

# МБДОУ детский сад «Радуга»

Методическая разработка

*ЛОГОПЕДИЧЕСКИЙ МАССАЖ*



*УЧИТЕЛЬ-ЛОГОПЕД:*

Цицер Светлана Владимировна

# Показания к применению

Входит в комплексную медико-педагогическую систему реабилитации детей, подростков и взрослых, страдающих речевыми нарушениями:

- **Дизартрия** (в т.ч. стертые ее формы);
- **Ринолалия**;
- **Заикание**;
- **Нарушение голоса.**



# Коррекционное воздействие логопедического массажа

- ✓ Л.м. может проводиться на всех этапах коррекционного воздействия;
- ✓ При преодолении артикуляторных нарушений л.м. проводится наряду с пассивной, пассивно-активной и активной артикуляционной гимнастикой;
- ✓ При формировании речевого дыхания, голоса, нормализации эмоционального состояния м. может использоваться в комплексе с традиционными логопедическими или релаксационными упражнениями.



# Кто должен осуществлять логопедический массаж?



✓ Логопед;

✓ Дефектолог;

✓ Медицинский работник, прошедший специальную подготовку;

✓ Элементы массажа могут осуществляться родителями ребенка.

# Физиологическое действие массажа

- Оказывает благоприятное физиологическое воздействие на организм;
- Меняется общая нервная возбудимость, оживляются утраченные/сниженные рефлексы, меняется в целом функциональное состояние ЦНС;
- Улучшается секреторная функция кожи, активизируется ее лимфо и кровообращение, т.е. улучшается ее питание, повышает обменные процессы;
- Благоприятные изменения во всей сосудистой системе;
- Улучшает функцию лимфатических сосудов;
- Оказывает благоприятное воздействие на мышечную систему;
- Увеличивает подвижность и эластичность связочного аппарата.

# Зависимость от силы воздействия

□ При **легком**, медленном поглаживании – снижается возбудимость массируемых тканей (это оказывает успокаивающее воздействие);

□ При **энергичных**, быстрых движениях – повышается раздражимость массируемых тканей.



# Основные цели логопедического массажа

1. Нормализация мышечного тонуса общей, мимической и артикуляционной мускулатуры;
2. Уменьшение проявления парезов и параличей мышц артикуляционного аппарата;
3. Снижение патологических двигательных проявлений мышц речевого аппарата (синкинезии, гиперкинезы, судороги и т.п.);
4. Стимуляция проприоцептивных ощущений;
5. Увеличение объема и амплитуды артикуляционных движений;
6. Активизация тех групп мышц периферического речевого аппарата, у которых имелась недостаточная сократительная активность;
7. Формирование произвольных, координированных движений органов артикуляции.

# Предварительная диагностика

- Назначению логопедического массажа, должна предшествовать медицинская диагностика, проводимая врачом (указание на наличие неврологической симптоматики, в т.ч. указание на форму пареза, локальные нарушения иннервации мышц и пр.);
- Прежде чем приступить к коррекционной работе, логопед должен определить форму и структуру речевого дефекта, а также провести диагностику состояния мышц:
  - ✓ Верхней половины туловища;
  - ✓ Шеи;
  - ✓ Мимических;
  - ✓ Артикуляционных.



# Методы определения состояния мышц

- 1) Осмотр;
- 2) Пальпация;
- 3) Наблюдения при выполнении динамических и статических упражнений.



# 1. Осмотр. Обратить внимание!!!

- На положение головы по отношению к туловищу (нет ли привычных асимметричных поз);
- При осмотре лица – возможность асимметрии в виде сглаженности носогубной складки, опущенного уголка рта, расширенной/суженной глазной щели, наличие постоянно приоткрытого рта, слюнотечения;
- Осмотр кожных покровов: окраска кожи, кожные высыпания, кровоизлияния.

## 2. Пальпация. Обратить внимание!

- ❖ На эластичность кожи;
- ❖ Отечность кожи;
- ❖ Состояния лимфатических узлов;
- ❖ Состояние мышц;
- ❖ Выпуклости.

### 3. Особенности состояния движений

#### Оцениваются:

- Объем;
- Скорость;
- Динамика;
- Истощаемость;
- Сила и координация движений.



# Виды логопедического массажа:

1. Дифференцированный (укрепляющий/расслабляющий) массаж, основан на приемах классического массажа;
2. Массаж БАТ;
3. М. с применением специальных приспособлений (зонда, шпателя, вибромассажера и т.п.);
4. Элементы самомассажа.

# Противопоказания к назначению массажа!

- Соматические/инфекционные заболевания в остром периоде;
  - Конъюнктивиты;
  - Острые и хронические заболевания кожных покровов;
  - Гингивиты, стоматиты, инфекции полости рта, увеличенные лимфатических желез, резко выраженная пульсация сонных артерий.
- !** Перед проведением м. необходимо заключение невропатолога и педиатра об отсутствии противопоказаний.

# Общие рекомендации к проведению массажа

- Л.м. проводится в чистом, уютном, теплом, проветренном помещении;
- В ср.2-3 процедуры в неделю (подряд/через день); цикл – 10-20 процедур (перерыв от 2 недель до 2 мес.); начальная длительность процедуры 5-7 мин, конечная – 20-25 мин;
- Во время массажа ребенок не должен испытывать боли;
- Нельзя начинать массаж с наиболее пораженного участка.

# Подготовка к массажу

✓ При проведении массажа логопед должен иметь след. материалы:

1. Медицинский спирт;

2. Стерильные салфетки;

3. Гексорал;

4. Стерильные медицинские резиновые перчатки;

5. Нашатырный спирт и 3-процентная перекись водорода;

6. Защитная маска.

✓ Кожа массируемого должна быть чистой, руки логопеда – чистыми, теплыми, без ссадин, царапин, очагов воспаления; с коротко остриженными ногтями, без украшений.

✓ Перед массажем руки смазать детским маслом или присыпкой.

# Положения тела при массаже

1. Лежа на спине, руки вдоль тела, ноги лежат свободно, носки несколько разведены. Под головой небольшая детская подушка, которая доходит до верхнего края лопаток. л. за головой пациента (рис.18);
2. Полусидя в кресле с высоким подголовником. л. за головой пациента (рис.19);
3. Положение массируемого аналогично с пунктом 1. Специалист – справа от массируемого. Ладонь левой руки л. для фиксации положения головы ребенка помещается на теменную ее область, пр.рукой л. осуществляет массажные движения. Применяется для массажа языка, губ, щек, жевательных мышц с внешн. и внутр. поверхности (рис.20).



Рис.18



Рис.20



Рис.19

# Основные приемы массажа

1. Поглаживание: (поверхностное, глубокое обхватывающее, граблеобразное);
2. Растирание;
3. Разминание;
4. Вибрация и поколачивание;
5. Плотное нажатие.



# Выбор приемов массажа

## При пониженном тоне:

- Поглаживание;
- Растирание;
- Разминание;
- Сильная вибрация;
- Поколачивание.



## При повышенном тоне:

- Поглаживание;
- Легкая вибрация.



# Массаж сочетается с гимнастикой

## Пассивная

Движения головы, мимических, артикуляционных мышц (после массажа или во время него).

Движения совершаются с помощью логопеда. П.у. нужны если р. самостоятельно не может их выполнить или не в полном объеме. Выполнение упр. обязательно контролируется ребенком зрительно. Выполнение сериями по 3-5 движений. В процессе важно дать р. кинестетические ощущения (улыбка, хоботок, откр. и закр. рта, различные движения языком и пр.).

## Активная

Проводится р. самостоятельно, после массажа и пассивной гимнастики.

Цель: выработка полноценных движений (полнота объема движения, его точность, интенсивность выполнения, дифференцированное включение в движение опр. мышц и пр.). Вкл.: движения мышц шеи, плечевого пояса, мимических и артикуляционных мышц.

# Указания к проведению расслабляющего массажа

1. Проводится в медленном темпе;
2. Приемы: поглаживание, легкая вибрация;
3. М. должен вызывать у р. ощущения тепла и покоя;
4. Руки л. – теплые;
5. Звучание тихой музыки с плавным ритмом или проговаривание л. формул спокойствия аутогенной тренировки. Также используются формулы, направленные на локальное расслабление мышц речевого аппарата;
6. Для усиления эффекта – согревающий компресс на лицо перед массажем;
7. Последовательность воздействия:
  - мышцы шеи и плечевого пояса;
  - мимическая мускулатура;
  - мышцы губ;
  - мышцы языка.



# Примеры формул

## Спокойствие

«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...»

## Локальное расслабление мышц речевого аппарата

«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...»

# Указания к проведению активизирующего массажа

- 1.Используется при пониженном тонусе;
- 2.Движения логопеда должны быть ритмичными;
- 3.Основной прием – поглаживание, оно чередуется с растиранием, разминанием, сильной вибрацией;
- 4.Сила воздействия должна нарастать постепенно;
- 5.На передней поверхности шеи запрещены энергичные воздействия ;
- 6.При правильном выполнении - дыхание ребенка равномерно;
- 7.Массаж не должен вызывать болезненных ощущений;
- 8.Последовательность воздействия:
  - мимическая мускулатура;
  - мышцы губ;
  - мышцы языка;
  - мышцы шеи и плечевого пояса.



# 1. Массаж плечевого пояса и шеи

## Расслабляющий

Расширяет физиологические возможности дых. аппарата, при этом рефлекторно ↓ тонус корня языка, что способствует активизации нижней челюсти.

Массируемый должен быть обнажен до половины груди.



## Активизирующий

Используют движения снизу вверх, приемы - поглаживание и растирание. Поколачивание и вибрация – **противопоказаны!**



# Комплекс расслабляющих массажных движений

1. Медленно поглаживать переднюю часть шеи ладонями обеих рук сверху вниз по боковым областям горла. Движение начинается от края нижней челюсти к груди;
2. М.п. боковую поверхность шеи попеременно с пр. и лев. 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 (данный прием снимает тонус с грудино-ключично-сосцевидной 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 (снимает тонус с трапецевидной мышцы).

# Упражнения на расслабление мышц шеи

1. Ребенок лежит на спине, голова – вне опоры и свешивается назад. Л. одной рукой поддерживает голову р. сзади, др. помещает на лобно-теменную область, осуществляя:

- Круговые движения головы р. по часовой, а затем против часовой стрелки;
- Наклоны головы вперед–назад, вправо-влево.

2. Эти же движения, но в положении сидя.

- ✓ Все движения должны быть медленными и расслабленными.

1. Голову «уронить» вперед – «уснули»;

2. Голову запрокинуть назад, покачать ею вправо-влево, опустить вниз;

3. Голову опустить вперед, а затем «уронить».

# Комплекс активизирующих массажных движений

1. Движения проводятся одновременно/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.

# Упражнения для активизации и укрепления мышц шеи

1. Р. сидит. Правая рука специалиста располагается на **затылке**. Ребенку предлагают отклонить голову **назад**, при этом рука взрослого оказывает сопротивление, противодействие этому движению (**избирательно активизирует затылочные мышцы**);
2. Р. сидит. Рука л. располагается на **лбу**. Ребенку предлагают наклонить голову **вперед**, в то время как рука взрослого оказывает сопротивление движению (**избирательно активизирует левую грудино-ключично-сосцевидную мышцу**);
3. Р. сидит. Рука л. располагается на **височной части** головы слева. Р. предлагают повернуть голову **влево**, а л. оказывает сопротивление этому движению (**избирательно активизирует левую грудино-ключично-сосцевидную мышцу**);
4. Р. сидит. Рука л. располагается на височной части головы справа. Р. предлагают повернуть голову вправо, а л. оказывает противодействие движению (**избирательно активизирует правую грудино-ключично-сосцевидную мышцу**).

## 2. Массаж в области гортани

✓ Данный вид массажа рекомендуется при нарушениях голоса.

Осторожно захватив гортань большим пальцем с одной стороны и указательным и средним пальцами с другой, производить легкие ритмичные движения в поперечном направлении. В процессе массажа можно дать задание ребенку пропевать гласные звуки.



# 3. Массаж лицевой мускулатуры

Данный вид массажа рекомендуют проводить двумя руками, всеми пальцами сразу (кроме большого), либо подушечкой большого или среднего пальца, либо двумя пальцами – средним и безымянным. Движения – симметричны и ритмичны.

## **Направления массажных линий:**

- От середины лба к виску;
- От внутреннего угла глаза по верхнему веку и в обратном направлении к нижнему;
- От корня носа к височной области;
- От угла рта к козелку ушной раковины.

# Массаж в области лба

(воздействует на лобную и височную мышцы)

## Расслабляющий

1. Поглаживание ладонной поверхностью всех пальцев в направлении:
  - а) от середины лба к височным областям. На висках – поглаживания в виде спирали;
  - б) от середины лба к козелку ушной раковины, заканчивая легким нажатием.
2. Поглаживание снизу вверх, от надбровных дуг к волосистой части головы.

## Активизирующий

1. Растирание, т.е. полукруглые или спиралевидные движения от средней линии лба к вискам;
2. Разминание, т.е. сжатие складки кожи 2-мя пальцами (б. и у.) или прерывистое надавливание;
3. Прерывистая вибрация (пунктирование), подушечками указательного и ср. пальцев попеременно в быстром темпе.

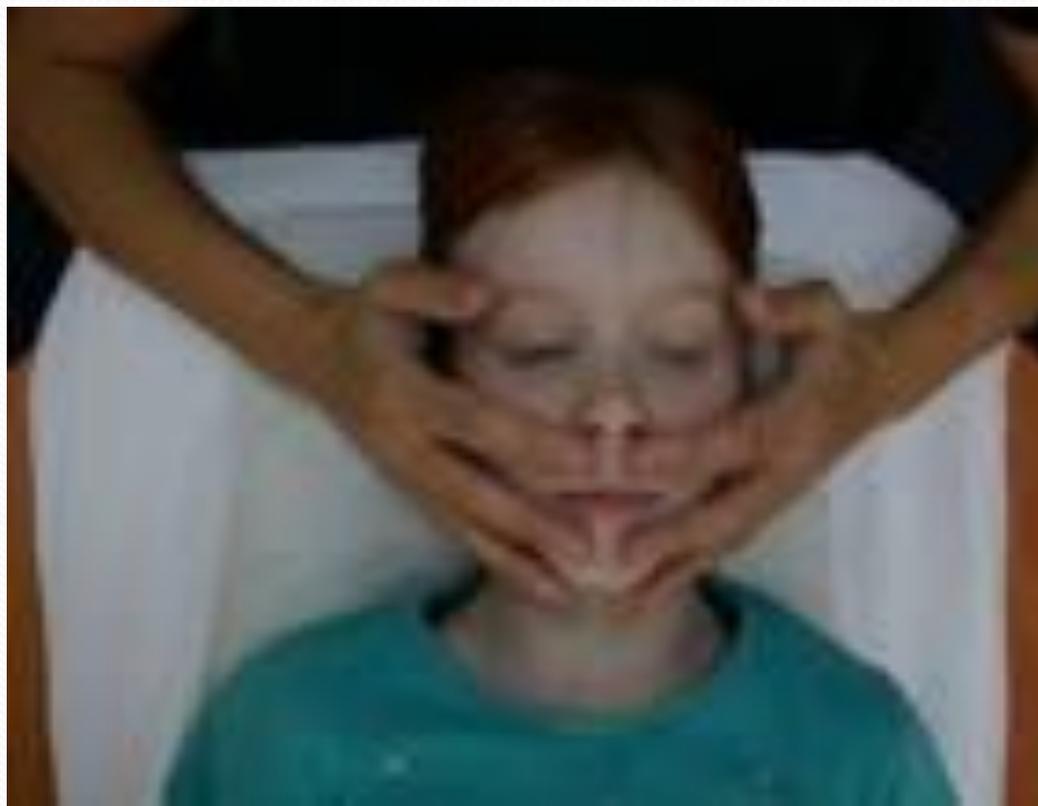
## Массаж в области лба



# Массаж в области щек и подбородка

- Воздействует на *скуловые, щечную, жевательную, подбородочную* мышцы и на м-ы, *изменяющие положение губ* (м. *смеха*, м. *поднимающая угол рта*, м. *опускающая угол рта*, *опускающая нижнюю губу*).
- Особенно важным является воздействие на жевательные, крыловидные, височные м-ы, т.к. от них зависят качество движения нижней челюсти, положение рта в покое, функция жевания.

## Массаж в области щек и подбородка



## Массаж щек и подбородка. **Расслабляющий.**

1. Указательные пальцы рук располагаются под нижней губой, а остальные – под подбородком. Пальцы скользят от середины подбородка к височным впадинам, с фиксацией в углублениях у козелка и мочки уха;
2. У. п. рук располагаются над верхней губой, ср.- под нижней, остальные – под подбородком. Движение – от середины губ к височным впадинам с фиксацией в углублениях у козелка и мочки уха;
3. Движение всеми пальцами (кроме б.) начинается от спинки носа, проходит через скуловую дугу к ушным раковинам с фиксацией пальцев в углублениях козелка и мочки уха;
4. Движение осуществляется 3-мя пальцами (указательный, средний, безымянный) рук от средней линии лба вниз через височные впадины к середине подбородка;
5. Д. осущ. 3-мя пальцами (указательный, средний, безымянный) рук. Начинается от сер. подбородка в стороны к углам губ, а затем вверх по носогубным складкам, боковым поверхностям носа ч/з переносицу к середине лба и по лбу к височным впадинам, а затем вниз через щеки к середине подбородка;
6. Легкое потряхивание щек.

## Массаж щек и подбородка. **Активизирующий.**

1. Круговое растирание в области щек проводится тыльной поверхностью концевой и средней фаланг 4-х пальцев в направлении от края нижней челюсти к краю скуловой кости;
2. Аналогично круговое растирание осуществляется от середины подбородка вверх к носу;
3. В области жевательной мышцы производят разминание спиралевидными движениями и круговое растирание;
4. Тыльной поверхностью средних фаланг, сжатых в кулак, производят потряхивание щек в продольном и поперечном направлении;
5. Захватывают в складку кожу щек м\у большим и указательным пальцами, легко сдавливают и отпускают, движение пощипывания;
6. Захватив кожу щек вместе с подкожными мышцами м\у большим и указательным пальцами, производят разминание в продольном/поперечном/круговом направлениях;
7. Поколачивание подушечками пальцев производится непрерывно руками по массажным линиям.

## *Массаж внутренней поверхности щеки*

Массаж *жевательных, щечных, скуловых, крыловидных* мышц проводится при положении пальцев логопеда внутри полости рта ребенка.

При массаже *левой щеки* логопед помещает большой палец правой руки в рот, остальные 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 *внутр. поверхности щеки* может проводиться при различном положении рта: открытым и широко открытым – при сомкнутых челюстях. *Основные приемы*: растирание и разминание.

# Массажные приемы

- 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. Пальцы располагаются у края скуловой кости. Большой палец – с внутренней стороны щеки;
- 5.Растирающие движения. Все пальцы, кроме большого, располагаются в области козелка и мочки уха, направляясь к углу рта;
- 6.Спиралевидное растирание области височно-нижнечелюстного (скулового) сустава. В положении открытого рта найти «ямку» у мочки уха. Массировать область «ямки». Движение осуществляется указательным и средним пальцами. Большой палец служит в качестве опоры с внутренней стороны щеки.

+

# Приемы гимнастики

## ПАССИВНАЯ

1. Слегка наклонить голову ребенка вперед, что приводит к непроизвольному закрыванию рта;
2. Запрокинуть голову назад, что вызывает приоткрывание рта.

## АКТИВНАЯ

1. 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 мышцу рта;

-мышцу, опускающую нижнюю губу.

✓ Массаж проводится ладонной поверхностью, подушечками пальцев.

# *Массаж мышц губ*

## *Расслабляющий*

1. Поглаживающие движения по верхней губе от углов рта к середине;
2. Также по нижней губе;
3. Поочередные движения правой/левой рукой, от козелка ушной раковины, по щеке, затем вокруг губ. При этом указат. палец скользит по коже верхней губы, ср.- по коже нижней губы, сходясь вместе у противоположного угла рта;
4. Поглаживание носогубных складок, движение от крыльев носа к углам рта;
5. Легкое постукивание вокруг губ по часовой стрелке. Массажные движения при различных положениях рта: закрытом/слегка приоткрытом.

## *Активизирующий*

1. Движения по верхней губе от углов рта к середине. Также по нижней губе;
2. Пальцами обеих рук движения от середины верхней губы к углам рта и слегка вниз, затем от середины нижней губы к углам рта и слегка вверх. Движения чередуются;
3. Поглаживают носогубные складки;
4. Пальцами захватывают в вертикальную складку верхнюю /нижнюю губу, сжимают ее и перетирают м/у пальцами. Захват – в центр. части губы. Также перетирают носогубные складки;
5. Захватывают кожу вокруг губ и осуществляют прием пощипывания;
6. Интенсивно постукивают вокруг губ и пр.

## Массаж мышц губ



# Массаж мышц языка

Нарушение мышечного тонуса всегда в большей степени выражено в мышцах языка. Чаще отмечается повышенный тонус. Возможны случаи и неравномерное распределение тонуса.

Массаж языка требует от логопеда предельной точности движений, аккуратности и коррекции.

## Методические указания:

1. Массаж мышц языка проводится в резиновых перчатках;
2. Используются различные приспособления: зонды, шпатели, зубные щетки;
3. Массаж языка как правило проводится при положении языка вне полости рта;
4. Массажные движения должны проводиться в трех направлениях: горизонтальном, поперечном, вертикальном;
5. Если язык отклоняется в сторону при высовывании его вперед, то акцент нужно делать на ту сторону, в которую язык отклоняется.

## *Расслабляющий массаж*

1. Выполнять расслабление мышц языка нужно проводить только после расслабления других мышц (шеи, плечевого пояса, мышц, обеспечивающих движение нижней челюсти и пр.);
2. Движения в расслабляющем массаже в основном направлены от кончика к корню языка;
3. Перед началом массажа устанавливается «граница» небо-глоточного рефлекса;
4. При выраженной спастичности перед началом массажа подержать во рту теплый настой трав (зверобой, ромашка);
5. При выраженной спастичности мышц, массаж языка начинают вне полости рта;
6. Перед расслабляющим массажем целесообразно провести специальные упражнения, для расслабления корня языка;
7. Произвести массаж и вибрацию точек, находящихся под обоими углами нижней челюсти;
8. Произвести легкие вибрирующие движения в области подчелюстной ямки;
9. Захватить кончик языка правой рукой. Совершать легкие покачивающие движения из стороны в сторону;
10. Захватить кончик языка правой рукой. Движения вперед-назад.

## *Собственно расслабляющий массаж мышц языка*

1. Указ. пальцем пр. руки производят поглаживающие движения с одной стороны, затем с др., от кончика к корню и обратно;
2. Поглаживающие движения большим и указательным пальцами из стороны, в сторону, от кончика к корню;
3. Б. и указ. Пальцы находятся на боковых поверхностях языка – справа и слева. Поглаживания от кончика к корню;
4. Легкое разминание мышц в горизонтальном направлении, от кончика к корню, без нажима;
5. Без надавливания производят круговые растирающие движения;
6. Захватив кончик языка пр. рукой, производят легкое потряхивание;
7. Делают легкое похлопывание языка и легкие ритмичные надавливания шпателем;
8. Повернуть язык вправо и слегка потянуть его, как бы потягивая кнаружи корневую часть языка. Также в левую сторону;
9. Подтянуть язык вперед, как бы слегка «накручивая» его на указательный палец, а затем осторожно совершать обратное движение. Выполнять медленно, с небольшой амплитудой.

# *Активизирующий массаж*

## **Обратите внимание!!!**

- 1. Движения должны быть активные, интенсивные, направлены от корня к кончику языка;**
- 2. Приемы – разминание и перетирание;**
- 3. Активные движения даже в области корня языка;**
- 4. Массажные движения выполняются на пораженной стороне;**
- 5. Перед и во время массажа просить ребенка сглатывать слюну, из-за гиперсаливации.**

## *Активизирующий массаж*

1. Перетирание в горизонтальном направлении, от корня к кончику с двух сторон;
2. Спиралевидное перетирание языка, сила давления увеличивается, движения от корня к кончику;
3. Перетирание мышц языка в поперечном направлении с двух сторон;
4. Сжать язык с боковых поверхностей и удерживать 1-2 с, несколько переместить пальцы и повторить движение;
5. Пр. рукой сжать язык с боковых поверхностей, осуществлять перетирающие движения, двигаясь от корня к кончику языка;
6. Пощипывающие движения по краю языка;
7. Похлопывание мышц языка шпателем;
8. Производить вибрацию языка с помощью деревянного шпателя, который накладывается на кончик языка в теч. 10-15 с.

## Массаж мышц языка



# *Активирующий массаж мягкого неба*

Направлен на активизацию тонуса мышц мягкого неба и повышение небно-глоточного рефлекса. Основным показателем для данного массажа является *назальный оттенок голоса*. Данные движения используются только при пониженном тонусе мышц мягкого неба.

## *Общие рекомендации:*

1. Массажное воздействие направлено также на язычно-небные и глоточно-небные дужки;
2. Массаж необходимо сочетать с пассивной и активной гимнастикой, для стимуляции небных и глоточных мышц;
3. Массажные движения совершают большим или указательным пальцем правой руки.

## *Собственно массаж мягкого неба*

1. Поглаживающие, растирающие, разминающие и ввинчивающие движения от твердого неба к увули по всей поверхности;
2. Поглаживающие, разминающие, растирающие движения справа налево, захватывающие язычно-небные дужки;
3. Надавливающие движения по всей поверхности мягкого неба в продольном и поперечном направлениях;
4. Просим произнести звук **а** или **э** длительно. В это время производить растирающие и разминающие спиралевидные движения в поперечном и продольном направлениях;
5. Просим произнести звуки **а** или **э** коротко, отрывисто, используя твердую атаку звука. В это время осуществлять толчковые движения большим пальцем в области мягкого неба и небо-язычных дуг.

## Пассивные и пассивно-активные упражнения на стимуляцию небно-глоточных мышц

1. Шпателем вызвать рефлекторное сокращение мышц задней стенки глотки и мягкого неба;
2. Имитировать жевание;
3. Пить воду маленькими глотками;
4. Покашливать;
5. Позевывать;
6. Многократно произносить гласные а, э на твердой атаке голоса;
7. Полоскать горло маленькими порциями теплой воды;
8. Полезно использовать упражнения с *преодолением сопротивления*, эти упражнения активизируют работу небно-гортанно-глоточных мышц, усиливают небно-глоточное смыкание.

## *Упражнения с преодолением сопротивления*

1. Логопед кладет руку на лоб ребенка и дает инструкцию опустить голову вниз. Ребенок опускает голову вниз с преодолением сопротивления;
2. Логопед держит руку на затылке ребенка и просит его запрокинуть голову назад. Ребенок запрокидывает голову с преодолением сопротивления;
3. Логопед, расположив руку под челюстью ребенка, просит его открыть рот. Ребенок открывает рот с преодолением сопротивления;
4. Ребенку предлагается высунуть язык, а затем постараться втянуть его внутрь. Логопед пытается удержать язык ребенка вне полости рта.

# Массаж уздечки языка

Если уздечка *укорочена* прибегают к массажным движениям, способствующим ее растяжению.

Большим и указательным пальцами левой руки, взявшись за кончик языка, поднять его вверх. Рот при этом раскрыт. Указательным и большим пальцами правой руки растягивающим движением скользить по уздечке языка снизу вверх.

## Уздечка языка



## *Массаж слизистой оболочки десен и твердого неба*

*Данный массаж рекомендуется при слабости кинестетических ощущений.*

- 1.** Рот ребенка открыт. Большой палец расположен на внешней стороне верхней десны, а указательный – на внутренней стороне. Энергично нажимая на десны, производить движения справа налево, а затем слева направо сначала по верхней, а потом также по нижней десне;
- 2.** Большим или указательным пальцем энергично проводить по твердому небу, начиная от передних верхних зубов, по направлению к мягкому небу до границы с мягким небом и обратно.

# *Инструментальные методы воздействия в логопедическом массаже*

## ***Приспособления:***

- постановочные зонды;
- зонды, предложенные Е.В. Новиковой;
- шпатели;
- зубные щетки;
- массажер для языка;
- приспособления, имитирующие зубные щетки для детей 1-го года жизни.

## ***Направление движений:***

- горизонтальное: от кончика к корню языка и наоборот;
- вертикальное: ритмичное надавливание на язык;
- поперечное: направление справа налево и обратно по каждой половине языка.

См. след. слайд



Постановочные  
зонды



Массажер для языка



Зубная щетка



Шпатель

***Воздействие осуществляется с помощью следующих действий:***

- поглаживание;*
- штрихование;*
- рубление;*
- надавливание;*
- вибрация;*
- постукивание;*
- ввинчивание.*

*•При **расслабляющем** массаже движения должны быть легкими (поглаживание, легкое надавливание, легкая вибрация);*

*•При **активизирующем** – движения должны быть энергичными (штрихование, рубление, надавливание, сильная вибрация, постукивание, ввинчивание).*

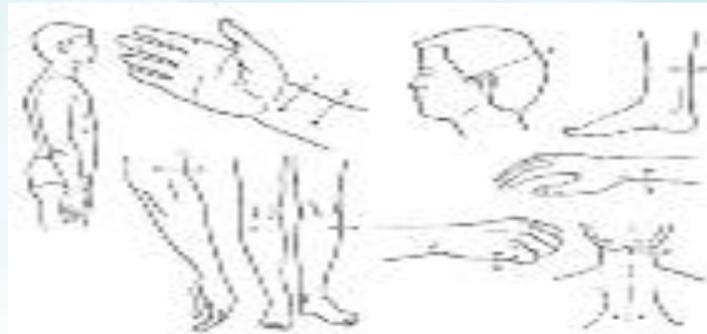
# Методика точечного массажа



# Массаж биологически активных точек

**Воздействие на БАТ** – один из методов рефлексорной терапии.

- ✓ Существует тесная функциональная связь между биологически активными точками и определенными органами, системами организма.
- ✓ Путем нажатия на БАТ вызываются определенные рефлексорные реакции в соответствующих органах и мышцах.



# Особенности методики БАП

- Простота проведения;
- Физиологичность;
- Малая зона воздействия;
- Коррекция+профилактика.



## *Цели специального точечного массажа*

- Нормализация тонуса мышц (голосового, дыхательного, артикуляционного аппарата);
- Регуляция вегетативных функций и обменных процессов;
- Регуляция эмоционального состояния;
- Профилактика расстройств голосового аппарата и заболевания верхних дыхательных путей.

# Техника точечного массажа

- ❑ Для эффективности важно правильное определение БАТ;
- ❑ Ориентирами определения нужной точки служат анатомические образования: впадины, сухожилия, кости и пр.;
- ❑ При надавливании на БАТ возникают ощущения субъективного характера;
- ❑ Способом нахождения БАТ является пальпация.

# Приемы точечного массажа

## Метод:



### Возбуждающий

*✓ При повышенном мышечном тоне используют **расслабляющий** или «**тормозящий**», метод точечного массажа.*

### Выполнение:

Найдя нужную точку, подушечкой пальца производят вращательное движение по часовой стрелке в течение 5-6 с, постепенно углубляясь, надавливая на точку, наращивая усилие; в течение 1-2 с фиксируют достигнутый уровень, а затем в течение 5-6 с производят противоположное движение, «вывинчивая» палец против часовой стрелки, уменьшая силу надавливания. Не отрывая пальца от точки, данный цикл движений повторяют несколько раз. Общее время воздействия на точку – от 1 до 5 мин, в зависимости от возраста массируемого.

*✓ При пониженном мышечном тоне применяется **стимулирующая техника**.*

Найдя точку, проводят в течение 3-4 с вращательные движения по часовой стрелке, ввинчивая палец с надавливанием на точку, а затем палец резко отрывают от точки (движение повторяют 6-10 раз).

# Методические указания к проведению точечного массажа

1. На первых сеансах массируют не более 3-4 точек;
2. Во время сеанса рекомендуется массировать точки как общего, так и локального действия;
3. Симметричные точки массируют попарно и одновременно;
4. Т.м. можно сочетать с классическим;
5. Массаж обычно предшествует логопедическому занятию;
6. Т.м. рекомендуется проводить целым курсом: м/у 2-м и 3-м три месяца. Курсы массажа повторяются каждые 3-6 месяцев. Сеанс массажа проводить через день. Перерыв м/у сеансами массажа, проводимого целым курсом, не должен превышать 3-х дней;
7. Если массаж направлен на релаксацию мышц, точечный массаж полезно проводить на фоне релаксации, для чего можно использовать специально подобранную музыку. Такой массаж можно проводить на фоне аутогенной тренировки.

# БАТ, используемые в логопедическом массаже

## БАТ 1

**Цель:** нормализация состояния мышц артикуляционной мускулатуры.

**А** – одиночная точка под носом в верхней трети вертикальной борозды;

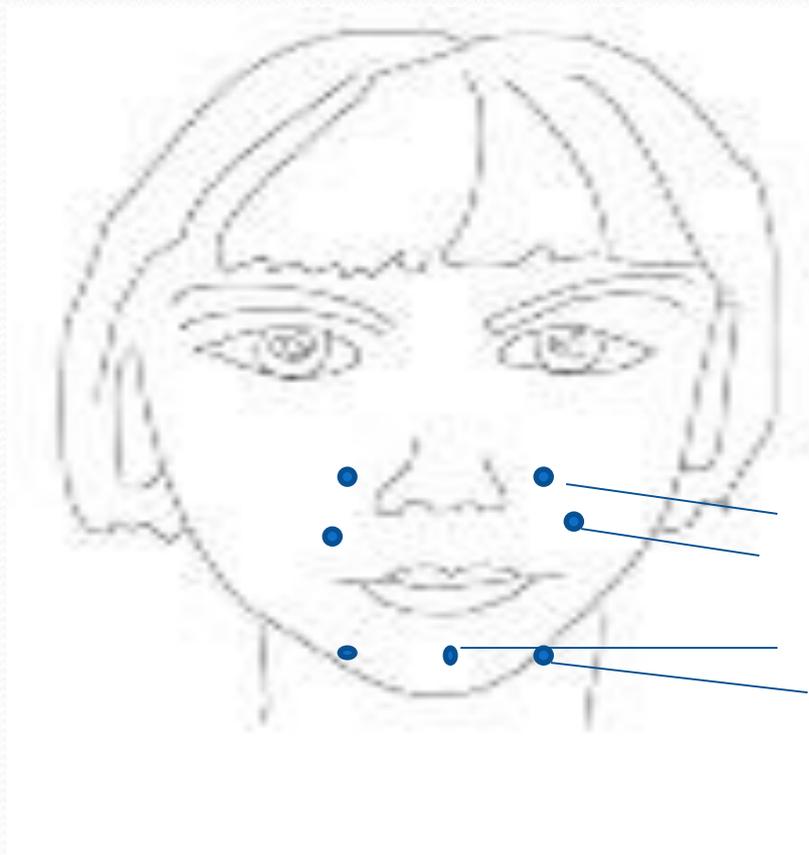
**Б** – точка в центре подбородочно-губной складки;

**В** – парные точки кнаружи от угла рта на 1 см, на вертикальной линии от зрачка;

**Г** – парные точки на 1 см по диагонали от крыла носа, примерно посередине носогубной складки, чуть выше нее;

**Д** – парные точки на нижней челюсти, расположены почти на одной вертикальной линии с точками В.

# БАТ 1



Г  
А

Б  
Д

## Комплекс БАТ 2

**Цель:** улучшение кровоснабжения верхних отделов полости носа, улучшение носового дыхания. Способствует расширению резонаторных возможностей речевого голоса, профилактике голосовых расстройств, используется при тренировке ощущения головного резонанса голоса.

**А** – парные точки на середине расстояния м/у крылом носа и краем верхней губы, кнаружи от средней линии на 0,5 см;

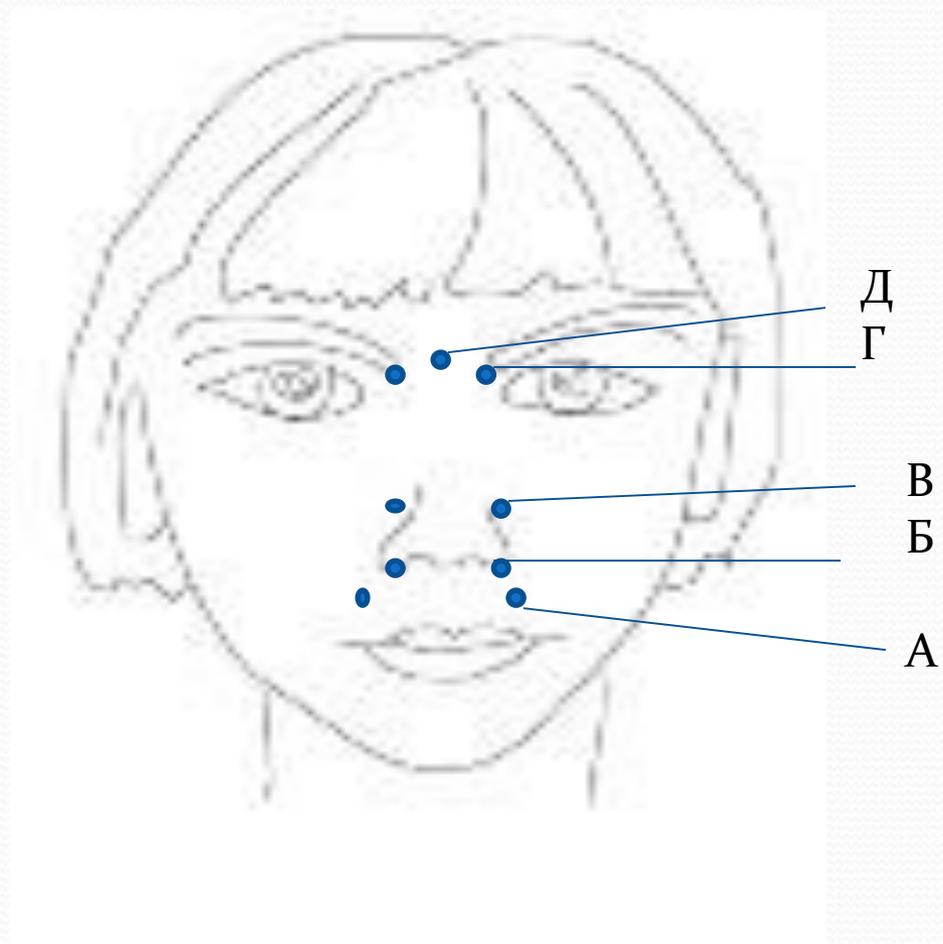
**Б** – парные точки у крыльев носа;

**В** – парные точки в боковой борозде крыла носа, ниже внутреннего угла глаза;

**Г** – парные точки у основания надбровных дуг в выемке;

**Д** – точка в центре переносицы, посередине м/у внутренними концами бровей.

# БАТ 2



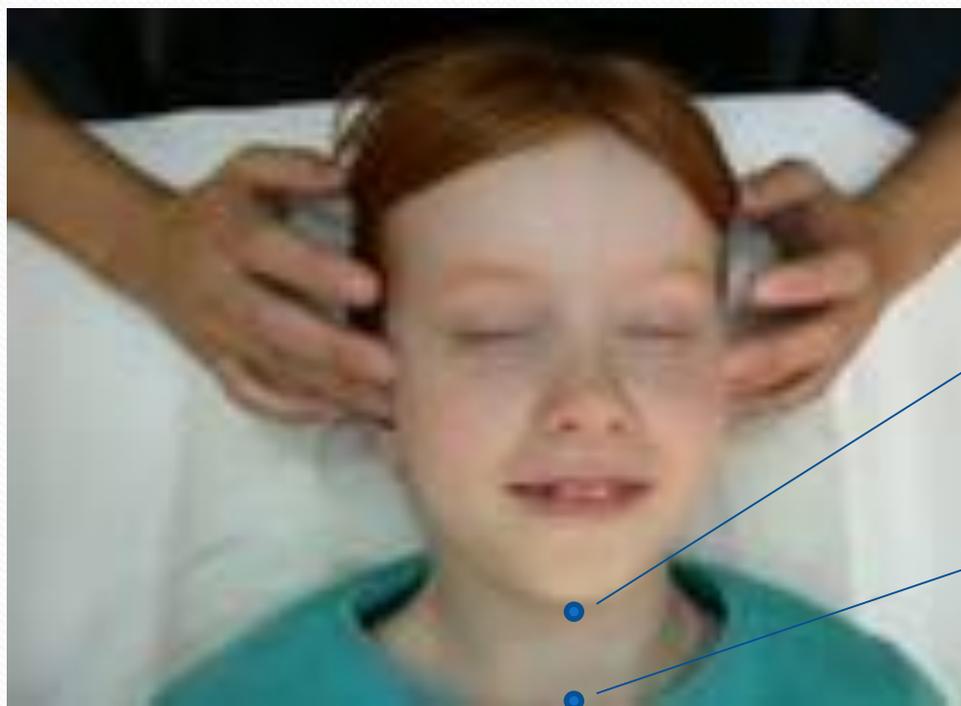
## Комплекс БАТ 3

**Цель:** воздействие на мышцы глотки и гортани. Способствует нормализации напряжения мышц голосового аппарата.

**А** – точка средней линии шеи, м/у нижним краем тела подъязычной кости и верхней вырезкой щитовидного хряща;

**Б** – точка примерно на 0,7 см выше верхнего края яремной вырезки грудины.

# БАТ 3



А

Б

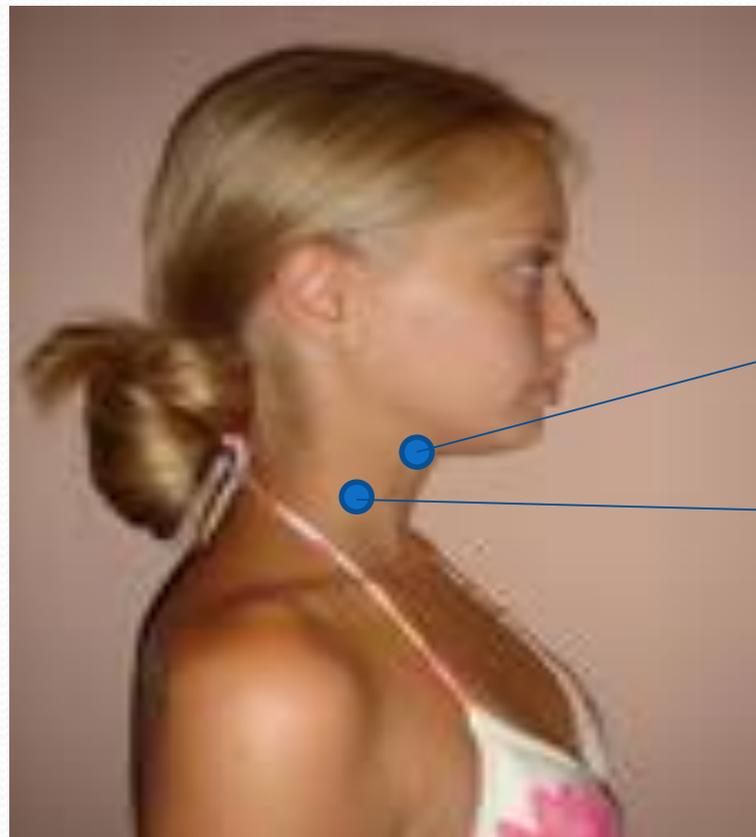
## Комплекс БАТ 4

**Цель:** нормализация состояния мышц глотки, гортани и корня языка. Массировать – осторожно, т.к. воздействие может вызвать неприятные ощущения.

**А** – точка на средней линии шеи или посередине верхнего края подъязычной кости;

**Б** – парные точки кнаружи от нижнего края щитовидного хряща, у переднего края грудино-ключично-сосцевидной мышцы.

# БАТ 4



А

Б

## Комплекс БАТ 5

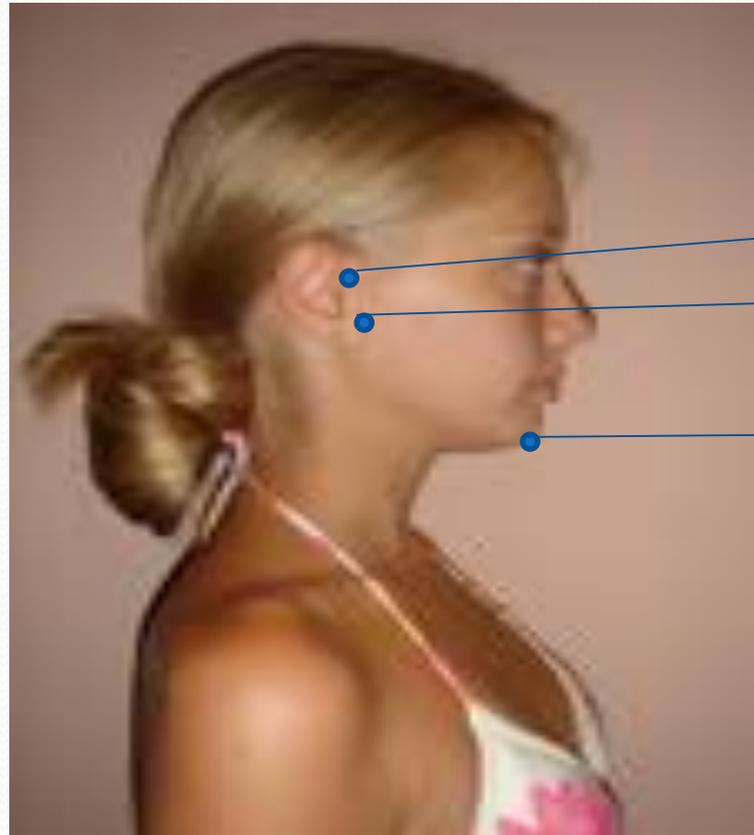
**Цель:** нормализация состояния мышц нижней челюсти.

**А** – точка на середине наиболее выступающей части подбородка;

**Б** – парные точки кпереди от козелка уха, во впадине, которая образуется нижним краем скуловой кости и вырезкой нижней челюсти;

**В** – парные точки на уровне нижнего края прикрепления мочки уха.

# БАТ 5



Б

В

А

## Комплекс БАТ 6

**Цель:** нормализация состояния мышц шеи и плечевого пояса.

**А** – парные точки, расположенные выше задней границы роста волос, в сторону от средней линии головы на 1,5 поперечного пальца;

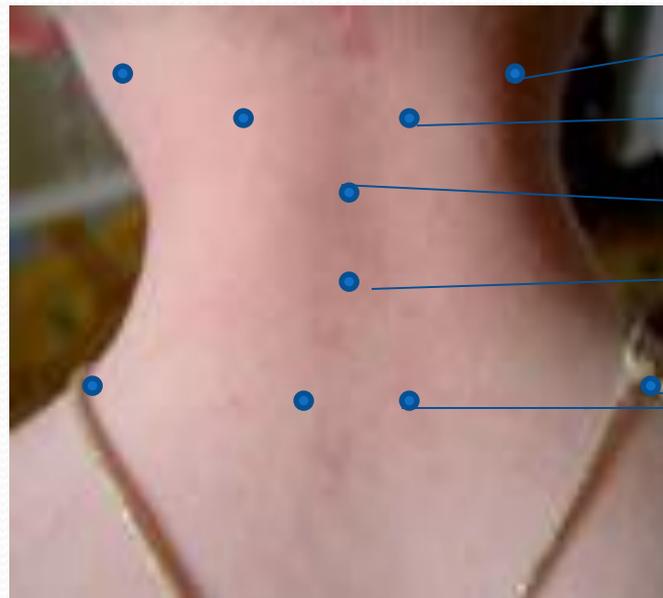
**Б** – парные точки, расположенные под затылочной костью выше задней границы роста волос, в ямке у наружного края трапециевидной мышцы;

**В** – точка м/у 1-м и 2-м шейными позвонками, немного выше задней границы роста волос;

**Г** – парные точки в области верхнего плечевого пояса и ключицы;

**Д** – точка в области 7-го шейного и 1-го грудного позвонков.

# БАТ 6



Б

А

В

Д

Г

## Комплекс БАТ 7

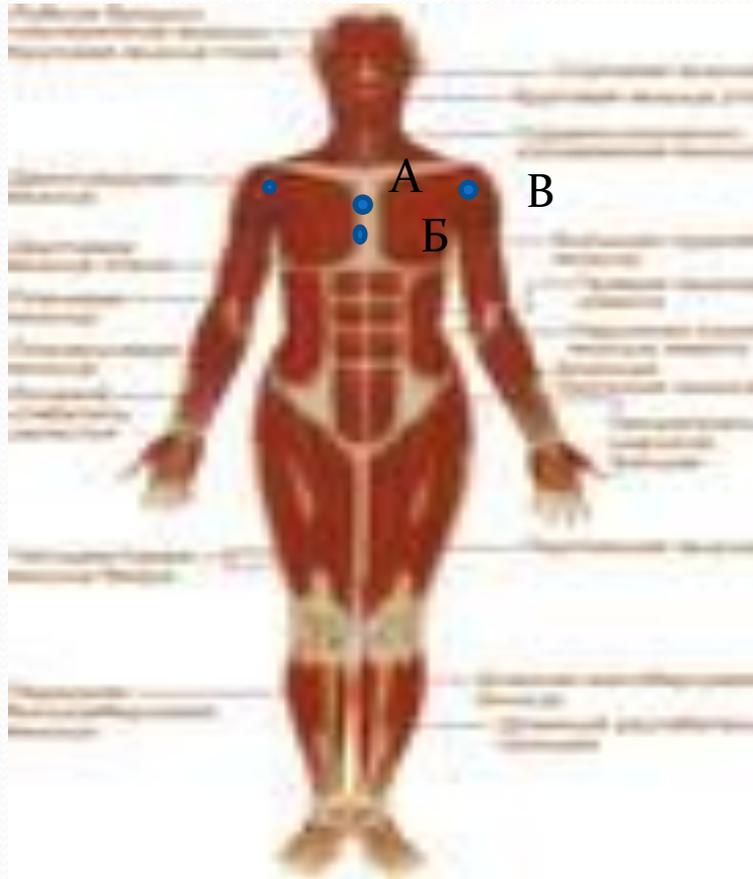
**Цель:** нормализация состояния мышц плечевого пояса и регуляция ритма дыхания. Способствует улучшению звучания голоса в грудном резонаторе.

**А** – точка находится в средней линии части грудины, на расстоянии ширины ладони, приложенной к ключицам;

**Б** – точка а центре грудины, на линии расположения сосков;

**В** – парные точки находятся в образующихся углублениях при положении сведенных плеч.

# БАТ 7



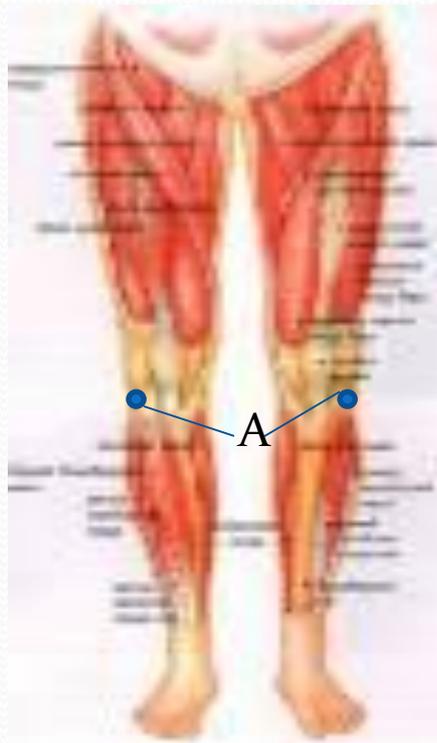
## Комплекс БАТ 8

**Цель:** повышение работоспособности при умственном переутомлении, улучшение памяти, снятие напряжения с мышц голосового аппарата.

**А** – парные точки ниже верхнего края латерального мышцелка большеберцовой кости на 4 поперечных пальца, у переднего края большеберцовой мышцы;

**Б** – парные точки на тыльной стороне ладони м/у 1-й и 2-й пястными костями, в ямке;

# БАТ 8

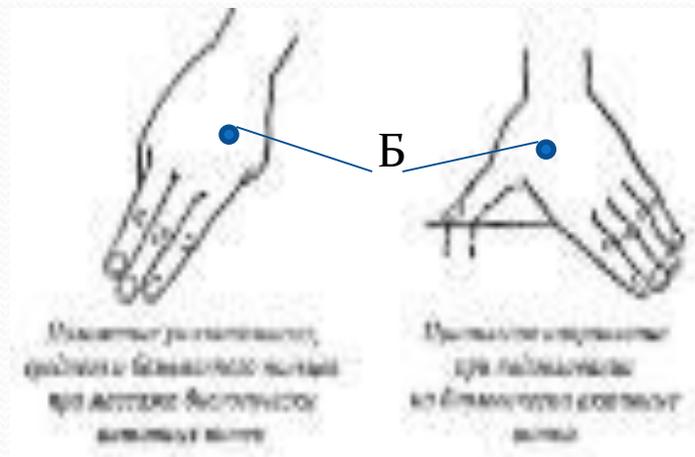


## Комплекс БАТ 9

**Цель:** точка жизни. Оказывает активизирующее воздействие на организм человека в целом.

Точка на темени, ближе к макушке, во впадине на прямом проборе, там, где его пересечет линия, проведенная от уха к уху через верхние точки ушных раковин.

# БАТ 9



# Точечный массаж в сочетании с фонационной гимнастикой

1. БАТ 1+протяжное произнесение зммм в течение 2-3 с;

Цель: снять напряжение с артикуляторных мышц, способствовать ощущению звучания голоса в среднем регистре.

2. БАТ 7+протяжное произнесение жннн в течение 2-3 с;

Цель: способствовать ощущению звучания голоса в грудном регистре.

3. БАТ 2+протяжное произнесение гммм в течение 2-3 с;

Цель: способствовать ощущению звучания голоса в головном регистре.

4. БАТ 5+протяжное произнесение жннн в течение 2-3 с;

Цель: способствовать снятию напряжения в области гортано-глоточной полости.

# Массаж ушных раковин

## Цели:

- резкое повышение тонуса состояния нервной системы;
- снятие утомления;
- мобилизация работоспособности всего организма;
- активизация работы мышц речевого аппарата.

1. Перетереть ушные раковины сверху вниз и снизу вверх;
2. Захватить кончиками пальцев мочки ушей и потянуть их вниз (5 раз);
3. Массаж козелка. Ввести указательный палец в наружное слуховое отверстие и прижать кпереди выступ ушной раковины, слегка надавливая на него в течение 30 с. Помогает при насморке, кашле, осиплости голоса;
4. Массаж противозавитка. Прижать указательным пальцем противозавиток, т.е. выступ сзади наружного слухового прохода. Массировать его сверху вниз 30 с. Благоприятно сказывается на звучании речевого голоса.

# Самомассаж

Это массаж, выполняемый самим человеком, страдающим речевой патологией. Является средством дополняющим воздействие основного массажа.

## Цели:

1. стимуляция кинестетических ощущений мышц, участвующих в работе периферического речевого аппарата;
2. нормализация мышечного тонуса данных мышц.

## Достоинства

1. Проведение как индивидуальных, так и фронтальных занятий;
2. Можно использовать многократно в течение дня, вкл. его в режимные моменты в условиях дошкольного учреждения.

- ✓ Длительность одного сеанса для детей дошкольников – 5-10 мин. Каждое движение повторяется 4-6 раз;
- ✓ Перед проведением самомассажа ребенок должен быть тщательно умыт;
- ✓ Обучение под руководством логопеда. Перед проведением дети должны принять спокойную, расслабленную позу;
- ✓ Дети выполняют прием вначале с зеркалом, затем без него (далее возможно проведение движений под стихотворный текст или тихую музыку);
- ✓ Как правило процедура самомассажа проводится в игровой форме: массаж головы, мимических мышц лица, губ, языка.

## Самомассаж мышц головы и шеи

1. «Я хороший». Расположить ладони обеих рук на области головы, ближе ко лбу, соединив пальцы в центре, и затем провести ладонями по волосам, опускаясь вниз через уши и боковые поверхности шеи к плечам. Движения рук – одновременные, медленные, поглаживающие;
2. «Наденем шапочку». Исходное положение рук то же. Движения обеих ладоней вниз к ушам, а затем по переднебоковой части шеи к яремной ямке.

## *Самомассаж мышц лица*

1. *«Рисуем дорожки»*. Движения пальцев от середины лба к вискам;
2. *«Рисуем яблочки»*. Круговые движения пальцев от середины лба к вискам;
3. *«Рисуем елочки»*. Движения пальцев от середины лба к вискам. Движение направлено несколько по диагонали;
4. *«Пальцевый душ»*. Легкое постукивание или похлопывание кончиками пальцев по лбу;
5. *«Рисуем брови»*. Проводить по бровям от переносицы к вискам каждым пальцем, начиная с указательного.

6. «Наденем очки». Указательным пальцем проводить легко от виска по краю скуловой кости к переносице, затем по брови к вискам;
7. «Глазки спят». Закрывать глаза и легко прикрыть пальцами веки. Удерживать в течение 3-5 с;
8. «Нарисуем усы». Движение указательными и средними пальцами от середины верхней губы к углам рта;
9. «Веселый клоун». Движение указательными и средними пальцами от середины нижней губы к углам рта, а затем вверх к скуловой кости;
10. «Грустный клоун». Движение указательными и средними пальцами от середины верхней губы к углам рта, а затем к углам нижней челюсти;
11. «Клювик». Движение указательным и средним пальцами от углов верхней губы к середине, а затем от углов нижней губы к середине;
12. «Погладим подбородок». Тыльной поверхностью пальцев поглаживать от середины подбородка к ушам;
13. «Расческа». Поглаживание губ зубами;
14. «Молоточек». Постукивание губ зубами;
15. Всасывание верхней и нижней губы попеременно;
16. Пожевывание попеременно то верхней, то нижней губы;
17. «Пальцевый душ». Набрать воздух под верхнюю губу и легко постукивать по ней кончиками пальцев, также под нижнюю губу и др.

## *Самомассаж мышц языка*

1. «Поглаживание языка губами»;
2. «Пошлепывание языка губами»;
3. «Поглаживание языка зубами»;
4. «Покусывание языка зубами»;
5. «Пожуем грушу».

# *Самомассаж ушных раковин*

1. «Погрели ушки»;
2. «Потянули за ушки (3-5 раз)»;
3. «Послушаем тишину (2-3 с)».

# *Методика массажа при дизартрии*

Массаж состоит из механического воздействия и из нерефлекторного и гуморального воздействия.

В логопедической работе при дизартрии нужно применять приемы как расслабляющие напряженные спастичные мышцы, так и ведущие к раздражению и тонизации нервно-мышечного речевого аппарата.

# *Бульбарная дизартрия*

Логопедическая работа при вялых параличах и парезах заключается в улучшении трофики тканей, проводимости нервов, повышении возбудимости мышц.

## *Применяются:*

- *тонизирующий массаж и используется логопедическая гимнастика;*
- *интенсивные, с быстрым нарастанием амплитуды и скорости пассивные движения;*
- *пассивно-активные и активные движения.*

# *Тренировка мышц при бульбарной дизартрии*

Обращается внимание на тренировку тех групп мышц, которые участвуют в образовании отрабатываемой группы звуков. При нарушении артикуляции губных звуков – мышцы губ и щек; язычных звуков – мышцы языка; голоса – мышцы гортани и шеи; при открытой гнусавости – мышцы глотки и мягкого неба. При парезах тренируется дыхательная мускулатура.

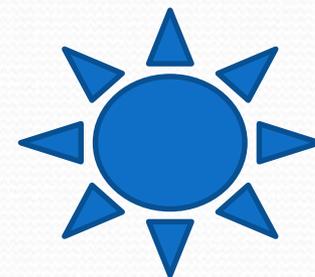
# *При псевдобульбарной дизартрии*

Наблюдаются спастические параличи. Работа над:

- Понижение рефлекторной возбудимости мышц и расслабление их тонического напряжения (расслабляющий массаж, упражнения на активное расслабление мышц, дыхательные упражнения);
- Упражнение парализованных мышц (лечение положением, дифференцированный массаж паретичных мышечных групп, медленные, плавные, с постепенным увеличением амплитуды пассивные движения, пассивно-активные, активные движения).

# *При подкорковой дизартрии*

Приемы расслабляющего массажа, иногда  
тонизирующего. Тренировка больного в  
активном расслаблении мышц, волевым  
подавлении гиперкинезов.



# *При детской псевдобульбарной дизартрии*

Массаж для возбуждения иннервации речевой и лицевой мускулатуры. Перед началом нужно провести упражнения на расслабление массируемой мышцы. Начинается с поглаживания, им следует и закончить массаж. Другие приемы – легкое похлопывание, пощипывание. Массируют мышцы щек, губ, верхней поверхности языка, мягкого неба. **Мягкое небо** массируется спереди назад ладонной стороной большого или указательного пальца (2-3 мин.).

# *Заключение*

Для эффективной коррекции, массаж необходимо совмещать с активной и пассивной гимнастикой, артикуляционными упражнениями.

Помещение для массажа должно быть теплым, уютным, содержащим необходимое оборудование и инструменты.

Руки логопеда должны быть теплыми и стерильными.