


# **Комплексы массажных движений.**

## **Комплексы Дьяковой Е.А.**

# Методические указания к проведению активизирующего массажа.


1. Движения логопеда должны быть ритмичными.
2. Основными приёмами являются поглаживание, растирание, разминание, сильная вибрация.



3. Сила воздействия на массируемые ткани увеличивается постепенно.

4. На передней поверхности шеи энергичные воздействия противопоказаны, т.к. в этой области находится щитовидная железа.

5. Массаж не должен вызывать выраженных болезненных ощущений у массируемого.



6. Последовательность воздействия на массируемые области в процессе одного сеанса активизирующего массажа следующая:

- мимическая мускулатура;
- мышцы губ;
- мышцы языка;
- мышцы шеи и плечевого пояса.

## **Активизирующий массаж.**

### **Массаж плечевого пояса и шеи.**

Массажные движения производят в направлении снизу вверх, используя приёмы поглаживания и растирания. Разминание, вибрация и поколачивание этих отделов противопоказаны.

## Манипуляции.

1. Движение проводится одновременно или попеременно обеими руками.

Ладонь движется от ключицы либо от подмышечных впадин вверх по боковой поверхности шеи к углам нижней челюсти.

2. Движение начинается от области лопаток по заднебоковой поверхности шеи вверх к затылку.



# **Массаж лицевой мускулатуры.**

# Манипуляции.

1. Растирание спиралевидными движениями в направлении от средней линии лба к вискам.
2. Разминание (прерывистое надавливание) на области лобной и височной мышц.
3. Вибрация или перкуссия подушечками пальцев попеременно в быстром темпе.






# **Массаж в области щёк и подбородка.**


## **Манипуляции.**

1. Круговое и спиралевидное растирание щёк проводится тыльной поверхностью концевой и средней фаланг четырёх пальцев в направлении от края нижней челюсти к краю скуловой кости. То же движение можно осуществлять и подушечками пальцев.




2. Аналогичным образом круговое и спиралевидное растирание осуществляется от середины подбородка вверх к носу.

3. Круговое и спиралевидное растирание осуществляется вдоль жевательной мышцы сверху вниз.



4. Тыльной поверхностью средних фаланг пальцев сжатых в кулак производят потряхивание щёк как в продольном, так и в поперечном направлениях.

5. Производят пощипывания снизу вверх и от центра к периферии.




6. Захватывают в складку кожу щёк и мышцы, производят разминания в продольном, поперечном и круговом направлениях по ходу мышц.

7. Непрерывная перкуссия обеими руками по массажным линиям щёк от центра к периферии.

## **Массаж мышц губ.**

1. Ладонной поверхностью указательных пальцев производят спиралевидные растирания над верхней губой от углов рта к середине.
2. Аналогичные движения производят под нижней губой от углов рта к середине.



3. Большими пальцами обеих рук производят растирающие движения от середины области над верхней губой к углам рта и слегка вниз.

Затем указательными пальцами – от области под нижней губой к углам рта и слегка вверх.

Движения чередуются.

4. Растирают носогубные складки, двигаясь от углов рта к крыльям носа.

5. Большим и указательным пальцами захватывают в вертикальную складку верхнюю губу, сжимают её и перетирают.


Захват осуществляется:

- в центральной части губы;
- в области, которая находится между серединой и углом рта;

Область носогубных складок.

Аналогичным образом перетирается область под нижней губой.





6. Интенсивная перкуссия  
области вокруг губ.

# Массаж внутренней поверхности губ.

Активизирующий массаж мышц губ может осуществляться с захватом губы изнутри.


Для этого большой палец вводится под губу со стороны слизистой.

Указательный палец располагается сверху.

## Манипуляции.

1. Перетирающие движения, осуществляемые от одного угла рта к другому вдоль верхней, а затем нижней губы.

2. Спиралевидные движения, осуществляемые от одного угла рта к другому вдоль верхней, а затем нижней губы.



3. Перетирающие движения от основания носа к губе (по губному желобку), от крыльев носа по носогубным складкам к углам рта.

Аналогичным образом движения осуществляются по нижней губе.

4. Спиралевидное разминание области носогубной складки от крыльев носа к углам рта.

5. Указательные пальцы поместить на точки, находящиеся между серединой губы и углом рта с обеих сторон.

Производить движение, направленное к середине так, что верхняя губа собирается в вертикальную складку.

Аналогичные движения осуществляются на нижней губе.

Аналогичные движения осуществляются на верхней и нижней губах одновременно. При движении пальцев к середине - губы собираются в трубочку.

6. Указательные пальцы в том же исходном положении.

Движение направлено вверх, при этом поднимается верхняя губа, обнажаются верхние зубы.

Аналогично производится опускание нижней губы.

Аналогично производится поднимание верхней и опускание нижней губ.


7. Указательные и средние пальцы располагаются около углов рта и слегка растягивают губы, как при улыбке.

## **Массаж мышц языка. Активизирующий массаж.**

При проведении массажа необходимо выполнять ряд правил:

- движения при укрепляющем массаже активные, интенсивные и направлены от корня языка к кончику. Как правило, при сниженном тоне мышц языка снижен также и рвотный рефлекс, поэтому массажные движения активны даже в области корня языка;






- в основном используются приёмы разминания и перетирания;

- при сниженном тонусе, как правило, наблюдается гиперсаливация, поэтому перед выполнением массажа и в его процессе постоянное напоминание о том, что надо проглотить слюну.






Перед массажем мышц языка для воздействия на слюнные железы провести упражнение: перетирание и вибрацию точек, находящихся посередине между обоими углами нижней челюсти и подбородком. Подушечкой большого и среднего пальцев производят вращательные движения. Вначале они поверхностны, затем постепенно выполняются всё с большим надавливанием и снова поверхностны.

## Манипуляции.

1. Указательным + средним и большим пальцами (захватив язык сверху и снизу) производят перетирание в горизонтальном направлении (из стороны в сторону: от средней линии до боковой части языка и обратно).  
Движение осуществляется от корня языка к кончику, сначала на одной, а затем на другой половине языка.




2. При положении пальцев из предыдущего упражнения перетирают мышцы языка спиралевидными движениями.

3. При положении пальцев из предыдущего упражнения надавливающими движениями воздействуют на поперечные мышцы языка.

4. Указательный и большой пальцы находятся на боковых поверхностях языка.

Сжать язык с боковых поверхностей. Удерживать язык в сжатом положении 1-2 с, несколько переместить пальцы и повторить движение.

5. При положении пальцев из предыдущего упражнения осуществлять перетирающие движения, постепенно передвигаясь от корня к кончику языка.



6. Осуществлять пощипывающие движения по краю языка.

7. Похлопывание мышц языка шпателем (рифлёной поверхностью).

8. Вибрация шпателем, наложенным на кончик языка в течение 10-15 с.


## **Массаж мягкого нёба.**

Массаж направлен на активизацию тонуса мышц мягкого нёба.

Основным показанием для данного массажа является гиперназальный оттенок голоса.


Данные движения используются только при пониженном тонусе мышц мягкого нёба.

Массажные движения совершают большим или указательным пальцами либо зондами.



В послеоперационном периоде при ринолалии массирующие движения следует проводить только после разрешения врача, в двух направлениях:  
в продольном (по линии операционного шва)  
и поперечном (вдоль границы твёрдого и мягкого нёба).






Движения в начале курса  
послеоперационного массажа должны  
быть очень лёгкие, поглаживающие, и  
лишь постепенно следует переходить к  
растирающим и надавливающим  
движениям.




## Манипуляции.

1. Производят поглаживающие, растирающие и ввинчивающие движения в направлении от твёрдого нёба к увуле по всей поверхности мягкого нёба.



2. Производят поглаживающие и растирающие движения справа налево, захватывая язычно-нёбные дужки.

3. Надавливающие движения, совершаемые большим или указательным пальцами по всей поверхности мягкого нёба в продольном и поперечном направлениях.



4. Пациент произносит звук А или Э длительно. В это время производят растирающие спиралевидные движения в продольном и поперечном направлениях.

5. Пациент произносит звук А или Э отрывисто, на твёрдой атаке звука. В это время осуществляют толчковые движения большим пальцем в области мягкого нёба и нёбно-язычных дуг.


## **Массаж уздечки языка.**

В случае укорочения уздечки языка выполняют следующие манипуляции: одной рукой поднять кончик языка вверх, указательным и большим пальцами второй руки растягивающим движением скользить по уздечке языка снизу вверх и обратно.

# **Массаж слизистой оболочки дёсен и твёрдого нёба.**


В ряде случаев у детей кроме нарушений мышечного тонуса может наблюдаться слабость кинестетических ощущений.

В этих случаях с целью преодоления расстройств артикуляционного праксиса в комплекс массажа включают воздействия на слизистые оболочки дёсен и твёрдого нёба.




1. Большой палец располагают на внешней стороне верхней десны, а указательный – на внутренней (или наоборот).

Энергично нажимая на дёсны, производят движение справа налево и слева направо сначала по верхней десне, затем по нижней.




2. Большим или указательным  
пальцами энергично проводят по  
твёрдому нёбу,  
начиная от передних верхних зубов,  
по направлению к мягкому нёбу,  
до границы с мягким нёбом и обратно.



**Методические рекомендации  
к проведению  
дифференцированного массажа  
по Архиповой Е.Ф.**






1. Логопедический массаж является структурным компонентом индивидуального логопедического занятия.

2. Продолжительность массажа в структуре занятия 1,5 – 2 минуты.

3. Позы для проведения массажа:

- лёжа на спине, руки вдоль тела ладонями вниз, ноги лежат свободно, носки немного разведены;
- лёжа на боку в полуэмбриональной позе: колени согнуты, спина скруглена;
- сидя с обязательной опорой для ног и головы.

При проведении массажа не должно быть никаких телесных контактов логопеда с пациентом кроме контакта рук.




4. Если массаж выполняется на языке руками или зондами, то язык находится в полости рта, а не удерживается снаружи.

## 5. Расслабляющий массаж:

- на лице массажные движения осуществляются от периферии к центру: от висков к центру лба, к носу; от ушей к носу, к центру над верхней губой, к углам губ, к подбородку;
- на языке движения от кончика к корню, от краёв к центру;
- в начале массажного движения «ставим точку», затем поглаживание к центру лица, к корню языка, к центру языка.

## 6. Активизирующий массаж:

- на лице массажные движения осуществляются от центра к периферии:
  - от центра лба к вискам, от носа к вискам;
  - от носа к ушам, от центра над верхней губой к ушам, от углов губ к ушам, от подбородка к ушам;
- на языке движения от корня к кончику, от центра к краям;

- 
- массажные движения – растирание, разминание, вибрация, все движения выполняются с нажимом, в конце движения «ставим точку»;
  - все движения осуществляются по схеме: слабо – сильнее – сильно – слабее – слабо.



Спасибо за внимание!