

## Рекомендации родителям «Самомассаж»

Умение управлять руками - основа овладения навыками, которые необходимы ребенку в повседневной жизни.

Мелкая моторика нужна для развития важнейших психических процессов; памяти, восприятия окружающего мира, мышления, внимания и речи.

Уровень развития мелкой моторики - один из главных показателей готовности ребенка к обучению в школе.

Развивая мелкую моторику рук, ребенок параллельно развивает и творческие способности.

Дети, у которых не развита мелкая моторика рук, позже начинают говорить, у многих наблюдается дефекты речи, которые сложно поддаются коррекции.

Это происходит потому, что в головном мозге зона, отвечающая за речь, находится рядом с зоной, отвечающей за моторику рук.

Как известно, массаж - это мощный биологический стимулятор, воздействующий на функции кожи, уровень снабжения организма кислородом и питательными веществами, на выделение продуктов распада, на сократительные способности и работоспособность мышц массируемой части тела, а также на эластичность суставов и связок.

Логопедический массаж направлен на нормализацию произносительной стороны речи (речевого дыхания, интонационно - мелодической стороны речи звукопроизношения). Главная причина нарушения звукопроизношения - нарушения мышечного тонуса, который охватывает не только периферический речевой аппарат, но и общее изменение мышечного тонуса.

### ***Виды массажа:***

Классический (активизирующий и расслабляющий)

Точечный (активизирующий и расслабляющий)

Инструментальный

Смешанный

Самомассаж

Самомассаж - это массаж выполняемый самим ребенком.

Самомассаж является средством, дополняющим воздействие основного массажа.

Целью самомассажа является в первую очередь стимуляция кинестетических ощущений мышц участвующих в работе периферического речевого аппарата, а также в определенной степени и нормализация мышечного тонуса определенных мышц.

В практике работы специалистов использование приемов самомассажа весьма полезно по нескольким причинам. В отличие от логопедического массажа, проводимого логопедом, само-массаж можно проводить не только индивидуально, но и фронтально с группой детей одновременно. Так же само-массаж могут проводить родители детей в домашних условиях.

Кроме того самомассаж можно использовать многократно в течении дня, включая его в различные режимные моменты. Так, самомассаж может проводиться детьми после утренней гимнастики, дневного сна, может быть включен в организованную коррекционно-обучающую деятельность, а также завершать либо предварять артикуляционную гимнастику, а самомассаж рук и тела может включать в структуру любой организованной образовательной деятельности в качестве физкультурной паузы или пальчиковой гимнастики.

Длительность одного сеанса самомассажа для детей дошкольного возраста может составлять 5 – 10 минут. Каждое движение выполняется в среднем 4 – 6 раз. В один сеанс самомассажа может быть включено несколько из предлагаемых приемов. Причем они могут варьироваться в течении дня. Дети обучаются приемам самомассажа под руководством взрослого. Перед его выполнением дети должны принять спокойную, расслабленную позу. Они могут сидеть на стульчиках, или лежать на ковриках или в кроватках.

Обучая детей самомассажу, воспитатель показывает каждый прием на себе и комментирует его. Дети выполняют прием самостоятельно, при необходимости можно использовать зрительный контроль (зеркало). Когда приемы самомассажа будут освоены детьми, возможно проведение движений под стихотворный текст или специально подобранную тихую музыку в медленном темпе. Этот метод особенно полезен, поскольку обеспечивает тактильно – проприоцептивную стимуляцию в определенном ритме, что в целом способствует формированию чувства ритма, которое в своей основе имеет моторную природу. Также использование стихотворного текста является дополнительным стимулирующим фактором речевого развития и создает у детей положительный эмоциональный настрой, желание заниматься. Веселые стихи и песенки, яркие образы, обыгрывающие массажные движения, их простота и доступность, возможность использования в различной обстановке и в любое время способствует изменению позиции ребенка из объекта в субъект, педагогического воздействия, а это гарантия успеха реабилитационной, коррекционной и развивающей работы.