**ПРАКТИЧЕСКОЕ ЗАНЯТИЕ**

 **с воспитанником группы компенсирующей направленности**

**«Использование логопедического массажа**

**при тяжелых речевых нарушениях»**

**Дата проведения:** 7 ноября 2019 года

**Время проведения:** 11.15-12.00.

**Место проведения:** МДОУ «Детский сад «Аленшка» г.Строитель Яковлевского городского округа, группа №5.

**Целевая аудитория:** учителя-логопеды системы дошкольного образования Белгородской области.

**Цель:** знакомство с коррекционно-развивающими технологиями в работе учителя-логопеда; повышение педагогической компетентности.

Уважаемые коллеги!

В логопедической практике могут быть использованы несколько видов массажа. Основным является дифференцированный (укрепляющий или расслабляющий) массаж, основанный на приемах классического массажа. Кроме этого, в логопедической практике используются массаж биологически активных точек (БАТ), массаж с применением специальных приспособлений (логопедического зонда, шпателя, вибромассажера и т.п.), а также элементы самомассажа.

*Противопоказания к назначению массажа*

Противопоказаниями для проведения массажа являются любое соматическое или инфекционное заболевание в остром периоде, конъюнктивиты, острые и хронические заболевания кожных покровов, гингивиты, стоматиты, наличие герпеса на губах или другие инфекции полости рта, наличие увеличенных лимфатических желёз, резко выраженная пульсация сонных артерий. Перед проведением курса массажа необходимо получить заключение невропатолога и педиатра об отсутствии противопоказаний.

*Общие рекомендации к проведению массажа*

Логопедический массаж проводится в чистом, уютном, теплом и хорошо проветренном помещении. В среднем может быть достаточно двух-трех процедур в неделю, проводимых подряд или через день. Обычно массаж проводят циклом по 10-20 процедур. Эти циклы можно повторять с перерывом от двух недель до двух месяцев. При выраженных нарушениях тонуса мышц массаж может проводиться в течение года и более.

Длительность одной процедуры может варьироваться в зависимости от степени поражения, возраста пациента и т.п.

Начальная длительность процедуры обычно составляет 5 - 7 мин, а конечная — 20-25 мин. Перед тем как начать курс массажа, логопед должен объяснить родителям его необходимость и эффективность. Во время массажа ребенок не должен испытывать боли. Однако надо иметь в виду, что массаж языка и мышц полости рта может быть связан с неприятными ощущениями, особенно у детей. В целях психотерапии можно показать выполнение массажа на другом ребенке, уже прошедшем эту процедуру, а также развлечь ребенка яркой игрушкой или занимательной историей. Если ребенок излишне расторможен или негативно настроен, первые процедуры должны быть очень короткими и ограничиваться только поглаживанием кончика языка, губ, верхней и нижней челюстей. Никогда не следует начинать массаж с наиболее пораженного участка, к этому месту надо подходить исподволь. Как показывает практика, неприятные ощущения быстро проходят, и дети постепенно привыкают к процедуре. В любом случае они должны чувствовать ласковое, доброе отношение со стороны логопеда. Это, как правило, является решающим фактором при установлении контакта с ребенком.

*Подготовка к массажу:*

Для проведения массажа логопед должен иметь следующие материалы: 1) медицинский спирт (для дезинфицирования зондов, шпателей и т.п.),

2) стерильные салфетки 30 х 30 см (для обследования состояния тонуса мышц артикуляционного аппарата),

3) защитную маску (применение ее желательно во избежание попадания капельной инфекции).

4) стерильные медицинские резиновые перчатки (могут использоваться при проведении массажа в полости рта),

5) нашатырный спирт и 3-процентная перекись водорода (могут использоваться при необходимости оказать неотложную помощь),

Кожа массируемого должна быть чистой, руки логопеда — чистыми и теплыми, без ссадин и царапин или каких-либо очагов воспаления, с коротко остриженными ногтями, без украшений, мешающих проведению массажа.

Перед массажем лица или шеи руки можно слегка смазать детским маслом или использовать детскую присыпку.

При массаже мышц полости рта рекомендуется применять стерильные медицинские резиновые перчатки или стерильные салфетки.

*Положения тела при массаже*

Перед началом процедуры ребенок должен принять правильную позу — позу покоя. Принятие правильной позы способствует расслаблению мышц, делает свободным дыхание, а также обеспечивает удобную позу логопеда при проведении массажа. Оптимальны следующие положения тела при логопедическом массаже:

1. Массируемый лежит на спине, руки вытянуты вдоль тела, ноги лежат свободно, носки несколько разведены. Под головой — небольшая плоская подушка, которая доходит до верхнего края лопаток. Логопед занимает положение за головой пациента.

 2. Поза — полусидя в кресле с высоким подголовником. Логопед занимает положение за головой пациента.

ОСНОВНЫЕ ПРИЕМЫ МАССАЖА

1. Поглаживание: поверхностное; глубокое обхватывающее; граблеобразное. 2. Растирание. 3. Разминание. 4. Вибрация и поколачивание. 5. Плотное нажатие. 1. Поглаживание. Это обязательный прием, с которого начинается каждая процедура. Его чередуют с другими приемами и им заканчивают каждый массажный комплекс. Значение приема заключается в следующем: при поглаживании усиливается кровообращение в поверхностно расположенных сосудах, снижается мышечный тонус, регулируется дыхание.

В логопедическом массаже применяются в основном три приема поглаживания. Это поверхностное, глубокое обхватывающее и в виде вспомогательного приема граблеобразное поглаживание.

Поверхностное поглаживание. Это наиболее мягкий, щадящий прием, представляющий собой нежный вид поглаживания. Применяется для снижения тонуса мышц лицевой и артикуляционной мускулатуры. Техника выполнения: кисть (ладонь) как бы ласкающим движением скользит по поверхности кожи, слегка касаясь ее. Контакт руки с кожей должен быть мягким и нежным, массируемый едва ощущает это движение, его выполнение не должно вызывать кожно-сосудистой реакции в виде покраснения кожи. Поверхностное поглаживание необходимо выполнять медленно и ритмично.

Глубокое обхватывающее поглаживание. Это более интенсивный прием, применяемый для воздействия на рецепторы глубоко лежащих мышц и сосудов. Оказывает некоторое возбуждающее воздействие на центральную нервную систему. Техника выполнения: ладонь руки плотно и равномерно прилегает к массируемой части лица или шеи и скользит по поверхности в строгом соответствии со всеми их анатомическими контурами. Поглаживающее движение при этом должно быть непрерывным и медленным.

Граблеобразное поглаживание. Прием в основном используется при массаже волосистой части головы Техника выполнения: при выполнении этого движения пальцы широко разведены. Действие граблеобразного приема тем энергичнее, чем больше угол между производящими поглаживание пальцами и поверхностью массируемой части тела. Прием выполняется подушечками пальцев в продольном, поперечном, зигзагообразном и круговом направлениях.

2. Растирание. Этот прием проводится, как правило, на малых, ограниченных участках, в области отдельных мышечных групп. Выполняется с применением определенной силы давления на массируемую область, что вызывает смещение и некоторое растяжение массируемых тканей. При этом значительно усиливается кровообращение, улучшаются обменные процессы в тканях, повышается тонус мышц. Техника выполнения: растирание может выполняться подушечками указательного и среднего пальцев или одним большим пальцем, ребром ладони или всей ладонной поверхностью, а также тыльной поверхностью согнутых в кулак пальцев. Движение осуществляется в прямом и спиралевидном направлениях.

3. Разминание. Этот прием выполняется так же, как и растирание, в области отдельных мышечных групп. Разминание максимально активизирует работу мышц. Оно состоит в захватывании, сдвигании, оттягивании, сдавливании, сжимании, пощипывании и перетирании тканей. При разминании в наибольшей степени повышается тонус мышц, усиливается их сократительная функция. Этот прием является фактически пассивной гимнастикой для мышц, поэтому он применяется при функциональной недостаточности мышц и сниженном их тонусе. Техника выполнения: разминание выполняется подушечкой большого пальца, или большого и указательного, или большого и всех остальных пальцев. При сжимании и перетирании мышцы сдавливаются между подушечками большого и других пальцев.

Перетирающие движения пальцев осуществляются в различных направлениях: продольно, поперечно, полукружно и спиралевидно. Щипцеобразный прием разминания заключается в том, что массируемые ткани глубоко захватываются, слегка оттягиваются кверху и пропускаются между пальцами.

При пощипывании ткань захватывают поверхностно между большим и указательным пальцами и осуществляют пощипывающие движения.

 4. Вибрация и поколачивание. Вибрация изменяет внутритканевый обмен, улучшает трофику тканей. Сильная, жесткая вибрация повышает тонус мышц, а легкая, слабая — снижает их тонус.

 Поколачивание применяется на лице, особенно в местах выхода нервов, а также там, где мало жировой клетчатки (лоб, скуловые кости, нижняя челюсть). Техника выполнения: прием вибрации осуществляется одним, двумя или всеми пальцами, при этом тканям придаются колебательные движения различной частоты и амплитуды.

Поколачивание, или пунктирование, производится кончиками указательного и среднего пальцев, движение выглядит как интенсивное постукивание. Движения осуществляются одной рукой, двумя руками одновременно или попеременно.

5. Плотное нажатие. Как правило, этот прием, улучшающий кровообращение, лимфообращение, обменные процессы, используется в местах выхода пучков нервных окончаний. Это так называемые биологически активные точки. Плотным нажатием этих мест заканчивается, как правило, любое поглаживание.

Выбор приемов массажа зависит от состояния мышечного тонуса, двигательных возможностей и патологической симптоматики. При пониженном тонусе речевой мускулатуры используются следующие приемы: поглаживание, растирание, разминание, сильная вибрация, поколачивание.

При повышенном тонусе (спастическом состоянии мышц) используется в основном поглаживание и легкая вибрация. Изолированно отдельные приемы в практике массажа обычно не применяются, а используются, как правило, комплексы приемов. Массаж часто сочетается с приемами пассивной или активной гимнастики, самомассажем.

*Методические указания к проведению расслабляющего массажа*

1. Массаж проводится в медленном темпе.

2. Основными приемами являются поглаживание и легкая вибрация.

 3. Расслабляющий массаж должен вызывать у ребенка только приятные ощущения тепла и покоя.

4. Руки логопеда должны быть обязательно теплыми.

5. Расслаблению мышц способствует звучание тихой музыки с медленным, плавным ритмом или проговаривание логопедом, проводящим массаж, формул спокойствия аутогенной тренировки. Например: Успокаиваюсь. Отдыхаю. Дыхание ровное, спокойное, ритмичное. Ощущение спокойствия и расслабления. Глаза закрыты. Дышится легко и свободно. Все мышцы полностью расслаблены и приятно тяжелы. Не хочется двигаться. Мне хорошо и спокойно... Кроме этого целесообразно использовать формулы, направленные на локальное расслабление мышц речевого аппарата. Например: Грудь и плечи расслаблены. Мышцы шеи расслаблены. Нижняя челюсть вяло отвисает. Губы расслабленные, вялые, едва соприкасаются. Зубы разомкнуты. Язык расслабленный и тяжелый. Все мышцы лица расслаблены...

 6. Для усиления расслабляющего эффекта за несколько минут до массажа на лицо подростка или взрослого можно положить согревающий компресс. Это может быть махровое полотенце, намоченное в теплой воде (40— 45° С) и хорошо отжатое. Компресс кладется на 3 — 5 мин.

 7. Последовательность воздействия на массируемые области в процессе одного сеанса расслабляющего массажа может быть следующая: 1) мышцы шеи и плечевого пояса, 2) мимическая мускулатура, 3) мышцы губ, 4) мышцы языка.

 *Методические указания к проведению активизирующего массажа*

1. Этот вид массажа используется при пониженном мышечном тонусе. 2. Движения рук логопеда должны быть достаточно ритмичными.

3. Основным приемом является поглаживание, которое чередуется с растиранием, разминанием, сильной вибрацией.

4. Сила воздействия на массируемые ткани должна увеличиваться постепенно.

5. На передней поверхности шеи энергичные воздействия противопоказаны, так как в этой области находится щитовидная железа.

6. При правильном выполнении массажа дыхание ребенка равномерно. 7. Массаж не должен вызывать выраженных болезненных ощущений у массируемого.

 8. Последовательность воздействия на массируемые области в процессе одного сеанса укрепляющего массажа может быть следующая: 1) мимическая мускулатура, 2) мышцы губ, 3) мышцы языка, 4) мышцы шеи и плечевого пояса.

*МАССАЖ ПЛЕЧЕВОГО ПОЯСА И ШЕИ*

Расслабляющий массаж. Расслабление мышц плечевого пояса и шеи расширяет физиологические возможности дыхательного аппарата, при этом рефлекторно снижается тонус корня языка, что способствует активизации движений нижней челюсти. Массируемый должен быть обнажен до половины груди. При массаже ему следует принять положение 1 или 2. Рекомендуется проводить следующий комплекс массажных движений.

1. Медленно поглаживать переднюю часть шеи ладонями обеих рук (попеременно то правой, то левой рукой) сверху вниз по боковым областям горла. Движение начинается от края нижней челюсти к грудине (избегать надавливания на область щитовидной железы).

2. Медленно поглаживать боковую поверхность шеи попеременно то с правой, то с левой стороны. Поместить ладонь одной руки на боковую часть шеи так, чтобы большой палец находился у угла нижней челюсти. Ладонь движется сверху вниз до яремной ямки, а затем параллельно ключице по плечу либо вниз до подмышечной впадины. Этот массажный прием снимает тонус с грудино-ключично-сосцевидной мышцы. Для большего расслабления грудино-ключично-сосцевидной мышцы рекомендуется повернуть подбородок пациента вверх и в сторону массируемой мышцы.

 3. Положить обе руки на заднюю часть шеи, к затылку, руки скользят по задней и боковой частям шеи вниз по направлению к ключицам по плечу либо до подмышечной впадины. Этот массажный прием снимает тонус с трапециевидной мышцы.

Дополнительно к приемам массажа можно использовать пассивные и активные упражнения, которые также направлены на расслабление мышц шеи. 1. Ребенок лежит на спине, при этом голова вне опоры и несколько свешивается назад. Логопед одной рукой поддерживает голову ребенка сзади, другую помещает на лобно-теменную область, осуществляя: а) круговые движения головы ребенка по часовой, а затем против часовой стрелки; б) наклоны головы вперед—назад, вправо —влево.

 2. Эти же движения могут осуществляться в положении ребенка сидя. Ладонь правой руки логопед кладет на область темени, а ладонь левой располагает под подбородком и производит: а) круговые движения головы ребенка по часовой, а затем против часовой стрелки; б) наклоны головы ребенка вперед — назад, вправо — влево. Все движения должны быть медленными и плавными. 1. Голову «уронить» вперед — «уснули». 2. Голову слегка запрокинуть назад, из этого положения покачать ею вправо — влево, опустить вниз. 3. Голову опустить вперед, а затем «уронить».

*Активизирующий массаж.*

Массажные движения производят в направлении снизу - вверх, используя приемы поглаживания и растирания. Поколачивание, разминание и вибрация этих отделов противопоказаны. 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.

Для активизации и укрепления мышц рекомендуется массаж сочетать со следующими упражнениями. Ребенок сидит. Правая рука специалиста располагается на затылке. Ребенку предлагают отклонить голову назад, при этом рука взрослого оказывает сопротивление, противодействие этому движению. Упражнение избирательно активизирует затылочные мышцы.

***МАССАЖ ЛИЦЕВОЙ МУСКУЛАТУРЫ***

Массаж лица рекомендуется проводить двумя руками. Движения должны быть симметричны и ритмичны. Массаж в области лица может проводиться всеми пальцами сразу (кроме большого, поскольку он играет роль опоры), либо подушечкой большого или среднего пальца, либо двумя пальцами — средним и безымянным. Массажные линии на лице имеют вполне определенные направления: от середины лба к виску, от внутреннего угла глаза по верхнему веку и в обратном направлении по нижнему, от корня носа к височной области, от угла рта к козелку ушной раковины.

*Массаж в области лба*

Массаж оказывает воздействие на лобную и височную мышцы. Расслабляющий массаж. 1. Поглаживающие движения ладонной поверхностью всех пальцев (кроме большого) в направлении: а) от середины лба к височным областям. На висках проводят круговые поглаживания в виде спирали; от середины лба к козелку ушной раковины, заканчивая легким нажатием. 2. Поглаживание в направлении снизу - вверх, от надбровных дуг к волосистой части головы. Движения проводятся попеременно ладонной поверхностью всех пальцев правой и левой рук либо одновременно подушечками 2—4-го пальцев обеих рук.

*Массаж в области глаз*

Массаж оказывает воздействие на круговую мышцу глаза и мышцу, сморщивающую бровь. Массаж проводят при закрытых глазах. Массажные движения в области глазниц должны быть очень нежными, проводятся без большого нажима и сдвигания кожи. 1. Поглаживание подушечками средних пальцев обеих рук. Движение от височной ямки по нижнему краю глаза к внутреннему углу глаза; затем вверх до брови и далее поглаживание ведется указательным и средним пальцами по брови к виску; при этом средний палец ложится под бровью, а указательный — над бровью

*Активизирующий массаж.*

1. Растирание, т.е. полукружные или спиралевидные движения в направлении от средней линии лба к вискам
2. . 2. Разминание, т. е. сжатие складки кожи двумя пальцами — большим и указательным, или прерывистое надавливание.
3. 3. Прерывистая вибрация, или пунктирование (постукивание), подушечками указательного и среднего пальцев попеременно в быстром темпе

*Массаж в области глаз*

Массаж оказывает воздействие на круговую мышцу глаза и мышцу, сморщивающую бровь. Массаж проводят при закрытых глазах. Массажные движения в области глазниц должны быть очень нежными, проводятся без большого нажима и сдвигания кожи. 1. Поглаживание подушечками средних пальцев обеих рук. Движение от височной ямки по нижнему краю глаза к внутреннему углу глаза; затем вверх до брови и далее поглаживание ведется указательным и средним пальцами по брови к виску; при этом средний палец ложится под бровью, а указательный — над бровью2. Поглаживание круговых мышц глаз. Подушечками четвертых пальцев обеих рук одновременно производят поглаживание от виска по нижнему веку к внутреннему углу глаза. Затем плавно переходят на верхнее веко и поглаживают его очень легко, не нажимая на глазное яблоко.

*Массаж в области щек и подбородка*

Массаж оказывает воздействие на скуловые, щечную, жевательную, подбородочную мышцы, а также мышцы, изменяющие положение губ (мышца смеха, мышца, поднимающая угол рта; мышца, опускающая уголков рта; мышца, опускающая нижнюю губу).

Особенно важным является воздействие на жевательные, крыловидные и височные мышцы, так как от их состояния зависят качество движения нижней челюсти, положение рта в покое, функция жевания.

*Расслабляющий массаж.*

1. Указательные пальцы обеих рук располагаются под нижней губой, а остальные — под подбородком. Пальцы скользят от середины подбородка к височным впадинам, с фиксацией пальцев в углублениях у козелка и мочки уха. (Большие пальцы в движении не участвуют.)

2. Указательные пальцы обеих рук располагаются над верхней губой, средние — под нижней, а остальные — под подбородком. Движение осуществляется от середины губ к височным впадинам с фиксацией пальцев в углублениях у козелка и мочки уха

 3. Движение всеми пальцами (кроме большого) начинается от спинки носа, проходит через скуловую дугу к ушным раковинам с фиксацией пальцев в углублениях у козелка и мочки уха.

 4. Движение осуществляется тремя пальцами (указательный, средний, безымянный) обеих рук от средней линии лба вниз через височные впадины к середине подбородка

5. Движение осуществляется тремя пальцами (указательный, средний, безымянный) обеих рук. Движение начинается от середины подбородка в стороны к углам губ, а затем вверх по носогубным складкам, боковым поверхностям носа через переносицу к середине лба и по лбу к височным впадинам, а затем вниз через щеки к середине подбородка.

6. Легкое потряхивание щек осуществляется пальцами обеих рук.

*Активизирующий массаж.*

1. Круговое растирание в области щек проводится тыльной поверхностью концевой и средней фаланг четырех пальцев в направлении от края нижней челюсти к краю скуловой кости. То же движение можно осуществлять и подушечками 2 —4-го пальцев.

2. Аналогичным образом круговое растирание осуществляется от середины подбородка вверх к крыльям носа.

3. В области жевательной мышцы производят разминание спиралевидными движениями и круговое растирание.

4. Тыльной поверхностью средних фаланг, сжатых в кулак, производят потряхивание щек как в продольном, так и в поперечном направлении. Массажные движения 1—4 проводятся с использованием приема растирания спиралевидными движениями.

5. Захватывают в складку кожу щек между большим и указательным пальцами, легко сдавливают и отпускают, движение пощипывания.

6. Захватив кожу щек вместе с подкожными мышцами между большим и указательным пальцами, производят разминание в продольном, поперечном, круговом направлениях.

7. Поколачивание подушечками пальцев (кроме большого) производится непрерывно обеими руками по массажным линиям.

Для активизации мышц дополнительно к основным приемам массажа можно использовать массажер с функцией вибрации. Движения с использованием массажера осуществляются в тех же направлениях. В качестве дополнительных средств воздействия можно также использовать шпатели с ребристой поверхностью (или ручку зубной щетки с рифленой поверхностью). Ими осуществляются постукивания в области щек или движения с небольшим нажимом в направлении от уха к углу рта.

*Массаж внутренней поверхности щеки*

Массаж жевательных, щечных и скуловых, а особенно крыловидных мышц может проводиться при положении пальцев логопеда внутри полости рта ребенка. При массаже левой щеки логопед помещает большой палец правой руки в рот, остальные пальцы остаются снаружи. Массажные движения осуществляются большим пальцем по внутренней, а остальными пальцами — по наружной поверхности щеки. При массаже правой щеки в ротовую полость вводятся указательный и средний пальцы, большой палец находится на наружной поверхности щеки, осуществляя основные массажные движения.

Массаж внутренней поверхности щеки может проводиться при различном положении рта: открытом и широко открытом — и при сомкнутых челюстях.

В качестве основных приемов используются растирание и разминание. 1. Круговые движения по щеке от периферии к центру и наоборот. 2. Спиралевидное растирание и разминание подушечками пальцев по кругу. 3. Разминание круговыми движениями и перетирание в области жевательной мышцы. 4. Растирающие движения от скуловой кости вниз к углу рта. Все пальцы при этом, кроме большого, располагаются у края скуловой кости. Большой палец — с внутренней стороны щеки. 5. Растирающие спиралевидные движения. Все пальцы, кроме большого, располагаются в области козелка и мочки уха, постепенно направляясь к углу рта. 6. Спиралевидное растирание области височно-нижнечелюстного (скулового) сустава. В положении открытого рта найти «ямку» у мочки уха. Массировать область «ямки» указательным и средним пальцами. Большой палец служит в качестве опоры с внутренней стороны щекислегка наклонить голову ребенка вперед, что приводит к непроизвольному закрыванию рта; запрокинуть голову назад, что вызывает приоткрывание рта.

При этом логопед может своей рукой, прикоснувшись к области подбородка, помочь в осуществлении этих движений. К активному движению открывания рта можно перейти, используя непроизвольное «зевание», которое вызывается по подражанию, а затем имитируется по словесной инструкции.

*Массаж мышц губ*

Массаж оказывает воздействие на круговую мышцу рта, а также мышцы, изменяющие положение рта: мышцу смеха; мышцу, поднимающую угол рта; мышцу, опускающую угол рта; мышцу, опускающую нижнюю губу.

*Расслабляющий массаж.*

1. Ладонной поверхностью указательных пальцев производят поглаживающие движения по верхней губе от углов рта к середине.

2. Такие же движения производят по нижней губе от углов рта к середине.

3. Движение совершают подушечками указательного и среднего пальцев поочередно правой и левой рукой. Движение начинается от козелка ушной раковины, пальцы легко скользят по щеке, а затем вокруг губ. При этом указательный палец скользит по коже верхней губы, а средний — по коже нижней губы, сходясь вместе у противоположного угла рта.

4. Подушечками указательного и среднего пальцев поглаживают носогубные складки, двигаясь от крыльев носа к углам рта.

5. Теми же пальцами производят легкое постукивание вокруг губ по часовой стрелке.

Массажные движения могут проводиться при различном положении рта: закрытом и слегка приоткрытом.

*Активизирующий массаж.*

Используются приемы растирания в виде полукружных и спиралевидных движений, разминания в виде перетирания и вибрации.

1. Ладонной поверхностью указательных пальцев производят движения по верхней губе от середины к углам рта. Такие же движения — по нижней губе.

2. Большими пальцами обеих рук производят движения от середины верхней губы к углам рта и слегка вниз, а затем указательными пальцами — от середины нижней губы к углам рта и слегка вверх. Движения чередуются

3. Поглаживают носогубные складки, двигаясь от углов губ к крыльям носа.

4. Большим и указательным пальцами захватывают в вертикальную складку верхнюю губу, сжимают ее и перетирают между пальцами. Захват осуществляется в центральной части губы. Более мелкий захват губы может осуществляться и в той части, которая находится между ее серединой и углом рта. Тот же прием выполняется на нижней губе, таким же образом можно перетирать область носогубных складок.

5. Большим и указательным пальцами захватывают кожу вокруг губ и осуществляют прием пощипывания.

6. Концами указательного и среднего пальцев интенсивно постукивают вокруг губ. Кроме этого можно проводить разминание мышц губ с захватом губы изнутри. Для этого большой палец вводится под губу, со стороны слизистой. Указательный палец располагается сверху. Осуществляются следующие движения.

7. Перетирающие движения, осуществляемые большим и указательным пальцами в направлении от одного угла рта к другому вдоль верхней, а затем нижней губы.

8. Спиралевидные движения, производимые большим и указательным пальцами по верхней, а затем по нижней губе.

9. Движение, осуществляемое указательным пальцем от основания носа вниз, к губе (по губному желобку), а также от крыльев носа по носогубным складкам к углам рта, большой палец при этом находится под верхней губой. Аналогичным образом движения осуществляются на нижней губе.

10. Спиралевидное разминание области носогубной складки. Фаланга большого пальца находится в полости рта под носогубной складкой, указательный и средний пальцы располагаются сверху.

11. Точечное сдавливание губы между большим и указательным пальцами. При нарушении двигательной функции губ после массажа рекомендуется проводить пассивную артикуляционную гимнастику в виде следующих упражнений.

12. Логопед помещает свои указательные пальцы на точку, находящуюся между серединой верхней губы и углом рта с обеих сторон. Производится движение, направленное к середине так, что верхняя губа собирается в вертикальную складку. Аналогичное движение осуществляется на нижней губе.

13. Аналогичное движение осуществляется на верхней и нижней губах одновременно. При этом указательные пальцы помещаются на верхнюю губу, а средние пальцы — на нижнюю. При движении пальцев к середине губы собираются в трубочку.

14. Указательные пальцы в том же исходном положении. Движение направлено вверх, при этом поднимается верхняя губа, обнажаются верхние зубы. Таким же образом проводится опускание нижней губы.

15. Аналогичным образом проводится поднимание верхней и опускание нижней губы одновременно. При этом движении указательные пальцы помещаются на верхнюю губу, а средние пальцы — на нижнюю губу. Обратным движением осуществляется смыкание губ, при этом вырабатывается кинестетическое ощущение закрытого рта.

16. Указательные и средние пальцы специалист располагает около углов рта и слегка растягивает губы, как при улыбке; обратным движением губы возвращаются в исходное положение. Движения легкие и плавные. Эти упражнения могут быть проведены при закрытом и открытом положениях рта.

*Массаж мышц языка*

Нарушение мышечного тонуса всегда в большей степени выражено в мышцах языка. Повышенный тонус мышц языка отмечается значительно чаще, чем пониженный. Возможны случаи и неравномерного распределения мышечного тонуса в мышцах языка; например, тонус может быть понижен лишь в изолированной группе мышц (одной половины языка, корня, кончика и т.п.).

Массаж язычных мышц, имеющих сложное строение, производящих тонкие, точные движения в процессе артикуляции, является наиболее сложной процедурой. Кроме того, выполнение массажных движений на языке, как правило, вызывает неприятные ощущения у массируемого.

Следует учитывать и тот факт, что язык достаточно интимная часть тела человека. Массаж мышц языка требует от логопеда предельной точности движений, аккуратности и определенной корректности.

При выполнении массажа должны быть учтены следующие методические указания: дифференцированный массаж мышц языка проводится либо в резиновых перчатках, либо через марлевую салфетку, либо через стерильный батистовый носовой платок; при массаже языка могут использоваться различные приспособления: зонды, шпатели, зубные щетки и т.п.; массаж, как правило (но необязательно), проводится при положении языка вне полости рта.

Для этого логопед подтягивает язык вперед следующим образом: захватывает кончик языка (через носовой платок или марлевую салфетку) так, чтобы большой палец находился сверху, указательный и средний — снизу, и слегка подтягивает его вперед.

 Захват языка осуществляется левой рукой, а массажные движения — правой; массажные движения должны проводиться в трех направлениях, соответственно расположению мышц языка: горизонтальном, поперечном и вертикальном; если имеется отклонение языка в сторону при высовывании его вперед, то массажные движения следует выполнять в большей степени на той стороне, в которую язык отклоняется.

*Расслабляющий массаж.*

Наиболее сложным является расслабляющий массаж языка. При повышенном тонусе язык трудно удержать вне полости рта, нёбно-глоточный (рвотный) рефлекс также может затруднять проведение массажа.

В связи с этим при проведении расслабляющего массажа языка необходимо строго выполнять ряд правил: расслабление мышц языка проводить только после расслабления других мышц, особенно мышц шеи, плечевого пояса и мышц, обеспечивающих движение нижней челюсти, поскольку эти мышцы тесно связаны с мышцами языка, особенно его корня; движения в расслабляющем массаже в основном направлены от кончика к корню языка; перед началом массажа устанавливается «граница» нёбно-глоточного рефлекса.

Для этого надо постепенно прикасаться к поверхности языка шпателем, двигаясь по средней линии от самого кончика по направлению к корневой части языка.

Место, которое связано с появлением рвотного рефлекса, считается «границей» рвотного рефлекса. При повышенном тонусе «граница» рвотного рефлекса может приближаться к средней части языка, а в тяжелых случаях даже к его кончику. если ввиду выраженной спастичности мышц, особенно корня языка, не удается удержать язык вне полости рта, массаж языка начинают внутри полости рта.

Постепенно, по мере нормализации тонуса мышц, язык выводится в положение вне полости рта; перед расслабляющим массажем мышц языка целесообразно провести специальные упражнения, способствующие расслаблению его корня: произвести массаж и вибрацию точек, находящихся под обоими углами нижней челюсти. Подушечкой указательного или среднего пальца производят вращательные движения. Вначале они поверхностны, затем постепенно выполняются все с большим надавливанием и снова поверхностны.

Данный прием способствует расслаблению мышц корня языка; указательным или большим пальцем произвести легкие вибрирующие движения в области подчелюстной ямки; захватить кончик языка правой рукой. Совершать легкие покачивающие движения из стороны в сторону; захватить кончик языка правой рукой. Движение направлено вперед, из ротовой полости, а затем назад, в глубь ротовой полости. Движения плавные, легкие, с постепенным незначительным увеличением амплитуды движений.

 После этого переходят к собственно массажу мышц языка. 1. Большим и указательным пальцами правой руки производят поглаживающие движения с одной стороны, затем с другой стороны языка, от кончика к корню языка и обратно. При этом указательный палец находится под языком и служит в качестве опоры. 2. Производят поглаживающие движения большим и указательным пальцами из стороны в сторону (от средней линии к боковой части языка и обратно), постепенно продвигаясь от кончика к корню.

Движения выполняются сначала на одной половине языка, а затем на другой. 3. Большой и указательный пальцы находятся на боковых поверхностях языка — справа и слева. Поглаживают боковые поверхности языка от кончика к корню. 4. Производят легкое разминание мышц в горизонтальном направлении. Большой палец правой руки находится сверху, средний и указательный — снизу языка. Осуществляются перетирающие движения с постепенным продвижением от кончика языка к корню и обратно, сначала с одной стороны языка, а затем с другой. Движения очень легкие без нажима. 5. При том же положении пальцев легко, без надавливания производят круговые растирающие движения. 6. Захватив кончик языка правой рукой, производят легкое потряхивание. 7. Делают легкое похлопывание языка и легкие ритмичные надавливания шпателем (деревянным или пластмассовым).

После расслабляющего массажа можно сделать упражнения пассивной гимнастики, направленные на растяжение и расслабление мышц корня языка. 8. Большой палец находится сверху, средний и указательный — снизу языка, в его средней части, повернуть язык вправо и слегка потянуть его, как бы слегка подтягивая кнаружи корневую часть языка. Затем аналогичное движение в левую сторону9. Подтянуть язык вперед, как бы слегка «накручивая» его на указательный палец, а затем осторожно совершить обратное движение. Выполняется медленно, с небольшой амплитудой.

*Активизирующий массаж*.

При выполнении активизирующего (укрепляющего) массажа следует обратить внимание на следующие моменты: движения при укрепляющем массаже активные, интенсивные и направлены в основном от корня языка к кончику; в основном используются приемы разминания и перетирания; как правило, при сниженном тонусе мышц языка снижен также и рвотный рефлекс, поэтому массажные движения в этом случае могут быть достаточно активными даже в области корня языка; если снижение мышечного тонуса наблюдается только в какой-либо части языка (например, только на одной половине языка), массажные движения выполняются в основном на пораженной стороне; при сниженном тонусе мышц, как правило, наблюдается гиперсаливация (повышенное слюноотделение), поэтому перед выполнением массажа и в его процессе логопед предлагает ребенку проглотить слюну.

Активизирующий массаж может включать в себя следующие движения.

1. Перетирание в продольном направлении. Большой палец сверху, средний и указательный снизу. Перетирание мышц языка от корня к кончику с одной стороны языка, затем с другой. 2. Положение пальцев то же. Перетирание мышц языка спиралевидными движениями, сила давления постепенно увеличивается. Движение направлено от корня к кончику языка с одной его стороны, затем с другой. 3. Положение пальцев то же. Перетирание мышц языка в поперечном направлении с одной стороны языка, затем с другой. 4. Большой и указательный 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. Положение пальцев то же.

Правой рукой сжать язык с боковых поверхностей, и большим и указательным пальцами осуществлять перетирающие движения, постепенно передвигаясь от корня к кончику языка. 6. Большим и указательным пальцами осуществлять пощипывающие движения по краю языка. 7. Похлопывание мышц языка шпателем (или рифленой поверхностью ручки, зубной щетки). 8. Производить вибрацию языка с помощью деревянного шпателя, который накладывается на кончик языка в течение 10—15 с. На нижние зубы ребенка, чтобы не поранить ими слизистую нижней поверхности языка, можно положить марлевый валик.