# **Использование в логопедической практике приемов самомассажа**

**Самомассаж** - это массаж, выполняемый самим ребенком, страдающим речевой патологией. Самомассаж является средством, дополняющим воздействие основного массажа, который выполняется логопедом.

Целью логопедического самомассажа является в первую очередь стимуляция кинестетических ощущений, участвующих в работе периферического речевого аппарата, а также в определенной степени и нормализации мышечного тонуса данных 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 в многократно в течение дня, включая его в различные режимные моменты в условиях дошкольного учреждения. Так, самомассаж может проводиться детьми после утренней гимнастики, занятия по релаксации, дневного сна. Самомассаж также может быть включен в логопедическое занятие, при этом приемы самомассажа могут предварять либо завершать артикуляционную гимнастику. Длительность одного сеанса самомассажа для детей дошкольного возраста может составлять 5-10 минут. Каждое упражнение выполняется в среднем 4-6 раз.

В один сеанс самомассажа может быть включено лишь несколько из предлагаемых приемов. Причем они могут варьироваться в течение дня. Естественно, что перед проведением самомассажа ребенок должен быть умыт.

Дети обучаются приемам самомассажа под руководством логопеда.. Перед выполнением самомассажа дети должны принять расслабленную позу. Они могут сидеть на стульчиках или находиться в положении лежа. Обучая детей самомассажу, логопед показывает каждый прием на себе и комментирует его. Дети выполняют массажный прием самостоятельно, вначале при наличии зрительного контроля, а затем и без него. Когда прием самомассажа будут освоены детьми, возможно проведение движений под стихотворный текст или специально подобранную тихую музыку в медленном ритме. Этот метод особенно полезен, поскольку обеспечивает тактильно процептивную стимуляцию в определенном ритме, что в целом способствует формированию чувства ритма в своей основе имеет моторную природу.

Процедура самомассажа проводится, как правило, в игровой форме по рекомендуемой схеме: массаж головы, мимических мышц лица, губ, языка. Во время выполнения движений у ребенка не должно быть ощущений дискомфорта, напротив, все движения самомассажа должны приносить ребенку удовольствие.

ВСТАВИТЬ ВИДЕО “Самомассаж”