**Здоровьесберегающая технология**

**«Логопедический самомассаж ложками»**

Выполнять его можно как на занятиях логопеда, в режимных моментах в группе, так и дома с мамой. Массаж ложками - один из новых методов логопедического массажа.

ПРЕИМУЩЕСТВА ТАКОГО МАССАЖА:

- ложки есть в каждом доме,

- с [ложками могут обращаться](https://www.maam.ru/obrazovanie/lozhka) все - они просты и безопасны,

- ложки не требуют стерилизации - достаточно их помыть,

- массаж служит хорошей подготовкой, как к артикуляционной гимнастике, так и к логопедическому массажу (классическому или зондовому).

- ребенок, делая массаж, легко усваивает названия частей лица,

- разную температуру ложек можно использовать для расслабляющего или стимулирующего эффекта,

- применение такого массажа дает еще и развитие мелкой моторики у ребенка,

- делая самомассаж. ребенок выполняет движения с приятным для него усилием и никогда не сделает [самому себе больно](https://www.maam.ru/obrazovanie/massazh).

ЗАДАЧИ ЛОГОПЕДИЧЕСКОГО МАССАЖА ЛОЖКАМИ

- улучшени е качества артикуляционных движений,

- помощь в формировании нужного уклада артикуляционных органов,

- - помощь в нормализации тонуса мышц мимической и артикуляционной мускулатуры.

ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ К ПРОВЕДЕНИЮ ЛОГОПЕДИЧЕСКОГО МАССАЖА:

- не следует делать массаж при острых инфекционных заболеваниях,

- при высыпаниях на лице (гнойнички, трещины, герпес, синяк, солнечный ожог и т. д.).

- различные проблемы во рту.

ЦЕЛИ УПРАЖНЕНИЙ 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,

- упражнения в синхронной работе рук,

- коррекция нарушений слоговой структуры.

Выбрать ложку можно любую (кофейную, столовую, десертную). Материал ложки не имеет значения. Важно, чтобы хорошо мылась, обрабатывалась. Для выполнения упражнений нужны две ложки.

Работу начинаем со знакомства с историей появления ложки, способах ее изготовления, закрепляем части ложки и виды ложек. Про ложки сложилось много пословиц, поговорок и примет, которые можно использовать как в воспитательных целях, так и для развития речи детей:

- Работник с сошкой, лодырь с ложкой.

- Ложка не кошка, рта не оцарапает, и т. д.

- ложка, забытая на столе, - к гостю

- ложкой о край [посуды стучать](https://www.maam.ru/obrazovanie/posuda) - к ссоре, и т. д.

Упражнения выполняются под чтение стихов,. Стихи, как ритмически организованная речь,

способствуют формированию чувства ритма у детей и являются одним из способов коррекции нарушений слоговой структуры.

Перед выполнением массажа ложки каждый раз нужно мыть и класть в кружку вверх черенками. Дети перед занятием должны вымыть руки. Каждый ребенок вынимает по 2 ложки за кончики черенков и берет по ложке в каждую руку. Взрослый произносит стихотворение и показывает движения, а дети только выполняют движения. Взрослый следит, чтобы никто «не убегал вперед», не выполнив движение, а лишь обозначив его. Если кто-то из детей отстает, взрослый замедляет ритм произнесения текста, дожидаясь опаздывающего и, таким образом, добивается качественного выполнения движений всеми детьми. Стихотворение организует порядок массажных движений, описывает сами движения, что очень важно для детей с речевым недоразвитием.

Примеры таких стихотворений можно взять в специальной литературе. Я приведу только некоторые - выборочно.

**«ЛОБ ПОГЛАДИЛИ МЫ НЕЖНО**

**И РАССЛАБИЛИ ПРИЛЕЖНО**

(поглаживание горками ложек вокруг лобных бугров)

**«КАК ПОГЛАДИТЬ ЩЕКИ НАМ,**

**НЕ СДВИГАЯ КОЖУ ТАМ?»**

(круговое поглаживание горками ложек по щекам)

**«НАДО РАСТЕРЕТЬ ВИСОЧКИ**

**НАДАВИВ В ПОСЛЕДНЕЙ ТОЧКЕ»**

(круговые движения горками ложек у виска с легким нажатием в конце движения)

**«ПОКРУЖИМ МЕЖДУ БРОВЕЙ,**

**ЧТОБЫ СТАЛО ВЕСЕЛЕЙ»**

(спиральное растирание пространства между бровями)

**«ПОВЕРНЕМ БОКАМИ ЛОЖКИ,**

**УБЕРЕМ СО ЩЕЧЕК КРОШКИ»**

(движение снизу вверх по щекам боковой поверхностью черпака)

**«ПОСКРЕБЕМ ПО ГУБКАМ ТОЖЕ,**

**ЗАБЫВАТЬ О НИХ НЕГОЖЕ»**

(скребущее движение по верхней губе кончиками ложек)

**«И НАЖМЕМ КОНЦАМИ ЛОЖЕК,**

**КАК НАЖАТЬ ИХ МОГ БЫ ЕЖИК»**

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

**«РАЗОМНЕМ ПОЛУЧШЕ ЩЕКИ,**

**КРУГ РИСУЯ ТАМ ГЛУБОКИЙ»**

(круговое разминание горками ложек щек)

**«ЩЕКИ МОЖНО ПОСДВИГАТЬ**

**ВВЕРХ И ВНИЗ, И ВВЕРХ ОПЯТЬ»**

(зигзагообразное разминание горками ложек от углов рта к козелкам)

**«ПОКАТАЕМ ПО БРОВЯМ**

**ДЕТСКОЮ ЛОШАДКОЙ»**

(симметричное прокатывание черпачков от кончика ложки к черенку по линии бровей)

**«И ПОКАТИМСЯ К ГУБАМ**

**НОСОГУБНОЙ СКЛАДКОЙ»**

(симметричное прокатывание черпаков от кончика ложки к черенку по линиям носогубных складок)

**«ГУБКУ В СКЛАДКУ СОБИРАЕМ,**

**ВВЕРХ И ВНИЗ ЕЕ СДВИГАЕМ»**

(кончики ложек смотрят на носогубные складки, собрать верхнюю губу в горку и перетирать ее вверх, вниз)

**«И ДРУГУЮ СОБИРАЕМ,**

**ТОЖЕ ВВЕРХ И ВНИЗ СДВИГАЕМ»**

**«ПРИЖИМАЕМ НАШИ ГУБЫ,**

**РАЗМИНАЕМ ИХ НЕГРУБО»**

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

**«МЫ ПОШЛЁПАЕМ ПО ЩЕЧКАМ,**

**СЛОВНО КАПЕЛЬКИ ПО КОЧКАМ»**

(горками ложек стучим по щекам)

Спасибо за внимание!