



Бюджетное учреждение  
Ханты-Мансийского автономного округа - Югры  
"Реабилитационный центр для детей и подростков  
с ограниченными возможностями  
"Лучик"

Бюджетное учреждение  
Ханты-Мансийского автономного округа –  
Югры  
«РЕАБИЛИТАЦИОННЫЙ ЦЕНТР ДЛЯ  
ДЕТЕЙ И ПОДРОСТКОВ  
С ОГРАНИЧЕННЫМИ ВОЗМОЖНОСТЯМИ  
«ЛУЧИК»  
Ханты-Мансийский автономный округ – Югра  
(Тюменская область), 628002  
ул. Красногвардейская, дом 7-а,  
г. Ханты-Мансийск,  
Тел/факс: (3467) 33-61-62  
E-mail: [mail@luchikhm.ru](mailto:mail@luchikhm.ru)

**Составитель:**  
Богданова Надежда Вадимовна,  
логопед отделения диагностики, разработки и  
реализации программ социально-медицинской  
реабилитации  
«Служба домашнего визитирования»

**Оформление:**  
Иордан Наталья Михайловна,  
методист организационно-методического  
отделения

## Самомассаж при коррекции звукопроизношения



г. Ханты-Мансийск  
2016

**Самомассаж** – это массаж, выполняемый самим ребёнком, страдающим речевой патологией, это динамические артикуляционные упражнения, вызывающие эффект, сходный с массажным.

Самомассаж органов артикуляции активизирует кровообращение в области губ и языка. Ребёнок сам выполняет приёмы самомассажа, которые показывает ему взрослый.

Целью логопедического самомассажа является стимуляция кинестетических ощущений мышц, участвующих в работе периферического речевого аппарата и нормализация мышечного тонуса данных мышц.

**Использование самомассажа полезно по нескольким причинам:**

Можно проводить не только индивидуально, но и фронтально с группой детей одновременно.

1. Можно использовать многократно в течение дня, включая его в различные режимные моменты в условиях дошкольного учреждения.
2. Можно использовать без специального медицинского образования.

**Правила:**

1. Длительность одного сеанса может составлять 5-10 минут.
2. Каждое движение в среднем выполняется 4-6 раз.
3. В один сеанс может быть включено лишь несколько приёмов, которые могут варьироваться в течение дня.

4. Перед проведением самомассажа ребёнок должен быть тщательно умыт.

5. Все материалы должны быть строго индивидуальны, лучше одноразовые и после занятия утилизироваться.

Обучая детей самомассажу, логопед показывает каждый приём на себе и комментирует его. Дети выполняют массажный приём самостоятельно, вначале при наличии зрительного контроля, а затем и без него. Когда приёмы будут освоены детьми, возможно проведение движений под стихотворный текст или тихую музыку. Процедура самомассажа проводится в игровой форме.

**1. Общий самомассаж** мышц головы, шеи, туловища (можно включать как физкультурную минутку).

*Чтобы не зевать от скуки взяли и потёрли руки,*

*А затем ладошкой в лоб – хлоп, хлоп...,*

*Чтобы щёчки не дремали,*

*Мы пощиплем их немножко.*

*Носик мы погладим, пусть он дышит хорошо....*

**2. самомассаж пальцев рук.**

Проекция руки в головном мозге составляет одну треть, поэтому систематические упражнения по тренировке движений пальцев являются мощным средством повышения работоспособности головного мозга.

- Схема руки.
- Упражнения на развитие тактильной чувствительности пальцев рук рефлекторно улучшают тактильную чувствительность артикуляционного аппарата – это сухие бассейны, мячики-ёжики, горошины.
- Упражнения, развивающие взаимодействие между полушариями

мозга: «Ладонь-кулак», «Поочерёдное соединение всех пальцев», «Ножки».

- Массаж указательных пальцев – активизация речевых зон.
- Мизинец левой руки – прямой массаж сердца, укрепление сердечной мускулатуры.

**3. самомассаж мышц лица** (щёк, губ), укрепляем мышцы щёк, губ, круговую мышцу рта. При массаже мышц щёк рефлекторно расслабляются мышцы языка. При «щечном» произношении шипящих (раздувание щёк), при вялости мышц щёк производится массаж на их укрепление:

- Наши щёчки не простые (погладить ладонями щёки сверху вниз).
- Наши щёчки золотые (с некоторым усилием потереть щёки круговыми движениями).
- Смышлёные (слегка пощипать)
- Учёные (пальцевой душ)
- Замечательные (погладить ладонями щёки в направлении сверху вниз).

**Процедура самомассажа проводится по 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.