

Особенности и приемы логопедического массажа.

Лицо человека, в отличие от других частей тела, наиболее богато снабжено нервными окончаниями, кровеносными и лимфатическими сосудами. Это отражается на состоянии мышц лица, с помощью которых передаются тончайшие изменения эмоционального состояния человека. Именно выражение лица в первую очередь отражает настроение и самочувствие человека. Кожа лица особенно чувствительна к механическим воздействиям. Благодаря этому существует тончайшая обратная связь между состоянием мышц и нервов лица, возникающим под влиянием массажа, и самочувствием и настроением человека.

Массаж оказывает благоприятное физиологическое воздействие на организм. Под влиянием массажа в организме возникает ряд местных и общих реакций, в которых принимают участие все ткани, органы и системы.

Существенно изменяется под влиянием массажа состояние мышечной системы. В первую очередь повышаются эластичность мышечных волокон, сила и объем их сократительной функции, работоспособность мышц, восстанавливается их активность после

нагрузки. Дифференцированное применение различных приемов массажа позволяет понизить тонус при спастичности мышц и, напротив, повысить его при вялых парезах артикуляционной мускулатуры, помогает формированию и осуществлению активных произвольных, координированных движений органов артикуляции.

Функция мышц неразрывно связана с сухожильно-связочным аппаратом. Под влиянием массажа увеличивается подвижность и эластичность связочного аппарата.

Одним из видов массажа является логопедический массаж.

Логопедический массаж оказывает общее положительное воздействие на организм в целом, вызывает благоприятные изменения в нервной и мышечной системах, играющих основную роль в речедвигательном процессе. Детям со значительными речевыми расстройствами (алалия, дизартрия, дислалия, обусловленная укороченной подъязычной уздечкой и др.) для коррекции звукопроизношения недостаточно только артикуляционной и дыхательной гимнастики. Необходим логопедический массаж. Взяв за основу систему массажа я подготовила подробный материал, как для специалистов, педагогов, так и для родителей имеющих детей с тяжелыми нарушениями речи. Что значительно облегчит коррекцию звукопроизношения и позволит добиться определенных результатов. В настоящее время для коррекции речевых нарушений на своих занятиях использую различные виды логомассажа. Массаж артикуляционного аппарата и артикуляционные упражнения не только улучшают двигательную функцию отстающих систем мозга, но и вовлекают в работу близлежащие мозговые системы. Логопедический массаж — активный метод механического воздействия, который изменяет состояние мышц, нервов, кровеносных сосудов и тканей периферического речевого аппарата.

Логопедический массаж представляет собой одну из логопедических техник, способствующих нормализации произносительной стороны речи и эмоционального состояния лиц, страдающими речевыми нарушениями.

Противопоказаниями для проведения логопедического массажа являются инфекционные заболевания (в том числе ОРВИ, грипп), заболевания кожи, герпес на губе, стоматит, конъюнктивит. С большой осторожностью следует применять массаж у детей с эписиндромом (судорогами), особенно, если ребенок плачет, кричит, вырывается из рук, у него «синееет» носогубный «треугольник» или отмечается тремор подбородка. Логомассаж проводится в теплом, хорошо проветренном помещении. Начальная длительность первых сеансов составляет от 1-2 до 5-6 минут, а конечная — от 15 до 20 минут. В раннем возрасте массаж не должен превышать 10 минут, в младшем дошкольном — 15 минут, в старшем дошкольном и школьном возрасте — 25 минут.

Основные приемы ручного классического массажа это: поглаживание, растирание, разминание и вибрация. Для выполнения данных приемов при массаже языка логопеды часто используют зубные щетки с мягкой щетиной, шпатели, соски и др. Точечный массаж – разновидность лечебного массажа, когда локально воздействуют расслабляющим или стимулирующим способом на биологически активные точки (зоны) соответственно показаниям при заболевании или нарушении функции. Он дает возможность целенаправленно воздействовать на пораженные участки артикуляционных органов, активизируя и восстанавливая их деятельность. Нормализация звукопроизношения проходит быстрее.

Самомассаж.

Определение массажа вытекает из его названия. Массаж ребенок делает себе сам. Это может быть как массаж лица руками, так и, например, массаж языка с помощью зубов (артикуляционной упражнение “Причешем язычок”, когда ребенок с силой проталкивает язык через сомкнутые зубы). Расслабляющий массаж артикуляционной мускулатуры применяется в случае повышения тонуса (спастичности) в речевых мышцах (в лицевой, губной, язычной мускулатуре). Перед началом расслабляющего массажа артикуляционной мускулатуры, особенно в случае значительного повышения мышечного тонуса верхнего плечевого пояса и шеи, необходимо добиться расслабления этих мышц. Положение ребенка на спине или полусидя, голова несколько свешивается назад:

а) одной рукой поддерживать шею ребенка сзади, другой производить круговые движения головой сначала по часовой, затем против часовой стрелки. Логопедический массаж оказывает общее положительное воздействие на организм в целом, вызывая благоприятные изменения в нервной и мышечных системах, играющих основную роль в речеводвигательном процессе. У детей с речевыми нарушениями, получающих логопедический массаж, наблюдается: Нормализация мышечного тонуса общей, мимической и артикуляционной мускулатуры, Уменьшение проявления парезов и параличей мышц артикуляционного аппарата.

б) медленными, плавными движениями поворачиваем голову ребенка в одну и в другую сторону, покачиваем вперед (3-5 раз).

Расслабление шейной мускулатуры вызывает некоторое расслабление корня языка. Расслабление оральной мускулатуры достигается легким поглаживанием, похлопыванием мышц лица, губ, шеи, языка. Движения проводятся двумя руками в направлении от периферии к центру. Движения должны быть легкими, скользящими, слегка прижимающими, но не растягивающими кожу. Каждое движение повторяется 5-8 раз.

Расслабление лицевой мускулатуры:

- поглаживание от середины лба к вискам;
- поглаживание от бровей к волосистой части головы;
- поглаживание от линии лба вокруг глаз;
- поглаживание бровей от переносицы в стороны до края волос, продолжая линию бровей;
- поглаживание от линии лба вниз через все лицо по щекам, подбородку и шее;
- поглаживание от нижнего края ушной раковины (от мочек уха) по щекам к крыльям носа;
- легкие пощипывающие движения по краю нижней челюсти;
- надавливающий массаж лица от корней волос вниз. Расслабление губной мускулатуры:

- поглаживание верхней губы от углов рта к центру;
- поглаживание нижней губы от углов рта к центру;
- поглаживание верхней губы (движение сверху вниз);
- поглаживание нижней губы (движение снизу вверх);
- поглаживание носогубных складок от крыльев носа к углам губ;
- точечный массаж губ (легкие вращательные движения по часовой стрелке);
- легкое постукивание губ пальцами.

Стимулирующий массаж артикуляционной мускулатуры осуществляется при гипотонии мышц с целью укрепления мышечного тонуса. Приемы: Энергичные и быстрые движения. Массажные движения проводятся от центра к периферии. Укрепление лицевой мускулатуры осуществляется путем поглаживания, растирания, разминания, пощипывания, вибрации. После 4-5 легких движений сила их нарастает. Они становятся надавливающими, но не болезненными. Движения повторяются 8-10 раз.

Массаж язычной мускулатуры.

Массаж десен начинается с движений в горизонтальном направлении на одной стороне десны. Это усиливает слюнотечение, поэтому после 2-4 ослабляющих движений ребенку надо дать возможность проглотить слюну. Затем аналогично проводится массаж с другой стороны десны. Далее десны массируются вертикальными движениями. Небо массируется пальцем по средней линии, начиная спереди с легкого приподнимания мягкого неба. Это движение повторяется 10-15 раз. Во время массажа ребенок может произносить гласные А и Э. Язык массируется в направлении спереди назад

до зоны проявления рвотного рефлекса. При этом проводится поглаживание, легкое похлопывание, вибрация в течение 15 секунд.

Массаж для расслабления мышц языка:

- точечный массаж в области подчелюстной ямки, который проводят в течение 15 секунд, вибрирующие движения указательным пальцем под нижней челюстью;
- вибрация двумя указательными пальцами обеих рук под углами челюсти (15 секунд). Движения используются прямые, спиралевидные, кругообразные, язык при этом держать пальцами одной руки, а пальцами другой выполнять массажные движения. Они должны быть направлены:
- от середины языка к его кончику и обратно.
- от центра языка влево и вправо («ёлочка»),
- от левого края языка до правого и наоборот (поперек языка),
- перекачивание пальца по языку в разных направлениях,
- пощипывание и растягивание краев языка.
- поглаживание языка от подъязычной уздечки к кончику языка и обратно.

Логопедический массаж язычной мускулатуры с речевым сопровождением:

потешки, скороговорки, стихотворения. Движения пальцев имитируют происходящие в стихотворении события, действия. Это отвлекает ребенка от возможных неприятных ощущений.

«**Дождик**»: точечные постукивания указательным пальцем по краям языка по часовой стрелке, затем против нее. Дождик, дождик, веселей, капай, капай, не жале! Только нас не замочи! Зря в окошко не стучи — брызни в поле пуще: станет травка гуще. «**Дорога**»: большим и указательным пальцами одной руки придерживать кончик языка, большим и указательным пальцами второй руки скользить вверх-вниз по боковым краям языка. От города дорога в гору, а из города — с горы. Из деревни дорога с горы, а в деревню — в гору.

«**Ноги и ножки**»: точечные нажатия указательным пальцем (слегка вибрирующие) на язык от корня языка к кончику, затем от кончика к корню. Большие ноги шли по дороге: топ, топ, топ, топ, топ, топ. Маленькие ножки бежали по дорожке: топ, топ, топ, топ, топ, топ.

«**Дрова**»: горизонтально лежащим указательным пальцем выполнять поперечные рубяще-похлопывающие движения. На дворе — трава, на траве — дрова: раз дрова, два дрова, три дрова. Не руби дрова - на траве двора!

«**Волк**»: язык приподнят на верхнюю губу. Большими пальцами рук массировать (разминать, надавливать) подъязычную область. Хлещет, хлещет дождь. Скрылся волк под хвощ. Хвост под хвощом, а сам под дождем.

«**Щенок**»: перетирать боковые края языка продольно между указательным и большим пальцами одной руки. Щеткой чищу я щенка. Щекочу ему бока.

«**Мыло**»: перетирать язык между большим и указательным пальцами — круговые движения. Милая Мила мылилась мылом. Намылилась, смыла — так мылилась Мила.

«Болтунья»: выполнять спиралевидные движения указательным пальцем из середины языка к краям по часовой стрелке, затем против нее; далее те же движения от края языка к его середине в разных направлениях. Маленькая болтунья молоко болтала, болтала, болтала, болтала, да не выболтала.

«Баран»: большими и указательными пальцами рук держать передний край языка. Выполнять повороты (выкручивание) языка влево — вправо. У барана рога скручены — перекручены, вверчены — переверчены.

«Гармошка»: указательными и большими пальцами рук держать боковые края языка. Растягивать (распластывать) язык одновременно в разные стороны, затем сжимать к середине — имитация игры на гармошке. Веселый Парамошка играет на гармошке.

«Оса»: надавливать указательным пальцем на середину языка 8 — 10 раз. Ужа оса ужалила. Ежу ужасно жаль его.

«Змея»: выполнять змеевидные движения указательным пальцем от корня языка к его кончику, затем от кончика к корню. Змея ползет по травке, змея везет подарки: змеенку и змеючке зелененькие брючки.

«Барабан»: выполнять продольные похлопывающие движения горизонтально лежащими указательными пальцами. Обрадован баран — у барана барабан, и баран в барабан барабанит, барабанит баран в барабан. И баран гремел, стучал — вдруг порвался барабан!

«Молния»: двигать указательным пальцем из стороны в сторону продольно и зигзагообразно от корня языка к кончику, и наоборот, от кончика языка к корню. Ярко молнии сверкают, тучи стрелы посылают. Небо светится огнем, искры сыплются дождем.

Логопедический массаж в домашних условиях

Прежде чем делать ребенку логопедический массаж дома, вы должны проконсультироваться с логопедом. Профессиональный логопедический массаж включает обработку языка, которая выполняется с помощью специальных зондов. Этими приспособлениями легко поранить нежные слизистые полости рта. Лучше всего в домашних условиях пользоваться шпателем или зубной щеткой.

Рекомендуется дома выполнять массаж шеи, плечевого пояса, артикулярных мышц в комплексе с рекомендованными логопедом упражнениями. Вы должны четко знать, какой именно массаж надо выполнять — расслабляющий мышцы или тонизирующий. Обо всех изменениях следует сообщать логопеду.

Желаю вам успехов!!!

Учитель- логопед: Болтовская Т.С.