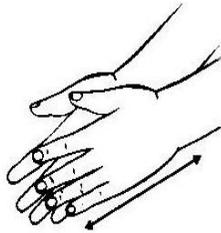


Цель самомассажа лица и шеи

Самомассаж лица и шеи готовит мышцы к артикуляционной гимнастике, вызывает прилив крови к ним, помогает ребенку лучше улавливать ощущения от этих мышц и управлять ими, делает мимику выразительнее.

Общие правила проведения самомассажа:

1. Перед занятием дети должны вымыть руки.
2. Движения сначала показываются отдельно и лишь после усвоения включаются в занятия в полном объеме
3. Массаж сопровождаем показом и одновременно произносим потешки, сопровождающие движения.
4. Под стихотворный текст ребенок повторяет движения несколько раз, причем ритм стиха задает ритм массажных движений.
5. Темп произнесения текста взрослым замедлен, чтобы ребенок успевал сделать самомассаж, а не обозначать его движения.
6. самомассаж желательно проводить 3 - 5 минут перед каждым занятием по артикуляционной гимнастике.



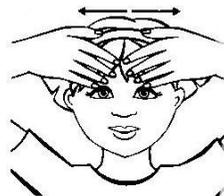
Ручки растираем и разогреваем (потереть ладошки, похлопать)
И лицо теплом своим мы умываем

(ладошками проводят по лицу сверху вниз)



оттягивание вниз)

И потом уходим пальцами на щеки.
Щечки разминаем, чтобы надувались.



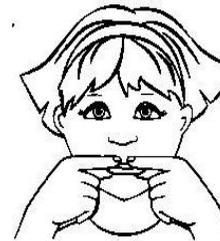
Грабелки сгребают все плохие мысли (граблеобразные движения от середины лба к вискам)



Губки разминаем, чтобы улыбались (разминаем губки: верхнюю и нижнюю)



Ушки растираем вверх и вниз мы быстро



Мы теперь утятки – клювики потянем (губы в трубочку)
Разомнем их мягко, не задев ногтями (большой и указательный пальчики разминают обе губы)



Их вперед сгибаем, тянем вниз за мочки (нагибание ушных раковин кпереди,



Уголками губ мы щеки поднимаем (пальчики по очереди поднимают уголки рта)



5 А потом от носа вниз к губам стекаем (спиралевидные движения по носогубной складке)



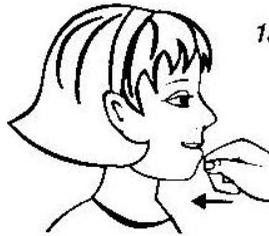
Губки пожуюм мы (покусат верхнюю и нижнюю губку) Шарики надуюм (раздувают щеки)



7 И губами вправо-влево потанцуем (пальчики двигают верхнюю и нижнюю губу в разные стороны)



1: Мы язык за губу заворачиваем (подвернуть язык под верхнюю губу) Кулачком по губе поколачиваем (постучать кулачком по верхней губе)



1: За другую губу заворачиваем (подвернуть язык под нижнюю губу) И другим кулачком поколачиваем (поколачиваем кулачком по нижней губе)



Тянем подбородок (разминаем подбородок с оттягиванием его вниз) И к ушам щипаем (пощипываем нижнюю челюсть) А потом по шейке Ручками стекаем (поглаживаем шейку всей ладошкой от ключицы к ключице)

Желаем успеха!

«Академия речевых наук» Советы логопеда

**Не циркач и не артист -
сам себе я массажист!**

Рекомендации по проведению

Самомассажа

