту людей. Массаж ложками изобрёл известный косметолог доктор Рене Кох. Он разработал уникальную методику косметического массажа при помощи обычных ложек. А художник Сальвадор Дали использовал ложку в своих произведениях. Как? Он брал её в руку и ложился почивать, а когда он засыпал, ложка падала и будила его. Тогда Сальвадор Дали вставал и зарисовывал свои сны.

На начальном этапе коррекционной работы с детьми, страдающими речевыми нарушениями, самомассаж ложками служит хорошей подготовкой, как к артикуляционной гимнастике, так и к логопедическому массажу (классическому и зондовому). Способствует улучшению качества артикуляционных движений, помогает в формировании нужного уклада артикуляционных органов, в нормализации тонуса мышц мимической и артикуляционной мускулатуры.

Однако, есть несколько противопоказаний к массажу ложками: инфекционные заболевания, проблемы во рту – различные воспаления или выпадения зубов.

Обращаю ваше внимание на то, что для детей старшего дошкольного возраста нужно использовать чайные ложки, младшего – кофейные. Ложки должны быть из нержавеющей стали с минимумом украшений на черенке и круглым, а не острым кончиком. Перед выполнением приёмов самомассажа должны соблюдаться правила гигиены (мытьё рук перед занятием), ложки нужно держать за кончики черенков.

Бывает так, что у ребёнка выраженный рвотный рефлекс, поэтому просто необходимо временно исключить для него движения ложкой во рту.

Прежде чем начинать обучать детей самомассажу необходимо познакомить их с частями ложки, закрепить названия этих частей. Сначала обучаем детей выполнению упражнений с одной ложкой. Освоив упражнения с одной ложкой, берём в другую руку вторую ложку и делаем весь комплекс симметрично двумя руками. Когда все движения освоены всеми детьми, можно переходить к самомассажу. Рекомендуется выполнять упражнение под чтение стихотворения, так как стихи способствуют формированию чувства ритма у детей и коррекции нарушений слоговой структуры, улучшению памяти. Обучая детей самомассажу ложками, показываем каждый приём на себе и комментируем его. Дети выполняют массажный приём самостоятельно: вначале при наличии зрительного контроля (зеркало), а затем и без него. По мере знакомства детей с приёмами движений рук, пальцев, они станут более координированными и точными. Когда приёмы самомассажа будут освоены детьми, возможно проведение движений под стихотворный текст.

Предлагаю взять ложки и зеркала и попробовать выполнить некоторые упражнения самомассажа, которые мы выполняем вместе с детьми. «Лоб погладили мы нежно и расслабили прилежно» (*поглаживание горками ложек вокруг лобных бугров*). «А потом очки надели и читали две недели» (*поглаживание горками ложек вокруг глаз, начинаем от внутреннего угла бровей*). «Как погладить щёки нам, не сдвигая кожу там» (*круговое поглаживание горками ложек по щекам*). «Растереть свои височки, надавив в последней точке» (*стиральное растирание горками ложек висков*). «Покружиться меж бровей, чтобы стало веселей» (*спиральное растирание пространства между бровями*). «Повернуть боками ложки, вытираять со щёчек крошки» (*движение снизу вверх по щекам боковой поверхностью черпака*). «Поскребём по губкам тоже» (*скребущие движения по верхней губе*). «Забывать о них негоже» (*скребущие движения по нижней губе*). «И к бокам от серединки губ прокатим половинки» (*симметричное прокатывание черпачков от*

кончика ложки к черенку по половинкам губ). «Губку в складку собираем вверх и вниз её сдвигаем» (собрать горками ложек верхнюю губу в вертикальную складку). «Губку ложкой поднимаем, домик наш мы открываем» (боковым краем ложки отодвигаем кверху верхнюю губу).

Чтобы повысить интерес детей к выполнению артикуляционного самомассажа ложками я использую такой методический приём, как сказки. Вот одна из них, всем знакомая с детства «Рельсы, рельсы, шпалы, шпалы». С детьми я использую авторскую сказку для самомассажа язычка «Весёлый поезд» (автор – учитель-логопед Омышева К.В.).

Предлагаю посмотреть Вам видеоролик сказки «Весёлый поезд» и выполнить упражнения вместе с нами (<https://disk.yandex.ru/i/cm3TlsgIBz9x3g>).

«Рельсы, рельсы, шпалы, шпалы, (поглаживание выпуклой стороной ложки вперед-назад). Ехал поезд запоздалый («приклеивание» ложки по центру языка внутренней стороной ложки). Ехал с горы да на гору (перевернуть ложку скатываемся с языка как с горки сверху вниз). Вверх да вниз (2 раза). Качало вагончики из стороны в сторону (толкаем язычок влево-вправо выпуклой стороной ложки). Из последнего вагона вдруг посыпался горох (лёгкое точечное постукивание по языку выпуклой стороной ложки). Пришли куры, поклевали («приклеивание» ложки по центру языка внутренней стороной). Пришли гуси пощипали («приклеивание» ложки по центру языка внутренней стороной). Прибежала кошка слизнула немножко, (поглаживание ложкой одной стороны по диагонали, затем другой к кончику языка). А потом еще немножко (поглаживание ложкой по диагонали к корню языка). Прибежала свинка. Нос пятаком, хвостик крючком, повалялась бочком. Повалялась, повалялась (поглаживание ложкой из стороны в сторону от корня к кончику языка). Вдруг бежит щенок – звонкий голосок, хвостиком смахнул горох. Всё разлетелось! (Растиранье ложечкой боковых краев языка). Тут пришел слон всё потоптал (спиралевидное надавливание по всей поверхности языка).

После таких занятий дети легко усваивают названия частей лица.

Положительные результаты заметны в коррекции над слоговой структурой слова. Самомассаж помогает нормализовать тонус мышц мимической и артикуляционной мускулатуры, сформировать правильный уклад органов артикуляционного аппарата, подготовить речевой аппарат к вызыванию и автоматизации звуков, что в дальнейшем способствует формированию правильного звукопроизношения у детей, параллельно совершаются навыки мелкой моторики.

Список использованной литературы

Крупенчук О.И. Логопедический массаж ложками. – СПб.: Издательский дом «Литера», 2014.