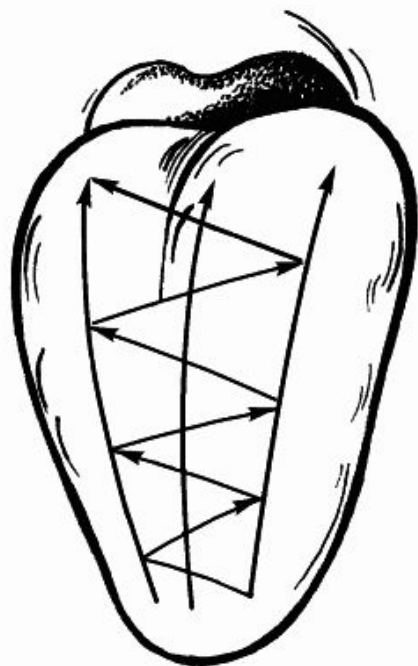
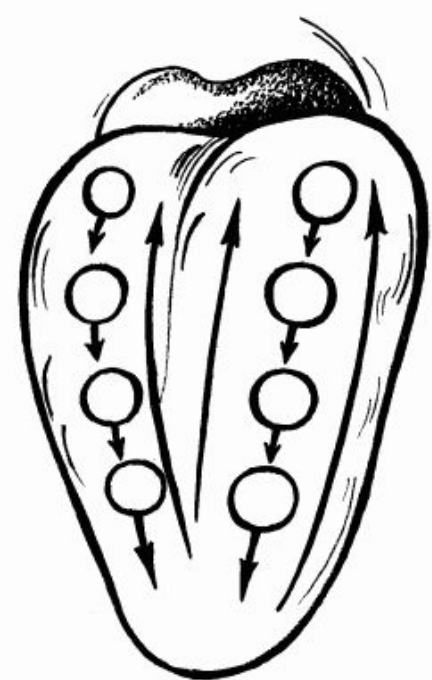


Массаж артикуляционного аппарата и артикуляционные упражнения не только улучшают двигательную функцию отстающих систем мозга, но и вовлекают в работу ближайшие мозговые системы

М. Е. Хватцев.

Логопедический массаж



Логопедический массаж - это метод активного механического воздействия, который изменяет состояние мышц, нервов, кровеносных сосудов и тканей периферического речевого аппарата. Данный метод представляет собой одну из логопедических техник, способствующих как нормализации произносительной стороны речи, так и эмоционального состояния лиц, страдающих речевыми нарушениями.

Логопедический массаж является составной частью комплексной медико-педагогической системы реабилитации детей, подростков и взрослых, страдающих речевыми нарушениями. Массаж используется в логопедической работе с лицами, у которых диагностируются такие речевые расстройства, как **дизартрия**, в том числе и ее стертые формы, **ринолалия**, **нарушения голоса**, а также **заикание**. В целом массаж применяется в коррекционной педагогической работе во всех тех случаях, когда имеются нарушения тонуса мышц.

Логопедический массаж может проводиться на всех этапах коррекционного воздействия, но особенно значимо его использование на начальных этапах работы. Нередко, массаж является необходимым условием эффективности логопедического воздействия.

Логопедический массаж может осуществлять логопед, дефектолог или медицинский работник, который владеет техникой логопедического массажа, т. е. прошедший специальную подготовку и знающий анатомию и физиологию мышц, обеспечивающих речевую деятельность, а также этиопатогенез речевых нарушений. Элементы массажа могут осуществляться родителями ребенка, специально проинструктированными и обученными логопедом.

Логопедический массаж выполняется в области мышц периферического речевого аппарата. Мышцы артикуляционного аппарата, т.е. языка, щек, губ; мимические мышцы лица; мышцы, обеспечивающие работу голосовых связок и мышцы дыхательного аппарата, представляют собой единую мышечную систему, обеспечивающую речепроизводство. В силу этого, логопедический массаж обязательно должен включать все вышеперечисленные области, даже в тех случаях, когда диагностируется поражение мышц лишь на локальном участке.

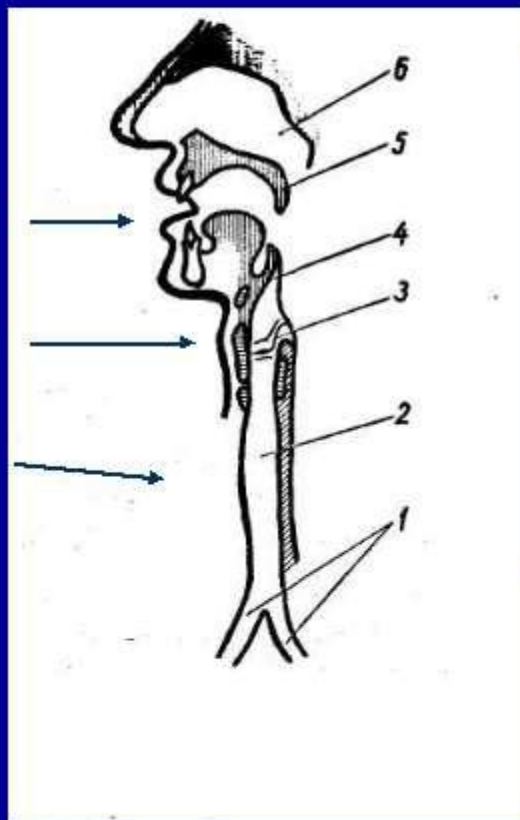
СТРОЕНИЕ РЕЧЕВОГО АППАРАТА

ПЕРИФЕРИЧЕСКИЙ РЕЧЕВОЙ АППАРАТ

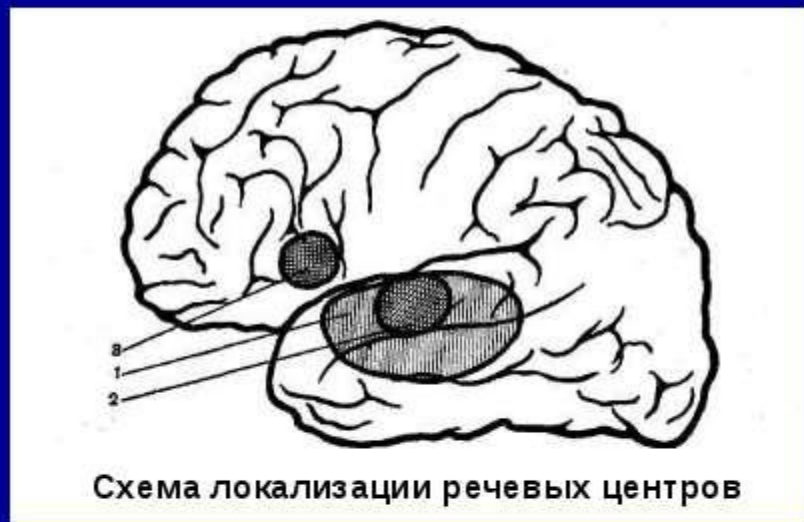
Артикуляционный
отдел

Голосовой
отдел

Дыхательный
отдел



ЦЕНТРАЛЬНЫЙ РЕЧЕВОЙ АППАРАТ



ЦЕНТРАЛЬНЫЙ ОТДЕЛ РЕЧЕВОГО АППАРАТА

1. Кора больших полушарий:

- **Центр Вернике** (задний отдел верхней височной извилины левого полушария (у правшей)).

- **Центр Брокка** (задняя часть нижней лобной извилины левого полушария (у правшей)).

2. Мозжечок и ствол головного мозга

- Мозжечок.

- Стол мозга – состоит из большого числа клеточных скоплений – ядер и проводников, связывающих головной мозг со спинным, а также отдельные части головного мозга между собой. Ядра ствола дают начало 12-ти парам черепно-мозговых нервов.

3. Подкорковый отдел головного мозга

- Подкорковые (базальные) узлы – большие скопления нервных клеток, расположенных в массе белого вещества БП ГМ. Базальные узлы в сочетании с другими образованиями нервной системы составляют так называемую **ЭКСТРАПИРАМИДНУЮ СИСТЕМУ**.

4. Черепно-мозговые нервы, участвующие в моторном речевом акте

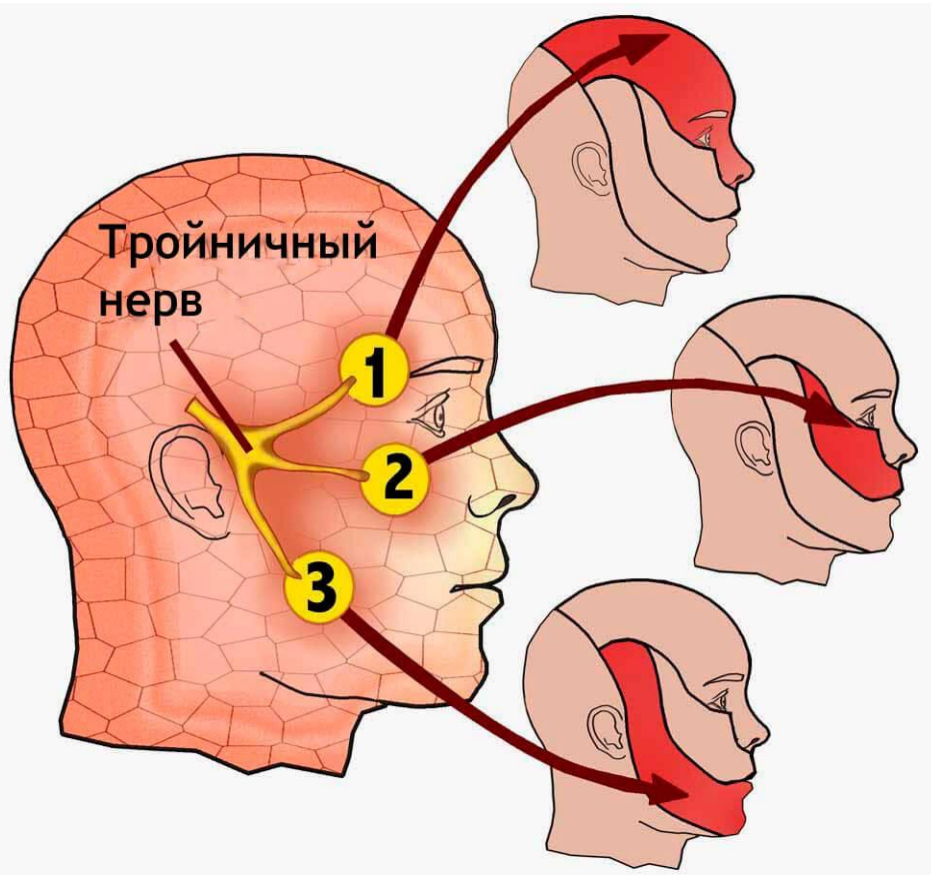
Тройничный, Лицевой, Языкоглоточный, Блуждающий нерв, Подъязычный нервы.

Экстрапирамидная система

Задачи:

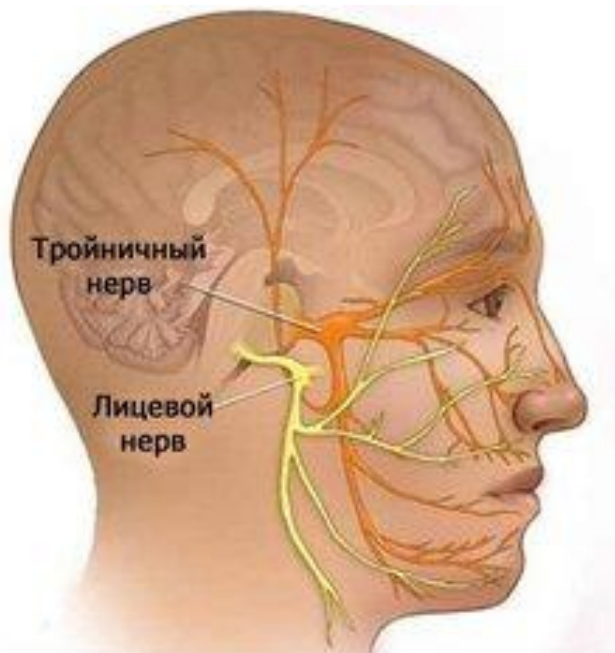
- подготовка и коррекция по ходу выполнения двигательного акта;
- участие в осуществлении эмоционально-двигательных реакций – мимических движений;
- перераспределение тонуса мышц, делает их движения плавными.

Черепно-мозговые нервы



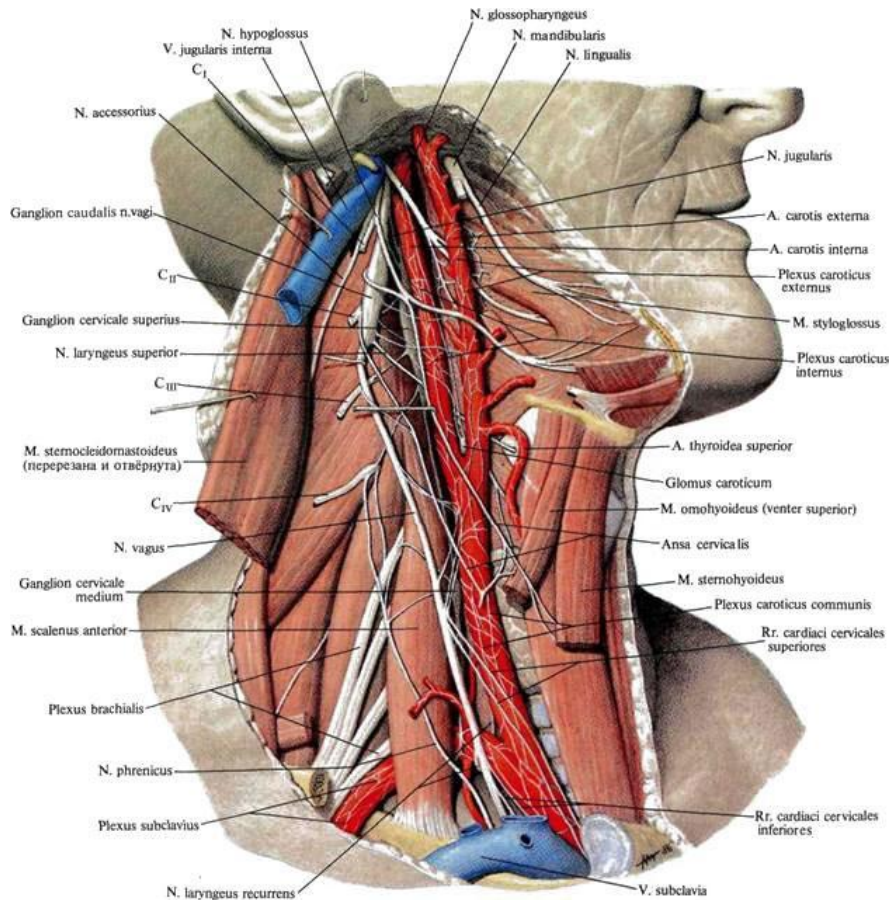
- **Тройничный нерв имеет три ветви:**
 1. **Верхняя – глазничный (лобный) нерв** (иннервирует кожу лба, верхнее веко, внутреннего угла глаз, спинки носа, глазного яблока)
 2. **Верхнечелюстной нерв** (иннервирует нижнее веко, верхнюю часть щеки, верхней губы, верхней челюсти)
 3. **Нижнечелюстной (подбородочный) нерв** – иннервирует кожу нижней части щеки, нижнюю губу, нижнюю челюсть, подбородок и языка.

Черепно-мозговые нервы



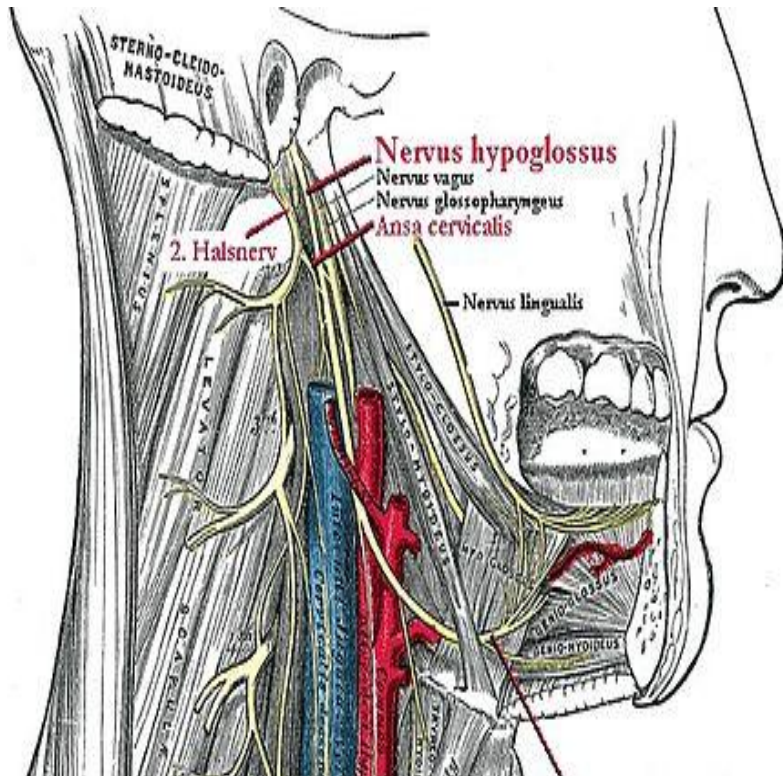
Лицевой нерв – иннервирует мимические мышцы и мышцы ушных раковин.

Черепно-мозговые нервы



Языкоглоточный и блуждающий нервы – обеспечивают чувствительную и двигательную иннервацию мышц глотки, гортани, надгортанника, мягкого неба.

Черепно-мозговые нервы

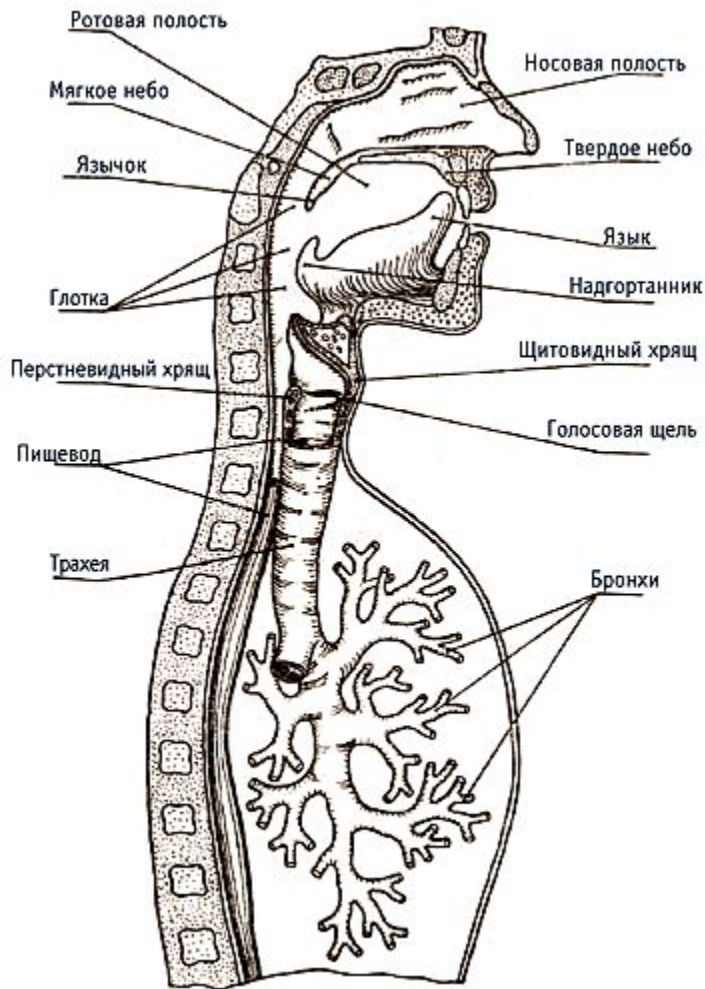


- **Подъязычный нерв** – иннервирует мышцы языка и подбородочно-язычные мышцы, при помощи которых язык высовывается изо рта вперед.

При поражении блуждающего, языкоглоточного и подъязычного нервов или их ядер возникает **бульбарная дизартрия**.

При двустороннем поражении кортикобульбарных путей к ядрам блуждающего, языкоглоточного и подъязычного нервов возникает **псевдобульбарная дизартрия**.

Периферический отдел речевого аппарата



- **Состоит из трех отделов:**
- **Дыхательный отдел** – (грудная клетка, легкие, бронхи и трахея) – дает энергию необходимую для колебания голосовых складок.
- **Голосовой отдел (фонаторный)** – (гортань с голосовыми складками) – обеспечивает зарождение звука.
- **Артикуляционный отдел** – (полость рта, нижняя челюсть, язык, губы, глотка и мягкое небо).

В артикуляционном акте принимают участие мышцы языка, губ, щек, нижней челюсти, мягкого неба.

- При овладении логопедическим массажем необходимо знать топографию мышц артикуляционного аппарата!!!!

Основным свойством мышц является – **сократимость**. Обычно движения осуществляется не одной мышцей, а их группой. Мышцы, выполняющие аналогичную функцию, называются **синергистами**. Мышцы, сокращение которых ведет к противоположным движениям, **называются антагонистами**.

ОСНОВНЫЕ МЫШЦЫ, ИННЕРВИРУЕМЫЕ ТРОЙНИЧНЫМ НЕРВОМ

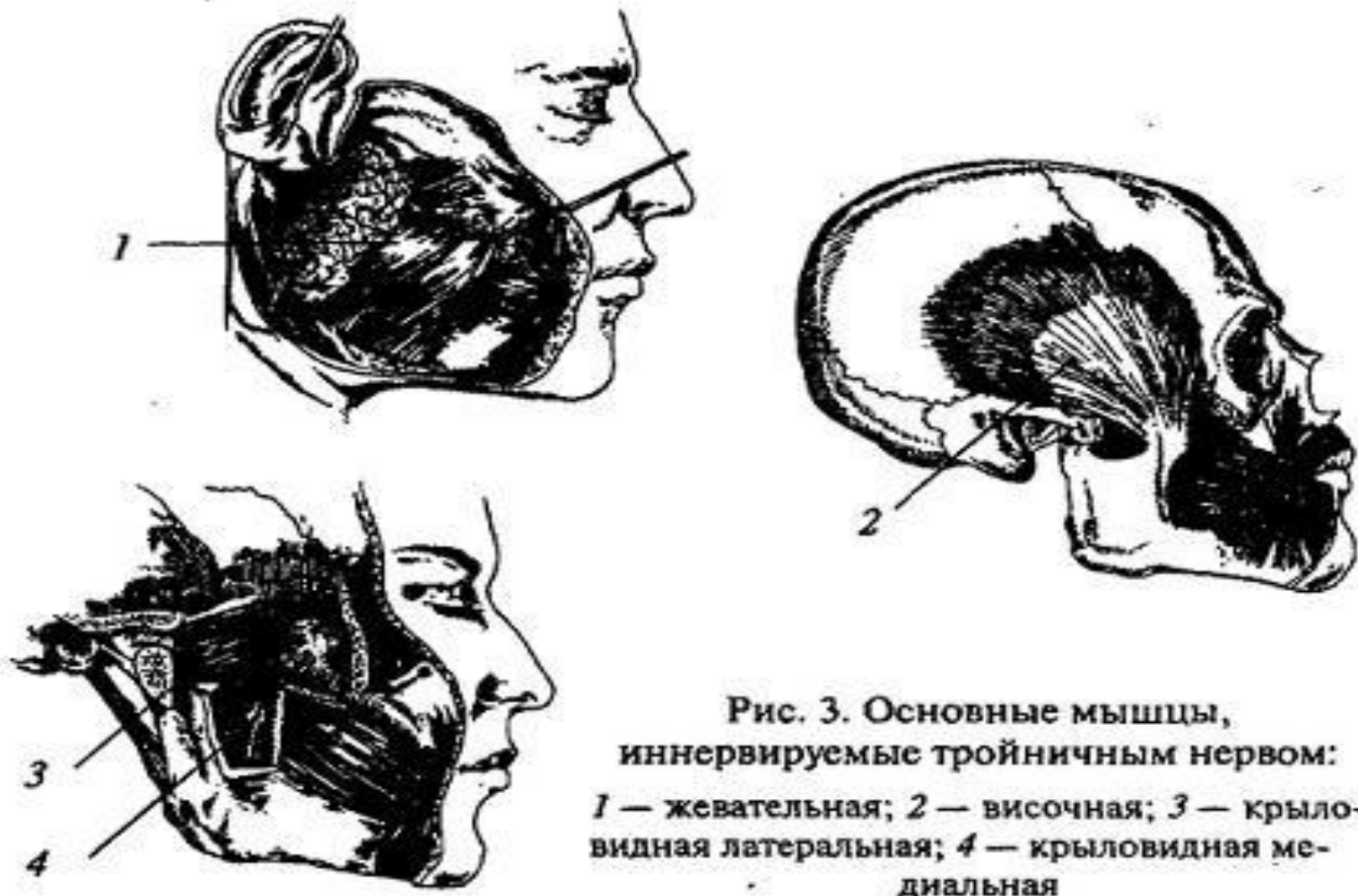


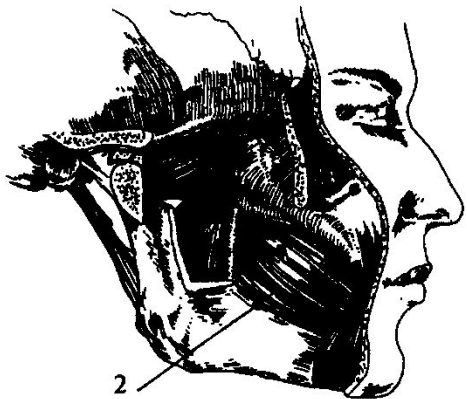
Рис. 3. Основные мышцы,
иннервируемые тройничным нервом:
1 — жевательная; 2 — височная; 3 — крыло-
видная латеральная; 4 — крыловидная ме-
диальная

Основные мышцы, иннервируемые лицевым нервом

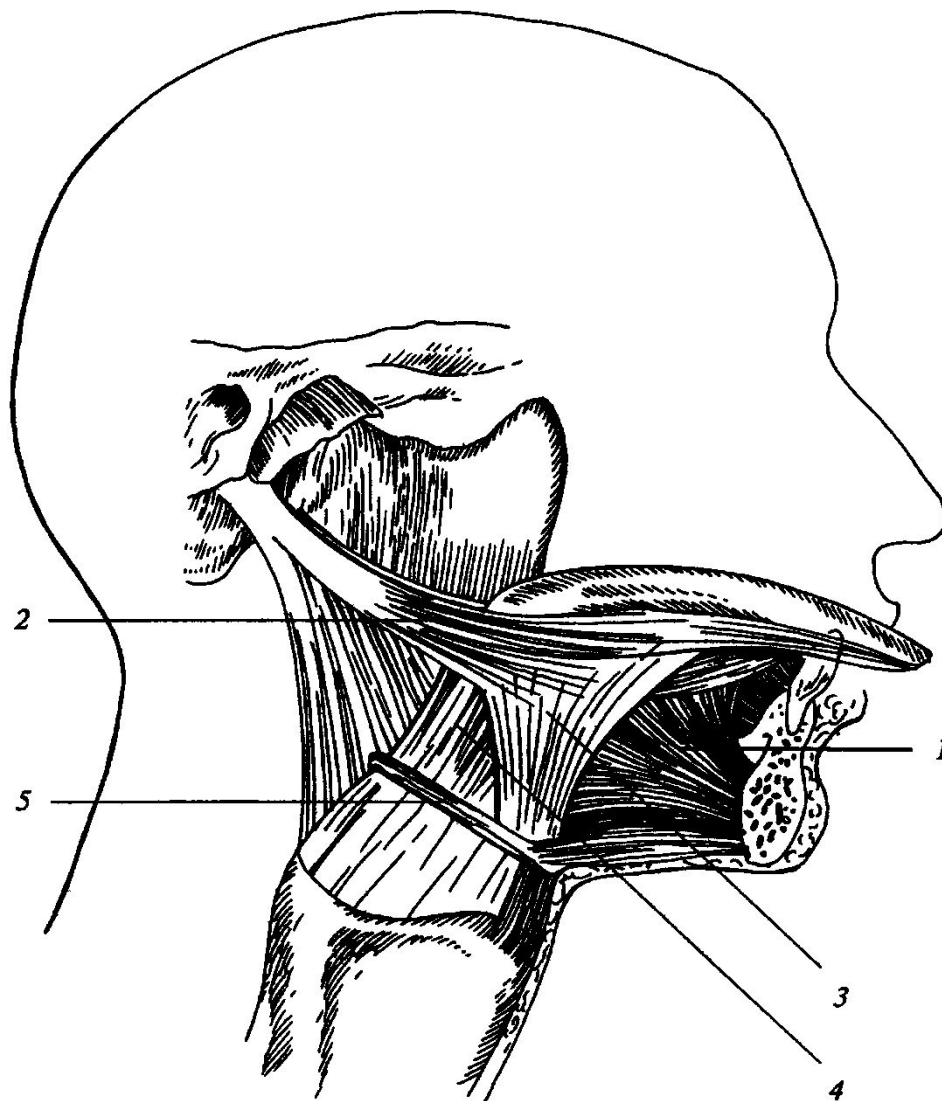


• **Мимические мышцы** располагаются симметрично вокруг отверстий рта, носа, ушей, глазницы и образуют сфинктеры (замыкатели) и дилататоры (расширители) **этих** отверстий:

1 — поднимающая верхнюю губу и крыло носа; 2 — щечная; 3 — поднимающая угол рта; 4 — большая скуловая; 5 — опускающая нижнюю губу и латерально угол рта; 6 — опускающая угол рта; 7 — мышца



Основные мышцы, иннервируемые подъязычным нервом



К ним относятся:

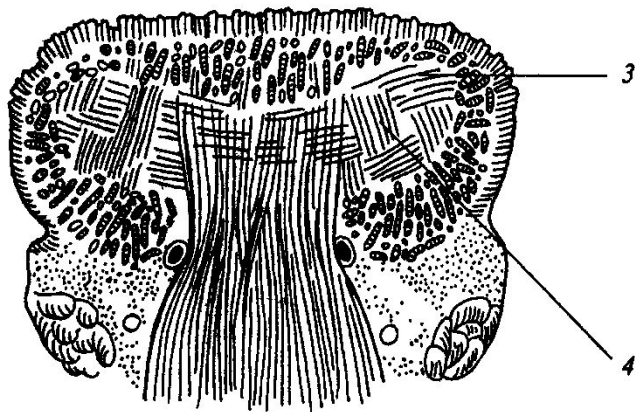
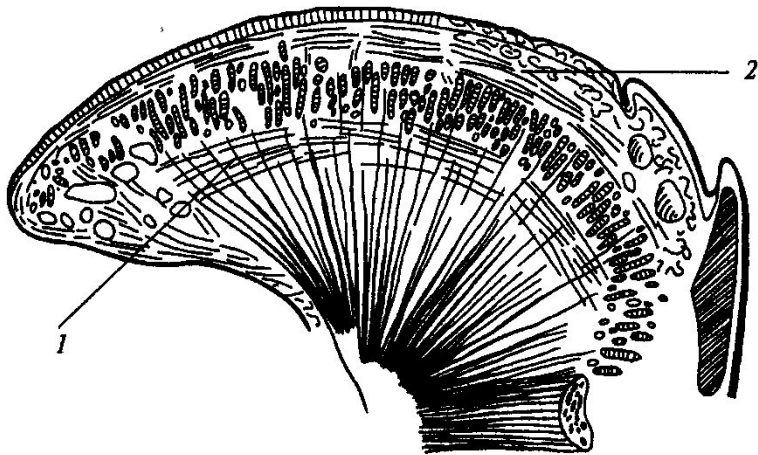
- 1 — подбородочно-язычная;**
- 2 — шиловязычная;**
- 3 — подъязычно-язычная;**
- 4 — хрящевязычная;**
- 5 — подъязычная кость**

Собственные мышцы языка

Мышцы не имеющие сухожильной части (не прикрепляются к костям, расположены в теле языка).

К ним относятся:

- **Нижняя продольная мышца (1).** Начинается от слизистой оболочки корня языка и идет прямо к его верхушке, где заканчивается на нижней поверхности. Укорачивает язык.
- **Верхняя продольная мышца (2).** Начинается тремя пучками, которые, сходясь, идут непосредственно под слизистой оболочкой языка до его верхушки. Сгибают, укорачивают и поднимают вверх верхушку языка.
- **Поперечная мышца (3).** Расположена на всем протяжении языка. Состоит из отдельных поперечно идущих мышечных пучков (от перегородки, проходящей по центру языка на всем его протяжении, и отчасти проходя сквозь нее) и заканчивается в слизистой оболочке краев и спинки языка. Уменьшает поперечный диаметр языка.
- **Вертикальная мышца (4).** Ее короткие мышечные пучки располагаются в свободной части языка между его спинкой и нижней поверхностью. Уплощает язык.



Прежде чем приступить к массажу необходимо тщательное обследование артикуляционного аппарата, чтобы выяснить, какие мышцы или мышечные группы поражены и в какой степени!!!

ОБСЛЕДОВАНИЕ ЖЕВАТЕЛЬНО-АртиКУЛЯЦИОННЫХ МЫШЦ – многие дети, разговаривая не открывают рот широко, произносят звуки как бы процеживая сквозь зубы, п.э. важно выяснить, чем вызвано такое произношение: закрепившейся привычкой, стеснением или поражением жевательных мышц.

- **Задание 1.** Широко открыть рот и удерживать его в таком положении под счет от 1 до 30.
- **Задание 2.** Опустить, оттянуть назад, а затем поднять нижнюю челюсть. Повторить комплекс движений 5 раз
- **Задание 3.** Выдвинуть нижнюю челюсть вперед и удерживать ее в таком положении под счет от 1 до 5.
- **Задание 4.** Оттянуть нижнюю челюсть назад и удерживать ее в таком положении под счет от 1 до 5.
- **Задание 5.** Попеременно выдвигать нижнюю челюсть вправо и влево. Затем, выдвинув челюсть вправо, удерживать ее в таком положении под счет от 1 до 5, потом выдвинуть влево и тоже зафиксировать положение.

ОБСЛЕДОВАНИЕ МИМИКО-АРТИКУЛЯЦИОННЫХ

МЫШЦ – необходимо при «маскообразном» лице, при наличии парезов лицевой мускулатуры, встречающихся при ДЦП с дизартрией.

- **Задание 1.** Сморщить лицо и вытянуть губы вперед. Удерживать положение под счет от 1 до 3.
- **Состояние круговой мышцы рта :**
- **Задание 2.** Растянуть мышцы лица, как при широкой улыбке, и раскрыть рот. Удерживать положение под счет от 1 до 5
- **Состояние тонуса больших скуловых мышц: __**
- **Задание 3.** Поднимать и опускать брови. Повторить 5 раз.
- **Мышца сморщивающая брови:**
- **Задание 4.** Широко раскрыть глаза, зафиксировать положение под счет от 1 до 3, затем закрыть как можно плотнее (зажмурить), зафиксировать положение под счет от 1 до 3.
- **Затылочно-лобная мышца:**
- **Задание 5.** Попеременно закрывать и открывать глаза: левый, правый, оба сразу. Повторить 5 раз.
- **Круговые мышцы глаз:**
- **Задание 6.** Попеременно поднимать углы рта. При поднятии правого угла, левая половина лица находится в относительной неподвижности и наоборот. Повторить 5 раз.
- **Мышцы, поднимающие углы рта:**
- **Задание 7.** При сжатых челюстях приподнять верхнюю губу, обнажив верхние зубы. В таком положении носогубные складки должны быть резко выражены. Удерживать положение под счет от 1 до 5 .
- **Состояние тонуса малой скуловой мышцы, поднимающей верхнюю губу и крыло носа:**
- **Задание 8.** Одновременно приподнять оба угла рта. Удерживать положение под счет от 1 до 5.
- **Мышцы, поднимающие углы рта:**
- **Задание 9.** Поочередно поднимать левую и правую щеки. Повторить 5 раз.

Обследование мышц языка

встречаются разные поражения языка. Язык бывает беспокойным, напряженным, лежит бугром, постоянно оттягивается в глубь рта и др.

- **Задание 1.** Открыть рот, высунуть широкий язык так, чтобы он, не напрягаясь, касался боковыми краями углов рта. Язык должен спокойно лежать на нижней губе. Удерживать положение под счет от 1 до 5.
- **Задание 2.** Открыть рот и высунуть как можно дальше кончик языка. Удерживать положение под счет от 1 до 5.
- **Задание 3.** Открыть рот, высунуть язык, делать его то широким — лопатой, то узким — жалом. Повторить 5 раз. Во время выполнения задания язык в рот не убирать.
- **Задание 4.** Поочередно высовывать изо рта язык то жалом, то лопатой. Повторить 5 раз, с уже готовой установкой (направленностью) не только мышц языка, но и губ, щек.
- **Задание 5.** Открыть рот, высунуть язык как можно дальше, затем убрать язык в глубь рта, при этом кончик не должен быть выражен. Повторить 5 раз. Во время выполнения рот не закрывать.
- **Задание 6.** Широко открыть рот, высунуть язык как можно дальше и, повернув его вправо, коснуться кончиком языка правого угла рта, затем повернуть его влево и коснуться левого угла рта. Повторить повороты 5 раз.
- **Задание 7.** Приоткрыть рот и кончиком языка облизать губы. Повторить круговые движения языком 5 раз.

Обследование мышц губ

При поражении губных мышц артикуляция нарушается, так как движения губ меняют размер и форму преддверия рта, оказывая влияние на резонирование ротовой полости. В большей степени страдает произношение лабилизированных звуков (О, У) и губно-губных смычных согласных (П, П', Б, Б', М, М').

Задание 1. Открыть рот, раздвинуть губы так, чтобы были видны верхние и нижние зубы. Удерживать положение под счет от 1 до 5.

Задание 2. Плотно сжать губами пластмассовую или деревянную трубочку. Логопед пытается ее отнять, а ребенок старается удержать как можно дольше.

Задание 4. Сжать челюсти, сомкнуть губы. Выполнять движения губами вверх, вниз, вправо, влево. Повторить комплекс движений 5 раз.

Задание 5. Сжать челюсти, сомкнутые губы вытянуть вперед хоботком. Удерживать положение под счет от 1 до 5. Повторить 3 раза.

Задание 6. Плотно сомкнуть челюсти, губы растянуть в улыбке, затем вытянуть хоботком. Повторить 3 раза.

Обследование мышц щек

Мышцы щек тесно связаны с мышцами рта, губ.

Если мышцы щек не работают, то и губы теряют свою подвижность. Щечные мышцы участвуют в акте сосания, удаляют слюну из ротовой полости, посылая ее к глотке.

- **Задание 1.** Надуть обе щеки одновременно и удерживать воздух под счет от 1 до 10.
- **Задание 2.** Через угол рта подкачать воздух детской спринцовкой. Удерживать положение под счет от 1 до 5.
- **Задание 3.** Надуть щеки, перегонять воздух из одной щеки в другую 5 раз.
- **Задание 4.** Втянуть щеки в ротовую полость между зубами. Удерживать положение под счет от 1 до 5
- **Задание 5.** Мышцы щек расслабить, а потом напрячь.

Обследование мышц мягкого нёба

Если имеются дефекты мягкого нёба (малая подвижность, рубцы, парезы, параличи и т. д.), изменяется нормальное соотношение носовой и ротовой полостей, нарушается тембр голоса (часто приобретая носовой оттенок).

Кроме того, мышцы мягкого нёба имеют функциональную связь с мышцами гортани, дыхательными мышцами. Изменение положения мягкого нёба влияет на работу голосовых складок, вызывает вялость в работе дыхательных мышц, что отражается на процессе голосообразования.

- **Задание 1.** Открыть рот и как можно дольше тянуть звук А, затем Ы. Следует соблюдать данную очередность звуков, так как при произнесении звука Ы отмечается более сильный подъем нёбной занавески.
- **Задание 2.** Открыть рот, произнести на коротком отрыве звуки А — Ы — А-Ы. Следует обратить внимание на подъем неба.
- **Задание 3.** Открыть рот, высунуть язык. Логопед, удерживая кончик языка марлевой салфеткой, предлагает ребенку произнести несколько раз слог **КЫ**. Звук К - заднеязычный, при его произнесении ребенок попытается убрать язык в рот, поднять заднюю часть спинки языка к мягкому нёбу. Удерживание языка поможет увидеть работу мышц мягкого нёба, язычка, нёбных дужек, оценить активность мышц глотки.
- **Задание 4.** Широко открыть рот, высунуть язык, сделать вдох ртом, выдохнуть через нос, произнося звук Н.

Состояние мышц артикуляционного аппарата

- **Определение мышечного тонуса, он может быть:**
 - - **нормальным** (мышцы мягкие, упругие, эластичные),
 - - **повышенным (гипертонус)** – спастичность артикуляционных мышц (напряжены, иногда болезненны).
 - - **пониженным (гипотонус)** – мышцы вялые, излишне мягкие, повисшие, язык распластан в полости рта, губы плотно не смыкаются.
 - **дистония** – меняющийся характер мышечного тонуса: в покое – низкий, при попытках речи – тонус резко нарастает.

Состояние тонуса мышц является исходной точкой при выборе приемов массажа!!!!

В массажный комплекс входят:

1. Развитие ручного праксиса.

Кончики пальцев рук — это «второй мозг». Еще великий немецкий философ И. Кант (1724—1804) писал, что рука является вышедшим наружу ГОЛОВНЫМ МОЗГОМ.

2. Развитие тактильных (осязательных) ощущений¹.

С улучшением тактильной чувствительности пальцев рук рефлекторно улучшается тактильная чувствительность артикуляционного аппарата.

3. Релаксация.

Секрет успешного массажа состоит в предварительной релаксации (расслаблении). Релаксационные упражнения подготавливают ребенка к массажу. Сеанс любого массажа желательно начинать с приемов общего расслабления. В принципе релаксирующей является любая поза, при которой мышцы максимально расслаблены расслаблены, а дыхание не затруднено.

4. Собственно массаж.

5. Дифференцированная артикуляционная гимнастика.

В идеале она выполняется через 20—30 минут после массажа.

Гигиенические основы проведения массажа

**Для получения от массажа
максимального эффекта
необходимы:**

- методическая и техническая подготовленность выполняющего массаж;
- условия для проведения процедуры;
- правильное положение ребенка во время массажа;
- информация о степени тяжести нарушения функционального состояния речи ребенка;
- продолжительные сеансы и курсы массажа.

условия для проведения процедуры

- **специально оборудованная комната площадью 10—16 квадратных метров.** Если такой возможности нет, массаж можно выполнять прямо в логопедическом кабинете, однако необходимо, чтобы он имел достаточную звукоизоляцию, хорошо освещался, вентилировался, отапливался (при температуре ниже 22°C мышцы ребенка не расслабятся, и, естественно, максимального эффекта от воздействия не будет).
- Для проведения массажа **используются специальная кушетка**, которая отличается от обычной медицинской отсутствием подголовника, удобные стулья, соответствующие росту ребенка (стопа сидящего на стуле должна полностью *стоять* на полу, а бедро располагаться *параллельно* полу).
- Не рекомендуется проводить массаж как на жестких, так и на мягких покрытиях. Лучше всего подходит для этого уплотненный ватный детский матрасик, покрытый чистой простынкой (отдельной для каждого ребенка).
- **Высота массажной кушетки** должна соответствовать росту логопеда.
- Необходимо также иметь **плоскую подушку** такого размера, чтобы она во время массажа доходила до середины лопаток ребенка (это расслабляет шейный отдел, где, собственно, и кроется значительный процент от общего числа проблем у детей с патологией речи, особенно страдающих дизартрией), и небольшие валики для лучшего расслабления его нижних конечностей. Валик подкладывается под голеностопные суставы ребенка при его положении лежа на животе, а при положении лежа на спине — под коленные суставы

Требования к рукам массирующего

- Они должны быть без царапин, ссадин, трещин, грибковых заболеваний, мозолей, с коротко остриженными ногтями.
- На руках не должно быть перстней, колец, часов, браслетов и других украшений, которыми можно повредить кожу ребенка.
- Массаж следует делать только теплыми, чистыми руками (холодные вызывают спазм сосудов, мышц).
- Если кожа рук сухая, то ее периодически смазывают питательным кремом.
- Если отмечается потливость рук, перед началом процедуры их следует протереть спиртовым раствором.

Сеанс массажа — это процедура, выполняемая один раз в день.
Курс массажа — это количество сеансов, проводимых в течение определенного количества дней. Логопедический массаж проводят курсами, содержащими от 10 до 20 сеансов.

- Полный курс массажа ребенку можно делать, только заручившись согласием мамы (родителей).
- При беседе с ней нужно уточнить подробности тщательно собранного анамнеза.
- Перед проведением процедуры следует путем осмотра кожи лица, волосистой части головы, области верхнего плечевого пояса, воротниковой зоны, верхних и нижних конечностей, а также пальпации тканей определить, нет ли противопоказаний для выполнения массажа.

Противопоказаниями к проведению массажа является

следующее:

- • гнойничковых и грибковых заболеваний кожи у логопеда или ребенка;
- • гематомы на массируемом участке тела;
- • активной формы туберкулеза;
- • болезней крови и капилляров;
- • тромбозов сосудов;
- • острой крапивницы, отека Квинке в анамнезе;
- • онкологических заболеваний;
- • инфицированных ран;
- • фурункулеза;
- • ОРЗ;
- • гиперчувствительности у ребенка.
- Если ребенок недавно перенес ангину, массаж ему также противопоказан (после полного выздоровления должно пройти не менее 10 дней).

Основные приемы массажа

Поглаживани

е

- Поглаживание представляет собой такой прием, при котором рука массирующего скользит по коже человека, не вызывая ее смещения, собирания в складки, и производит различной степени надавливание.

Основные приемы поглаживания:

- **Плоскостное поглаживание** - кисть держат свободно, без напряжения, выпрямленной, пальцы сомкнуты и находятся в одной плоскости. Такое поглаживание применяют на больших участках кожи (например, спине, груди).
- **Обхватывающее поглаживание** кисть руки массирующего, приняв форму желоба, свободно расслаблена, большой палец максимально отведен в сторону так, что противопоставлен остальным. Кисть, обхватывая массируемую часть тела, плотно прилегает ладонной поверхностью к этому участку.

Направление массажных движений



ПРОДОЛЬНОЕ ПОГЛАЖИВАНИЕ



ПОПЕРЕЧНОЕ ПОГЛАЖИВАНИЕ



ЗИГЗАГООБРАЗНОЕ ПОГЛАЖИВАНИЕ



КРУГООБРАЗНОЕ ПОГЛАЖИВАНИЕ



СПИРАЛЕВИДНОЕ ПОГЛАЖИВАНИЕ

Вспомогательные приемы поглаживания

- **Щипцеобразное поглаживание** массируемые ткани захватывают между подушечками I, II и III пальцев (щипцеобразно). Этот прием применяют при массаже боковых поверхностей пальцев, краев кисти, стопы и мышечных пластов, отдельных небольших мышц и др.
- **Граблеобразное поглаживание** широко (граблеобразно) разведенные пальцы располагают подушечками на массируемом участке тела под углом 30—45°. Поглаживание производят в продольном, поперечном, зигзагообразном и круговом направлениях. Такое поглаживание применяется чаще всего при массаже волосистой части головы.
- **Гребнеобразное поглаживание** выполняют костными выступами основных фаланг согнутых в кулак пальцев одной или обеих кистей. Прием используют для глубокого поглаживания крупных мышц спины, подошвенной поверхности стопы, ладонной поверхности кисти и др.
- **Эти приемы массажа выполняют медленно, ритмично, в темпе 24 - 26 поглаживаний в минуту. Поглаживание осуществляется не только как самостоятельный прием массажа, но и как предваряющий и завершающий другие приемы. Вначале выполняют поверхностное поглаживание, затем более глубокое. Во время одного сеанса массажа не обязательно использовать все виды основных и вспомогательных приемов.**

Растирание

Растиранием называется такое движение руки массирующего, когда она, производя надавливание, смещает кожу в разных направлениях.

Основными, чаще всего употребляемыми приемами растирания являются: растирания пальцами, гребнеобразное, локтевым краем ладони, опорной частью кисти (запястьем), пиление.

- ***Растирание пальцами*** производят их подушечками. При растирании большим пальцем кисть руки фиксируется упором остальных пальцев.
- ***Растирания локтевым краем ладони, опорной ее частью и гребнеобразное*** выполняются так же, как и поглаживания того же варианта, но требуют значительно больших усилий.
- ***Пиление*** представляет собой такой прием, при котором растирание тканей проводят локтевым краем одной или обеих кистей. При выполнении приема двумя руками их кисти обращены друг к другу ладонями (расстояние между ними 1—3 см). Движения выполняются в противоположных направлениях, между кистями рук должен образовываться валик из массируемых тканей. Кисти рук массирующего при растирании смещают кожный валик и подлежащие ткани, избегая скольжения по поверхности кожи.

Разминание

Разминание предназначено главным образом для воздействия на мышцы. При выполнении этого приема происходит растяжение нервно-мышечных волокон, вследствие чего улучшается приток проприоцептивных импульсов, идущих в центральную нервную систему, что, в свою очередь, ведет к рефлекторным изменениям в нервно-мышечном аппарате.

Вибрация

Передача массируемой части тела колебательных движений (поколачивание, рубление, похлопывание ладшкой, пунктирование)

Виды массажа

Существует несколько видов логопедического массажа:

1) дифференцированный (активизирующий или расслабляющий) массаж, основанный на приемах классического массажа;

2) точечный массаж, т.е. массаж по биологически активным точкам (активизирующий или расслабляющий);

3) массаж с применением специальных приспособлений или "зондовый" массаж (логопедические зонды, шпатель, зубная щетка, игольчатый молоточек, вибромассажер и т. п.);

4)элементы самомассажа.

Приступая к логопедическому массажу, надо иметь в виду:

- между силой воздействия при массаже и обратной реакцией имеется сложная зависимость. Как правило, легкое, медленное поглаживание снижает возбудимость тканей, оказывает успокаивающее воздействие, дает приятное ощущение тепла, создает эмоциональное состояние покоя и комфорта. Данный прием рекомендуется использовать при **повышенном тоне мышц**. Энергичные, быстрые, активные движения повышают раздражимость тканей, активизируют мышечный тонус и **рекомендуются при пониженном тоне мышц**.

Выбор массажа

- При **повышенном** тоне мышц периферического речевого аппарата (гипертонус) используется так называемый **расслабляющий массаж**, который включает следующие приемы классического массажа: поглаживание (поверхностное и глубокое), легкую вибрацию и точечный расслабляющий массаж.

Последовательность массажных движений в данном случае мы рекомендуем следующую: мышцы шеи, мышцы плечевого пояса, мимическая мускулатура, мышцы губ, мышцы языка.

При **пониженном** тоне мышц периферического речевого аппарата (гипотонус) используется **активизирующий массаж**, который включает следующие приемы классического массажа: поглаживание в сочетании приемами растирания, разминания, сильной вибрации, поколачивания, а также точечный активизирующий массаж. Последовательность массажных движений в данном случае рекомендуется несколько иная: мимическая мускулатура, мышцы губ, мышцы языка, мышцы шеи и плечевого пояса.

Расслабляющий массаж

- ***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...

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.

Активизирующий массаж

- **Методические указания к проведению активизирующего массажа**

- 1. Этот вид массажа используется при пониженном мышечном тоне.
- 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.

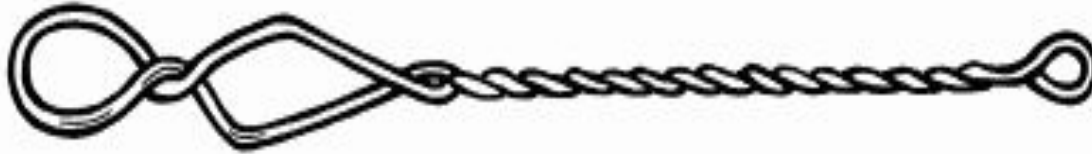
Зондовый массаж (по Е.В. Новиковой)

Комплект зондов, разработанных автором, состоит из 8 штук. Каждый зонд имеет свою функцию. С помощью этих зондов логопед влияет на пораженные участки в определенной очередности и с определенной силой нажатия.



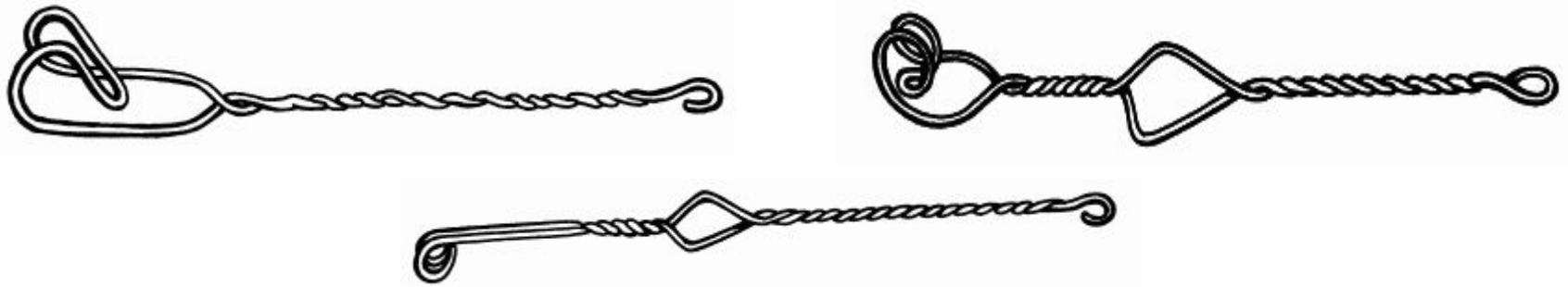
Зонд № 1 вилочковый

- Применяется при массаже мышц языка, скул, щёк, губ, мягкого нёба. Зонд предназначен для обкола мышц. В результате такого воздействия мышцы активно сокращаются. При обколах используются короткие, частые, лёгкие движения.
- Для более интенсивного воздействия применяется обкол с прокачиванием: поставив зонд на определенное место, покачивают его вправо, влево, назад в течении 4–6 секунд. Другой вариант указанного приема: погрузив зонд в мышцы, производят вращательное движение по часовой стрелке (или против часовой стрелки). Время давления – 5 секунд.



- Зонд № 2 восьмёрочка

Применяется при массаже мышц языка, скул, щёк, губ. Зонд предназначен для «перетирания» мышц: надавив петелькой на мышцы производят движения вверх – вниз. Затем передвигают зонд и массируют следующий участок. Зонд не двигается по языку, а утапливает мышцы, покачивая их на месте заставляя активно работать группу веерных мышц. (рис. 2)



- Зонды № 3, 4, 5. Саночки большие, средние, малые.
- Эти зонды скользят по мышцам языка, скул, щёк, губ, мягкого нёба в разном направлении.
- Изгибы зондов выполнены так, чтобы можно было работать любой стороной для нажима и скольжения.
- Верхняя часть зондов используется при нажатии на мышцы. Зонды выполняют одинаковые массажные приёмы, но захват массируемого участка и интенсивность нажима у них разная, (рис. 3)



- Зонд № 6 топорик

Активно используется при массаже языка, щек, губ, мягкого нёба.

- Предназначен для интенсивного воздействия на мышцы.
- Зонд предназначен для выполнения двух приемов: плотного нажатия и скольжения по мышцам.
- Под влиянием нажатия нормализуется тонус мышц, повышается их сократительная способность, увеличивается подвижность. Степень нажима зависит от состояния мышц: чем ниже тонус, тем интенсивнее нажатие. Надавливающие движения частые, интервалы между ними – короткие, время давления – 5 секунд.
- Скольжение улучшает эластичность и упругость мышц, снимает напряжение, (рис. 4)



- Зонд № 7 крестовина

Применяется при массаже мышц скул, щёк, губ, языка.

- Нажимая на язык и отодвигая его назад заставляют сокращаться, включаться в работу мышцы языка.
- Зондом можно сжимать мышцы языка, удерживая их в таком положении до 30 секунд, выполнять:
- – надавливающие движения (нажатия) (рис. 5)



- Зонд № 8 толкачик
- Применяется при массаже мышц скул, щёк, губ, мягкого нёба. Воздействует на продольные, поперечные, веерные мышцы языка, восстанавливая их подвижность.
- При нажиме на язык происходит активное сокращение мышц, при снятии зонда снимается напряжение, наступает фаза расслабления. Время давления – 5 секунд.
- Для более интенсивного воздействия используют приём нажатие с прокачиванием: зонд устанавливается в определенное место и прокручивается с нажимом по часовой стрелке в течение 5 секунд. Степень нажима зависит от состояния мышц (рис. 6).
- Предваряет зондовый массаж ручной массаж языка (15–30 сеансов), который способствует расслаблению мышц и служит подготовкой к последующей, более интенсивной форме воздействия зондами.

Каждый сеанс массажа (по Новиковой) включает:

- – упражнение из комплекса массажа языка руками;
- – упражнение из комплекса массажа скул;
- – упражнение из комплекса массажа щёк;
- – упражнение из комплекса массажа круговой мышцы рта:
- – упражнение из комплекса массажа зондами:
- – упражнение из комплекса массажа мышц мягкого нёба.
- Рекомендуется продолжительность массажного сеанса – 30 минут, а каждое упражнение выполняется по 30 раз. Ребенок располагается на кушетке. Ему предлагают широко открыть рот и высунуть язык. Удерживая кончик языка марлевой салфеткой, проводят массаж языка.