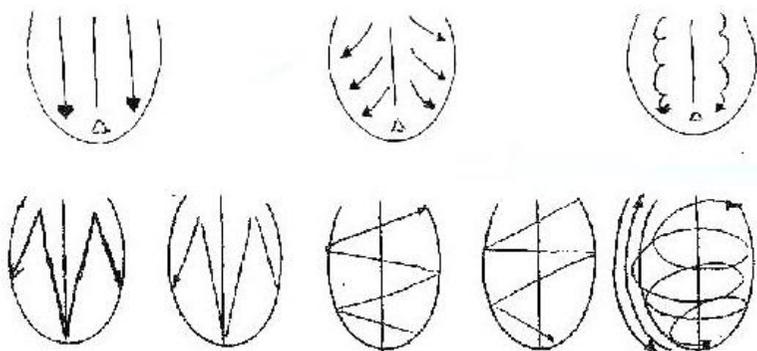


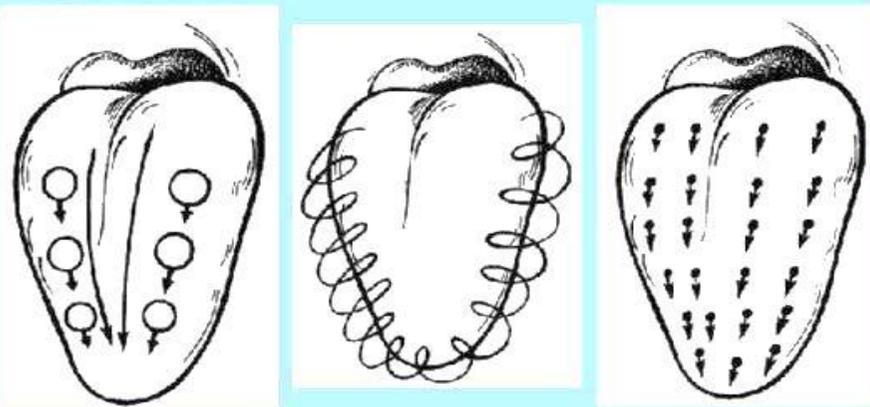
**Для массажа языка используют 3 основных приема:**

- Поглаживание - (плоскостное, щипцеобразное )
- Разминание - (продольное, поперечное, сдвигание )
- Вибрация - ("пальцевый душ", "стоккато")

**Заканчивают массаж поглаживанием**



## РАССЛАБЛЕНИЕ МЫШЦ ЯЗЫКА



Для расслабления мышц корня языка используется точечный массаж под обоими углами нижней челюсти. Массаж языка проводится с помощью стерильного бинта, которым нежно нажимают на язык, добиваясь его расслабления.



ОГБУСО БДИ



ДМРЦ «Росток надежды»



## Занимаемся дома: советы логопеда Логопедический массаж в домашних условиях

### Памятка для родителей от логопеда

Поддержка семей, имеющих детей с ОВЗ

☎ 8 (3953) 30-28-16

☎ 8 902 179 01 78 (зав. ОДП Надежда Сергеевна)

☎ 8 924 822 04 14 (рук. ДМРЦ Наталья Владимировна)

e-mail: [bddi.priem@mail.ru](mailto:bddi.priem@mail.ru)

Вконтакте: [https://vk.com/dmrc\\_rostok\\_bratsk](https://vk.com/dmrc_rostok_bratsk)

Каждое движение следует повторять по 20-30 раз. Курс продолжается порядка 3 недель, повторный – через 1,5 месяца.

## Общие рекомендации

Чтобы логопедический массаж был эффективен, важно соблюдать ряд простых рекомендаций:

- Занятия проводятся курсами (примерно по 10-20 занятий). Сеансы – 2-3 раза в неделю.
- В зависимости от вида логопедического массажа, ребенок должен занять сидячее или лежачее положение. Если ребенок сильно волнуется, то первое время он может сидеть на коленях у родителя.
- Важно установить эмоциональный контакт с ребенком, чтобы он вам мог доверять. Если он будет скован или устраивать истерики, то пользы от таких занятий не будет. Родителям же нужно проводить занятия только в хорошем настроении, потому что если вы будете взвинчены или раздражены, то это автоматически передастся ребенку.
- Во время процедуры не должно быть никакого дискомфорта. Если ребенок говорит, что ему больно или его вдруг начало тошнить, то нужно снизить интенсивность или прекратить любые манипуляции, пока его состояние не нормализуется.
- Если используется зубная щетка или ложка, то они должны применяться только для одной цели – логопедического массажа. Они должны быть индивидуальными и чистыми, поэтому нужно позаботиться о дезинфекции.

В конце процедуры можно погладить лицо ребенка и похвалить его за терпение. Можно подарить ему что-то – так он будет воспринимать занятия как нечто положительное.

Помните о том, что логопедический массаж – это не панацея, поэтому эта методика должна использоваться совместно с другими способами коррекции речевых нарушений.

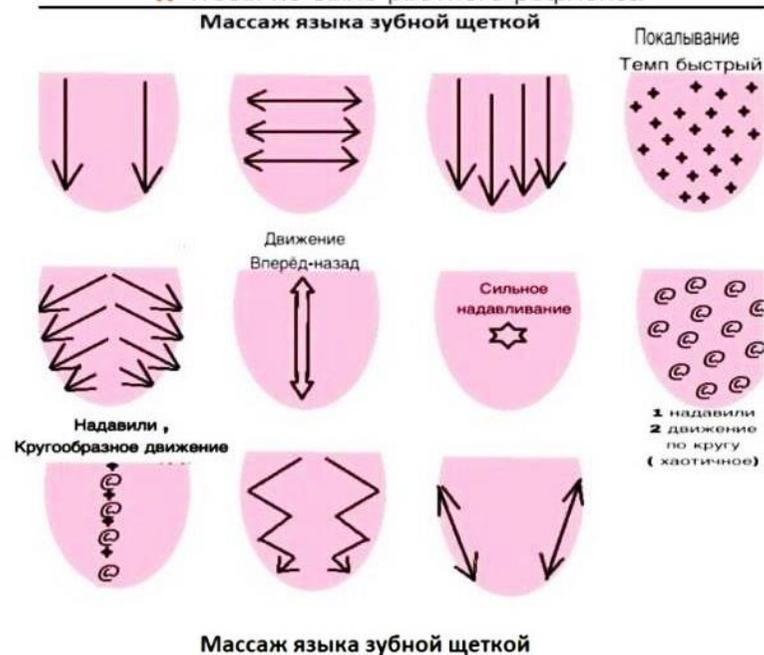
## Противопоказания к проведению процедуры

Важно знать, что есть определенные противопоказания к проведению логопедического массажа. Как правило, они носят временный характер. К основным противопоказаниям относятся:

- инфекционные и вирусные заболевания (грипп, ОРВИ и др.);
- герпесные и гнойничковые высыпания на лице и/или в ротовой полости;
- повышенная температура;
- болезни ротовой полости (стоматит, гингивит);
- увеличенные лимфоузлы;
- болезни крови и капилляров;
- повышенное внутричерепное давление;
- онкологические заболевания;
- эпилепсия;
- гиперчувствительность;

## Начинаем от середины языка, чуть ближе к корню

! ? Чтобы не было рвотного рефлекса



- ангина (в острой фазе и в течение 10 дней после выздоровления).

### Ручной массаж

Массаж языка подушечками пальцев позволяет проработать все группы мышц. Занятия позволяют снять повышенный тонус артикуляционных и мимических мышц.

**ВАЖНО:** Занятия проводятся только чистыми руками.

Есть несколько эффективных упражнений для языка:

- Поглаживание высушенного языка, его боковых краев от центра до середины (количество повторений – 5-7 раз).
- Похлопывание высушенного языка от середины вниз вторым и третьим пальцем горизонтально (5-7 раз).
- Постукивание высушенного языка, его боковых краев (от центра до середины).
- Далее можно делать спиралевидные движения по высушенному языку от середины к кончику языка.
- Легкие пощипывания кончика языка.
- Захват языка двумя пальцами, прокручивание его по и против часовой стрелки.

### Массаж зубной щеткой

Для данного вида массажа используют чистую зубную щетку, которая предназначена только для данной процедуры, т.е. не используется для чистки зубов. За счет своих ворсинок она хорошо разминает язык. Плюс в том, что массаж зубной щеткой можно проводить самостоятельно дома.

Последовательность действий примерно следующая:

- Под язык нужно подложить сложенный бинт или бумажную салфетку – это необходимо для сбора слюны, которая будет активно выделяться в течение занятий. По мере намокания их нужно менять.
- Перед выполнением процедуры нужно сказать ребенку, чтобы он расслабил язык настолько, насколько он может.
- Сначала выполняются круговые разминающие движения по спинке языка. Нажим несильный.
- Далее выполняем поглаживания по всей площади языка. Движения должны быть прерывистыми, как во время чистки зубов.
- Далее ребенок должен напрячь язык и приподнять его к нёбу. Массируем нижнюю часть языка и ямку под ней.

***Во время выполнения упражнений нужно следить за состоянием ребенка, чтобы не вызвать у него рвотный рефлекс!***

### Массаж с помощью ложек

Используются обычные столовые приборы, но важным условием является чистота рук и самих предметов. Для этих целей подойдут 2 чайные ложки.

Последовательность следующая:

1. Поглаживание висков выпуклой стороной ложки (по часовой стрелке).
2. Поглаживание глазных впадин округлой стороной прибора. Ложку ведут вдоль надбровной дуги к внешнему уголку глаза. Возвращают ложку под глазом.
3. Щеки поглаживаются выпуклой стороной ложки.
4. Поглаживание висков спиралевидными движениями выпуклой стороной ложки. В конце движения можно слегка надавить на висок.
5. Подбородочные и жевательные мышцы разминаются круговыми движениями округлой стороны столового прибора.
6. Кончиком ложки необходимо «поскрестить» по нижней и по верхней губе.

### Зондовый массаж

Этот тип логопедического массажа выполняется при помощи специальных зондов, которые разработала Новикова Е. В. – доктор педагогических наук.

Стандартный набор состоит из 11 инструментов, каждый из которых используется в определенных целях. К примеру, «саночки» предназначены для стимуляции мышц, «топорик» применяется при пониженном и повышенном тоне мышц.

Точная последовательность действий определяется логопедом-дефектологом. В частности, она зависит от конкретного речевого нарушения и возраста пациента. Стандартная схема выглядит следующим образом:

- Инструментом в виде шарика нужно водить по всей поверхности языка.
- «Вилочкой» проводится обкалывание языка. Далее совершаются колебательные и вращательные движения инструментом в разных точках.
- «Восьмеркой» нужно нажимать на язык в нескольких точках.
- Также используются «саночки» (всего их 3 – малые, средние и большие). Используются для растягивания уздечки под языком, а также надавливания на орган.
- «Топориком» скользим по языку, слегка надавливая на него.
- «Крестовиной» проводится нажим, прокручивание, прижимание языка к корню, возвратное выталкивание языком.
- «Толкачиком» проводится прокручивание, нажим, в также упражнение «Пружина» с языком (до корня).