

Преимущества логопедического массажа ложками

1. Ложки есть в каждом доме, а если нет нужных — их легко приобрести, это не дефицит.
2. С ложкой связаны приятные ассоциации (удовольствие от еды).
3. С ложкой умеют обращаться все — они просты в применении и безопасны.
4. Ложки не требуют стерилизации — достаточно их помыть.
5. Массаж ложками может служить хорошей подготовкой, как к артикуляционной гимнастике, так и к логопедическому массажу (классическому или зондовому).
6. Массаж ложками — это хорошая профилактика отрицательной реакции на логопедический массаж.
7. Массаж ложками помогает в практическом усвоении предлогов и предложных слов.
8. Ребёнок, делая самомассаж ложками, легко усваивает названия частей лица.
9. Разную температуру ложек можно использовать для расслабляющего или стимулирующего эффекта.

10. Площадь воздействия ложки, даже кофейной, значительно больше, чем площадь воздействия пальца.

11. 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.

12. Массаж ложками легко освоить заинтересованным родителям и применять в домашних условиях.

13. Массаж ложками можно проводить как на подгрупповом занятии, так и на индивидуальном, включая его по мере необходимости в структуру занятия.

14. Движения массажа достаточно просты, и дети их легко усваивают, что позволяет проводить самомассаж в подгруппах.

15. Помимо всего этого, применение ложечного самомассажа в логопедии даёт ещё и развитие мелкой моторики у ребёнка.

16. Делая самомассаж, ребёнок выполняет движения с приятным для него усилием и никогда не сделает самому себе больно.

17. Ложки можно брать разные, что помогает поддерживать у детей интерес к занятию.

Задачи логопедического массажа ложками

1. Стимуляция созревания корковых отделов речедвигательной системы. Дело в том, что стимуляция периферических звеньев речедвигательной системы (артикуляционного аппарата) способствует функциональному и анатомическому созреванию её корковых отделов.

2. Стимуляция проприоцептивных ощущений — ощущений от положения своего тела в пространстве.

3. Уменьшение или прекращение судорог, синкинезий, тремора.

4. Улучшение качества артикуляционных движений.

5. Сокращение или предотвращение рецидивов. Часто после болезни или перерыва в занятиях (особенно после летнего отдыха)

дети могут демонстрировать возврат старого, дефектного произношения.

6. Помощь в формировании нужного уклада артикуляционных органов.

7. Помощь в ликвидации асимметрии лица — часто мышцы поражены только на одной стороне, что приводит к перекашиванию рта, отклонению языка, боковому произношению, несимметричной улыбке и другим дефектам.

8. Помощь в нормализации тонуса мышц мимической и артикуляционной мускулатуры.

Противопоказания к проведению логопедического массажа

Даже если массаж назначил врач, позже могут возникнуть препятствия к проведению массажа.

Не следует делать массаж ребёнку при остром инфекционном заболевании, независимо от того, детская ли это инфекция или любая другая.

Если у ребёнка появились высыпания, гнойнички, трещины на коже лица, герпес или конъюнктивит — надо дождаться выздоровления.

Противопоказанием может быть и обычный синяк на лице; аллергия или солнечный ожог.

Проблемы во рту — различные воспаления или выпадения зубов — тоже повод отсрочить проведение массажа.

Выбор ложек

Для косметического массажа взрослым обычно используют чайные или десертные ложки. Для детей дошкольного возраста они могут быть немного крупноваты, поэтому мы остановились на кофейных ложках. Для занятий в логопедической группе советуем приобрести кофейные ложки для всех — по 2 на каждого занима-

ющего ребёнка (плюс 1—2 на случай их падения: при неловкой моторике это случается довольно часто). Ложки должны быть из нержавеющей стали с минимумом украшений на черенке и круглым, а не острым кончиком.

Если у ребёнка выраженный рвотный рефлекс — просто временно исключите для него движения ложкой во рту. И постепенно в индивидуальном порядке занимайтесь этой проблемой: массируйте язык, начиная с кончика, понемногу отодвигая границу рефлекса вглубь. Очень помогает беседа с ребёнком во время массажа, отвлекающая его внимания от процедуры, — дело в том, что причина этого явления часто психологическая: закрепившаяся реакция на какое-то воздействие в прошлом.

Если мышцы гипотоничны, и ребёнку нужен стимулирующий массаж — поставьте перед ним стакан с холодной водой и пусть он время от времени опускает туда ложки. При гипертонусе мышц поставьте перед ним стакан с тёплой водой, и пусть ребёнок макает свои ложки в него.

Для массажа надо взять по 2 ложки на каждого ребёнка. Раздаём ложки, беря их за черенки и не касаясь черпаков.

Массаж и самомассаж

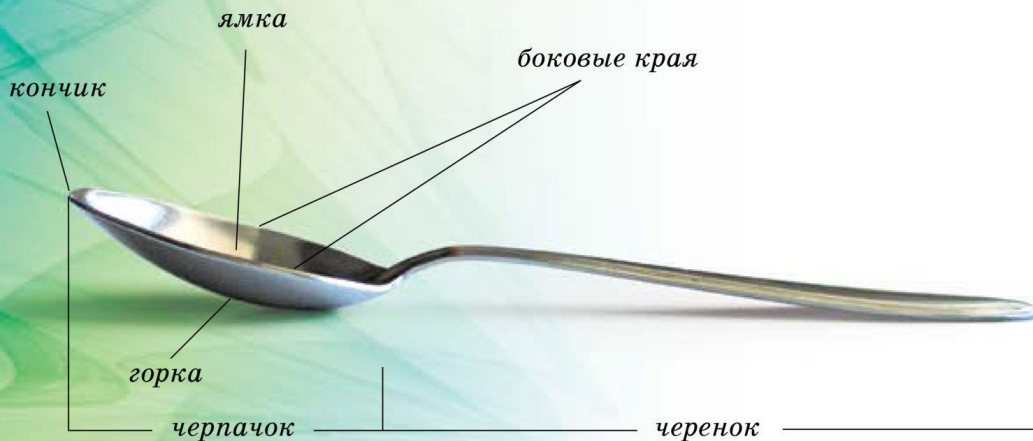
Если вы занимаетесь с одним ребёнком, можно делать ему массаж ложками, а потом обучить самомассажу, чтобы он смог под родительским присмотром заниматься этим и дома.

Если у вас группа детей, то индивидуального массажа, скорее всего, не получится, поэтому сразу всех детей следует обучать самомассажу, но одному — самому «тяжёлому» и неловкому — можно делать массаж, показывая на этом ребёнке движения остальным.

Допустимы и варианты применения ложек — например, для лица — массаж чайными ложками, а движения во рту, на языке, за щекой и др. выполняются кофейной ложкой. Или более старшим и крупным детям — чайные, а младшим и более мелким детям — кофейные ложки.

Части ложки

Перед началом обучения самомассажу расскажите детям о частях ложки. Показывайте их на большой ложке, а дети пусть показывают на своих. Две главные части — это черпак и черенок. У черпака есть ямка, горка, боковые края и кончик.



Мелкая моторика

Учёные доказали, что, с анатомической точки зрения, около трети всей площади коры головного мозга занимает проекция кисти руки, расположенная очень близко от речевой зоны. Именно величина проекции кисти руки и её близость к речевой зоне мозга дают основание рассматривать кисть руки как «орган речи», такой же, как артикуляционный аппарат. В связи с этим подтвердилось предположение о том, что тонкие движения пальцев рук влияют на развитие речи ребёнка.

Мелкая моторика рук взаимодействует с такими высшими свойствами сознания, как внимание, мышление, оптико-пространственное восприятие (координация), воображение, наблюдательность, зрительная и двигательная память, речь. Развитие навыков мелкой

моторики важно ещё и потому, что вся дальнейшая жизнь ребёнка потребует использования точных, координированных движений кистей и пальцев, которые необходимы, чтобы одеваться, рисовать и писать, а также выполнять множество разнообразных бытовых и учебных действий.

Поэтому мы включили в комплекс самомассажа ложками и упражнение для мелкой моторики. Но это не просто упражнение, а обучение, которое преследует несколько целей.

Цели упражнения с ложками:

- запоминание частей ложки
- закрепление различных положений ложки в руке, нужных для массажа
- освоение движений массажа
- развитие мелкой моторики
- развитие умения ориентироваться в пространстве
- упражнение в синхронной работе рук
- коррекция нарушений слоговой структуры

Упражнение выполняется под чтение стихотворения, и это тоже неслучайно. Стихи, как ритмически организованная речь, способствуют формированию чувства ритма у детей и являются неспецифическим способом коррекции нарушений слоговой структуры.

УПРАЖНЕНИЯ С ЛОЖКАМИ

Перед проведением этого комплекса упражнений всем детям нужно раздать ложки, сначала по одной. Каждый ребёнок берёт свою ложку в ведущую руку. Взрослый читает стихотворение и показывает движения, а дети повторяют только движения. По мере выучивания движений дети запоминают текст стихотворения и могут проговаривать его вместе со взрослым.



Черпачок кручу, любя,
От себя и на себя.



(Ложку держим вертикально перед собой, поворачивая ямкой от себя и к себе.)



Есть у ложки кончик, бок,
Ямка, горка, черенок.

*(Держа ложку в одной руке
перед собой, другой рукой пока-
зываем кончик, бок, ямку, горку
и черенок.)*





Словно зеркальце держу

(Держим ложку вертикально перед лицом ямкой к себе, как зеркальце на ручке.)



Или боком положу,

(Разворачиваем ложку горизонтально ямкой к себе.)



Отверну её спиной —
Пусть играет не со мной.

(Держим вертикально, поворачиваем ямкой от себя.)

Держат ложку малыши,

(Захватываем ложку сверху, в кулак — так, как держат обычно маленькие дети.)



А вот так вот — для больших.

(Удерживаем ложку между 1-м, 2-м и 3-м пальцами.)*



Смотрит ложка ямкой вниз
И дрожит, как тонкий лист.

(Держим ложку горизонтально ямкой вниз двумя пальцами за кончик и покачиваем вверх-вниз.)



* Здесь и далее в тексте 1-м, 2-м и 3-м пальцами мы называем соответственно большой, указательный и средний пальцы.



А теперь, обняв, держу,
Пальчик в ямку положу.

*(Захватываем ложку сверху,
как малыши, но 1-й палец в ям-
ке.)*



Лодка ходит по воде —

*(В положении предыдущего
упражнения перекачиваем чер-
пак от кончика к черенку.)*



Круг рисую я везде.

*(В положении предыдущего
упражнения рисуем кружок в
горизонтальной плоскости.)*

Снизу пальчик ставлю —
что ж,
На кого теперь похож?

(Захватываем ложку сверху с частью черпака, а 1-й палец кладем со стороны горки снизу.)



Удивляется народ:
То ли клещи, то ли рот?

(В положении предыдущего упражнения 1-й палец ходит вверх-вниз, а четыре других продолжают держать ложку за черенок и черпачок.)



Ложку боком я держу,
Взад-вперед её вожу.

(Держим ложку за черенок ямкой от себя и водим вперед-назад.)





Нажимать бочком умею —
Опуцу — и как приклею.

(В положении предыдущего упражнения выполняем движения вверх-вниз.)



Ай да, ложечка моя,
Дай тебя поглажу я!

(Держим ложку вертикально перед собой и гладим по черпачку.)

Освоив упражнения с одной ложкой, берём в другую руку вторую ложку и делаем весь комплекс симметрично двумя руками. Во втором и в последнем двуступенчатых действиях второй руки делаем указательными пальцами.

Когда все движения освоены всеми детьми, можно переходить к самомассажу.

САМОМАССАЖ ЛОЖКАМИ

Перед применением каждый раз ложки нужно мыть и класть в кружку вверх черенками. Дети перед занятием должны вымыть руки. Каждый ребёнок вынимает по 2 ложки за кончики черенков и берёт по ложке в каждую руку. Взрослый произносит стихотворение и показывает движения, а дети только выполняют движения. Стихотворение здесь является, во-первых, «водителем ритма», то есть взрослый с его помощью задаёт ритм, в котором должны совершаться движения. При этом взрослый следит, чтобы никто «не убежал вперёд», не выполнив движение, а лишь обозначив его. Если кто-то из детей не успевает сделать движение, взрослый немного замедляет ритм произнесения текста, дожидаясь опаздывающего, и таким образом добивается качественного выполнения движений всеми детьми. Во-вторых, стихотворение организует порядок массажных движений и, в-третьих, описывает сами движения, что очень полезно для детей с речевым недоразвитием.



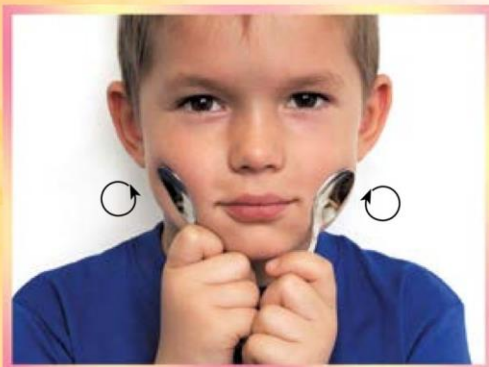
Лоб погладили мы нежно
И расслабили прилежно.

(Поглаживание горками ложек вокруг лобных бугров.)



А потом очки надели
И читали две недели.

(Поглаживание горками ложек вокруг глаз: начинаем от внутреннего угла бровей, ведём к наружному, далее — под глазом к его внутреннему углу.)



Как погладить щёки нам,
Не сдвигая кожу там,

(Круговое поглаживание горками ложек по щекам.)



Растереть свои височки,
Надавив в последней точке,

(Спиральное растирание горками ложек висков с фиксацией и лёгким нажатием в конце движения.)

Покружиться меж бровей,
Чтобы стало веселей,

(Спиральное растирание пространства между бровями.)



Повернуть боками ложки,
Вытирать со щёчек крошки.

(Движение снизу вверх по щекам боковой поверхностью черпака.)



После складочки скребём —
(Скребущее движение по носогубным складкам кончиками ложек.)

Нажимаем их потом.

(Неглубокие, но частые нажатия кончиками ложек по всей длине носогубных складок.)





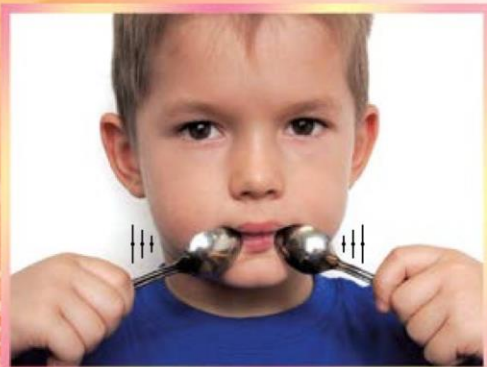
Поскребём по губкам тоже —

(Скребущее движение по верхней губе кончиками ложек.)



Забывать о них негоже.

(Скребущее движение по нижней губе кончиками ложек.)

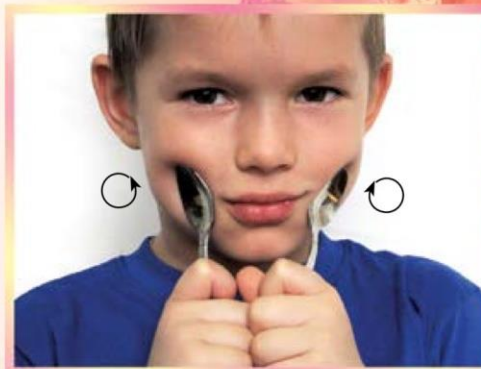


И нажмём концами ложек,
Как нажать их мог бы ёжик.

(Неглубокие, но частые нажатия кончиками ложек по всей длине губ.)

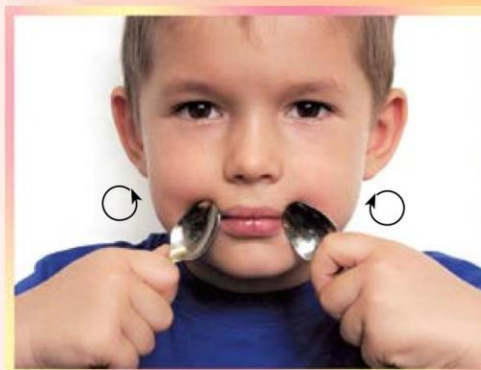
Разомнём получше щёки,
Круг рисуя там глубокий.

(Круговое разминание горками ложек щёк, начиная от носогубных складок, далее к скулам, к жевательным мышцам и углам рта.)



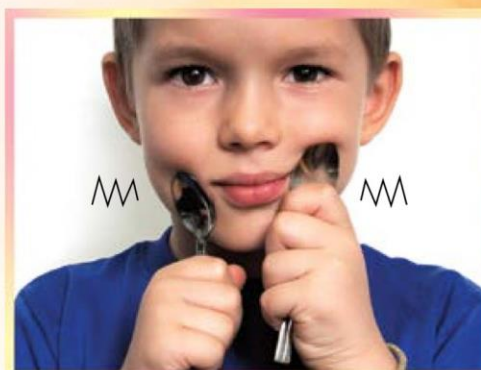
Там, где губок уголки,
Крутим мелкие кружочки.

(Круговое разминание горками ложек возле углов рта.)



Щёки можно подвигать
Вверх и вниз, и вверх опять.

(Зигзагообразное разминание горками ложек от углов рта к козелкам. Амплитуда движений — от скуловой кости до нижней челюсти.)





И у мышц жевательных
Покружить желателью.

(Круговое разминание горками ложек жевательных мышц.)



И у подбородка
Круг рисуем чётко.

(Круговое разминание горкой ложки подбородочных мышц.)



Гладим личико. Опять
Начинаем разминать.

(Поглаживание горками ложек пространства между бровями, далее вокруг лобных бугров, затем через виски к жевательным мышцам.)

Покатаем по бровям
Детскою лошадкой,

*(Симметричное прокатыва-
ние черпачков от кончика лож-
ки к черенку по линии бровей.)*



И покатымся к губам
Носогубной складкой.

*(Симметричное прокатыва-
ние черпачков от кончика лож-
ки к черенку по линиям носогуб-
ных складок.)*



И к бокам от серединки
Губ прокатим половинки.

*(Симметричное прокатыва-
ние черпачков от кончика лож-
ки к черенку по половинкам
губ.)*





Губку в складку собираем,
Вверх и вниз её сдвигаем,

(Кончики ложек смотрят на носогубные складки, 2-е пальцы можно поместить в ямки. Собрать горками ложек верхнюю губу в вертикальную складку и перетирать её вверх-вниз.)



И другую собираем,
Тоже вверх и вниз сдвигаем.

(То же действие с нижней губой.)



Прижимаем наши губы,
Разминаем их негрубо;

(Прижатие сначала верхней, а затем нижней губы к зубам и дёснам внешней стороной кончиков ложек.)

Между пальчиком и ложкой
Жмём и крутим их немножко.

(Кончик ложки слегка заводим в рот, внешней стороной кончика прихватываем губу, а снаружи кончиком 2-го пальца прижимаем губу к ложке и разминаем круговыми движениями между пальцем и ложкой.)



А потом прижмём негрубо
Мы десну над каждым
зубом.

(Прижимаем десну через верхнюю губу внешней стороной кончика ложки.)



И по нижним мы пройдем,
И под каждым мы нажмём.

(То же действие под нижней губой.)





Под глазами по веснушкам
Мы пройдем к ушей
верхушкам.

(Поглаживание горками ложек от внешних сторон ноздрей к верхним точкам прикрепления ушей.)



Гладим-гладим по щекам
От губы и к козелкам.

(Поглаживание горками ложек от углов губ к козелкам.)

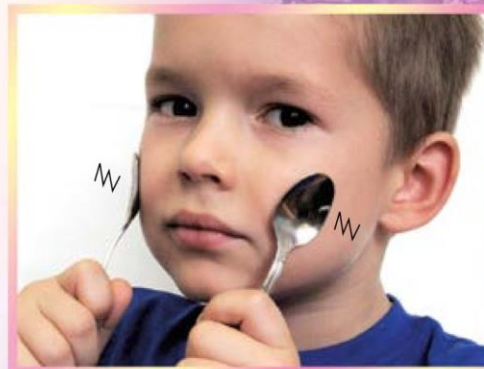


Внизу погладим щёчки
От подбородка к мочке.

(Поглаживание щёк горками ложек от подбородка к мочкам.)

Задрожали наши щёчки,
Как от ветра все цветочки.

(Непрерывная вибрация, передаваемая горками ложек на мышцы щёк.)



Ставим ложку под язык,
Хоть дрожать он не привык.

(Непрерывная вибрация, передаваемая горкой ложки на подъязычную мышцу.)



Мы пошлёпаем по щёчкам,
Словно капельки по кочкам.

(Зажимаем 2-м и 1-м пальцами кончики черенков и горками ложек стучим по щекам.)





Снизу шлёпаем язык:
Прыг да прыг, прыг да прыг.

(Зажимаем 2-м и 1-м пальцами кончик черенка и горкой ложки стучим по подъязычной области.)



Губку ложкой поднимаем —
Зубы, дёсны обнажаем.

(Боковым краем ложки отдвигаем кверху верхнюю губу, обнажая верхние зубы.)



Губку ложкой опускаем —
Дверцу в ротик открываем.

(Боковым краем ложки оттягиваем книзу нижнюю губу, обнажая нижние зубы.)

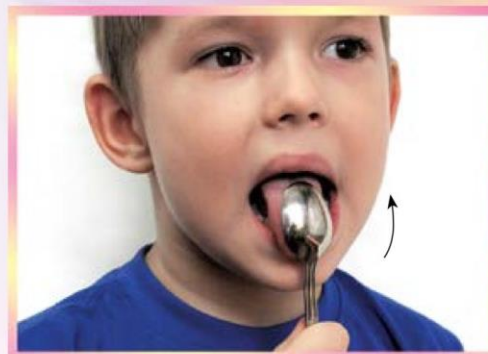
Гладим ложкой мы язык,
К ласке бедный не привык.

*(Поглаживаем спинку языка
горкой ложки.)*



А теперь покажем кошку —
Мы оближем нашу ложку.

*(Ложку держим вертикально
перед лицом, ямкой к себе, обли-
зываем черпачок изнутри.)*



Ложкой мы с тобой поможем
Языку лежать на ложе.

*(Язык кладём на нижние зу-
бы и прижимаем сверху ямкой
ложки, помогая ему расплас-
таться.)*





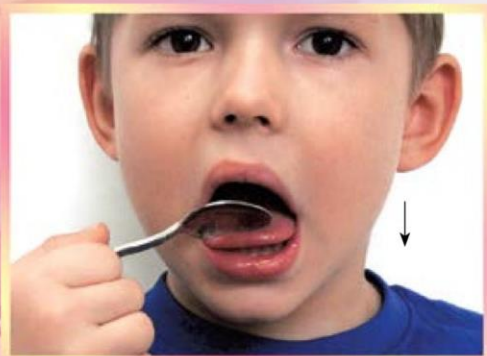
А теперь под верхней губкой
Мы его укроем шубкой.

*(То же движение на верхних
зубах.)*



Краешки расправим,
Чашечкой поставим.

*(Язык прижимаем к верхним
зубам, кончик — на верхней гу-
бе. Ямкой ложки снизу помога-
ем языку принять форму чашеч-
ки.)*



Чистим-чистим язычок,
Чистим спинку и бочок.

*(Выкладываем язык вперёд
и «чистим» его боковой поверх-
ностью ложки.)*

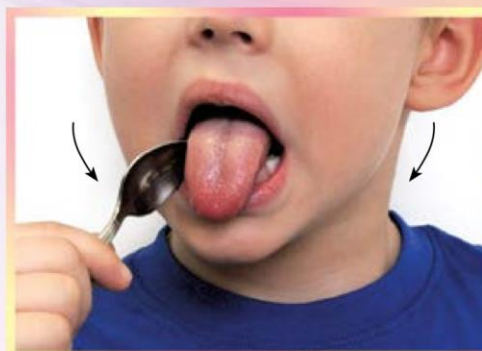
На коньках, как по катку,
Ездит мы по языку.

(Делаем «пилящие» зигзагообразные движения боковым краем ложки по спинке языка.)



Слева — левый, справа —
правый —
Стал язык наш бодрый,
бравый.

(Поглаживаем боковые поверхности языка кончиком ложки.)



А потом ступаем ложкой,
Словно маленькой ножкой.

(Прижимаем боковым краем ложки спинку языка, перемещая её от корня к кончику и обратно.)





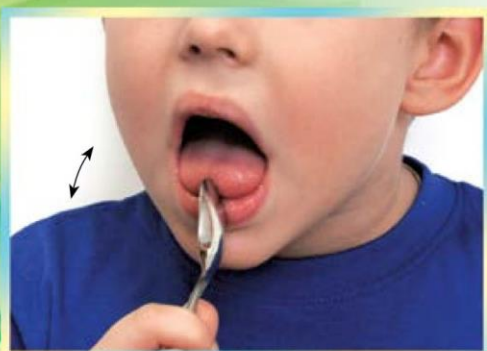
И бока ему помнём —
Лежебоке поделом.

(Прижимаем кончиком ложки боковые края языка, перемещая ложку от корня к кончику и обратно.)



Постучим по языку,
Да по бо́ку, по боку́.

(Делаем лёгкие постукивания боковым краем ложки по спинке языка и по его боковым поверхностям.)

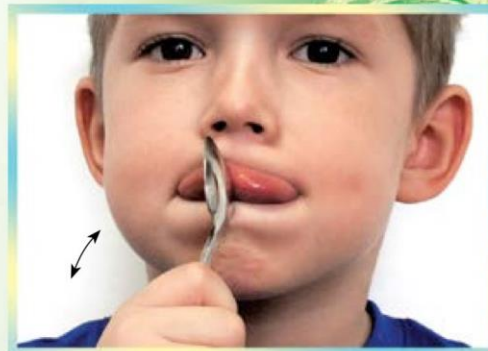


Отобьём мы край лопатки,
Чтобы стал широкий,
гладкий.

(Язык кладём на нижнюю губу, покрыв им нижние зубы, и боковым краем ложки постукиваем по кончику языка.)

И наверх её загнём,
И опять побъём, побъём.

(Язык «чашечкой» прижимаем к верхней губе и боковым краем ложки постукиваем по кончику языка снизу.)



Спрячем кончик под губой,

(Кончик языка заводим за верхнюю губу. Снаружи прокатываем черпачок от кончика ложки к черенку по верхней губе, прижимая и распластывая кончик языка под губой.)

Покатаем мы с тобой.

(То же движение под нижней губой.)





За щекою скрылась ложка —
Мы помнём её немножко.

*(Помещаем ложку между
зубами и внутренней поверх-
ностью щеки, горкой к щеке, а
ямкой к зубам. Другой рукой пе-
ретираем мышцы щеки между
ложкой и пальцами.)*

УПРАЖНЕНИЯ С СОПРОТИВЛЕНИЕМ

Такие упражнения укрепляют мышцы и способствуют выработке более точных движений.

Упражнения с сопротивлением выполняются с одной, а некоторые с двумя ложками. Нужно объяснить ребёнку, что в этих упражнениях ложкой он будет давить на нужное место, а языком или губами — сопротивляться давлению ложки.

Давим влево языком,
Как красotka каблучком,
Давим вправо языком,
Как малышка кулачком.

(Заводим ложку в рот и помещаем её между зубами и внутренней поверхностью щеки, горкой к щеке, а ямкой к зубам. Языком толкаем ямку наружу, а ложкой несильно давим навстречу.)



Давим в ямку языком,
Ложку двигаем силком,
А она старается,
Нам сопротивляется.

(Ложку держим вертикально перед губами, ямкой к себе. Язык давит вперёд, а ложка — навстречу.)





Рот открыт, язык — как
мостик,
И заходит ложка в гости.
Выдавим нежданных
Мы гостей незваных.

(Горку ложки прижимаем к языку, выгнутому спинкой вверх и кончиком упирающимся в нижние зубы. Языком выталкиваем ложку наружу, а ложкой давим вглубь рта.)



Ложка мой язык накрыла —
Чтоб поднять, нужна нам сила.
Будет сильным мой язык —
Ведь работать он привык.

(Язык выкладываем вперед на нижнюю губу, покрыв им нижние зубы. Накрываем его ямкой ложки и давим вниз, а язык стараемся поднять кверху.)



Щёки дует толстячок —
Нажимаем на бочок:
На один, на другой,
Оба давим мы с тобой.

(Щёки надуты. Горкой ложки прижимаем щёки сначала по одной, а затем обе. Губы плотно сжаты и сопротивляются давлению воздуха.)



Тянем хобот мы вперёд,
Только ложка не даёт.

(Губы сомкнуты и вытянуты вперёд «трубочкой». Ложка прижата к ним горкой. Губами выталкиваем её наружу, а ложка сопротивляется.)



И сдвигать она мешает,
И подвижности лишает.

(Губы, сомкнутые и вытянутые «трубочкой», пытаются сместиться в стороны, а ложка сопротивляется им всей поверхностью горки.)





Тянем губы целовать,
Будут ложки им мешать,
А захочешь улыбаться —
Станут к центру собираться.

(Губы сомкнуты. Обе ложки прижаты горками к углам рта. Когда губы пытаются вытянуться вперёд «трубочкой», ложки раздвигают углы в стороны. Когда губы пытаются улыбнуться, ложки сдвигаются к центру.)



Давим с силой на губу:
Дверь открыть хотим в избу,

(Боковым краем ложки поднимаем кверху верхнюю губу, обнажая верхние зубы. Губа сопротивляется.)



Давим на другую,
Сильную такую.

(То же движение с нижней губой — оттесняем её вниз.)

Ложку губками обтянем,
Отпускать её не станем.
Ложка вырывается —
Нет, не получается!

(Ложка заводится в преддверие рта и помещается между резцами и внутренней поверхностью губ. Зажимаем её губами и попытаемся вытащить, двигая наружу, вперёд.)



Станем рот мы открывать —
Станет ложка не давать,
Только мы сильнее —
Давим мы мощнее.

(Ложка помещается в подъязычную область. Пытаемся открыть рот, сопротивляясь открыванию горкой ложки.)

