



ЛОГОПЕДИЧЕСКИЙ МАССАЖ

Полезьа логомассажа

Благодаря выполнению логопедического массажа в организме происходит ряд изменений:

- нормализация гипо- или гипертонуса мышц в мимической и артикуляционной мускулатуре;
- уменьшение патологических произвольных мышечных движений;
- активизация и увеличение силы сократительной способности мышц аппарата речи;
- улучшение качеств артикуляции, в том числе четкости, объема, скорости;
- восприятие движений речеобразующих органов.

А в итоге массаж речевых зон лица приносит следующую пользу:

- благотворно влияет на нервную систему и общее состояние организма;
- стимулирует лимфо- и кровообращение, регулирует тканевые процессы обмена, способствует насыщению крови кислородом и улучшению клеточного питания;
- увеличивает эластичность мышц и силу их сокращений, помогает их восстановлению после нагрузок, повышает работоспособность;
- снижает тонус при спазмах и поднимает его при слабости органов артикуляции, задействует малоподвижные мышечные участки; формирует координацию движений органов речи, стимулирует их восприятие; увеличивает объем и диапазон движений;
- укрепляет мышцы и готовит артикуляционный аппарат к максимально быстрой постановке звуков.

Показания и противопоказания

Именно благодаря такому спектру действия этот метод активно применяется при дизартрии, дислалии, алалии, афазии, ринолалии, заикании, дефектах голоса, задержке речевого развития, а также во всех случаях, когда нарушен мышечный тонус аппарата речи.

Противопоказания тоже есть. Это общие инфекционные заболевания, болезни кожи, слизистой оболочки глаз, полости рта, увеличение лимфоузлов, а также негативная эмоциональная реакция ребенка на проведение процедуры.

Виды логопедического массажа

В современной логопедии используются различные технологии логопедического массажа:

- Классический, когда руками с помощью специальных приемов участки тела гладят, растирают, разминают, а также создают вибрацию.
- Точечный, при котором стимулируют или расслабляют биологически активные точки, его проведение требует специальных знаний и навыков.
- Аппаратный, который делают с использованием специальных приборов.
- Самомассаж, при котором массируют лицо руками или покусывают язык зубами.
- Зондовый логопедический массаж, когда с помощью зондов активизируют деятельность отдельных участков органов артикуляции.

Сила и длительность воздействия определяет, будет это расслабляющий или активизирующий массаж. Легкое нажатие и скользящее поглаживание снижают возбудимость. И наоборот, глубокие и энергичные прикосновения дают тонизирующий эффект.

Особенности логопедического массажа дома

Логопедический массаж ребенку можно делать как в клинике, так и дома, и это даже предпочтительнее, потому что домашняя обстановка и близкое окружение исключают беспокойство и волнение для малыша. Прежде всего родителям необходимо создать условия и соблюсти правила:

- Работайте в проветренном помещении.
- Используйте защитную маску и перчатки при массаже в ротовой полости.
- Тщательно вымойте инструменты и обдайте их кипятком.
- Обрабатывайте свои чистые руки спиртосодержащим раствором.
- Не выполняйте логомассаж сразу после еды и при неважном самочувствии малыша.
- Длительность сеансов увеличивайте постепенно.
- Ребенку следует находиться лежа на спине, под шею подложите валик. Также приемлемо положение полусидя, если оно обеспечит расслабление мышцам и свободу дыханию.
- Ободряющие слова и похвала по окончании процедуры создадут положительный настрой и желание продолжить занятия в следующий раз.

При выполнении массажа учитывайте возраст ребенка. Грудничкам, детям до 3 лет — 5-10 минут, дошкольникам — 15-20 минут, детям старше 7 лет — 20-30 минут. Периодичность 2-3 раза в неделю. Курс 10-15 сеансов.

Чтобы делать логопедический массаж для детей в домашних условиях, нужна консультация врача, который составит индивидуальный план занятий, назначит приемы воздействия и скоординирует вашу работу.

Логопедический массаж лица для детей

Выполняйте манипуляции последовательно, двигаясь сверху вниз. Не напрягайтесь. Помните — ваши руки исцеляют.

- 1** Лоб. Сначала используют поглаживания от середины лба к вискам, затем от бровей к волосам. После поглаживаний легкими движениями разминают лоб.
- 2** Щеки. Выполняются движения разминания, растягивания от уголков рта к вискам по щекам, от скул к нижней челюсти.
- 3** Нос. Крылья носа поглаживают, аккуратно растягивают, после чего применяют поглаживания от носа к углам рта.
- 4** Рот. Верхнюю, нижнюю губу поочередно поглаживают, растягивают в сторону уголков рта.
- 5** Подбородок. Поглаживания, разминания выполняют от середины рта к углам.
- 6** Шея. Выполняются поглаживающие, разминающие движения в области шеи.

Логопедический массаж ложками

Этот метод воздействия на речевые зоны является разновидностью массажа лица.

Приготовьте несколько чистых чайных ложек.

Обратите внимание на то, чтобы их поверхность была гладкой, во избежание травмирования нежной кожи ребенка.

Повторяйте каждое движение 6-8 раз.

- 1 Поглаживание ложками висков ребенка.
- 2 Поглаживание глазных впадин.
- 3 Поглаживание щек.
- 4 Растирание висков горками ложек.
- 5 Растирание участка между бровями горками ложек.
- 6 Растирание носогубного участка концом ложки.
- 7 Поглаживание верхней и нижней губы со слабым нажатием.
- 8 Разминание подбородка и скул.

Артикуляционный массаж языка для развития речи

Логопедический массаж языка дома проводится с использованием шпателя, зубной щетки, либо руками в медицинских перчатках. Понадобится стерильная салфетка, чтобы убрать слюну. При болевых ощущениях у ребенка процедуру прекращают.

- 1** Шпателем или указательным пальцем поглаживаются продольные языковые мышцы 9-10 раз.
- 2** Шпателем ритмично надавливают по всей длине 5-6 раз.
- 3** Указательным пальцем или зубной щеткой проводят поперечные поглаживания 5-6 раз.
- 4** Большим и указательным пальцем поглаживаются боковые мышцы языка.
- 5** Пальцами разминается вся площадь языка на протяжении 7-9 секунд.
- 6** Пальцами выполняются движения в виде растираний.
- 7** Пальцами аккуратно выполняются потряхивания кончика языка, после этого проводятся легкие и энергичные надавливания шпателем.
- 8** Пальцами выполняют легкие сжимания боковых мышц языка, удерживая по 1-2 секунды.
- 9** Пальцами выполняют легкие пощипывания языка, затем шпателем похлопывают по 10 секунд.

Пальчиковый логомассаж для развития речи

Массаж пальчиков не имеет противопоказаний и возрастных ограничений. Его можно выполнять и детям до года. Он воздействует на нервные окончания пальцев рук и таким образом активизирует речевые зоны головного мозга.

Массажеры, резиновые мячи с шипами усиливают эффект. Развивая мелкую моторику посредством массажа, вы способствуете развитию речи своего ребенка.

- 1** Прорабатываем мизинец от ногтя до основания, хорошо разминая каждый сустав. Делаем упражнение на обеих ручках.
- 2** Нажимаем на подушечки всех пальчиков по 3-10 раз. Сначала делаем легкие нажатия, затем усиливаем нажим и увеличиваем количество надавливаний.
- 3** Упражнение, похожее на сороку-белобоку. Массируем ладошку малыша указательным пальцем, совершая круговые движения.
- 4** Используем такие же круговые движения, но указательный палец ведем от края к центру ладони ребенка. Повторяем прием несколько раз.
- 5** Для этого упражнения надо взять кольцевой массажер. Надеваем его поочередно на каждый пальчик, начиная с мизинца.
- 6** Берем резиновый мячик с шипами или специальный деревянный массажер. Ведем по ладошке малыша от запястья к пальцам.

Самомассаж

Научите малыша движениям самомассажа. Выполняйте его вместе, играя. Он приведет в тонус мышцы лица и сделает лучистой улыбку.

Ручки разминаем, растираем, согреваем (сжимаем, разжимаем кулачки, потирание ладоней, хлопки).
И лицо ладошками нежно умываем (круговые движения в разные стороны вокруг глазниц руками по лицу).
Грабельки сгребают, все плохие мысли (граблеобразные движения пальцами от середины лба к вискам).
Ушки вниз подёргаем быстро, быстро, быстро (оттягивание ушных вниз).
Побежим от носа пальцами мы к ушкам (стучащими движениями перебегают от носа к ушам по массажным линиям)
Их вперед сгибаем, мягко растираем (сгибание ушных раковин и их растирание)
Гладим щёчки по дорожкам: вверх, вверх, вверх (гладят пальцами от носа, от уголков губ, от середины подбородка по массажным линиям вверх к вискам)
Вверх натягиваем бровки: вверх, вверх, вверх (пальцами натягиваем кожу лба от середины бровей к волосам вверх 3 раза)
А теперь погладим губки: раз, два, три (гладят губы от середины к сторонам)
А ещё помнём мы губки по-смо-три! (растирают губы от середины к сторонам)
Поцелуем мы друг друга: чмок, чмок, чмок (вытягивание обеих губ вперед, поцелуй).
Губки тянем влево-вправо (выполнять соответственно словам).
Хорошо! Ещё разок! (выполнять соответственно словам).
Губки бегают по кругу: раз, два, три! (круговые движения губами влево).
И в другую сторону: по-смо-три! (круговые движения губами вправо).
Губки мы погладим, пальцами скользя (гладят пальцами от середины губ до уголков рта).
Ведь они устали, им отдохнуть пора.
По дорожкам к носику мы пройдем (спиралевидные движения средних пальцев рук от крыльев носа к уголкам рта по носогубным складкам).
И от носа к ушкам мы дойдем (поглаживающее движение от крыльев носа к ушам).
Подбородок мы пощиплем, по дорожкам пробежим (пощипывание нижней челюсти от подбородка к ушам).
А теперь погладим шейку и тихонько посидим (Медленно гладят шею сверху - вниз)