

Муниципальное автономное дошкольное образовательное учреждение
детский сад комбинированного вида «Рябинушка»



Логопедический массаж



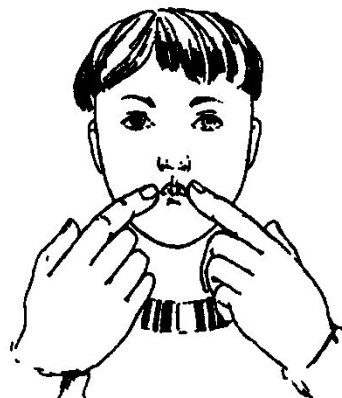
Учитель-логопед
Махмудова Зайнаб Абдурахмановна

Логопедический массаж — это метод активного механического воздействия, который изменяет состояние мышц, нервов, кровеносных сосудов и тканей периферического речевого аппарата. Многочисленные исследования показывают, что под воздействием массажа повышается эластичность мышечных волокон, объем, сила и сократительная функция, работоспособность мышц.

Логопедический массаж применяется в тех случаях, когда имеют место нарушения тонуса артикуляционных мышц. Изменяя состояние мышц периферического речевого аппарата, массаж в конечном счете опосредованно способствует улучшению произносительной стороны речи.

Массаж может проводиться на всех этапах коррекционно-логопедического воздействия, но особенно важно его использование на начальных этапах работы, когда у ребенка еще нет возможности выполнять определенные артикуляционные движения.

I. Массаж лица и органов артикуляции



1. Массаж мышц лица

Для массажа мышц лица используются «рубящие» и скользящие (имитация бритья) движения ребром указательного пальца, поглаживание, похлопывание ладонями и кончиками пальцев. Необходимо делать одинаковое количество движений, как по часовой стрелке, так и против часовой стрелки.

Упражнение № 1. Активизация мышц лица. Протрите каждую щеку по кругу по кругу варежкой из махровой ткани. Движения должны быть равномерными и энергичными, начинайте от крыльев носа, двигаясь вверх по направлению к вискам, а от висков - вниз.

Упражнение № 2. Похлопывание пальцами по лицу ребенка «Побежали пальчики». Пройдитесь быстрыми энергичными движениями по щекам и губам ребенка.

Упражнение № 3. Похлопывание ладонями по щекам ребенка. Основания кистей взрослого соединены под подбородком малыша, а его щеки охвачены ладонями. Хлопайте энергично, но не очень сильно.

1. Массаж мышц лица

Упражнение №4. Похлопывание указательным и средним пальцами по губам ребенка. При этом нужно произносить: «М-м-м-м...»

Упражнение №5. Игра «Звонок».

Произносится нараспев:

- «Стенка, стенка» (при этом надо похлопывать по щекам, как в упражнении №3),
- «Потолок» (прикоснуться ко лбу),
- «Две ступеньки» (указательным и средним пальцами похлопать по подбородку и верхней губе),
- «И - звонок: «Дзыынь!» (нажать указательным пальцем на кончик носа малыша).

Упражнение № 6. Скользящие (бреющие) движения боковой стороной указательного пальца от висков ко рту малыша.

Упражнение № 7. Рубящие движения ребром указательного пальца в направлении от висков ко рту.

Упражнение № 8. Закрывать рот малыша и придерживать нижнюю челюсть. Второй рукой провести от подбородка вниз по шее. Это учит сглатывать слюну.

2. Массаж ротовых мышц и языка ребенка

Используется массажная зубная щетка или палец взрослого, обернутый бинтом.

1. Прохлопать кончиками пальцев вокруг рта по часовой стрелке и против часовой стрелки.
2. То же самое проделать медленнее, останавливаясь и как бы «ввинчиваясь вглубь» при каждом прикосновении.
3. Помассировать верхнегубные мышцы малыша: похлопать кончиком или подушечкой указательного пальца от носа к верхней губе.
4. Погладить мышцы ребенка в направлении от носа к верхней губе. Движения выполняется ребром указательного пальца.
5. Несколько раз нажать пружинящими движениями указательного и большого пальцев на точки в уголках рта. Затем свести уголки губ, имитируя их положение при произнесении звука «У». Обязательно произносить при этом «У-у-у».
6. Поместить указательный палец под нижнюю губу и подбивать ее вверх до смыкания с верхней губой. Произносить при этом «Ба-ба-ба»

2. Массаж ротовых мышц и языка ребенка

7. «Пельменчики»: смыкать губы малыша движениями большого и указательного пальцев. Эти движения должны напоминать те, что совершаются при лепке пирожков или пельменей. Произносите при этом «М-м-м».
8. Специальную массажную щетку или палец, обернутый бинтом, поместить ребенку в рот, расположив с внутренней стороны щеки. Совершать вращательные движения, поднимая мышцы вверх. Обязательно выполнять движения и справа и слева.
9. «Перетирать» изнутри мышцы обеих щек. Указательный палец со щеткой или бинтом во рту малыша, большой палец снаружи.
10. Пальцем поднять кончик языка ребенка к альвеолам (бугоркам за верхними зубами), произнося при этом «Да-да-да», «Та-та-та».

Массаж языка можно делать специальной массажной или зубной щеткой, хлопая и поглаживая по центру языка от кончика к корню и обратно.

Окончание массажа. Закрывать малышу рот и указательным пальцем помочь удержать рот закрытым, помочь сглотнуть. Упражнения наращивайте постепенно.

II. ПРАВИЛА МАССАЖА



Логопедический массаж начинается с общего массажа лица, далее переходят к массажу губ и затем уже проводят манипуляции в полости рта ребенка. При этом надо иметь в виду, что далеко не все дети положительно реагируют на манипуляции во рту, так как зона рта очень чувствительна. Ребенок должен получать в процессе логопедического массажа только приятные ощущения. В противном случае нарастает тонус и гиперсензитивность оральной области. Неумелые активные действия могут привести к оживлению рефлекторной сферы, в частности, кусательного или рвотного рефлексов.

Проведение лицевого массажа способствует не только формированию мимических средств общения, но и развитию оральной сферы, что необходимо для нормального питания ребенка и последующего развития речи.

Массаж лица рекомендуется проводить ежедневно в течение трех минут. При этом учитываются общие требования к проведению массажа: обстановка должна быть комфортной и гигиеничной. Противопоказано проведение массажа при наличии кожных или соматических заболеваний.

В процессе проведения массажа необходимо активно общаться с ребенком, играть с ним, петь ему песенки, рассказывать сказки и стихи, можно сопровождать массаж спокойной музыкой.

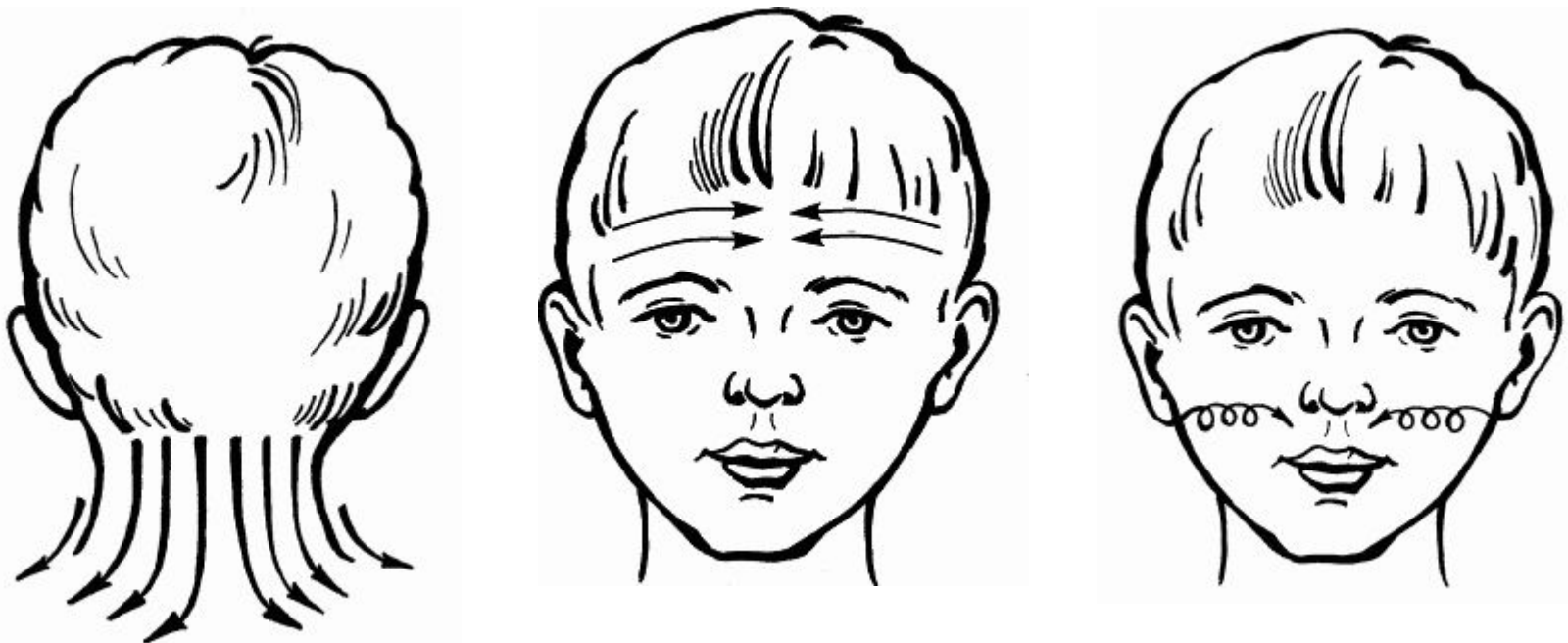
Среди массажных приемов наиболее приемлемы поглаживание и легкая вибрация, способствующие расслаблению мышц. При поглаживании массирующая рука скользит по коже, не сдвигая ее в складки. Вначале используется поверхностное поглаживание, затем более глубокое. Его можно производить ладонями, щипцеобразно сложенными пальцами или тыльной поверхностью согнутых под прямым углом в пястно-фаланговых суставах пальцев кистей.

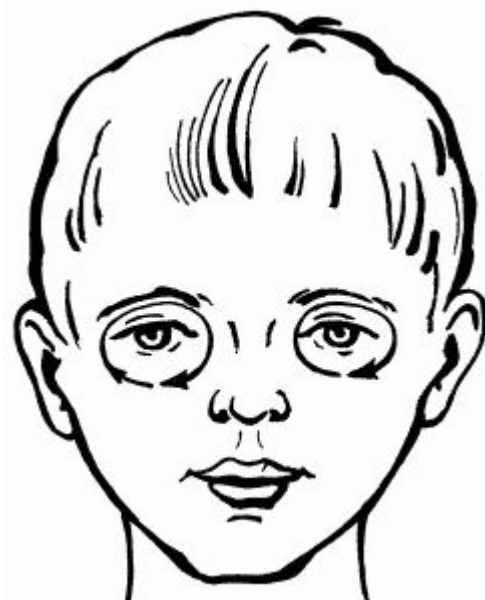
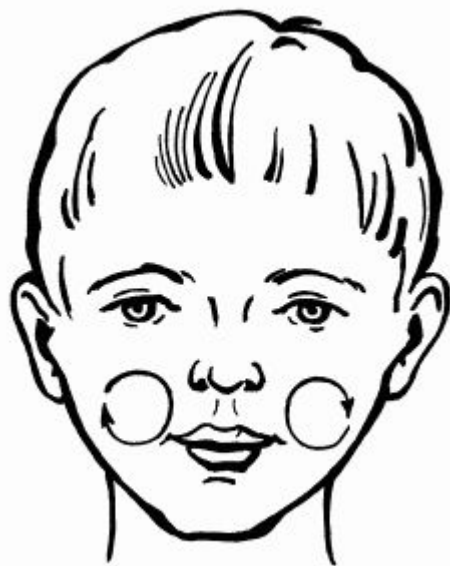
Непрерывная вибрация выполняется концевыми фалангами пальцев, которые кладут на кожу и производят ими сотрясение – движение, напоминающее просеивание муки через сито.

Массаж следует проводить при комнатной температуре чистыми теплыми руками, выполняя сначала поглаживание – по четыре движения в каждом направлении, далее – аналогично – непрерывную вибрацию и затем – снова поглаживание.

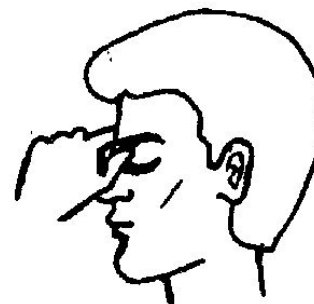
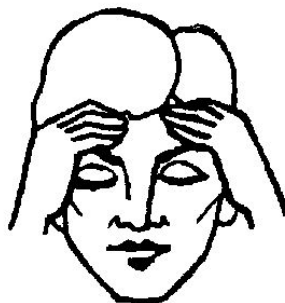
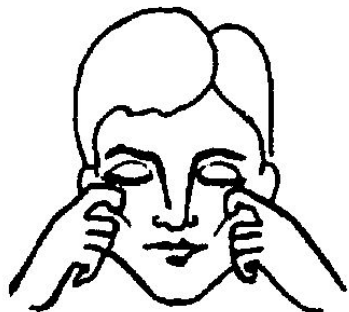
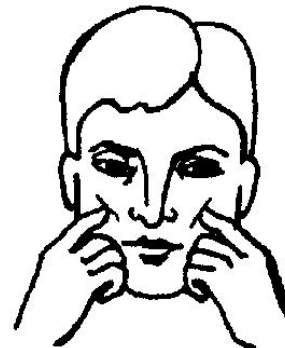
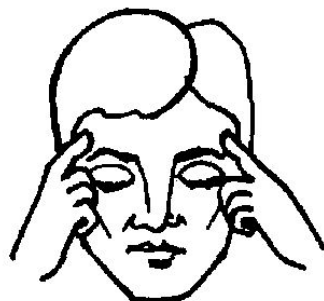
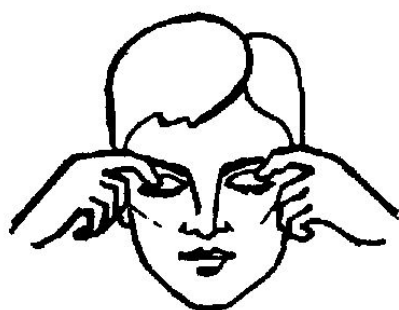
Правила массажа:

1. Массажные движения проводятся от центра к периферии.
2. Укрепление лицевой мускулатуры осуществляется путем поглаживания, разминания, растирания, вибрации.
3. После 4-5 легких движений сила нарастает, они становятся надавливающими, но не болезненными.
4. Движения повторяются 8-10 раз.





III. Укрепление лицевой мускулатуры:



1. поглаживание лба от середины к вискам;
2. поглаживание лба от бровей к волосам;
3. поглаживание бровей;
4. поглаживание по векам от внутренних к внешним углам глаз и в стороны;
5. поглаживание щек от носа к ушам и от подбородка к ушам;
6. сжимание подбородка ритмичными движениями;
7. разминание скуловой и щечных мышц (спиралевидные движения по скуловой и щечной мышцам);
8. перетирание щечной мышцы (указательный палец во рту, остальные снаружи);
9. пощипывание щек.

Во время массажа можно проговаривать стихи в такт движениям, например, такие:

*"Мама лобик деткам мыла,
Мама мыла лобик мылом.
Мама щечки деткам мыла,
Мама мыла щечки мылом.
Мама носик деткам мыла,
Мама мыла носик мылом.
Мама глазки деткам мыла,
Мама мыла глазки мылом.
Мама ротик деткам мыла,
Мама мыла ротик мылом.
Подбородок деткам мыла,
И его не позабыла."*

Вместо слова "деток" можно говорить дочка, сынок или имя ребенка.

Источники:

1. Приходько О.Г. "Логопедический массаж", СПб.: КАРО, 2008.
2. <http://kiev-mama.com.ua/blog/show/1259>