**Консультация для родителей**

 **Логопедический массаж и артикуляционная гимнастика**

 

К основным видам логопедического массажа относятся:

* классический ручной;
* точечный.

Основные приемы ручного классического массажа это: *поглаживание, разминание, вибрация.*

При *поглаживании* кисть должна быть без напряжения, сомкнутыми пальцами производят движения в различных направлениях (продольно, поперечно, кругообразно, спиралевидно). Поглаживанием начинают и заканчивают любой сеанс массажа. Поглаживание проводят медленно, плавно.

*Поглаживание щипцеобразно* – выполняется сложенными пальцами. В логопедии применяется при массаже органов с небольшими мышечными группами (органы артикуляции – язык, губы и т.д.).

*Растирание* – прием, при котором применяется несколько большая сила давления, чем при поглаживании. Рука не скользит по коже, а сдвигает ее. Выполняется растирание концевыми фалангами или тыльной стороной полусогнутых пальцев. Этот прием применяется в различных направлениях.

*Разминание* – прием, при котором массирующая рука выполняет 2-3 фазы: фиксация, захват массируемой области; сдавление, сжимание; раскатывание, раздавливание.

Для области лица рекомендуется *щипцеобразное разминание*. Оно выполняется 1-2-м или 1-3-м пальцами (пощипывание на лице), захватывая, оттягивая, разминая локальные участки.

*Растягивание* – разновидность разминания. Выполняется двумя руками. Зафиксировав массируемую поверхность, несколькими пальцами производят короткие ритмичные движения, сдвигая ткани друг от друга.

 Для выполнения вибрирующих движений на лице используется прием *пунктирование.* Движения подобны выбиванию дроби на барабане.

Условия проведения логопедического массажа

Продолжительность сеанса не должен превышать 15 минут. Это оптимальная продолжительность для ребенка любого возраста.

Частота сеансов – ежедневно или через день.

При массаже положение ребенка должно быть максимально удобным и естественным. При массаже лица или языка взрослый находится перед ребенком или за головой сидящего ребенка.

Приемы массажа не должны вызывать болезненных ощущений и отрицательных эмоций у ребенка.

*Противопоказания к проведению массажа*

* лихорадочное состояние;
* острые воспалительные процессы;
* носовые кровотечения и склонность к ним;
* конъюнктивиты;
* заболевания кожных покровов и волосистой части головы;
* диатезы и другие аллергические реакции;
* стоматиты и другие инфекции полости рта;
* герпес на губах;
* увеличение лимфатических узлов;
* тошнота, рвота;
* чрезмерная физическая или психологическая усталость.

Для проведения логопедического массажа нам понадобятся

* удобное кресло или стул для ребенка с высокой спинкой для опоры головы;
* стул для массажиста;
* большое зеркало для осуществления контроля хода массажа взрослым, стоящего за спиной ребенка и для выполнения ребенком артикуляционных упражнений;
* грелка для прогревания мышц перед массажем;
* индивидуальная зубная щетка;

При массаже руки массажиста всегда должны быть чистыми, без украшений, ногти короткими; лицо ребенка тоже необходимо вымыть перед массажем.

Мышцы лица лучше согреть грелкой, обернутой полотенцем.

Необходимо соблюдать последовательность массажных движений сверху вниз – ото лба к подбородку.

Все приемы не должны вызывать неприятных ощущений у ребенка.

Каждое движение повторяется 5-8 раз.

Длительность массажа 5-15 минут.

***Схемы логопедического массажа***

*Массаж лба*

1. *Направление движения*: от середины лба к вискам

*Тип движения*: поглаживающий.



1. *Направление движения:* от бровей к волосистой части головы.

*Тип движения*: поглаживающий.



1. *Направление движения*: от бровей к волосистой части головы.

*Тип движения*: разминающий.



1. *Направление движения*: от бровей к волосистой части головы.

*Тип движения*: вибрационный.

Массаж щек

1. *Направление движения*: от углов рта к вискам по щечной мышце.

*Тип движения*: разминающий, растягивающий.



1. *Направление движения*: от скуловой кости вниз на нижнюю челюсть.

*Тип движения*: растягивающий, поглаживающий.



Массаж носа

1. *Направление движения*: вдоль крыльной части носовой мышцы.

*Тип движения*: растягивающий, поглаживающий, вибрационный.



Массаж носогубной складки

1. *Направление движения:* от крыльев носа к углам губ.

*Тип движения*: поглаживающий.



Массаж рта

1. *Направление движения:* от середины верхней губы к углам рта.

*Тип движения:* растирающий, поглаживающий, вибрационный.

1. *Направление движения:* от середины нижней губы к углам рта.

*Тип движения:* растирающий, вибрационный.

Массаж подбородка

1. *Направление движения:* от подбородка к углу рта.

*Тип движения:* поглаживающий, разминающий.

Массаж шеи

1. *Направление движения:* вдоль грудинно-ключично-сосцевидной мышцы.

*Тип движения*: поглаживающий, разминающий.

*Гимнастика для мышц шеи*

Является промежуточным звеном между массажем лица и массажем языка. Она благотворно влияет на мышцы корня языка, расслабляет их. Рекомендуется: наклоны головы вправо-влево и вперед-назад, круговые движения головой.

Артикуляционная гимнастика.

Пассивная

1. Растягивание губ в улыбку
2. Поднимание кончика языка (шпателем или ручкой чайной ложки к твердому небу).



1. Подтягивание языка вперед (язык захватывается с помощью марлевой салфетки, осторожно подтягивается на нижнюю губу и отводится в сторону).



Массаж кистей рук

Массажные движения производятся в направлении от кончиков пальцев к предплечью. Одной рукой делаем массаж, другой фиксируем массируемую конечность. Продолжительность массажа 3-5 минут. Для большей эффективности массажа можно сочетать его с пассивными и активными движениями кистей рук.

1. *Тип движения*: плоскостное поглаживание (всей ладонью).

*Часть кисти*: тыльная сторона кисти.

*Направление движения*: от кончиков пальцев до середины предплечья.



1. *Тип движения*: щипцеобразное движение (несколькими пальцами).

*Часть кисти*: каждый палец отдельно.

*Направление движения*: от кончика пальца к основанию по тыльной, ладонной и боковым поверхностям.



1. *Тип движения*: круговое и прямолинейное растирание.

*Часть кисти*: тыльная и ладонная поверхности кисти.

*Направление движения*: от основания пальцев до запястья.



1. *Тип движения*: щипцеобразное круговое и прямолинейное растирание.

*Часть кисти*: пальцы.

*Направление движения*: по ладонной и боковым поверхностям.