

Логопедический массаж и самомассаж

Подготовила: С. А. Комарова,
логопед



МАДОУ детский сад «Рябинушка»

пгт. Селенгинск

Массаж – это совокупность механических приемов, посредством которых оказывается воздействие на поверхностные ткани и рефлекторным путем на функциональные системы и органы.

Логопедический массаж выполняется в области мышц периферического речевого аппарата. Мышцы артикуляционного аппарата, то есть языка, щек, губ, мимические мышцы лица, мышцы, обеспечивающие работу голосовых связок, и мышцы дыхательного аппарата представляют собой единую мышечную систему, обеспечивающую речепроизводство.

Виды массажа:

- Дифференцированный (активизирующий или расслабляющий) массаж, основанный на приемах классического массажа;
- Точечный массаж, т.е. массаж по биологически активным точкам (активизирующий или расслабляющий);
- Массаж с применением специальных приспособлений, или «зондовый» массаж;
- Элементы самомассажа.

Массаж при дизартрии

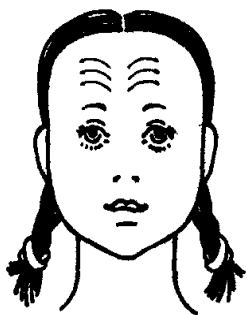
Дизартрия – это заболевание, для которого характерно отсутствие нормального развития речевого аппарата. Существует несколько видов дизартрии, различающейся по типу поражения головного мозга. Для болезни характерны малоподвижность или неподвижность мышц лица и языка, трудности либо невозможность в произношении слов.

Область лица

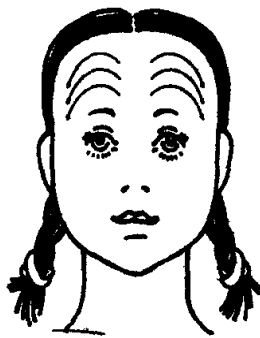
Движения массирующего должны быть направлены:

1. от середины лба к вискам;
2. от середины лба к ушным раковинам;
3. от латеральных концов бровей к ушным раковинам;
4. от медиальных концов бровей по глазницам до внутренних углов глаз;
5. от спинки носа к ушам;
6. от крыльев носа к ушам;
7. от середины верхней губы до ушей;

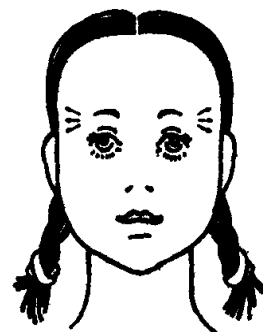
8. от середины верхней губы на подбородок;
9. от крыльев носа по носогубным складкам к углам рта;
10. от середины подбородка до ушей.



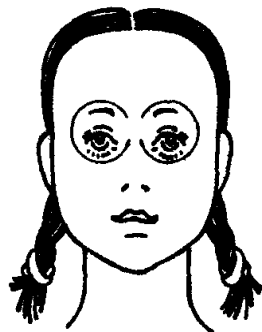
1



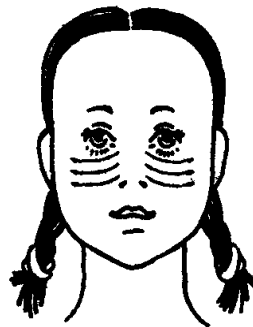
2



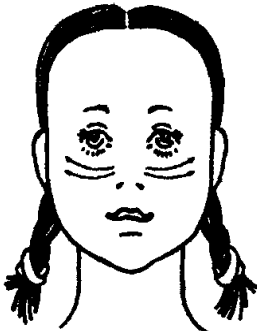
3



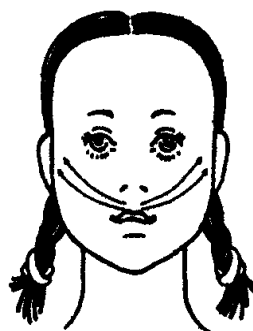
4



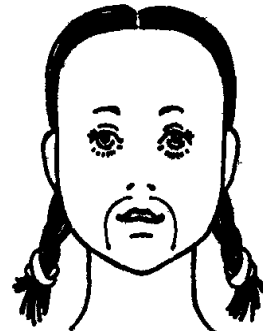
5



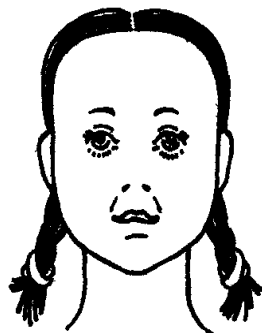
6



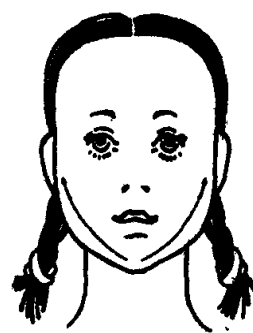
7



8



9



10

Область шеи

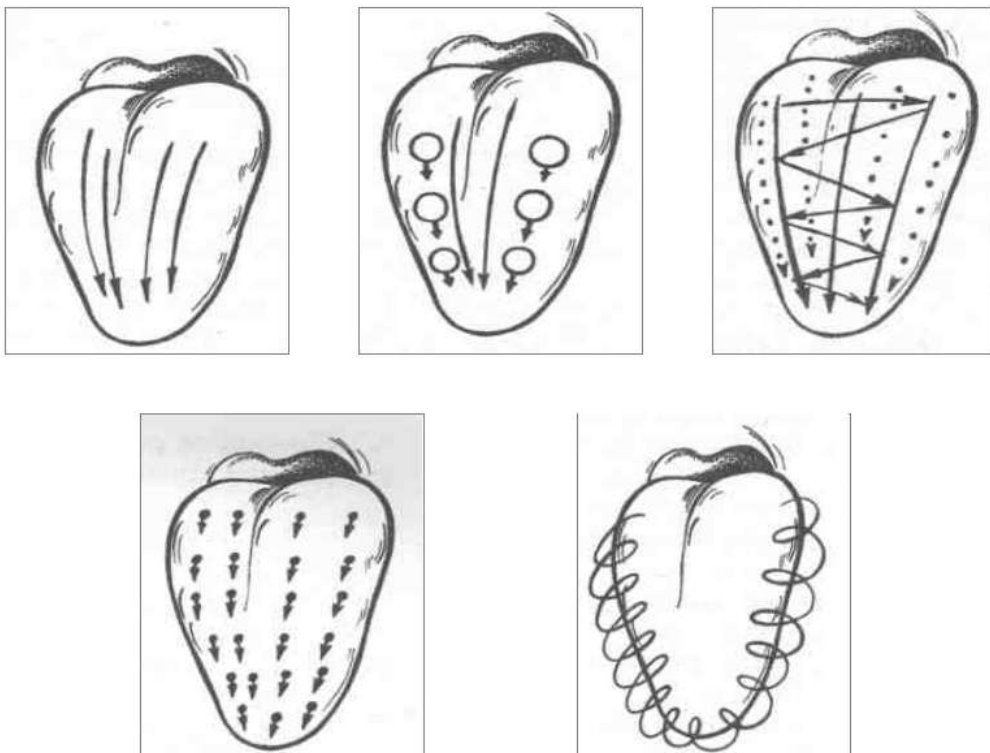
Передняя и боковые поверхности шеи сильными приемами не массируются. Следует массировать:

1. переднюю поверхность снизу вверх, к подбородку;
2. боковые поверхности – от ушных раковин вниз;
3. заднюю поверхность снизу вверх (при гипертензии или гидроцефалии – сверху вниз).

Язык

Язык обычно массируют от кончика до середины. Для этого используют прямые, спиралевидные и кругообразные движения. Они должны быть направлены:

1. от кончика языка к его середине и обратно;
2. от центра языка влево и вправо (елочка);
3. от левого края языка до правого и наоборот (поперек);
4. перекачивание кольца по языку в разных направлениях;
5. пощипывание и растирание краев языка.



Комплекс массажа при гипертонусе артикуляционного аппарата

1. Расслабление мышц шеи, что ведет к рефлекторному расслаблению мышц языка. Медленно поглаживать шею ладонями обеих рук сверху вниз.



2. Расслабление губной мускулатуры методом поглаживания (выполняется зубной щеткой):

- 1) по верхней губе от носа к губе;
- 2) по нижней губе от подбородка к губе.

3. Расслабление губной мускулатуры методом вибрации:

- 1) сильная вибрация, которая производится указательным пальцем во впадине и углах рта;
- 2) легкое постукивание губ.

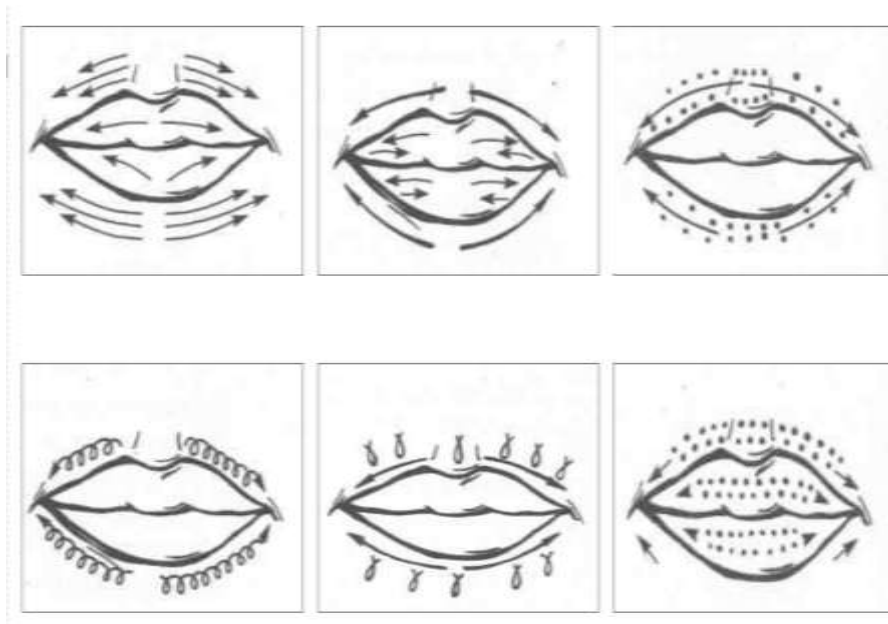
4. Расслабление мышц языка:

- 1) вибрация большими пальцами обеих рук под углами челюсти 10-15 секунд;
- 2) поглаживание мышц языка зубной щеткой от корня к кончику;
- 3) легкое разминание кончика языка через салфетку большим и указательным пальцами обеих рук.

Массаж при гипотонии оральной мускулатуры

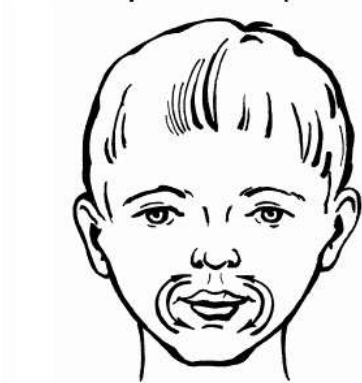
1. Укрепление губной мускулатуры:

- 1) Поглаживание зубной щеткой от середины к углам по верхней губе, затем по нижней;
- 2) Легкая вибрация в уголках губ и во впадине в середине верхней губы.



2. Укрепление лицевой мускулатуры:

- 1) Поглаживание носогубных складок зубной щеткой;
- 2) Вибрация по носогубным складкам;
- 3) Похлопывание носогубных складок.



3. Укрепление язычной мускулатуры (проводится зубной щеткой):
 - 1) Поглаживание продольных мышц языка от его средней части к кончику;
 - 2) Укрепление вертикальных мышц языка при помощи ритмичного надавливания на язык зубной щеткой;
 - 3) Поглаживание поперечных мышц языка из стороны в сторону зубной щеткой;
 - 4) Вибрация большим пальцем под нижней челюстью в середине ее.

Самомассаж

Самомассаж мышц языка

1. «Поглаживание языка губами». Просунуть язык как возможно больше сквозь щель между губами, затем расслабить его так, чтобы боковые края языка касались углов рта. Постепенно убирать язык в полость рта.
2. «Покусывание языка зубами». Легко покусывать язык зубами. Высовывая его вперед и убирая назад, в полость рта.
3. «Жуем блинчик». Улыбнуться, приоткрыть рот, поставить кончик языка за нижние зубы, потом выдвинуть его чуть вперед и покусывать свернутый язык.

Самомассаж верхней губы

1. Языком в преддверии полости рта.
2. Набирать теплую воду и полоскать зубы, удерживая воду под губами.
3. «Щипки» - одним и двумя пальцами.

Самомассаж кистей и пальцев рук

1. Надавливание сильно сжатыми четырьмя пальцами одной руки на основание большого пальца, середину ладони, основание пальцев другой руки. Затем положение рук меняется.



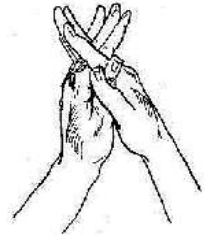
2. Растирание ладоней шестигранным карандашом с постепенным увеличением усилий.





Растирание ладоней движениями вверх-вниз.

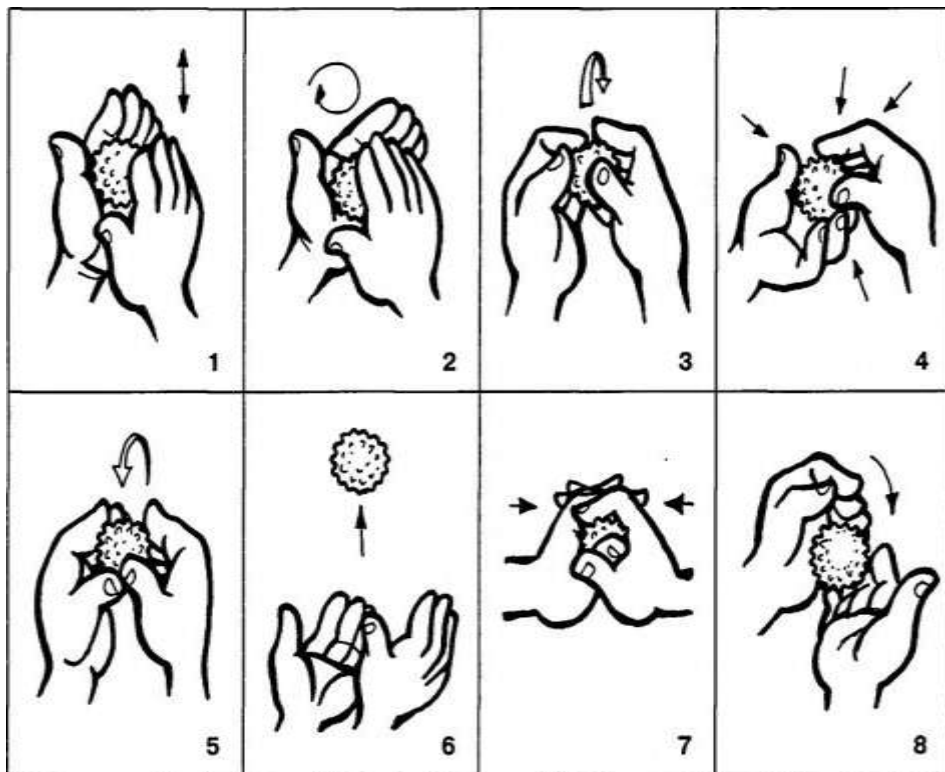
Растирание боковых поверхностей сцепленных пальцев.



5. Разминание, затем растирание каждого пальца вдоль, затем поперек.



6. Грецкий орех положить между ладонями, делать круговые движения, постепенно увеличивая нажим и темп. Можно выполнять упражнение с двумя грецкими орехами, перекачивая один через другой, одной рукой, затем другой.



7. Надавливание не заточенным карандашом на болевые точки ладони, затем вращение карандаша вправо, влево.
8. Разминание кисти правой руки пальцами левой и наоборот, затем поочередное растирание.



Упражнения для пальцев и кистей рук

