

Проект (краткосрочный) :

«Игровой самомассаж и его игровые приемы»

Срок реализации проекта с 17 января по 31 марта 2022г



Составитель:

Учитель-логопед

Губарева Е.А.

2022 уч.год

Краткосрочный проект :« **Игровой самомассаж и его приемы**» — логопедический проект в средней группе в коррекции нарушений речи детей дошкольного возраста

Цель: стимуляция кинестетических ощущений мышц, участвующих в работе периферического речевого аппарата.

Объект проекта – применение **самомассажа** в работе учителя-логопеда по коррекции речи детей среднего дошкольного возраста в условиях ДОО.

Участники проекта: дошкольники средней группы , учитель-логопед, воспитатели, родители

Гипотеза - систематическое применение здоровьесберегающей технологии (самомассаж) в работе учителя-логопеда с детьми с нарушениями речи, предполагает успешный и эффективный коррекционный процесс.

- **Задачи :**
- Повысить уровень знаний учителя-логопеда ДОО о использовании инновационных и здоровьесберегающих технологий в развитии речи детей; внедрить их в этапы и в различные режимные моменты.
- Создать условия для развития речи у детей дошкольного возраста с использованием инновационных и здоровьесберегающих технологий в играх и специальных упражнениях.
- Привлечь родителей для активного участия во всех мероприятиях, проводимых в детском саду, по использованию инновационных и здоровьесберегающих технологий в развитии речи детей.

Методы исследования:

- изучение и анализ литературы;
- эксперимент - констатирующий, формирующий, контрольный;
- теоритический анализ (обработка и осмысление полученных данных);
- диагностические методы.

Время реализации проекта: с 17 января по 31 марта 2022г

Содержательная часть проекта.

Логопедическая практика показывает, что с каждым годом увеличивается количество детей с дизартрией, моторной и сенсорной алалией, заиканием. Большинству детей с речевыми нарушениями свойственно нарушение равновесие между процессами возбуждения и торможения, повышенная эмоциональность, двигательное беспокойство. Главная причина нарушения звукопроизношения - нарушения мышечного тонуса, который охватывает не только периферический речевой аппарат, но и общие изменения мышечного тонуса. Соответственно, возникает необходимость проведения комплексной оздоровительно-коррекционной работы с данными детьми. Коррекционно-оздоровительная работа учителя-логопеда включает в себя мышечную релаксацию, стимуляцию кинестетических ощущений мышц,

биоэнергопластику, упражнения на развитие высших психических функций (внимания, памяти, мышления).

На основании анализа теоретической и методической литературы, диагностических данных, были изучены направления на достижения положительных результатов и выбран оздоровительный метод коррекции речевых нарушений - самомассаж.

Самомассаж- обеспечивает тактильно- проприоцептивную стимуляцию (соматосенсорная стимуляция) формирует моторную природу. Важная функция которой - модуляция уровня возбуждения - помогает взбодриться, когда идет процесс утомления и наоборот успокоиться. когда ребенок "взвинчен". На индивидуальных и фронтальных занятиях выполнение самомассажа, сопровождается художественным словом, в исполнении самого ребенка. Рифмы, стихотворные тексты, яркие образы, обыгрывающие массажные движения, их простота и доступность является стимулирующим фактором речевого развития.

В отличие от обычного массажа, самомассаж выполняется самим ребенком и может быть использован многократно, в течение дня в различных режимных моментах. Для его использования не надо много места, он применяется: сидя, стоя, лежа на ковриках, в течение 5-10 минут. Один сеанс самомассажа включает несколько предлагаемых приемов, которые вирируются в течение дня.

Основные виды самомассажа, используемые в проекте:

1. Биоэнергопластика
2. самомассаж языка
- 3.Самомассаж мышц лица;
- 4.Самомассаж головы и шеи;
- 5.Самомассаж ушных раковин;
6. самомассаж тела: кистей рук;

Этапы проекта:

1 этап - подготовительный

- 1.Теоретическое изучение проблемы.
- 2 Диагностика речевого праксиса
- 3.Подобраны и изготовлены игры, пособия, картотека по игровому саммомассажу.

2 этап –практический

Коррекционная работа осуществляется, в виде дидактических игр и упражнений в совместной деятельности учителя-логопеда и детей в виде пятиминуток в средней группе, рекомендаций и домашних заданий родителям по развитию просодической стороны речи, моторики и фонетической стороны речи.

Практическая значимость проекта состоит в развитии произносительных умений и навыков у детей через организацию поэтапной работы с использованием здоровьесберегающих методов и приемов.

Перспективный план коррекционной работы

Месяц	Этап коррекционной работы	Сенсомоторика
январь	Обследование речевое	Диагностика моторных, просодических и фонетических навыков.
Февраль 1 неделя	Подготовительный этап	1. сказка “О веселом язычке” 2. самомассаж лица(картотека) 3.упражнения для профилактики плоскостопия (картотека) 4.биоэнергопластика
Февраль 2 неделя	Практический этап	1. точечный массаж лица (картотека) 2. упражнения для профилактики плоскостопия (картотека) 3. биоэнеоргопластика (картотека) 4. игры на развитие сенсорного внимания (пропевание гласных, слогов, слоговых дорожек и т.д.) 5. массаж пальцев рук (картотека)
Февраль 3 неделя		1.логоритмика для артикуляционных укладов звуков 3. пальчиковая гимнастика(картотека) 4. массаж пальцев рук (картотека)
Февраль 4 неделя		1. подвижные речевые игры с чувством ритма 2. пальчиковая гимнастика с речевым сопровождением 3. упражнения с мячом -самомассаж стоп

		4. логоритмика- бумажный самомассаж
Март 1 неделя		1. мыльный самомассаж 2. самомассаж ушных раковин; 3. самомассаж карандашом 4. игры с мячами Су-Джок,
Март 2 неделя		1. Биоэнергопластика 2. самомассаж языка
Март 3 неделя		1. биоэнергопластика 2. подвижные игры и упражнения
Март 4 неделя	Обследование речевое	диагностика моторных, просодических и фонетических навыков.

1. Биоэнергопластика- это содружественное взаимодействие руки и языка.

Существует взаимосвязь речевой и моторной деятельности при наличии речевого дефекта у детей с ОВЗ особое внимание необходимо обратить на стимулирующую роль тренировки тонких движений пальцев. Уровень развития речи детей находится в прямой зависимости от степени сформированности тонких движений рук.

Совместные движения руки и артикуляционного аппарата, если они пластичны, раскрепощены и свободны, помогают активизировать, ускорить исправление неправильно произносимых звуков у детей(работающая ладонь во много раз усиливает импульсы, идущие к коре головного мозга от языка). Этот метод дети воспринимают как игру. Такие игры дополнительно стимулируют ребёнка к выполнению задания.

Примеры некоторых артикуляционных упражнений с использованием биоэнергопластики.

Динамические упражнения нормализуют мышечный тонус, переключаемость движений, делают их точными, легкими, ритмичными.

Статические упражнения способствуют развитию мышечной силы, динамической организации движения, помогают ребёнку принять правильную артикуляционную и пальчиковую позу.

1. “Птенчики”- четыре сомкнутых пальца ладонью вниз, большой палец прижат к указательному. Рот открывается, большой палец опускается вниз, четыре пальца поднимаются вверх
2. “Часики” - сжатая и опущенная вниз ладонь, которая движется под счет влево - вправо.
3. “Качели” - движение ладони с сомкнутыми пальцами вверх вниз

4. “Улыбка” - пальчики расставлены в стороны, как лучики солнышка. Под счет 1 – пальчики расправляются и удерживаются одновременно с улыбкой 5 сек., на счет 2 – ладонь сворачивается в кулак. И так далее
5. “Хоботок” - ладонь собрана в щепоть, большой палец прижат к среднему.
6. “Иголочка”, “Змейка” - пальцы сжаты в кулак, указательный выдвинут вперед
7. “Лопаточка” - большой палец прижат к ладони сбоку, сомкнутая, ненапряженная ладонь опущена вниз.
8. “Чашечка” - пальцы прижаты друг к другу, имитируя положение “чашечки”
9. “Парус” - сомкнутая ладонь поднята вверх.
10. Регулярное выполнение поможет:
11. улучшить кровоснабжение артикуляционных органов и их иннервацию (нервную проводимость);
12. улучшить подвижность артикуляционных органов;
13. укрепить мышечную систему языка, губ, щёк;
14. уменьшить спастичность (напряжённость) артикуляционных органов.

2. Самомассаж языка:

1. поглаживание языка губами "Индюк"
2. пошлепывание языка губами "Месим тесто"
3. прикусывание языка губами "Месим тесто"
4. поглаживание зубами "Расческа"

3. Массаж и самомассаж лица.

"Дорожки"-движение пальцев от середине лба к вискам.

"Дождинки" легкое постукивание или похлопывание подушечками пальцев по лбу.

"Бровки"-поглаживание по бровям от переносице к бровям, к вискам.

"Очки" -легкое поглаживание подушечками пальцев от виска, по краю скуловой кости к переносице, затем по брови к вискам.

"Усики" -плавное движение подушечками средних пальцев от середины верхней губы к уголкам рта.

"Улыбка клоуна" - плавное движение подушечками средних пальцев от середины бороды вверх к уголкам рта.

3. Самомассаж головы и шеи, тела

« Петух » выполняют упражнения для мышц шеи

Ах, красавец-петушок! (кивают головой в горизонтальной плоскости вправо – влево).

На макушке – гребешок,

А под клювом-то бородка (клевательные движения головой вперед-назад, подбородок движется параллельно полу)

Очень гордая походка: (идти по кругу, делая махи руками и поднимая голову – вдох, а опуская - выдох)

Лапы кверху поднимает,

Важно головой кивает.

Раньше всех петух встает, (наклоны головы вправо-влево)

Громко на заре поет:

- Кукареку! Хватит спать! (помахать руками, как крыльями, поднимая опуская голову).

Всем давно пора вставать!

«Чтобы не зевать от скуки»-(показ ежика)

Оздоровительный массаж всего тела: быстрые, частые хлопки в соответствии с текстом

Чтобы не зевать от скуки,

Постучим и тут, и там,

Встали и потерли руки,

И немного по бокам.

А потом ладошкой в лоб

Хлоп-хлоп-хлоп.

Не скучать и не лениться!

Перешли на поясницу.

Чуть нагнулись, ровно дышим,

Хлопаем как можно выше.

Щеки заскучали тоже?

Мы и их похлопать можем.

Ну-ка дружно, не зевать:

Раз-два-три-четыре-пять.

«Борода» Да-да-да - есть у деда борода. (Круговыми движениями массировать точки от середины груди к шее.) Де-де-де - есть седины в бороде (Большими пальцами мягко провести по шее сверху вниз.) Ду-ду-ду - расчеши бороду. (Массировать точку под крыльями носа вправо и влево.) Да-да-да - надоела борода. (Руки, сжав в кулаки, возвышениями больших

пальцев быстро крылья носа.) Ду-ду-ду - сбреем деду бороду. (Положить три пальца на лоб всей плоскостью и, мягко надавливая, массировать.) Ды-ды-ды - больше нет бороды (Раздвинув указательный и средний пальцы, положить их вперед и за ушами с силой растирать кожу)

« Гусь »-дети садятся на ковер и делают массаж пальцев

Где ладошка? Тут? Тут! (показывают правую ладошку).

На ладошке пруд? Пруд! (глядят левой ладонью правую).

Палец большой - (поочередно массируют каждый палец)

Это гусь молодой, (указательный - поймал),

Средний - гуся ощипал,

Безымянный - суп варил,

А мизинец-печь топил.

Полетел гусь в рот, (машут кистями, двумя ладонями),

А оттуда в живот (прикасаются ко рту, потом к животу)

Вот! (вытягивают ладошки вперед)

Самомассаж кистей рук «Мышка» Мышка маленькая в норке Тихо грызла хлеба корку. Сжимать пальцы в кулачки и разжимать их. Хрум!хрум!-что за шум? Поскрести ноготочками по коленочкам. Это мышка в норке Хлебные ест корки! Потереть ладони друг о друга.

Игра-соревнование с бумагой «У кого мельче шар?» Детям предлагают по команде смять руками из плотной бумаги как можно мельче шарик. Затем сравнить шары среди играющих , у кого меньше, тот и выиграл

Массаж тела «Черепашка» Шла купаться черепаха И кусала всех от страха: Кусь! Кусь! Кусь! Кусь! Никого я не боюсь! Дети выполняют лёгкие пощипывания пальцами: рук, ног, груди.

4.Самомассаж ушных раковин.

а) Оттянуть уши вперед, затем назад, медленно считая до 10. Начать упражнение с открытыми глазами, затем глаза закрыть. Повторить 7 раз.

"Я хороший"-расположить ладони обеих рук на области головы, ближе ко лбу, соединив пальцы в центре, провести ладонями по волосам, опускаясь вниз ,касаясь ушей, боковых поверхностей шеи.

«Часовой »-дети выполняют самомассаж ушей

На дальней границе (загнуть руками уши вперед)

И в холод, и в зной,

В зеленой фуражке

Стоит часовой.

На дальней границе (потянуть руками мочки ушей в стороны),

И ночью, и днем (вверх, вниз, опустить).

Он зорко, он зорко

Следит за врагом.

И если лазутчик (указательным пальцем помассировать слуховые отвороты)

Захочет пройти,

Его остановит

Солдат на пути!

5. Самомассаж тела: кистей рук;

Сжимают пальцы в кулак с загнутым внутрь большим пальцем. Делая выдох спокойно, не торопясь, сжимают кулак с усилием. Затем, ослабляя сжатие кулака, делают вдох. Повторить 5 раз. Выполнение с закрытыми глазами удваивает эффект. Упражнения по развитию мелкой моторики сочетаются с собственно речевыми упражнениями. Применяется **Су-Джок** терапия – стимуляция высокоактивных точек соответствия всем органам и системам, расположенных на кистях рук и стопах. На коррекционных занятиях происходит стимулирование активных точек, расположенных на пальцах рук при помощи различных приспособлений (шарики, массажные мячики, грецкие орехи, колючие валики). С помощью шаров – “ежиков” с колечками детям нравится массировать пальцы и ладошки, что оказывает благотворное влияние на весь организм.

Самомассаж «Ежик» Еж решил ежат учить, Как же надо лапки мыть. Мы не далеко сидели, Все движенья подглядели. Потереть ладошки друг о друг Лапку правую потрем, Потереть тыльную сторону правой ладони. А потом ее встряхнем. Встряхнуть ладонь. Вот и к левой лапке тоже Правой лапкой мы поможем. Потереть тыльную сторону левой ладони. Ушко левое свое Левою лапкой достаем, Правое не забываем. Растереть большим и указательным пальцами уши. Проведем по шерстке лапкой. Будет лобик чистый, гладкий. Руки козырьком – растереть лоб. Дальше глазки закрываем, Каждый гладим, умываем, Чистим носик осторожно.

6. Плантарный массаж (массаж стоп);

"Ходит ежик без дорожек"

По лесу, по лесу

И колючками своими колется, колется

А я ежику - ежу,

Ту тропинку покажу

Где катали мышки

Маленькие шишки.

«По таинственной дороге» - гимнастика для стоп

По таинственной дороге (ходьба на носках, сохраняя хорошую осанку)

Шли таинственные ноги.

По большой дороге (ходьба на месте, не отрывая носки от пола)

Зашагали наши ноги.

По пыльной дорожке (перекаты с носка на пятку, стоя на месте)

Шагали наши ножки.

А маленькие ножки (быстрая ходьба с высоким подниманием ног согнутых в коленях),

Бежали по дорожке.

На узенькой дорожке (ходьба со сведенными носками ног)

Устали наши ножки.

Усталые ножки (ходьба с перекатом с пятки на носок, держа туловище прямо и глядя вперед)

Шли по дорожке.

На камушек мы сели, (сидя на стуле, поднимать и опускать носки не отрывая пяток от пола)

Сели, посидели. ног,

Ножки отдыхают, (погладить мышцы ног и ступни)

Мышцы расслабляют.

3 этап - заключительный

После проведения коррекционной работы логопедического проекта с детьми среднего дошкольного возраста имеющими нарушения речи, повысилась речевая активность. Постепенно развивался артикуляционный праксис.- дети сумели в конце проекта выполнить артикуляционные динамические упражнения. Также развитие общей и мелкой моторики повысили интерес к коррекционным занятиям.

Поиски новых путей повышения результативности логопедической работы показали, что добиться положительного результата можно через организацию поэтапной работы с использованием здоровьесберегающих методов и приемов.

Информационное обеспечение:

1. Волошина Л.«Организация здоровьесберегающего пространства, Дошкольное воспитание, 2004г
2. Кудинова М.А. «Здоровьесберегающие технологии в системе коррекции речи дошкольников» - ж. Логопед, №2, 2010г.
3. Лопухина И.С. Логопедия – речь, ритм, движение. СПб.:«Дельта», 2003г
4. Мальгавко Н.В. «Здоровьесберегающие технологии в работе с детьми с ОНР» –(журнал Логопед, №1, 2012г.)
5. Терновская С.А., Теплякова Л.А. «Создание здоровьесберегающей образовательной среды в дошкольном образовательном учреждении».- Методист», 2010г
6. Бирюков А.А. Массаж. М.,1988.
7. Васичкин В.И. Техника массажа. Тюмень, 1992
8. Игнатова Л. В., Волик О. И., Кулакова В. Д., Холюкова Г. А. Программа укрепления здоровья детей в коррекционных группах Изд-во «Сфера», 2008г
9. Галанов А.С. Игры, которые лечат (для детей от 3 до5 лет). - М., 2005.- 94с.

Фотоотчет по проекту



Беседа с детьми о пользе самомассажа. Знакомство с названиями некоторых частей тела(кисть, ладонь, мочка, козелок и т.п)



Массаж пальцев рук прищепками : «Кусается больно котенок малыш»





Самомассаж: «Ежик»





«Черепашка», «утка и кот»





Выработка артикуляционных укладов





«Кулачки», массаж: «Карандашики»





«Щечки разминаем, чтобы разминались, губки разминаем, чтобы улыбались»

«Губки пожуем мы, шарики надуем. И губами вправо – лево потанцуем»

