

- ***Логопедический массаж*** — активный метод механического воздействия, который изменяет состояние мышц, нервов, кровеносных сосудов и тканей периферического речевого аппарата.

- Логопедический массаж представляет собой одну из логопедических техник, способствующих нормализации произносительной стороны речи и эмоционального состояния лиц, страдающих речевыми нарушениями.

Показания к применению массажа в логопедической практике

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

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.

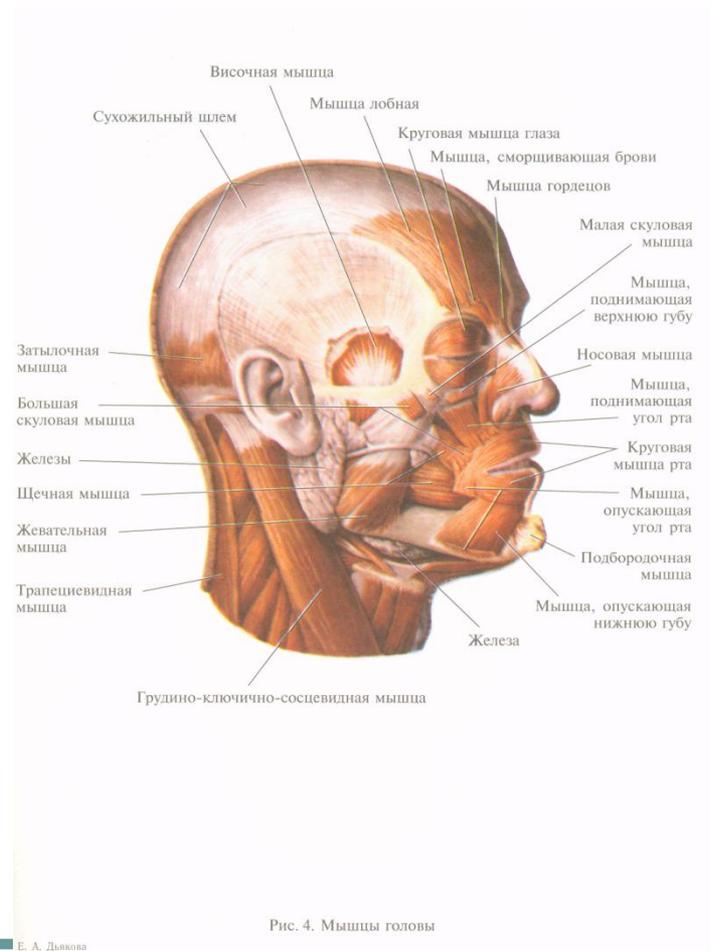
- При преодолении артикуляторных нарушений логопедический массаж проводится наряду с пассивной, пассивно-активной и активной артикуляционной гимнастикой.

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

- 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.

Краткий курс строения периферического речевого аппарата



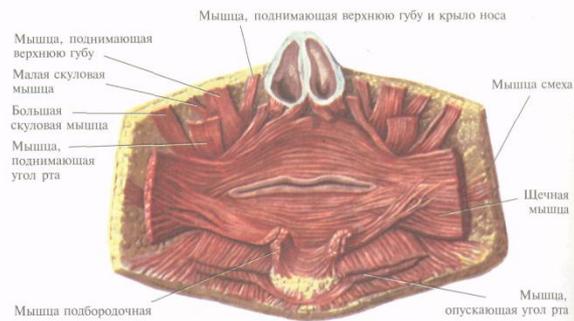


Рис. 5. Мышцы окружности рта (изнутри)

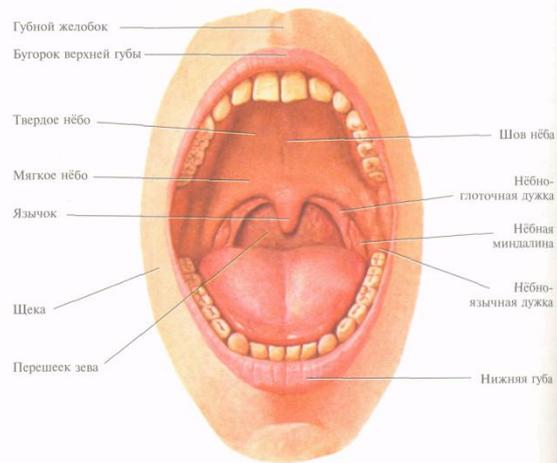
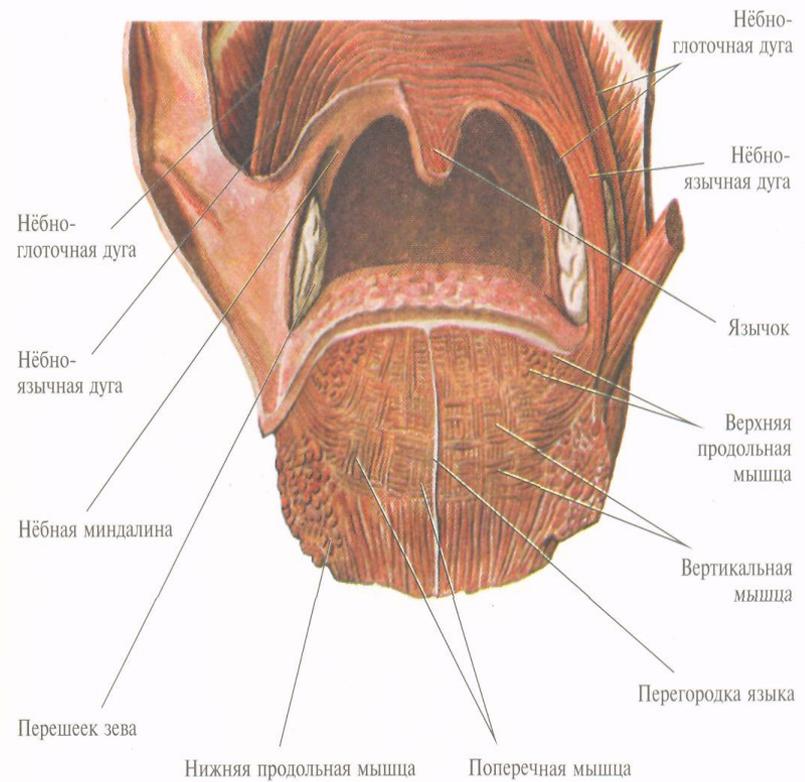
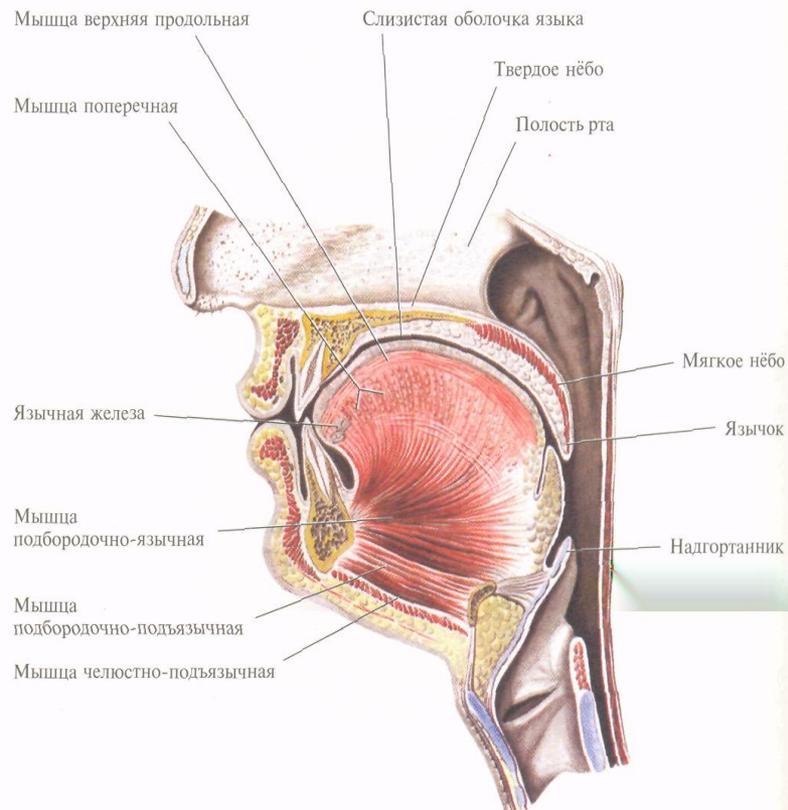
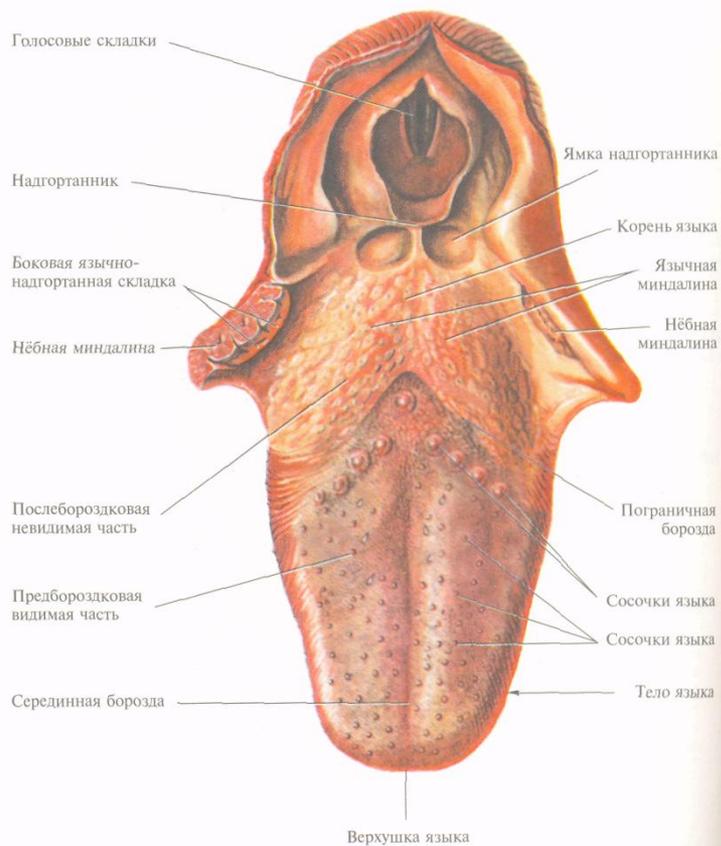
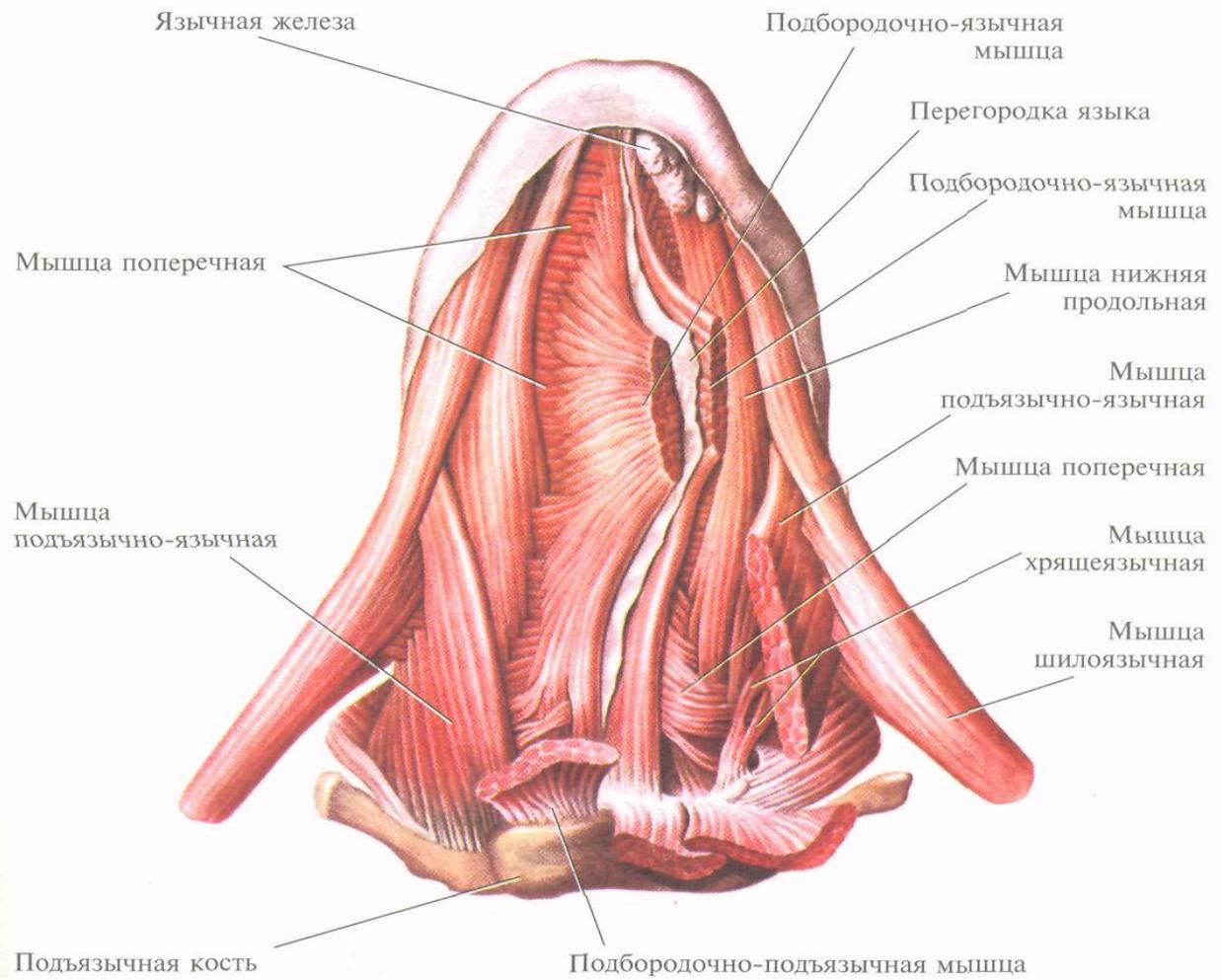


Рис. 6. Полость рта







Физиологическое действие массажа

- Лицо человека, в отличие от других частей тела, наиболее богато снабжено нервными окончаниями, кровеносными и лимфатическими сосудами.
- Это отражается на состоянии мышц лица, с помощью которых передаются тончайшие изменения эмоционального состояния человека.

- Именно выражение лица в первую очередь отражает настроение и самочувствие человека. Кожа лица особенно чувствительна к механическим воздействиям. Благодаря этому существует тончайшая обратная связь между состоянием мышц и нервов лица, возникающим под влиянием массажа, и самочувствием и настроением человека.

- Массаж оказывает благоприятное физиологическое воздействие на организм. Под влиянием массажа в организме возникает ряд местных и общих реакций, в которых принимают участие все ткани, органы и системы.
- Поверхность кожи представляет собой огромное чувствительное поле, которое является периферической частью кожного анализатора, а значит, она неразрывно связана с центральной нервной системой.

- При массаже воздействие оказывается не только на структурные слои кожи, ее сосуды и железистый аппарат, но и на состояние ЦНС. В связи с этим меняется общая нервная возбудимость, оживляются утраченные либо сниженные рефлексы, меняется в целом функциональное состояние ЦНС,
- Массаж улучшает секреторную функцию кожи, активизирует ее лимфо и кровообращение, а следовательно, улучшает ее питание, повышает обменные процессы.

- Массаж оказывает большое влияние на состояние капилляров кожи. Капиллярная система является рефлексогенной зоной в сосудистой системе. Это означает, что изменения состояния капилляров под влиянием массажа вызывают отчетливые изменения во всей сосудистой системе.
- Под влиянием массажа капилляры расширяются, увеличивается газообмен между кровью и тканями (кислородная терапия тканей). Ритмические массажные движения облегчают продвижение крови по артериям, ускоряют отток венозной крови.

- Массаж оказывает рефлекторное воздействие на всю лимфатическую систему, улучшая функцию лимфатических сосудов.
- Существенно изменяется под влиянием массажа состояние мышечной системы. В первую очередь повышаются эластичность мышечных волокон, сила и объем их сократительной функции, работоспособность мышц, восстанавливается их активность после нагрузки.

- Дифференцированное применение различных приемов массажа позволяет понизить тонус при спастичности мышц и, напротив, повысить его при вялых парезах артикуляционной мускулатуры, помогает формированию и осуществлению активных произвольных, координированных движений органов артикуляции.
- Функция мышц неразрывно связана с сухожильно-связочным аппаратом. Под влиянием массажа увеличивается подвижность и эластичность связочного аппарата.

Между силой воздействия при массаже и ответной реакцией организма существует сложная зависимость

- При легком, медленном поглаживании снижается возбудимость массируемых тканей. Это оказывает успокаивающее воздействие, возникает приятное чувство тепла, улучшается самочувствие.
- Энергичные и быстрые движения при массажном воздействии повышают раздражимость массируемых тканей.

- Таким образом, логопедический массаж оказывает общее положительное воздействие на организм в целом, вызывая благоприятные изменения в нервной и мышечной системах, играющих основную роль в речедвигательном процессе.

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.

Противопоказания к массажу делятся на 3 группы:

- • кожные заболевания — грибковые, гнойничковые, герпес, трещины, а также гематомы, онкологические заболевания;
- • инфекционные — ангины, острые лихорадочные состояния, детские инфекции, другие инфекционные заболевания;
- • стоматологические — стоматиты (!), любые оперативные вмешательства, удаления или выпадения зубов.

В логопедии используют следующие виды массажа:

- массаж, основанный на приёмах классического (укрепляющий или расслабляющий);
- точечный (лучше всех им владеют врачи китайской народной медицины — у них мы и призываем вас учиться этому методу);
- зондовый;
- аппаратный;
- самомассаж.

В задачи логопедического массажа входят:

- нормализация тонуса мышц;
- ликвидация асимметрии лица;
- сокращение периода логопедического воздействия (постановки, автоматизации, дифференциации звуков);
- минимизация рецидивов.

ПРИЁМЫ КЛАССИЧЕСКОГО МАССАЖА

- В классическом массаже есть четыре основных приёма, всё остальное — их модификации.

1. Поглаживание

- рука скользит по коже или слизистой, не сдвигая её, не собирая в складки. Если приём проводить медленно, он снижает тонус. С поглаживания обычно начинают и им заканчивают процедуру, оно же применяется в промежутках между другими приёмами.

2. Растирание

- смещение, растяжение, передвижение тканей в различных направлениях. Рука смещает кожу, но не давит вглубь. Быстрое растирание стимулирует, а медленное (9 движений в минуту) — расслабляет

3. Разминание

- смещение тканей с их захватом — действие, стимулирующее даже при локальном воздействии. Разминание аналогично пассивной гимнастике. Избыточное разминание ведёт к запредельному расслаблению. Если разминание занимает четверть массажного времени, будет оказано только трофическое воздействие, если половину массажного времени — стимулирующее.

4. Вибрация

- передача колебаний руки логопеда на массируемые ткани ребёнка. Вибрация бывает двух типов:
- *прерывистая* — с отрывом руки от поверхности кожи (поколачивание, постукивание). Она стимулирует мышцы;
- *непрерывная* — колебания передаются без отрыва руки. Она расслабляет.

О ТОНУСЕ МЫШЦ

- Перед массажем главное, что нужно сделать, — это определить тонус мышц речевого аппарата. Он может быть *нормальным*,
- *повышенным* (тогда он называется «гипертонус»)
- *пониженным* (гипотонус).
- Определение тонуса лучше проводить в положении лёжа, когда мышцы ребёнка максимально расслаблены.

- В норме мышцы находятся в состоянии некоторого напряжения. Здоровая мышца мягкая, упругая, эластичная, её ощупывание безболезненно.
- При гипертонусе мышцы более плотные, напряжённые, пассивные движения совершаются с трудом.
- При гипотонусе мышцы вялые и дряблые.

- Соответственно, при гипертонусе необходим расслабляющий (тормозящий) массаж,
- а при гипотонусе — тонизирующий (стимулирующий).

- Мышцы речевого аппарата могут быть поражены только с одной стороны. В этом случае наблюдается отклонение языка, губ, челюсти в сторону. Начинать массаж нужно с сохранных (не поражённых) участков.

При гипотонусе используются следующие приёмы:

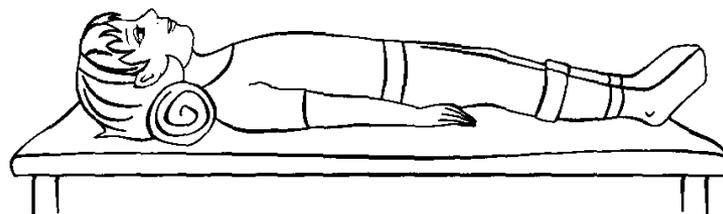
- поглаживание,
- быстрое растирание,
- разминание, сильная прерывистая вибрация,
- поколачивание. (Движения ритмичные.)

При гипертонусе применяются:

- поглаживание,
- медленное растирание
- и лёгкая вибрация.
- Массаж проводится медленно. Он не должен вызывать боль!

ОРГАНИЗАЦИЯ ПРОВЕДЕНИЯ МАССАЖА

- Для проведения массажа необходимо оборудовать место. Это может быть прямая кушетка (без подголовника), на которой ребёнок лежит на спине. На кушетку можно постелить лёгкое одеяло и простыню. Под шею ребёнка и колени подкладывается валик, чтобы шейный отдел позвоночника был зафиксирован, а голова была слегка запрокинута назад.



- Массаж проводится и лёжа, и сидя. Ребёнок может сидеть или полулежать в кресле, на стуле, его голова покоится на подушке или подголовнике (как в кресле у стоматолога).



- Массаж не рекомендуется проводить сразу после приёма пищи. Перед проведением процедуры логопед должен тщательно вымыть руки и протереть их спиртом. Руки должны быть тёплыми. Лучше не употреблять для мытья рук мыло с сильным запахом (т. к. это может быть неприятно ребёнку).

- Для массажа артикуляционных органов могут понадобиться стерильные салфетки или носовые платочки, соски, шпатели, зонды.
- Массажные зонды моют с мылом и кипятят или стерилизуют.

Расслабление шейной и грудной мускулатуры. Расслабление мышц рук и ног

- Сеанс массажа начинают с приёмов общего расслабления (релаксации). Релаксирующей является любая поза, при которой мышцы максимально расслаблены и ребёнок дышит свободно.
- Наиболее удобными позами являются положение лёжа или полулёжа:

- • положение на спине, руки вытянуты вдоль туловища ладонями вниз, ноги лежат свободно, носки несколько разведены, под шеей небольшой валик или специальная надувная подушка;
- • положение полулёжа в кресле с ВЫСОКИМ ПОДГОЛОВНИКОМ.

Расслабление ног

- Ноги согнуты в коленях, ступни стоят на кушетке. Логопед покачивает ноги ребёнка, удерживая их за колени, из стороны в сторону, как бы легко перекидывая их из одной руки в другую вправо-влево. Затем с высоты 5 см ноги легко «бросаются» на кушетку.

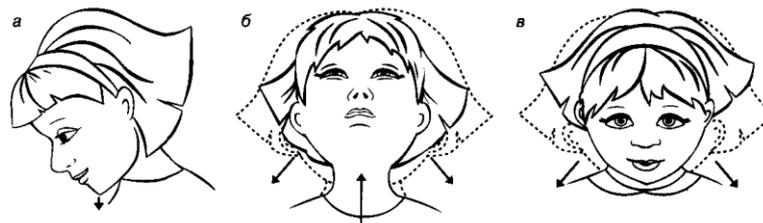


Расслабление рук

- Поочерёдное потряхивание пальцев руки, затем предплечья и всей руки. Логопед при этом приговаривает: «Пальчики полетели, кисть полетела, вся ручка полетела. Полетела, полетела и упала». Затем рука «бросается» на кушетку со словами: «Отдыхают ручки, отдыхают ножки».

Расслабление шеи

- Голову «уронили» (уснули - голову запрокинули, покачали вправо-влево). Голову опустили, слегка покачали из стороны в сторону.



Комплексы сегментарного массажа по Новиковой Е.В

**После общего расслабления
можно переходить к
логопедическому массажу.**

Массаж мышц шеи

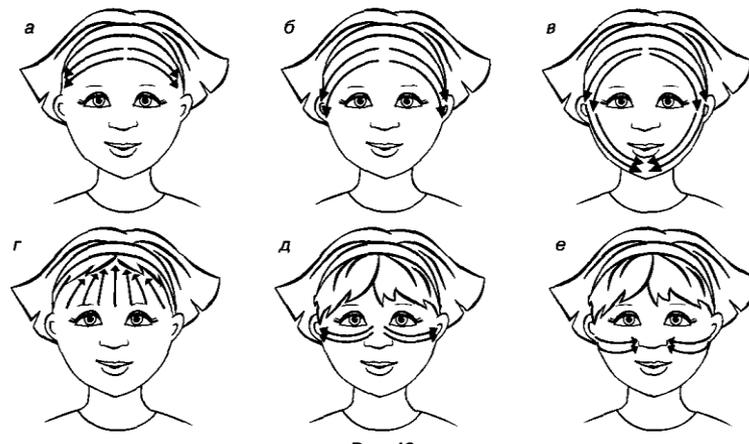
Необходимо отметить, что при расслаблении мышц шеи рефлекторно расслабляются мышцы корня языка.

- 1. Медленное поглаживание шеи в области горла попеременно ладонями обеих рук сверху вниз.
- 2. Поглаживание от околоушной области лица по боковой поверхности шеи до подмышечных впадин.
- 3. Поглаживание задней поверхности шеи ладонями обеих рук от затылка вниз, через боковую поверхность шеи до подмышечных впадин.
- Сюда можно включить расслабляющие упражнения для мышц шеи, описанные выше.



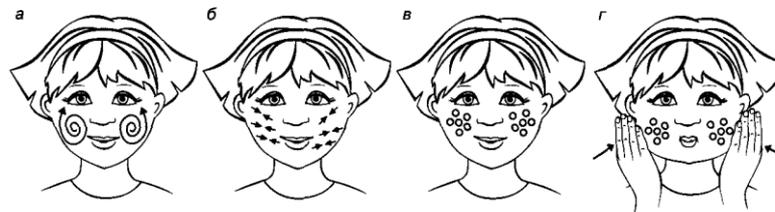
Массаж лицевой мускулатуры

- На детском лице поглаживание и разминание проводится 2—4 пальцами обеих рук. Движения проводятся обеими руками равномерно с двух сторон.
- 1. От середины лба к вискам.
- 2. От середины лба до ушных раковин.
- 3. От середины лба до ушных раковин и далее через щёки к подбородку.
- 4. От бровей к волосистой части головы.
- 5. От спинки носа к ушным раковинам.
- 6. От мочек ушей по щекам к крыльям носа.

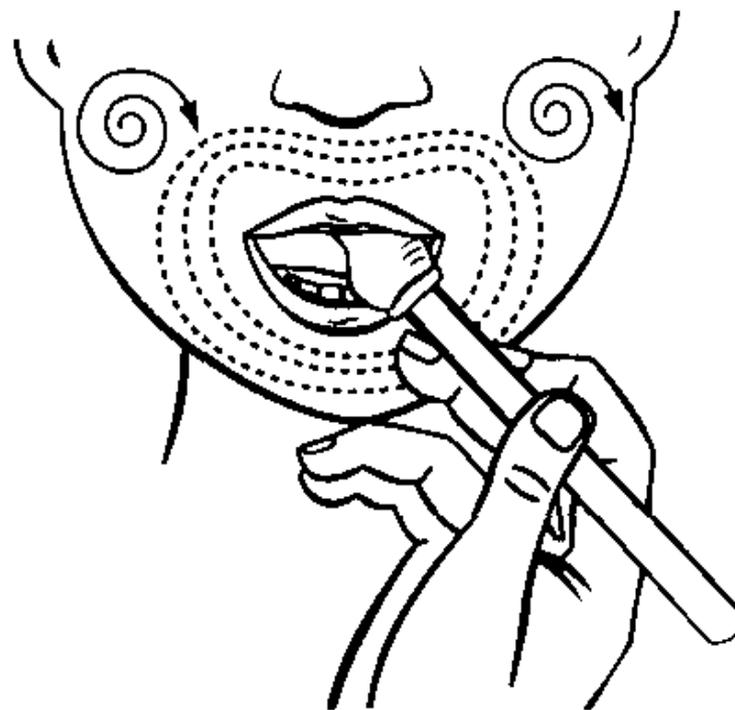


Массаж щёк и круговой мышцы рта

- 1. Лёгкое разминание щёк подушечками 2—3 пальцев. Движения круговые по всей поверхности щеки.
- 2. Пощипывание указательным и большим пальцами. Выполнять очень легко. Рекомендуется при гипотонусе. (При спастичности мышц и на первых сеансах массажа выполнять не рекомендуется!)
- 3. «Пальцевой душ», или лёгкое похлопывание подушечками пальцев по всей поверхности щеки.
- 4. Похлопывание по надутым щекам. Губы ребёнка сжаты, щеки надуты. При похлопывании щёк ребёнок старается удержать их в надутом состоянии

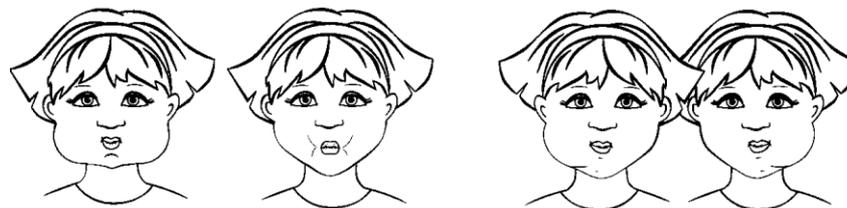


- 5. Массаж щёк и круговой мышцы рта. Массаж круговой мышцы рта проводится с внутренней стороны щёк шпателем с соской или пальцем в напальчнике. Ребёнка просят открыть рот, соской (или пальцем в напальчнике) щёки массируются с внутренней стороны лёгкими круговыми движениями. Таким же образом соска проходит под верхней губой, затем массируются другая щека и внутренняя сторона нижней губы. И так 3—5 раз



После массажа щёк и круговой мышцы рта рекомендуем выполнить упражнения, укрепляющие мускулатуру щёк.

- 1. Ребёнок поочерёдно надувает и втягивает щёки в спокойном темпе, удерживая их в каждом положении 3—5 секунд — «толстячки — худышки».
- 2. Ребёнок поочерёдно надувает щёки, как бы перегоняя воздух из одной щеки в другую, — «шарики».
- 3. Круговые движения языка с внутренней стороны щёк и губ: правая щека — под верхней губой — левая щека — под нижней губой. «Нарисовать» 5—6 кругов в одну и другую стороны — «рисуем кружок».
- 4. Сжать губы, надуть щёки, удержать воздух 2—3 секунды и выпустить через губы, произнося: «Пых!» — «самовар».
- 5. Изотонические упражнения для щёк.



Массаж, расслабляющий мышцы языка

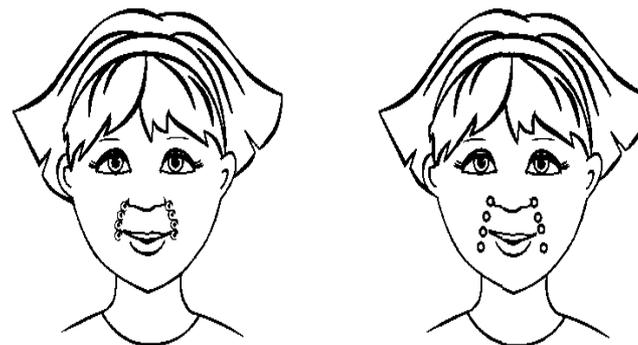
- 1. Вибрация указательными пальцами под углами нижней челюсти. Установить пальцы на этих точках и производить лёгкие вращательно-вибрирующие движения в течение 10—15 секунд.
- 2. Поглаживание по краю нижней челюсти в направлении от подбородка к ушам тыльными сторонами ладоней.
- 3. Установить указательный или средний палец в подчелюстной области и производить лёгкие вращательные движения в течение 10—15 секунд.

Массаж носогубных складок

- Данный массаж особенно рекомендуется при асимметрии, сглаженности носогубных складок.
- 1. Поглаживание вдоль носогубных складок сверху вниз указательными или средними пальцами.
- 2. Поглаживание от носогубных складок в стороны. Указательные пальцы помещаются на носогубные складки и выполняют лёгкие поглаживающие движения в стороны

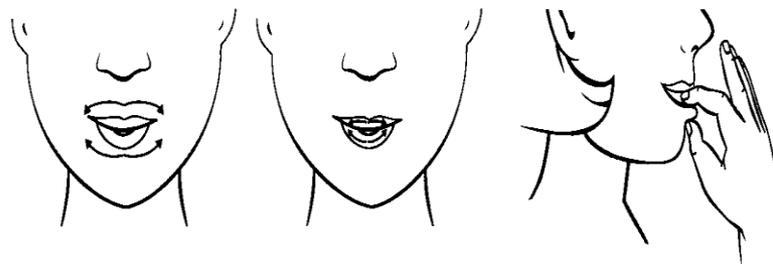


- 3. Спиралевидные движения с одновременным продвижением по носогубным! складкам вниз.
- 4. Разминание носогубных складок. Лёгкие точечные движения по носогубным складкам.
- 5. «Пальцевой душ». Лёгкое похлопывание подушечками 1—2 пальцев по ходу носогубной складки.



Массаж губ

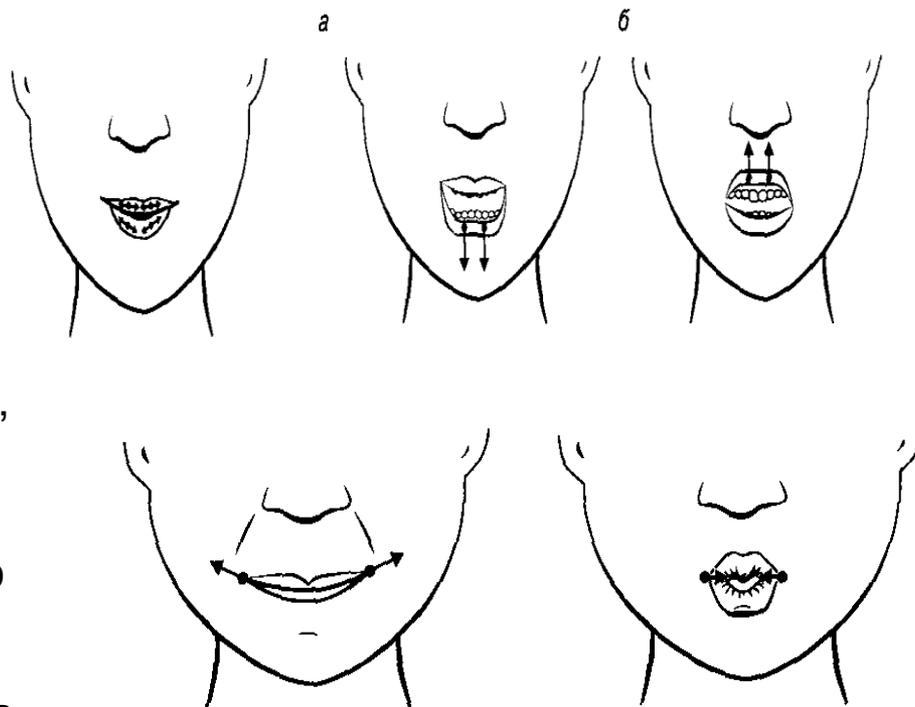
- Массаж губ ребёнка выполняется указательными или средними пальцами обеих рук.
- 1. Поглаживание над верхней и под нижней губой от середины к краям.
- 2. Поглаживание по верхней и нижней губе от середины к уголкам губ.
- 3. Разминание губы между большим и указательным пальцами. Указательный палец вводится между губой и зубами подушечкой «к себе». Большой — «перетирает» губу вокруг подушечки указательного. Массаж проводится с верхней и нижней губами



Далее можно сделать пассивную

гимнастику. Предлагаем следующие приёмы.

- 4. Собираем губы в «складочку». Указательные пальцы помещаются на точку, находящуюся между серединой верхней губы и углом рта с обеих сторон. Движения направлены к средней линии так, что губа собирается в вертикальную складку. Такое же движение проделывается и с нижней губой.
- 5. Пальцы логопеда помещаются в то же положение, но движения направлены вниз по нижней губе, обнажая нижнюю десну и вверх по верхней губе, обнажая верхнюю десну.
- 6. «Улыбка — трубочка». Пальцы логопеда помещаются в углы рта, губы растягиваются в улыбку, а затем собираются в «трубочку».



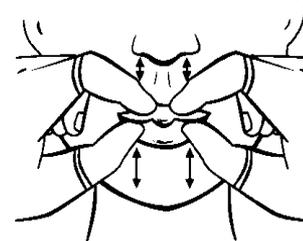
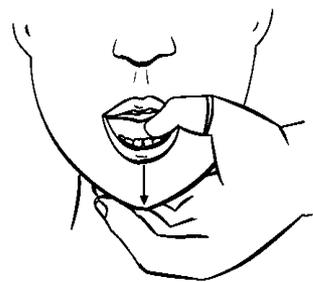
- Данные приёмы пассивной гимнастики помогают детям перейти к самостоятельному выполнению этих упражнений:
- • похлопывание, или «пальцевой душ», по всей поверхности губ; выполняется очень легко указательным и средним пальцами руки;
- • пощипывание — проводится от средней линии к уголкам губ; рекомендуется при гипотонии мышц губ.

Массаж языка

- Массаж языка удобно проводить соской, надетой на шпатель, или пальцем напальчнике. Можно массировать язык и просто чисто вымытыми руками через носовой платочек.
- Именно в мышцах языка наиболее выражено спастическое напряжение, которое затрудняет его подвижность и препятствует работе над звукопроизношением.
- Массаж мышц языка следует проводить после общего расслабления и описанного выше массажа шеи и лицевой мускулатуры.

- Следует помнить, что мышцы языка тесно связаны с мышцами нижней челюсти. Движение языка вниз в полости рта и его расслабление проще всего достигается при одновременном опускании нижней челюсти. Для того чтобы ребёнок научился опускать нижнюю челюсть, можно применять следующую пассивную гимнастику.

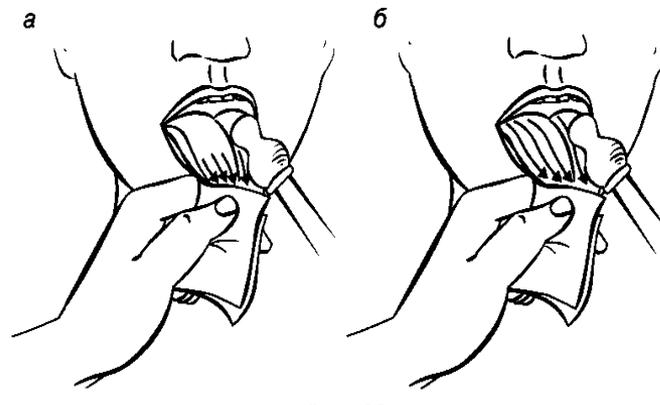
- Поместить большой палец (в напальчнике) на нижние зубы, а остальные пальцы подвести под подбородок. Под тяжестью большого пальца нижняя челюсть плавно опускается вниз.
- Пальцы логопеда помещаются на точки, находящиеся между серединой верхней губы и углом рта с обеих сторон. Пальцы легко раздвигаются с упором на нижнюю губу, нижняя челюсть опускается.



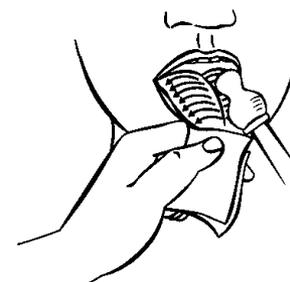
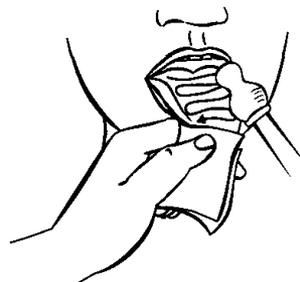
- Поглаживание по всей линии подбородка, массажирование точек под углами нижней челюсти, описанное выше, тоже способствуют расслаблению жевательных мышц и открыванию рта.
- Ребёнку предлагают открыть рот, высунуть язык. Удерживая кончик языка марлевой салфеткой, проводят массаж языка. После выполнения нескольких массажных движений ребёнку дают отдохнуть.

Проводят следующие приёмы массажа языка.

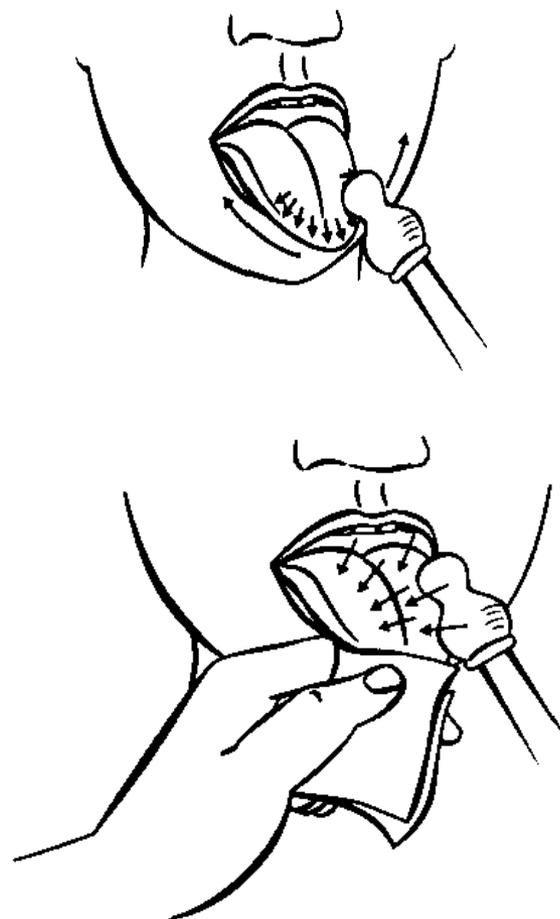
- Поглаживание языка от его средней части к кончику.
- Постепенно можно продвигаться ближе к корню языка



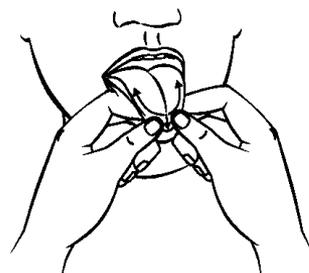
- Зигзагообразное поглаживание от середины языка к кончику.
- Поглаживание от срединной линии языка в стороны.
- Поглаживание переднего края языка (по периметру) и от срединной линии в стороны по краю языка.



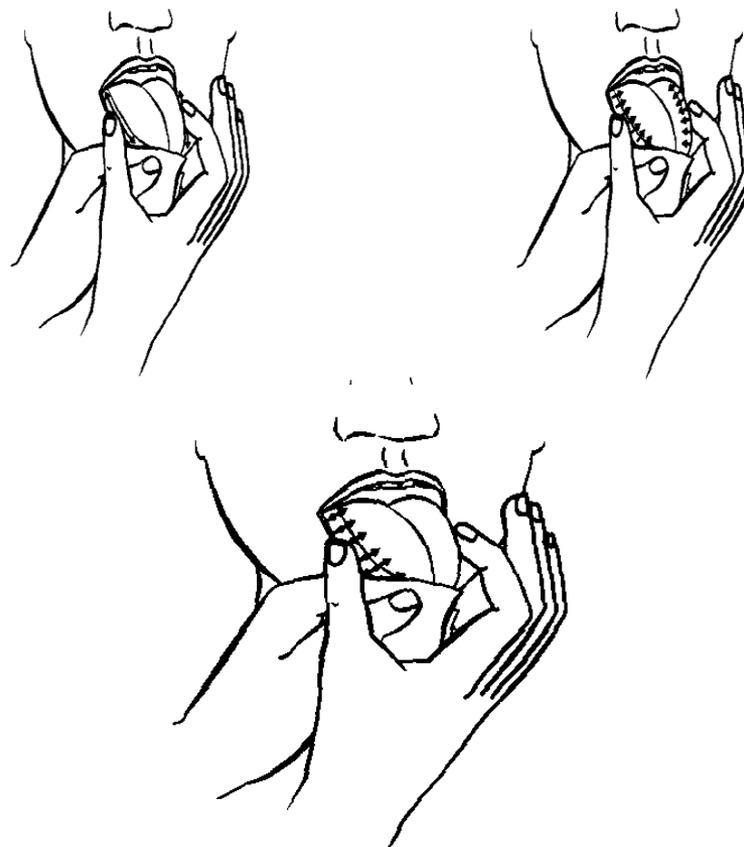
- Похлопывание по всей поверхности языка. Рекомендуется при гипотонии мышц языка.
- Разминание переднего края языка от срединной линии в стороны. Выполняется большим и указательным пальцами.
- Похлопывание соской или пальцем по краю языка сверху вниз.



- **Плавные поглаживания по боковым краям языка большим и указательным пальцами одновременно. Рот открыт, губы в улыбке, язык высунут, кончик языка придерживается салфеткой. Поглаживание проводится от кончика языка к корню и обратно.**
- **Лёгкое надавливание большим и указательным пальцами одной руки по боковым краям языка. Пальцы продвигаются от кончика к корню и обратно.**



- «Перетирание» боковых поверхностей языка большим и указательными пальцами одной руки. Сжать пальцами с двух сторон боковые края средней части языка и массировать захваченную область в течение 5 секунд. Передвинуть пальцы, «перетирать» следующий участок.



- После массажа языка, особенно при спастичности, попросите ребёнка спокойно уложить язык во рту («язычок лёг на кроватку»). Можно помочь ребёнку: аккуратно положить на язык шпатель, прикрывая им кончик языка и часть спинки, чуть прижать язык («язычок накрыли одеялом») на несколько секунд. Регулярное выполнение этого приёма помогает значительно уменьшить спастичность языка. Для этого можно использовать шпатель.

Список литературы:

- *Архипова Е. Ф.* Коррекционно-логопедическая работа по преодолению стёртой дизартрии. – М.: АСТ. Астрель, 2008
- *Белая Н. А.* Массаж лечебный и оздоровительный. – М., 1998.
- *Блыскина И. В., Ковшиков В. А.* Массаж в коррекции артикуляторных рас-стройств. — СПб.: Сатис, 1995.
- *Дедюхина Г. В., Могучая Л. Д., Яньшина Т. А.* Логопедический массаж и лечебная физкультура с детьми 3-5 лет, страдающими детским церебральным параличом. – М., 2001.

- *Дьякова Е. А.* Логопедический массаж. — М.: Академия, 2003.
- *Левченко И.Ю, Приходько О.Г.* Технологии обучения и воспитания детей с нарушениями опорно-двигательного аппарата. - М., 2001.
- *Мастюкова Е. М., Ипполитова М. В.* Нарушение речи у детей с церебральным параличом. — М.: Просвещение, 1985.
- *Мещерякова Н.П., Жуковская Л.К., Терешкова Е.Б.* Коррекция речевых и неречевых расстройств у дошкольников. – Волгоград: Учитель., 2009

- *Новикова Е. В.* Зондовый массаж. Коррекция звукопроизношения. — М.: Гном и Д, 2000.
- *Сиротюк В. Л.* Коррекция обучения и развития школьников. — М.: Сфера, 2001.
- *Смирнова И.А.* Логопедическая диагностика, коррекция и профилактика нарушений речи у дошкольников с ДЦП. Алалия, дизартрия, ОНР. — СПб.: «Детство-пресс», 2007.