

«Проведение самомассажа лица ложками по методике Ольги Игоревны Крупенчук»

При расстройствах тонуса мышц у детей, самым действенным способом коррекционного воздействия является массаж. Так как массаж может делать даже не каждый специалист, для этого нужна специальная курсовая подготовка, то проведение самомассажа допускается в коррекционной работе. Для этого необходимо знать:

1.руки и инструменты, используемые для проведения самомассажа, должны быть чистые

2.движения проводятся:

-с небольшим надавливанием, но не травмирующим

-движения плавные, но ритмичные.

Обычно при проведении самомассажа используют стихотворную форму, она создаёт нужный ритмический рисунок.

Я хочу познакомить вас с новым направлением в практике коррекционного воздействия на тонус мышц – это самомассаж ложками по методике учителя-логопеда города Санкт-Петербурга – Ольги Игоревны Крупенчук.

Хотелось бы отметить, что массаж ложками сейчас активно применяют в косметологии, с целью омолаживающего эффекта. В коррекционной работе впервые его применила Ольга Игоревна.

По словам профессора Б. Р. Ярёмченко, массаж ускоряет обратное развитие речевого нарушения в 4—5 раз! Выполнять его можно как в непосредственно образовательной деятельности в игровой форме, так и дома с мамой. К самомассажу нет привыкания, но всегда есть польза.

Преимущества самомассажа 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.Ребёнок, делая самомассаж ложками, легко усваивает названия частей лица.

6.Разную температуру ложек можно использовать для расслабляющего или стимулирующего эффекта.

7.Массаж ложками — это хорошая профилактика отрицательной реакции на логопедический массаж.

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

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

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

Противопоказания к проведению массажа и самомассажа

• Не следует делать самомассаж с ребёнком, если у него острое инфекционное заболевание, 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.

Для проведения самомассажа кожи лица требуются 2 чайные ложки. У ложки есть две части:

-черенок

-черпачок (ямка, горка, боковые края, кончик)

Ложки должны быть из нержавеющей стали, с минимумом украшений и с гладкими краями.

Хочу остановиться на том, что применяя в своей работе данный самомассаж, вы должны знать:

-если мышцы у ребёнка гипотоничны, то для достижения большего эффекта можно опускать ложки в холодную воду;

-при гипертонусе мышц – необходимо ложки опускать в тёплую воду.

Самомассаж по методике Ольги Игоревны Крупенчук.

Чистыми руками берём две ложки за кончики черенков по ложке в каждую руку и под заданный ритм выполняем движения согласно стихотворному тексту.

			
<p>Лоб погладили мы нежно И расслабили прилежно</p> <p><i>(Поглаживание горками ложек вокруг лобных бугров.)</i></p>	<p>А потом очки надели И читали две недели</p> <p><i>(Поглаживание горками ложек вокруг глаз: начинаем от внутреннего угла бровей, ведём к наружному, далее — под глазом к его внутреннему углу.)</i></p>	<p>Как погладить щёки нам Не сдвигая кожу там</p> <p><i>(Круговое поглаживание горками ложек по щекам.)</i></p>	<p>Растереть свои височки, Надавлив в последней точке</p> <p><i>(Спиральное растирание горками ложек висков с фиксацией и лёгким нажатием в конце, движения.)</i></p>
			
<p>Покружиться меж бровей, Чтобы стало веселей,</p> <p><i>(Спиральное растирание пространства между бровями.)</i></p>	<p>Повернуть боками ложки, Вытирать со щёчек крошки.</p> <p><i>(Движение снизу вверх по щекам боковой поверхностью черпака.)</i></p>	<p>После складочки скребём (Скребущее движение по носогубным складкам кончиками ложек.) Нажимаем их потом. (Неглубокие, но частые нажатия кончиками ложек по всей длине носогубных складок.)</p>	<p>Поскребём по губкам тоже</p> <p><i>(Скребущее движение по верхней губе кончиками ложек.)</i></p>
			
<p>Забывать о них негоже.</p> <p><i>(Скребущее движение по нижней губе кончиками ложек.)</i></p>	<p>И нажмём концами ложек, Как нажать их мог бы ёжик.</p> <p><i>(Неглубокие, но частые нажатия кончиками ложек по всей длине губ.)</i></p>	<p>И у мышц жевательных Покружить желателью.</p> <p><i>(Круговое разминание горками ложек жевательных мышц.)</i></p>	<p>И у подбородка Круг рисуем чётко.</p> <p><i>(Круговое разминание горкой ложки подбородочных мышц.)</i></p>
			
<p>Гладим личико. Опять начинаем разминать</p> <p><i>(Поглаживание горками ложек пространства между бровями, далее вокруг лобных бугров, затем через виски к жевательным мышцам.)</i></p>	<p>Покатаем по бровям Детскую лошадкой,</p> <p><i>(Симметричное прокатывание черпачков от кончика ложки к черенку по линии бровей.)</i></p>	<p>И покатымся к губам По носогубной складке.</p> <p><i>(Симметричное прокатывание черпачков от кончика ложки к черенку по линиям носогубных складок.)</i></p>	