Массаж артикуляционного аппарата и артикуляционные упражнения не только улучшают двигательную функцию отстающих систем мозга, но и вовлекают в работу близлежащие мозговые системы.

М.Е. Хватцев

Добрый день, уважаемые коллеги!

Хочу представить свой доклад на тему: Логопедический массаж в коррекционной работе учителя-логопеда.

Многие коллеги замечают, что артикуляционная и дыхательная гимнастики не решают проблемы коррекции звукопроизношения. В настоящее время все чаще встречаются сочетанные нарушения речи, осложняющие процесс коррекции, поэтому многие учителя-логопеды встают перед необходимостью применения массажа языка.

**Логопедический массаж** - метод активного механического воздействия, который изменяет состояние мышц, нервов, кровеносных сосудов и тканей периферического речевого аппарата. Под воздействием логопедического массажа повышается эластичность мышечных волокон, объем, сила и сократительная функция, работоспособность мышц. Логопедический массаж представляет собой одну из логопедических техник, способствующих нормализации произносительной стороны речи и эмоционального состояния лиц, страдающими речевыми нарушениями.

**Основные задачи логопедического массажа:**

* коррекция звукопроизношения;
* нормализация тонуса мышц артикуляционного аппарата (в более тяжелых случаях уменьшение степени проявления двигательных дефектов артикуляционной мускулатуры: спастического пареза, гиперкинезов, атаксии, синкинезии);
* уменьшение проявления мышечных синдромов;
* активизация тех групп мышц периферического речевого аппарата, в которых была недостаточная сократительная способность (или включение в процесс артикулирования новых групп мышц, до этого бездействующих);
* подготовка условий к формированию произвольных, координированных движений органов артикуляции;
* улучшение кровообращения, обменных процессов и нервной проводимости, стимуляция кинетических и кинестетических ощущений;
* уменьшение гиперсаливации;
* укрепление глоточного рефлекса;
* афферентация в речевые зоны коры головного мозга (для стимуляции речевого развития при задержке формирования речи)
* нормализация речевого дыхания;
* создание предпосылок для произвольных координированных движений органов артикуляции.

**Показания к проведению логопедического массажа.**

Назначению массажа предшествует медицинская диагностика, проводимая врачом. Медицинское заключение содержит указание на наличие неврологической симптоматики.

**Показания:**

* дизартрия;
* дислалия;
* ринолалия;
* заикание
* нарушение голоса;
* непроизвольное слюноотделение;
* нарушение тонуса мышц;
* задержка речевого развития (если уходит в дизартрию);
* моторная алалия;
* плохая автоматизация звука;
* инфантильный тип глотания.

*Перед проведением курса массажа необходимо получить заключение невропатолога и педиатра об отсутствии противопоказаний.* Письменное разрешение родителей на проведение логопедического массажа.

**Противопоказания к проведению логопедического массажа:**

* соматическое или инфекционное заболевание;
* лихорадочное состояние;
* острые воспалительные процессы;
* носовые кровотечения и склонность к ним;
* конъюнктивиты;
* острые и хронические заболевания кожных покровов и волосистой части головы (инфекционные, шрибковые и невыясненненной этиологии);
* стоматиты;
* кариес;
* наличие герпеса на губах или другие инфекции полости рта (заеды);
* наличие увеличенных лимфатических желёз;
* резко выраженная пульсация сонных артерий;
* аллергия;
* отек Квинке (аллергический отек тканей наружных или внутренних органов);
* чрезмерная физическая или психическая усталость.

В ряде случаев противопоказания к назначению логопедического массажа носят временный характер.

**Место массажа в комплексной системе коррекционно-педагогического воздействия**

Логопедический массаж — часть комплексной психолого-педагогической работы, направленной на коррекцию речевых расстройств. Он может проводиться на всех этапах коррекционного воздействия, но особенно значимо его использование на начальных этапах работы. Нередко массаж является необходимым условием эффективности логопедического воздействия.

При преодолении артикуляторных нарушений логопедический массаж проводится наряду с пассивной, пассивно-активной и активной артикуляционной гимнастикой.

При формировании речевого дыхания, голоса, нормализации эмоционального состояния массаж может использоваться в комплексе с традиционными логопедическими или релаксационными упражнениями.

Логопедический массаж может осуществлять только **специалист, который прошел специальную подготовку и владеет техникой логопедического маcсажа**, знающий анатомию и физиологию мышц, обеспечивающих речевую деятельность, а также этио-патогенез речевых нарушений.

**Общие рекомендации к проведению логопедического массажа.**

Логопедический массаж проводится в чистом, уютном, теплом и хорошо проветренном помещении.

Логопедический массаж – это **курсовое лечение.**

10-15 сеансов минимум.

Каждый день / через день / 2 дня на 3-й (3 раза в неделю)

Перерыв минимум 10 дней. 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.

Начальная длительность процедуры обычно составляет 5 — 7 мин, а конечная — 20 — 25 мин.

Перед тем как начать курс массажа, учитель - 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.

**Факторы продолжительности массажа:**

* возраст ребенка (дошкольники – максимум 30 минут);
* тяжесть нарушения;
* этап логопедической работы;
* психологические особенности ребенка;
* регламент рабочего места.

**Оборудование, рекомендованное для проведения массажа:**

* кран с водой;
* кушетка;
* подушка (валик) не обязательно;
* резиновые перчатки;
* салфетки стерильные;
* нашатырный спирт;
* перекись водорода;
* детская присыпка (для успокаивающего массажа);
* детское масло (для активизирующего массажа);
* музыка для релаксации;
* одноразовые шпатели;
* логопедические зонды различной конфигурации;
* электрический вибромассажер;
* медицинский спирт для дезинфекции;
* грелка для прогревания мышц;
* несколько полотенец или влажные одноразовые салфетки.

Руки массажиста всегда должны быть чистыми, без украшений, ногти короткими, без ссадин и царапин или каких-либо очагов воспаления.

**Виды массажа:**

**Лечебный классический массаж**– применяется без учета рефлекторного воздействия и проводится вблизи от поврежденного участка тела или непосредственно на нем. 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**– (описаны в работах К.А. Семеновой, Е.Ф. Архиповой) разновидность лечебного массажа, когда локально воздействуют расслабляющим или стимулирующим способом на биологически активные точки (зоны) соответственно показаниям при заболевании или нарушении функции.

**Аппаратный массаж**проводят с помощью вибрационных, вакуумных и других приборов.

**Сегментарно-рефлекторный массаж** (методика массажа языка Ю.В. Микляевой)Приемы те же, что и в классическом варианте, но выполняется он согласно сегментарному делению на зоны. То есть для решения логопедических проблем массаж выполняется в области воротниковой зоны, шейного отдела, лица и волосяной части головы;

**Зондовый массаж.**Метод логопедического массажа, разработанный Новиковой Е.В., выполняется при помощи специальных инструментов — зондов.

**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).

**Логопедический массаж по методу Е. В. Новиковой**

**Логопедический массаж Новиковой Е. В.** еще называют зондовым, так как для его проведения требуется использование специальных приспособлений, разработанных автором методики. При этом каждый зонд из комплекта уникален и выполняет свою функцию. Используя эти приспособления в определенной очередности,  логопед может эффективно воздействовать только на те участки и области, которые нуждаются в коррекции.

Также во время сеанса логопедического массажа при заикании или иной причине задержки речевого развития специалист варьирует силу нажатий в области языка, щек, мягкого неба, губ, мимических и жевательных мышц. Все это создает оптимальные условия для речевого развития ребенка. Метод Новиковой также помогает справиться и с более серьезными дефектами речи, которые вызваны дизартрией или ДЦП.

Стоит отметить, что зондовый массаж практически безболезненный. Только у ребенка с повышенным тонусом мышц возможен некоторый дискомфорт. Именно поэтому очень важно, чтобы малыш перед сеансом занял наиболее комфортную позу, которая позволит ему максимально расслабиться.

**Логопедический массаж по методу Елены Архиповой**

**Профессор кафедры логопедии Елена Архипова**предложила свою методику логопедического массажа, который предназначен для коррекции серьезных речевых расстройств. Этот метод подразумевает дифференцированное воздействие на мышцы лица и полости рта в зависимости от заболевания. Такой логопедический массаж показан при дизартрии, а также детям с ДЦП.

Сеансы логопедического массажа по методу Архиповой проводят курсами от 10 до 20 ежедневных занятий. Между курсами также стараются не делать длительных перерывов, так как это может негативно отразится на полученных результатах. Процедуру должен проводить врач, поскольку к каждому ребенку необходим индивидуальный подход. Ведь приемы логопедического массажа при дизартрии будут значительно отличаться от способов воздействия при ДЦП или заикании.

**Логопедический массаж по методу Е. А. Дьяковой**

**Логопедический массаж по методу Е. А. Дьяковой** — это систематизированные знания различных мировых светил в области логопедии. Именно ею был разработан учебник, по которому по сей день учатся будущие специалисты логопеды-дефектологи. А потому можно смело сказать, что метод Е. А. Дьяковой позволяет скорректировать различные речевые нарушения у ребенка, в том числе и достаточно тяжелые.

Например, такой логопедический массаж помогает улучшить артикуляцию при ДЦП, повышенном тонусе мышц, дизартрии, а также заикании. После каждой процедуры улучшается кровоснабжение мышц лица и речевых органов, что постепенно оказывает влияние на артикуляцию и мимику.

**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.

3.       Положение массируемого аналогично указанному рисунку в пункте 1. Специалист занимает положение справа от массируемого. Ладонь левой руки логопеда для фиксации положения головы ребенка помещается на теменную ее область, правой рукой логопед осуществляет массажные движения. Данная поза применяется для проведения массажа языка, губ, щек и жевательных мышц как с внешней, так и с внутренней их поверхности.

**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.

*A.*  *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.

*Б.*  *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.

*B.*  *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 четырех 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 вы хода 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...*

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.

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 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:

·         мимическая мускулатура,

·         мышцы губ,

·         мышцы языка,

·         мышцы шеи и плечевого пояса.

**Использование приемов самомассажа в логопедической практике**

*Самомассаж* — это массаж, выполняемый самим ребенком (подростком или взрослым), страдающим речевой патологией.

Самомассаж является средством, дополняющим воздействие основного массажа, который выполняется логопедом.

Целью логопедического самомассажа является в первую очередь стимуляция кинестетических ощущений мышц, участвующих в работе периферического речевого аппарата, а также в определенной степени и нормализация мышечного тонуса данных мышц.

В практике логопедической работы использование приемов самомассажа весьма полезно по нескольким причинам. В отличие от логопедического массажа, проводимого логопедом, самомассаж можно проводить не только индивидуально, но и фронтально с группой детей одновременно. Кроме этого самомассаж можно использовать многократно в течение дня, включая его в различные режимные моменты в условиях дошкольного учреждения. Так, самомассаж может проводиться детьми после утренней гимнастики, занятия по релаксации (аутогенной тренировки), дневного сна. Самомассаж также может быть включен в логопедическое занятие, при этом приемы самомассажа могут предварять либо завершать артикуляционную гимнастику.

Длительность одного сеанса самомассажа для детей дошкольного возраста может составлять 5 — 10 мин. Каждое движение выполняется в среднем 4 — 6 раз. В один сеанс самомассажа может быть включено лишь несколько из предлагаемых приемов. Причем они могут варьироваться в течение дня. Естественно, что перед проведением самомассажа ребенок должен быть тщательно умыт.

Дети обучаются приемам самомассажа под руководством логопеда. Перед выполнением приемов самомассажа дети должны принять спокойную, расслабленную позу. Они могут сидеть на стульчиках или находиться в положении лежа (например, в кроватках после дневного сна). Обучая детей самомассажу, логопед показывает каждый прием на себе и комментирует его.

Дети выполняют массажный прием самостоятельно, вначале при наличии зрительного контроля (зеркало), а затем и без него. Когда приемы самомассажа будут освоены детьми, возможно проведение движений под стихотворный текст или специально подобранную тихую музыку в медленном ритме. Этот метод особенно полезен, поскольку обеспечивает тактильно-проприоцептивную стимуляцию в определенном ритме, что в целом способствует формированию чувства ритма, которое в своей основе имеет моторную природу.

Процедура самомассажа проводится, как правило, в игровой форме по рекомендуемой педагогом схеме: массаж головы, мимических мышц лица, губ, языка.

Во время выполнения движений у ребенка не должно быть ощущений дискомфорта, напротив, все движения самомассажа должны приносить ребенку удовольствие.

**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 должны быть одновременными, медленными, поглаживающими.

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». Движение пальцев от середины лба к вискам.

2.      «Рисуем яблочки». Круговые движения пальцев от середины лба к  
вискам. «Рисуем елочки». Движения пальцев от середины лба к вискам. Движение направлено несколько по диагонали.

3.      «Пальцевый душ». Легкое постукивание или похлопывание кончиками  
пальцев по лбу.

4.      «Рисуем брови». Проводить по бровям от переносицы к вискам каждым пальцем поочередно: указательным, средним, безымянным и мизинцем. «Наденем очки». Указательным пальцем проводить легко от виска по краю скуловой кости к переносице, затем по брови к вискам.

5.      «Глазки спят». Закрыть глаза и легко прикрыть пальцами веки Удержать в течение 3 — 5 с.

6.      «Нарисуем усы». Движение указательными и средними пальцами от  
середины верхней губы к углам рта .

7.      «Веселый клоун». Движение указательными и средними пальцами от  
середины нижней губы к углам рта, а затем вверх к скуловой кости.

8.      «Грустный клоун». Движение указательными и средними пальцами  
от середины верхней губы к углам рта, а затем к углам нижней челюсти.

9.      «Клювик». Движение указательным и средним пальцами от углов верх  
ней губы к середине, а затем от углов нижней губы к середине.

10.  «Погладим подбородок». Тыльной поверхностью пальцев поглаживать  
от середины подбородка к ушам.

11.  «Расческа». Поглаживание губ зубами.

12.  «Молоточек». Постукивание губ зубами.

13.  Всасывание верхней и нижней губы попеременно.

14.  Пожевывание попеременно то верхней, то нижней губы.

15.  «Пальцевый душ». Набрать воздух под верхнюю губу и легко постукивать по ней кончиками пальцев, проделать то же самое движение, набрав воздух под нижнюю губу.

16.  «Нарисуем три дорожки». Движение пальцев от середины нижней  
губы к ушам, от середины верхней губы к ушам, от середины носа к ушам.

17.  «Нарисуем кружочки». Круговые движения кончиками пальцев по щекам.

18.  «Погреем щечки». Растирающие движения ладонями по щекам в разных направлениях.

19.  «Паровозики». Сжать кулаки и приставить их тыльной стороной к  
щекам. Производить круговые движения, смещая мышцы щек сначала по  
часовой стрелке, а затем против часовой стрелки. Можно сопровождать  
круговые движения ритмичным произнесением: «Чух, чух, чух».

20.  «Пальцевый душ». Набрать воздух под щеки и легко постукивать по  
ним кончиками пальцев.

21.  «Испечем блинчики». Похлопать ладошками по щекам.

22.  «Умыли личико». Ладонями обеих рук производить легкие поглаживающие движения от середины лба вниз по щекам к подбородку.

23.

**Самомассаж мышц языка**

Данные приемы самомассажа языка можно рассматривать и как часть активной гимнастики.

1.      «Поглаживание языка губами». Просунуть язык как возможно больше  
сквозь узкую щель между губами, затем расслабить его так, чтобы боковые  
края языка касались углов рта. Постепенно убирать язык в полость рта.

2.      «Пошлепывание языка губами». Просовывая язык сквозь губы вперед,  
пошлепывать его губами, при этом слышится звук «пя-пя-пя», точно так  
же убирать язык внутрь рта.

3.      «Поглаживание языка зубами». Просунуть язык как возможно больше  
сквозь узкую щель между зубами, затем расслабить его так, чтобы боковые края языка касались углов рта. Постепенно убирать язык в полость рта.

4.      «Покусывание языка зубами». Легко покусывать язык зубами, высовывая его вперед и убирая назад, в полость рта.

5.      «Пожуем грушу». Использовать для упражнения спринцовку №1. Сложить ее в два раза, обмакнуть сложенную часть в сладкий сироп, вложить в рот ребенка так, чтобы кончик остался снаружи. Предложить пожевать. Это упражнение используется не только для массажирования языка, но и для активизации движении   жевательных мышц и стимуляции кинестетических ощущений, идущих от мышц полости рта.

Самомассаж ушных раковин

1.      «Погрели ушки». Приложить ладони к ушным раковинам и потереть их.

2.      «Потянули за ушки». Взяться пальцами за ушные мочки и потянуть их  
вниз 3 — 5 раз (рис. 136).

3.      «Послушаем тишину». Накрыть ушные раковины ладонями. Подержать их в таком положении 2 — 3 с.

Процедуру массажа лица можно сопровождать чтением стихотворного текста (читает логопед), например:

|  |  |
| --- | --- |
| Если солнце жарко греет, Если легкий ветер веет, Стало сухо и тепло — Это лето к нам пришло. | Поглаживающие движения от середины лба, носа, верхней губы, подбородка к ушам. |
| Если дождь стучит по крыше, Листья падают неслышно. Птицам улетать пора — Это осень к нам пришла. | Постукивающие движения подушечками пальцев по лбу, щекам, подбородку. |
| Если вьюга кружит, злится, Всюду белый снег кружится, В снежных шапках все дома, -Это к нам пришла зима. | Круговые движения в области лба, щек, подбородка. |
| Если тает снег и лед, Звонкий ручеек течет, Распускается листва — Это к нам пришла весна. | Поглаживающие движения обеими ладонями сверху вниз по боковым сторонам лица и шеи, по центральной части лица и шеи. |

**Литература:**

Дедюхина Г. В., Яньшина Т. А., Могучая Л. Д. Логопедический массаж и лечебная физкультура с детьми 3-5 лет, страдающими детским церебральным параличом. Учебно-практическое пособие для логопедов и медицинских работников

## *Микляева Ю.В. Логопедический массаж и гимнастика. Работа над звукопроизношением*

# Крупенчук О.И. Логопедический массаж ложками. Пальчиковые игры. Самомассаж

Новикова Е.В. Зондовый массаж

Дьякова Е.А.

Архипова Е.Ф. Логопедический массаж при дизартрии

Логопедический массаж: Учеб. пособие для студ. высш. учеб. заведений. – М.: Изд. центр «Академия», 2003, - 96 с.