Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение

Детский сад №45 КВ «Рябинка»

**Консультация для родителей**

**«Технология самомассажа»**

 Выполнила: Воспитатель

 группы компенсирующего вида для детей

 с нарушениями речи Лексина Ю.Е.

2015 год.

В своей практической работе по коррекции речи детей часто использую элементы самомассажа с помощью специального мячика. Он так и называется « Чудо – мячик». Ребёнок сам себе делает массаж лица и рук. Практика использования массажного мяча в логопедической практике показывает, что мяч может быть прекрасным коррекционным инструментом.

При систематическом проведении самомассажа улучшается функция рецепторов проводящих путей, усиливаются рефлекторные связи коры головного мозга с мышцами и сосудами. Самомассаж позволяет активизировать межполушарное взаимодействие, синхронизировать работу обоих полушарий головного мозга. Самомассаж выполняем с помощью массажных мячиков. Сейчас в продаже огромный выбор мячей: пластмассовые, резиновые, надувные, из папье-маше и др. Я заметила, что дети отдают предпочтение резиновому, яркому. лёгкому и прыгучему мячику. Самомассаж лица начинаем и заканчиваем с общих поглаживающих и расслабляющих движений. Затем переходим к самомассажу с помощью мячей по схеме:

1. По левой щеке от подбородка к уху;
2. Перекатываем мяч над правым глазом и снизу катим от подбородка вверх по правой щеке.
3. Вверх по носу.
4. По правой половине лба снизу вверх к волосам.
5. От середины лба поперёк к левому виску.

 Сначала дети выполняют самомассаж перед зеркалом. Затем, по мере усвоения, проводится во время подгрупповых логопедических и коррекционных занятий с логопедом и воспитателем. Занятия проводятся в игровой форме с сопровождением стихотворных текстов. Самомассаж рук начинаем с общих круговых, согревающих движений мяча в ладонях до появления теплоты в мышцах. Затем растираем мячом ладони движениями вверх-вниз, сжимаем и разжимаем мяч. После этого медленно с нажимом катаем мяч вверх-вниз по руке, начиная от кончиков пальцев и заканчивая локтевым суставом. Движения сначала проводим на внешней стороне руки, затем на внутренней. Добиваемся ощущения тепла. Самомассаж кистей рук оказывает тонизирующее действие на центральную нервную систему, улучшает функции рецепторов проводящих путей, активизирует биологически активные точки. Самомассаж кистей рук является к тому же средством повышения иммунитета, поскольку на ладонях расположены нервные окончания. Если их деятельность активизируется, то улучшается функциональное состояние внутренних органов. При этом, в процессе самомассажа укрепляются мышцы, суставы и связки не только массируемой руки, но и массирующей кисти. Помимо этого самомассаж рук – важная составляющая сенсорного восприятия; ощущения, возникающие одновременно в обеих кистях рук ребёнка, отличаются друг от друга не только происхождением, но и разными условиями восприятия, потому что массируемая рука пассивно воспринимает механические раздражения, а массирующая рука ещё и создаёт их.

Самомассаж рук можно проводить не только с использованием специальных мячей, но и с помощью прищепок, шишек, орехов, палочек, карандашей. Чем точнее ребенок выполняет движения пальцами, чем тоньше, дифференцированнее работа мышц кистей рук, тем быстрее и лучше развивается речь, а следовательно и мышление. При массаже с мячами можно использовать стихи, потешки, сказки. Дети катают мячик между ладоней, мнут его пальцами, соответственно тексту:

Я мячом круги катаю Как сжимает лапу кошка

Взад вперед его гоняю Каждым пальцем мяч прижму

Им поглажу я ладошку И другой рукой начну

И сожму его немножко, А теперь последний трюк: мяч летает между рук.