



*Логопедический массаж  
плечевого пояса, шеи и  
лицевой мускулатуры*

# *Расслабляющий массаж*

## *Методические указания.*

*Медленный темп*

*Поглаживание, легкая вибрация*

*Приятные ощущения тепла, покоя*

*Руки тёплыми*

*Тихая музыка*

*Формулы спокойствия, расслабления*

*Согревающий компресс 3 мин*

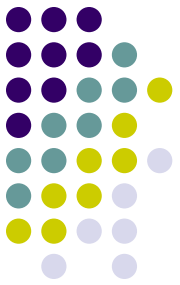
*Последовательность:*

**Мышцы шеи и плечевого пояса**

**Мимическая мускулатура**

**Мышцы губ**

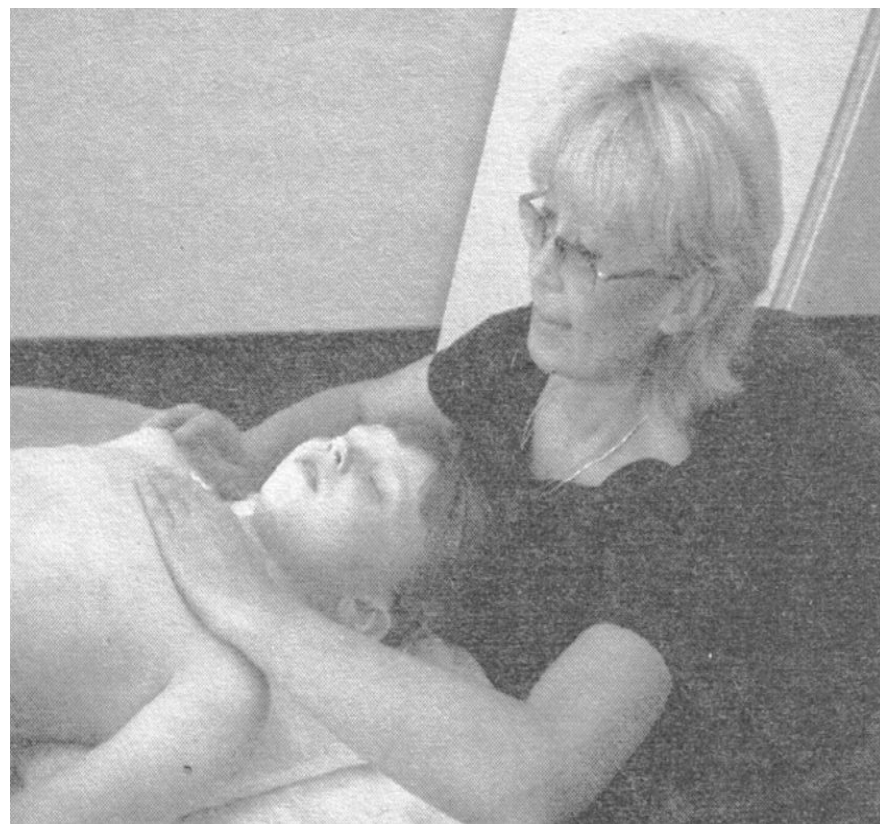
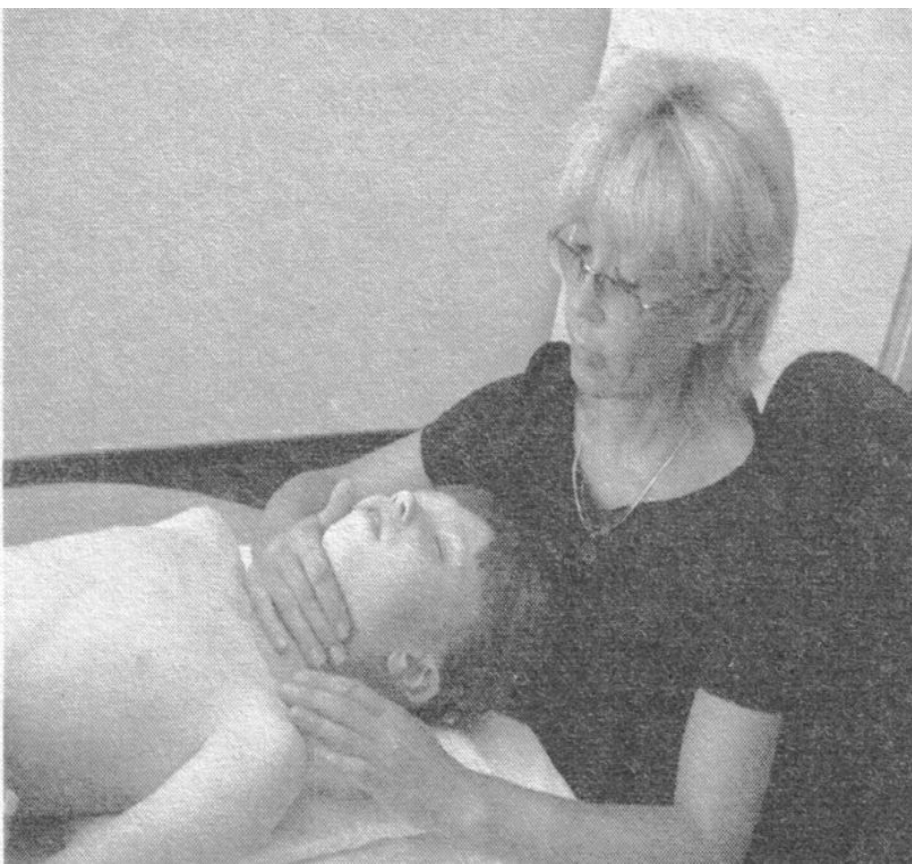
**Мышцы языка**



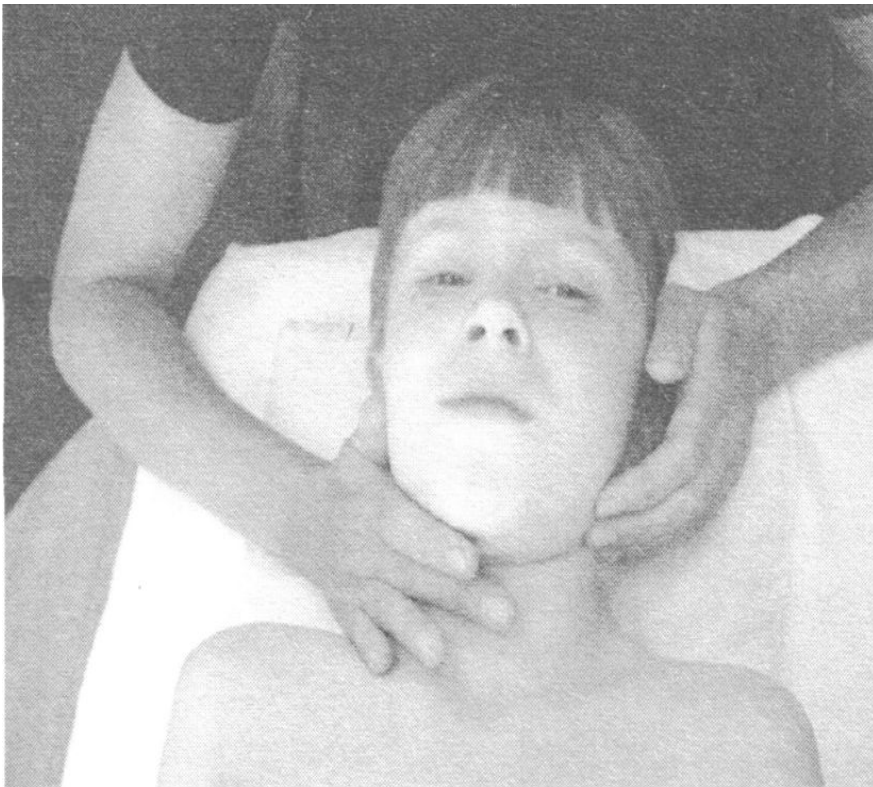
# Массаж плечевого пояса и шеи

## *Расслабляющий массаж*

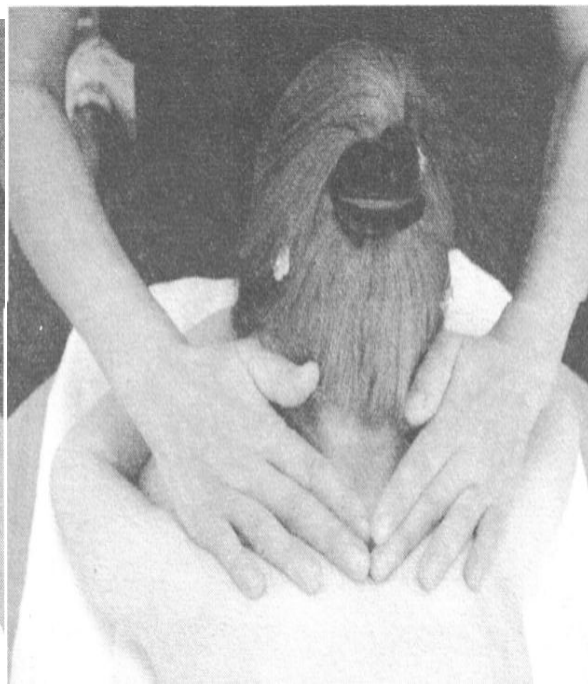
1. Медленное поглаживание передней части шеи ладонями обеих рук (попеременно то правой, то левой рукой) сверху вниз по боковым областям горла. Движение начинается от края нижней челюсти к груди. Нужно избегать надавливания на область щитовидной железы.



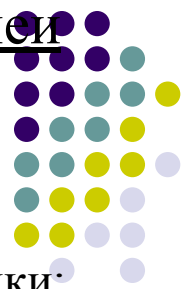
2. Медленное поглаживание боковой поверхности шеи попеременно то с правой, то с левой стороны. Поместить ладонь одной руки на боковую часть шеи так, чтобы большой палец находился у угла нижней челюсти. Ладонь движется сверху вниз до яремной ямки, а затем параллельно ключице по плечу либо вниз до подмышечной впадины. Для большего расслабления грудино-ключично-сосцевидной мышцы рекомендуется повернуть подбородок пациента вверх и в сторону массируемой мышцы.



3. Положить обе руки на заднюю часть шеи, к затылку, руки скользят по задней и боковой частям шеи вниз по направлению к ключицам по плечу либо до подмышечной впадины. Этот массажный прием снимает тонус с трапециевидной мышцы.



# Пассивные и активные упражнения для расслабления мышц шеи

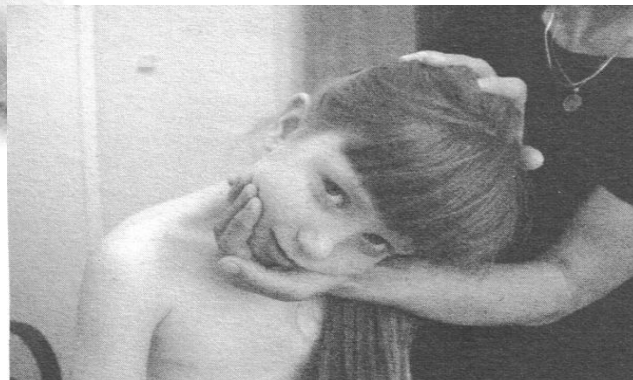
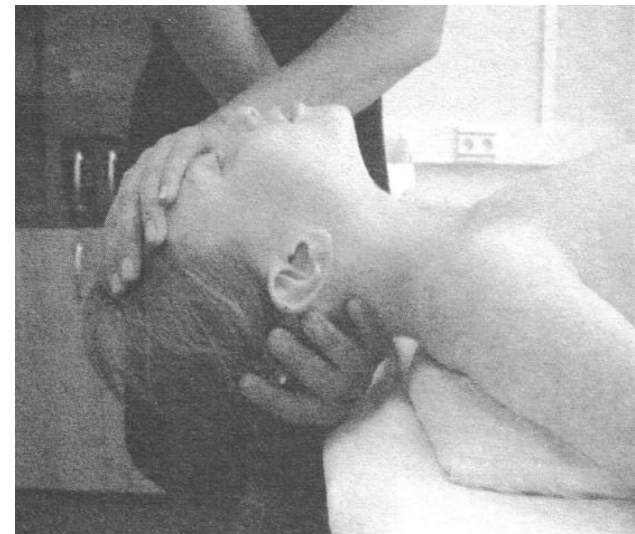
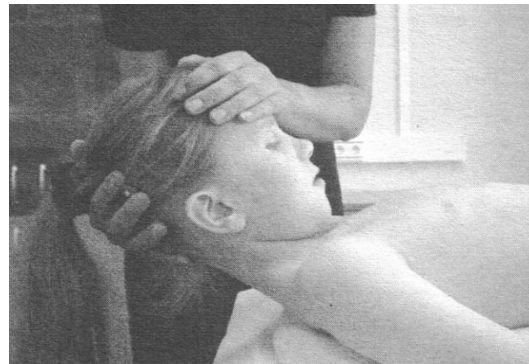
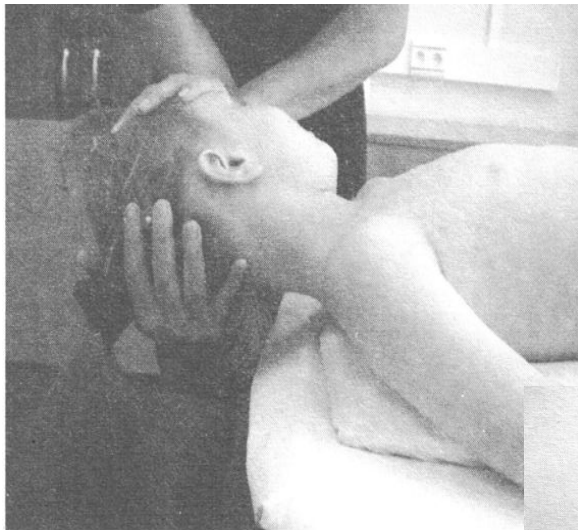


1. Ребенок лежит на спине, при этом голова вне опоры и немного свешивается назад. Логопед одной рукой поддерживает голову ребенка сзади, другую помещает на лобно-теменную область, осуществляя:

- а) круговые движения головы ребенка по часовой, а затем против часовой стрелки;
- б) наклоны головы вперед – назад, вправо – влево;

2. Эти же движения – в положении ребенка сидя. Ладонь правой руки логопед кладет на область темени, а ладонь левой располагает под подбородком и производит:

- а) круговые движения головы ребенка по часовой, а затем против часовой стрелки;
- б) наклоны головы ребенка вперед – назад, вправо – влево.



# *Активизирующий массаж*

## *Методические указания.*



***При пониженном мышечном тонусе***

***Движения ритмичные***

***Поглаживание, растирание, разминание,  
сильная вибрация***

***Постепенное увеличение силы воздействия***

***Не воздействовать на щитовидную железу***

***Последовательность:***

**Мимическая мускулатура**

**Мышцы губ**

**Мышцы языка**

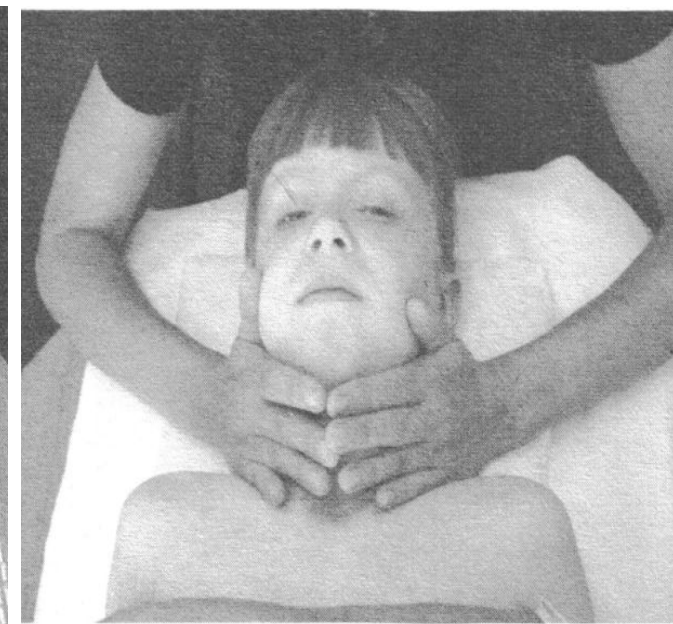
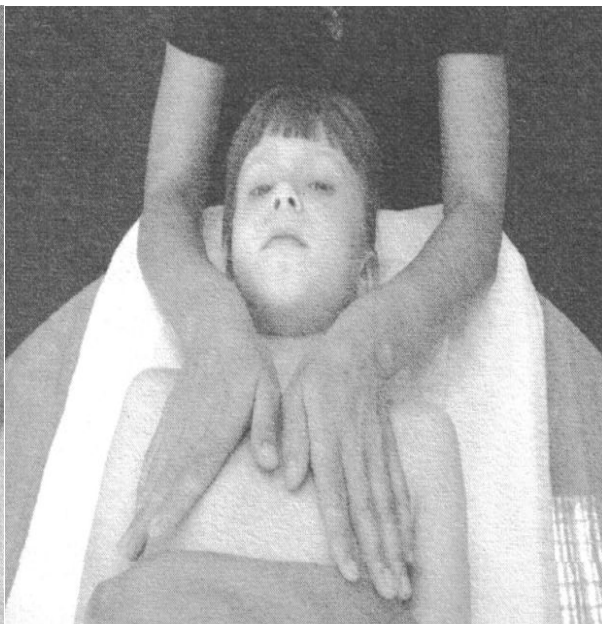
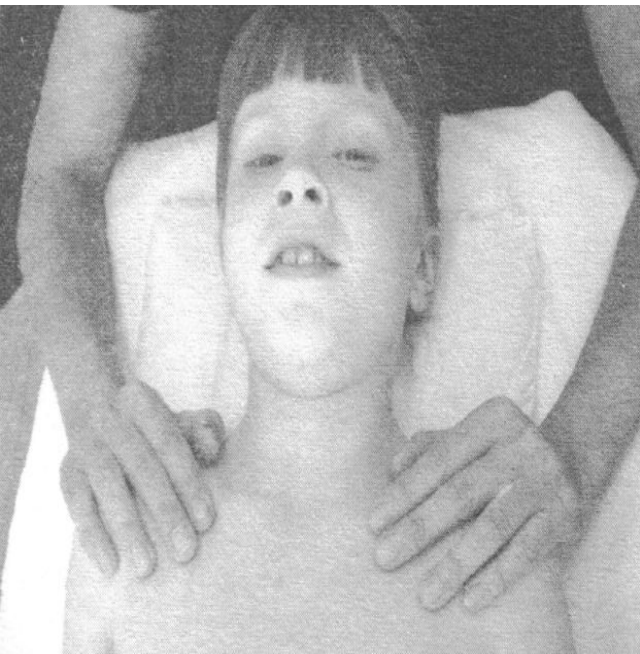
**Мышцы шеи и плечевого пояса**

## *Активизирующий массаж*



Массажные движения производят в направлении снизу вверх, используя приемы поглаживания и растирания. Поколачивание и вибрация этих отделов противопоказаны.

1. Движение проводится одновременно или попеременно обеими руками. Ладонь движется от ключицы, либо от подмышечных впадин вверх по боковой поверхности шеи к углам нижней челюсти.





Для активизации и укрепления мышц рекомендуется массаж сочетать со следующими упражнениями.



Ребенок сидит. Правая рука специалиста располагается на затылке. Отклонить голову назад, при этом рука взрослого оказывает сопротивление, противодействие этому движению.



2. Ребенок сидит. Рука специалиста располагается на лбу. Ребенку предлагают наклонить голову вперед, в то время как рука взрослого оказывает этому движению противодействие. Упражнение избирательно активизирует грудино-ключично-сосцевидные мышцы.

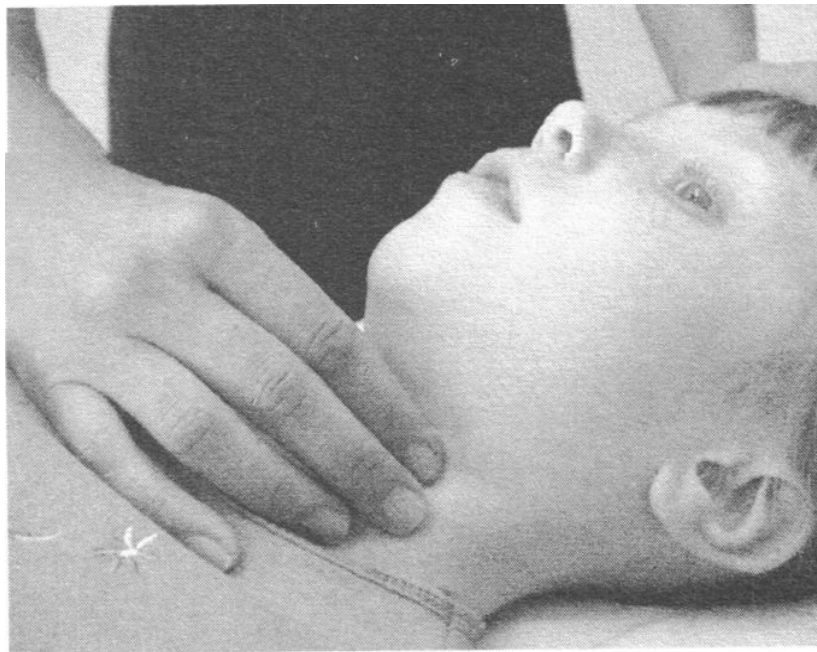


3. Ребенок сидит. Рука специалиста располагается на височной части головы слева. Ребенку предлагают повернуть голову влево, в то время как рука взрослого противодействует этому движению. Упражнение избирательно активизирует левую грудино-ключично-сосцевидную мышцу.



## Массаж в области гортани

Данный вид массажа рекомендуется при нарушениях голоса. Осторожно захватив гортань большим пальцем с одной стороны и указательным и средним пальцами с другой, производить легкие ритмичные движения в поперечном направлении. В процессе массажа можно дать задание ребенку – пропеть гласные звуки



## Массаж лицевой мускулатуры



Массаж лица рекомендуется проводить двумя руками.

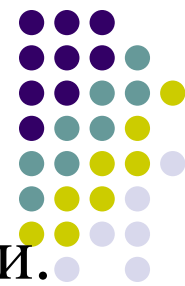
Движения должны быть симметричны и ритмичны.

Может проводиться всеми пальцами сразу (кроме большого – он играет роль опоры), либо подушечкой большого или среднего пальца, либо двумя пальцами – средним и безымянным.

**Массажные линии на лице имеют определенные направления:**

- от середины лба к виску
- от внутреннего угла глаза по верхнему веку и в обратном направлении по нижнему
  - от корня носа к височной области
  - от угла рта к козелку ушной раковины

## Массаж лицевой мускулатуры



Массаж лица рекомендуется проводить двумя руками.

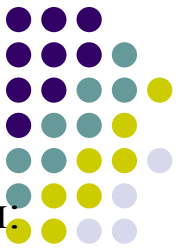
Движения должны быть симметричны и ритмичны.

Может проводиться всеми пальцами сразу (кроме большого – он играет роль опоры), либо подушечкой большого или среднего пальца, либо двумя пальцами – средним и безымянным.

**Массажные линии на лице имеют определенные направления:**

- от середины лба к виску
- от внутреннего угла глаза по верхнему веку и в обратном направлении по нижнему
  - от корня носа к височной области
  - от угла рта к козелку ушной раковины

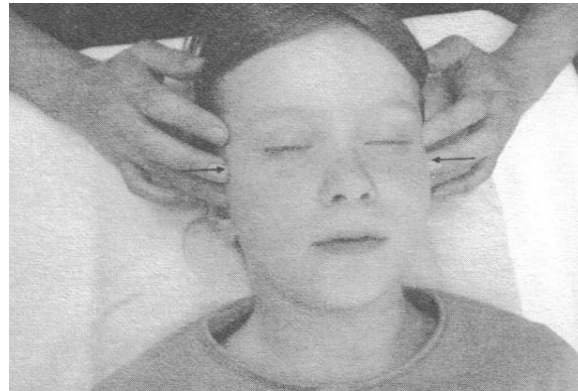
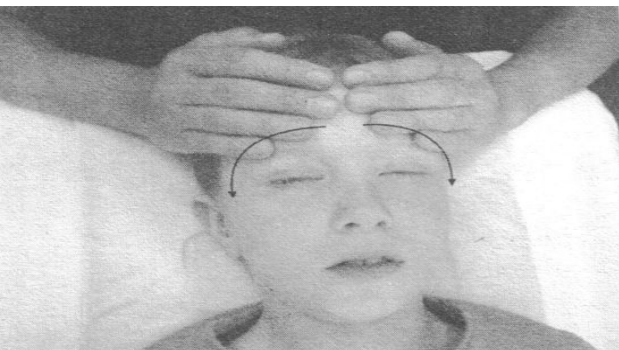
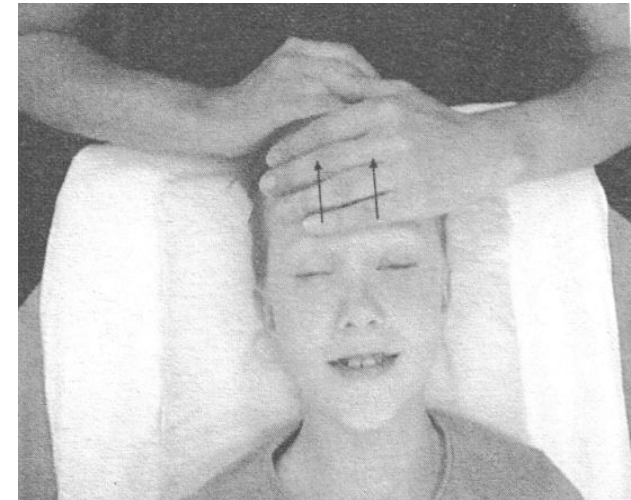
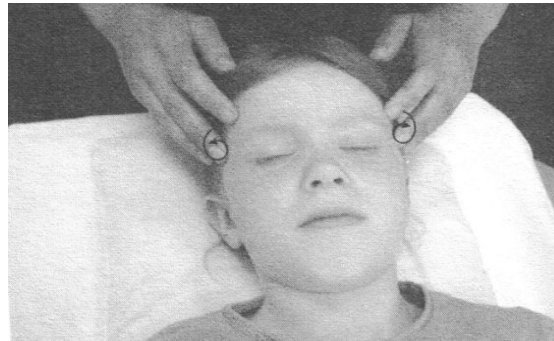
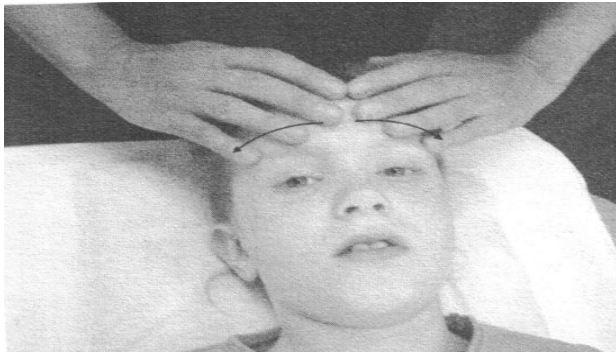
# Расслабляющий массаж *Массаж лба*



Поглаживающие движения ладонной поверхностью всех пальцев в направлении:  
а) от середины лба к височным областям. На висках проводят круговые поглаживания в виде спирали

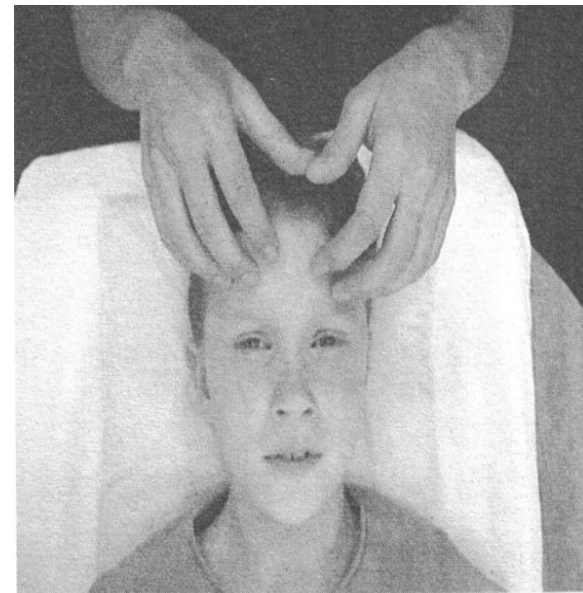
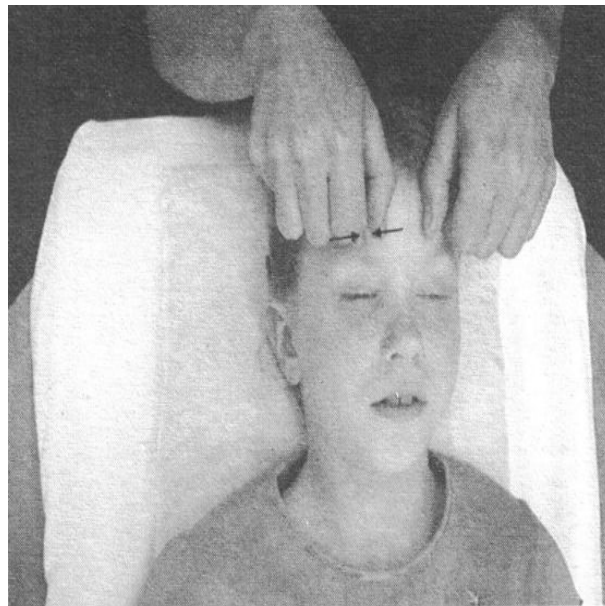
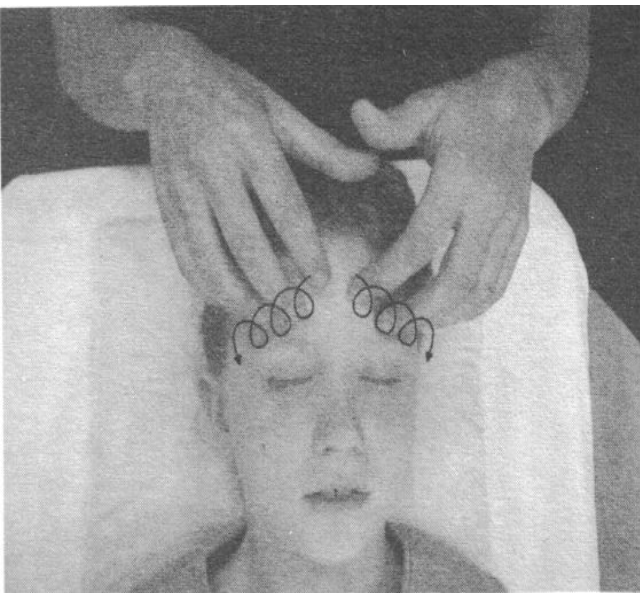
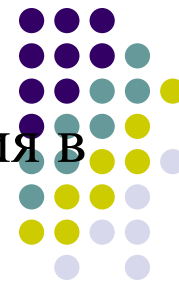
б) от середины лба к козелку ушной раковины, заканчивая легким нажатием.

1. Поглаживание в направлении снизу вверх, от надбровных дуг к волосистой части головы. Движения проводятся попеременно ладонной поверхностью всех пальцев правой и левой рук, либо одновременно подушечками 2-4 пальцев.



## Активизирующий массаж

1. Растирание, полукружные или спиралевидные движения в направлении от средней линии лба к вискам.
2. Разминание, сжатие складки кожи двумя пальцами – большим и указательным, или прерывистое надавливание.
3. Прерывистая вибрация, или пунктирование (постукивание) подушечками указательного и среднего пальцев попеременно в быстром темпе.



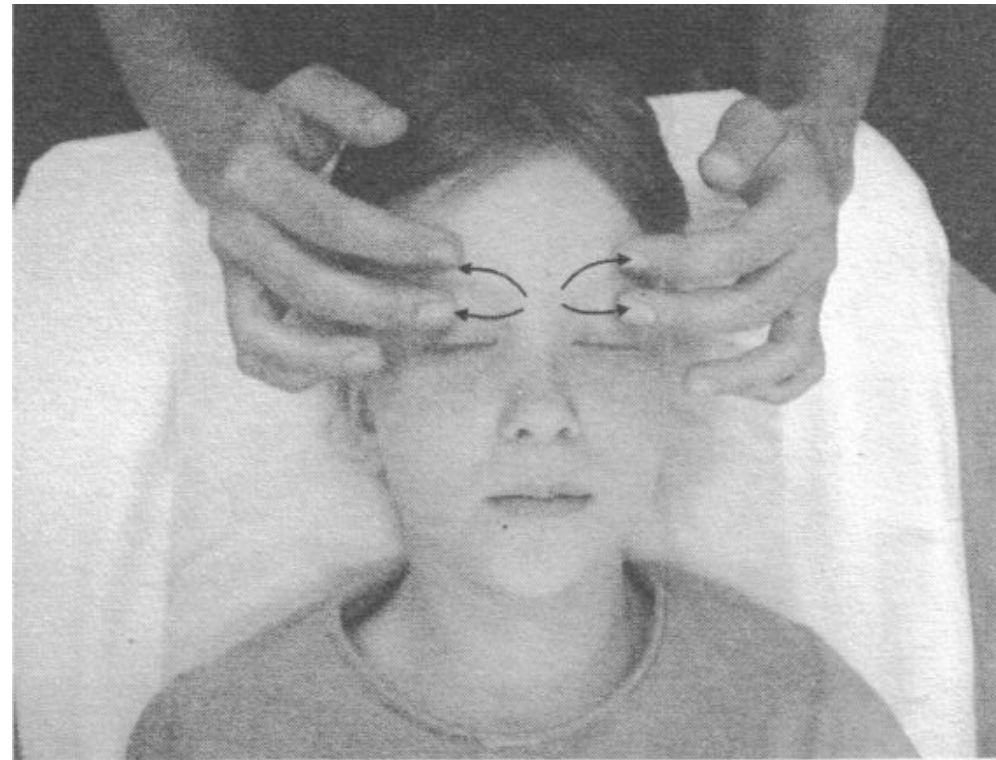
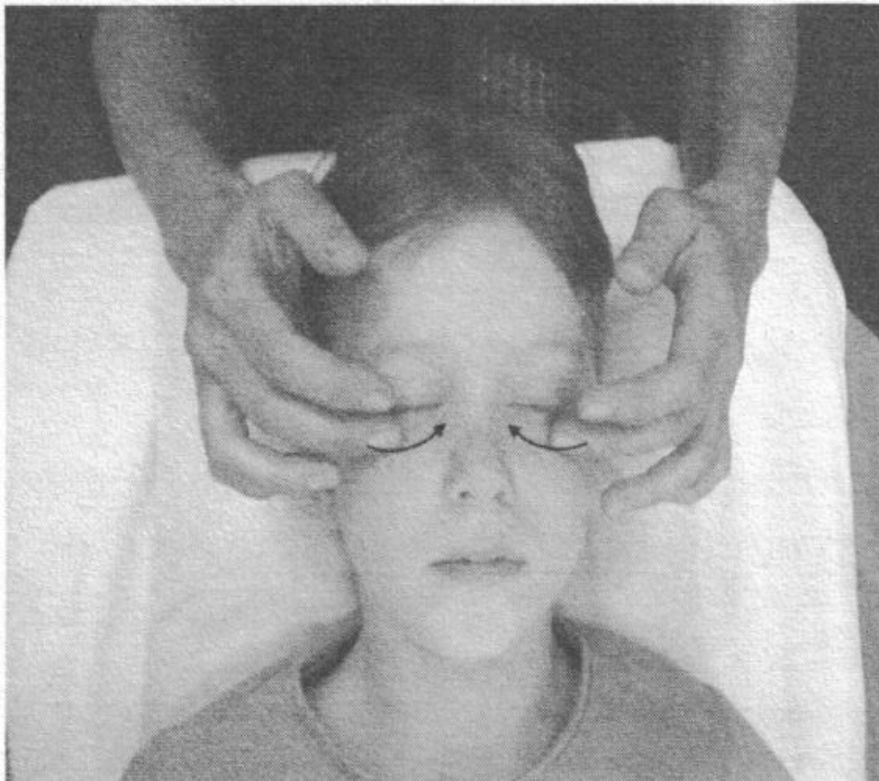
## *Массаж в области глаз*



на круговую мышцу глаза и мышцу, сморщивающую бровь.  
**закрытые глаза, движения нежными, без сдвигания кожи.**

### **1. Поглаживание подушечками средних пальцев.**

Движение от височной ямки по нижнем краю глаза к внутреннему углу глаза; затем вверх до брови и далее по брови к виску; средний палец под бровью, а указательный – над бровью.





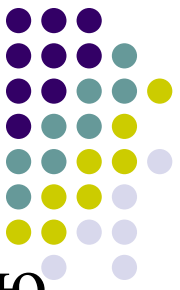


### **2. Поглаживание круговых мышц глаз.**

Подушечками четвертых пальцев обеих рук одновременно производят поглаживание от виска по нижнему веку к внутреннему углу глаза. Затем плавно переходят на верхнее веко и поглаживают его очень легко, не нажимая на глазное яблоко.



## Массаж в области щек и подбородка



на скуловые, щечную, жевательную, подбородочную мышцы, изменяющие положение губ (мышца смеха, мышца, поднимающая угол рта; мышца, опускающая угол рта; мышца, опускающая нижнюю губу).

Особенно важным является воздействие на жевательные,

Крыловидные и височные мышцы, так как от их состояния зависят качество движения нижней челюсти,

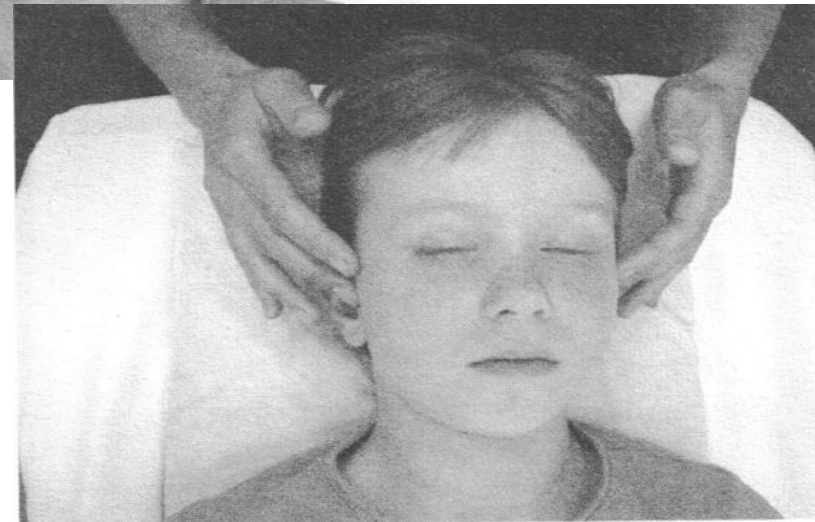
положение рта в покое, функция жевания.

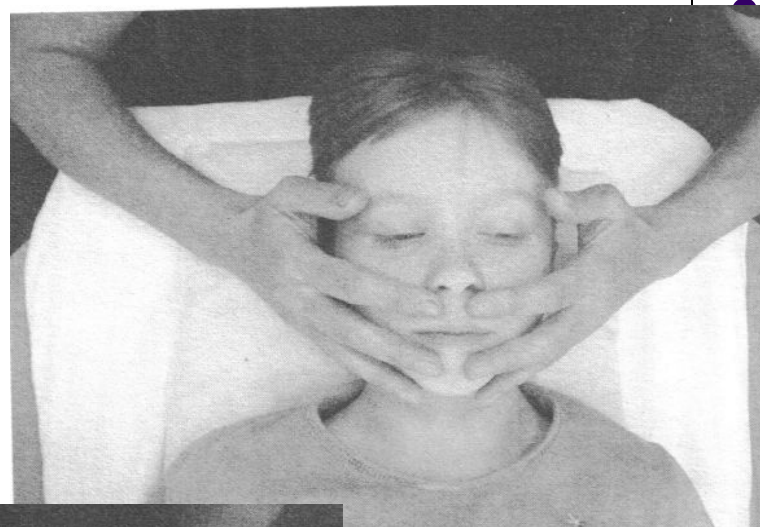
## Расслабляющий массаж



1. Указательные пальцы обеих рук располагаются под нижней губой, а остальные – под подбородком.

Пальцы скользят от середины подбородка к височным впадинам, с фиксацией пальцев в углублениях у козелка и мочки уха.





2. Указательные пальцы обеих рук располагаются над верхней губой, средние – под нижней, а остальные – под подбородком. Движение осуществляется от середины губ к височным впадинам с фиксацией пальцев в углублениях у козелка и мочки уха.

3. Движение пальцами начинается от спинки носа, проходит через скуловую дугу к ушным раковинам с фиксацией пальцев в углублениях у козелка и мочки уха.

Движения 1,2,3 можно проводить лёгкой вибрацией

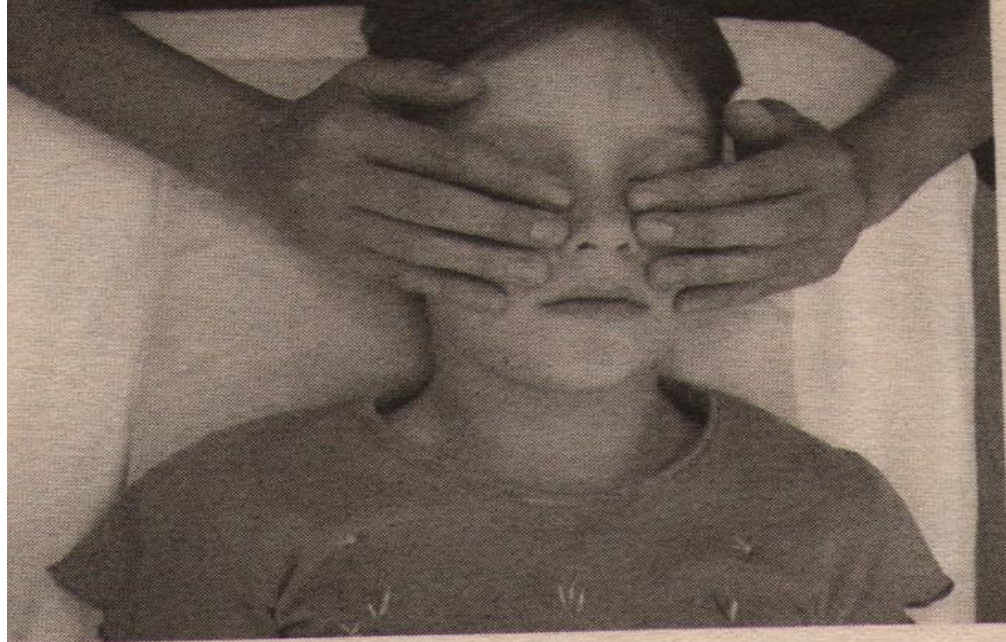
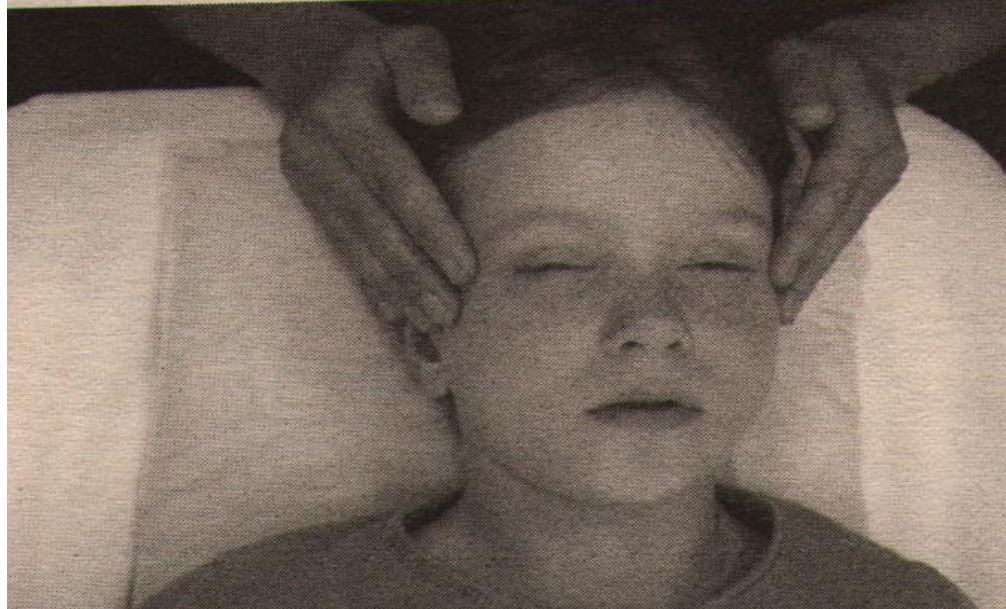
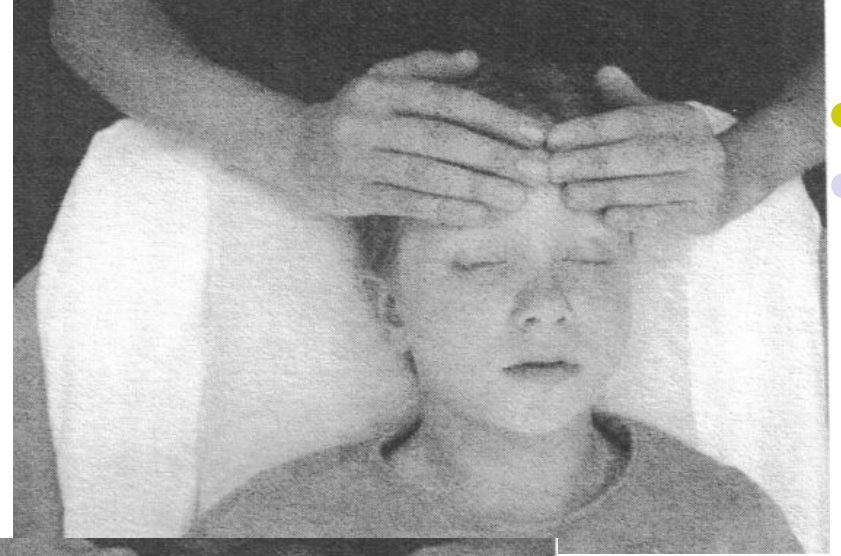


Рис. 43 а



4. Движение  
осуществляется  
тремя пальцам  
обеих рук  
от средней линии  
лба вниз через  
височные  
впадины к середине  
подбородка



5. Движение осуществляется тремя пальцами обеих рук.

Движение начинается от середины подбородка в стороны к углам губ, а затем вверх по носогубным складкам, боковым поверхностям носа через переносицу к середине лба и по лбу к височным впадинам, а затем вниз через щеки к середине подбородка.

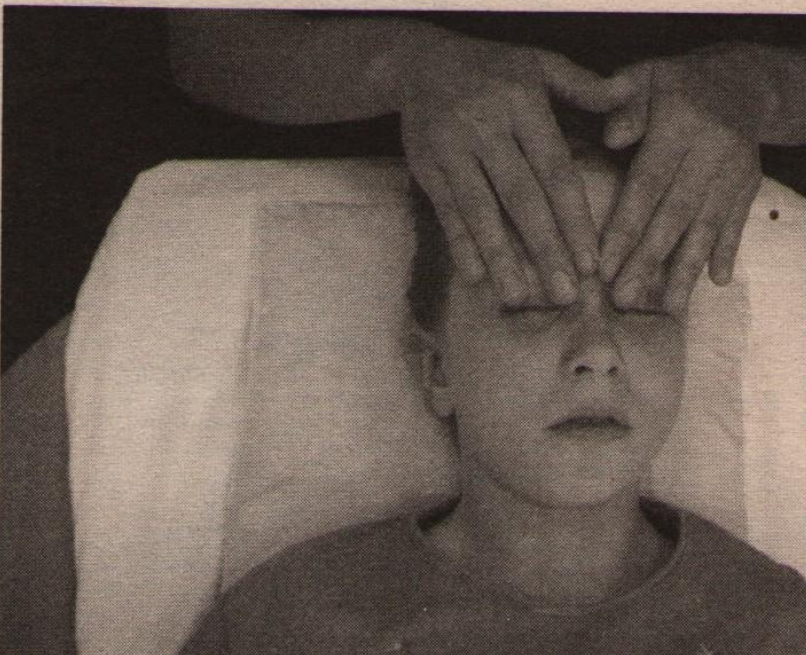
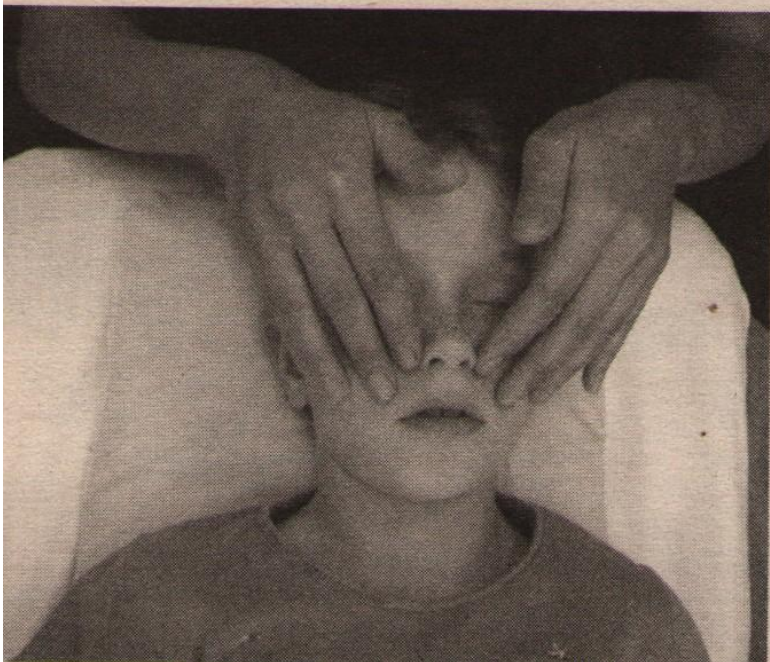




Рис. 45 а



Рис. 45 б





6. Легкое потряхивание щек осуществляется пальцами обеих рук.



# Активизирующий массаж

1.Круговое растирание в области щек в направлении от края нижней челюсти к краю скуловой кости. То же

движение можно

осуществлять и подушечками 2-4 пальцев.

2.Аналогичным образом круговое растирание осуществляется от середины подбородка вверх к носу

3.Тыльной поверхн. производят потряхивание щёк как в продольном, так и в поперечном направлен.

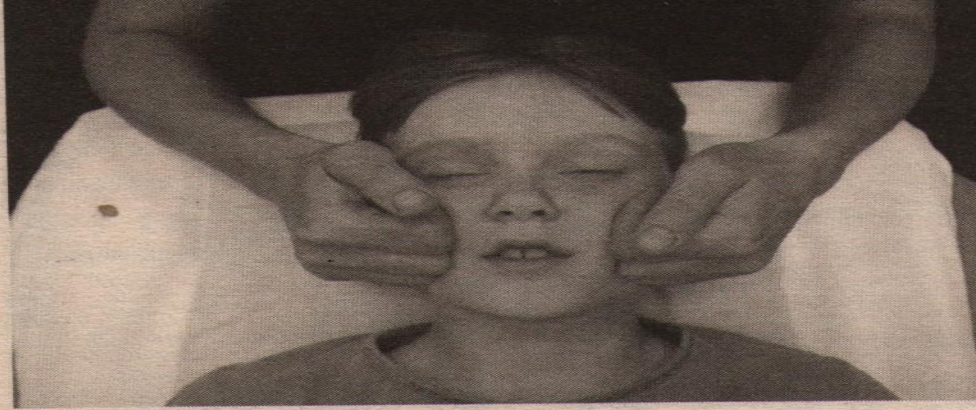


Рис. 47 а

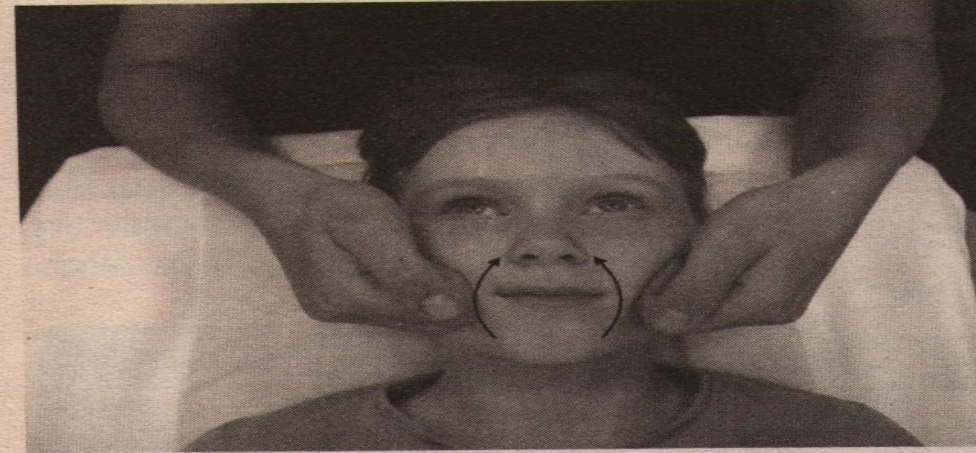
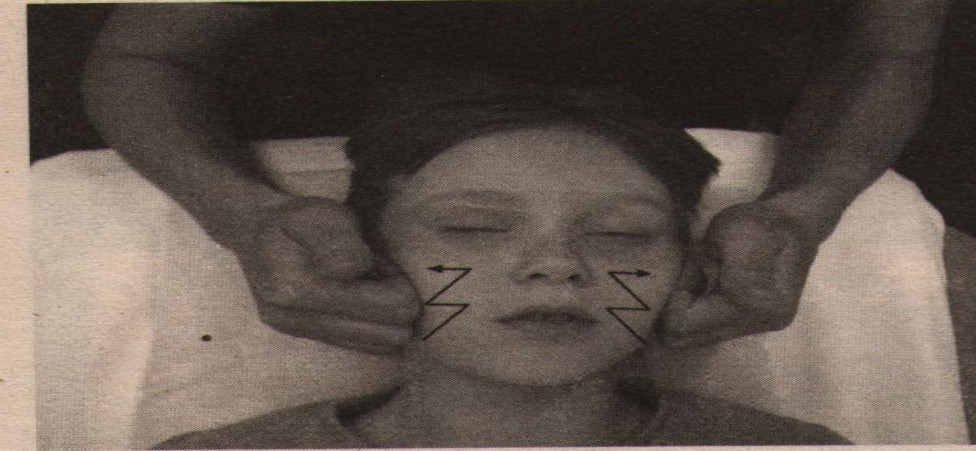
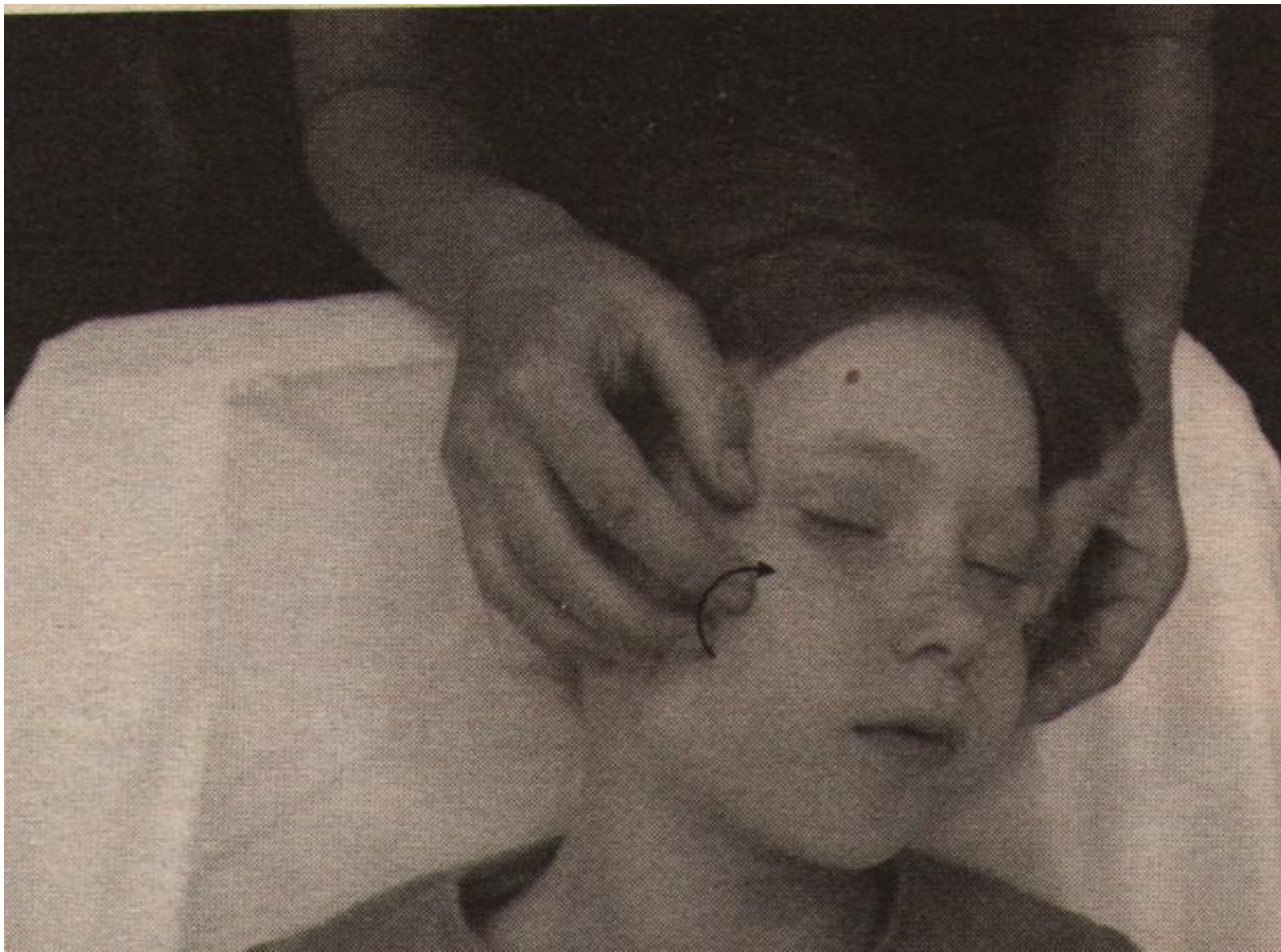


Рис. 48





В области жевательной мышцы производят разминание спиралевидными движениями и круговое растирание.

## Активизирующий массаж щёк



1. Захватывают в складку кожу щек между большим и указательным пальцами, легко сдавливают и отпускают, движение пощипывания.
2. Захватив кожу щек вместе с подкожными мышцами между большим и указательным пальцами, производят разминание в продольном, поперечном, круговом направлениях.
3. Поколачивание подушечками пальцев производится непрерывно обеими руками по массажным линиям.



Рис. 52 а

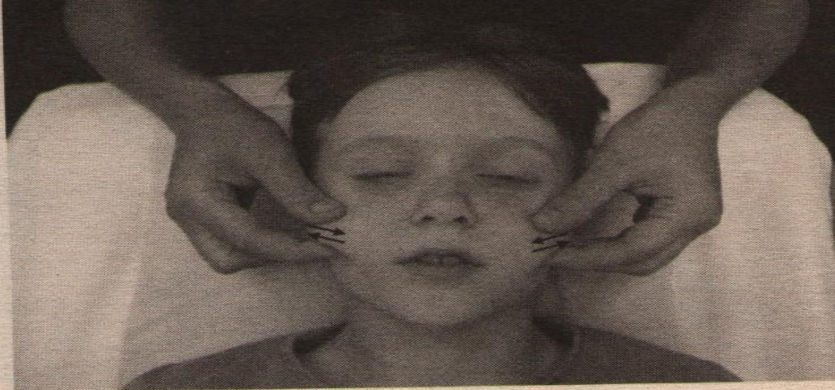


Рис. 52 б

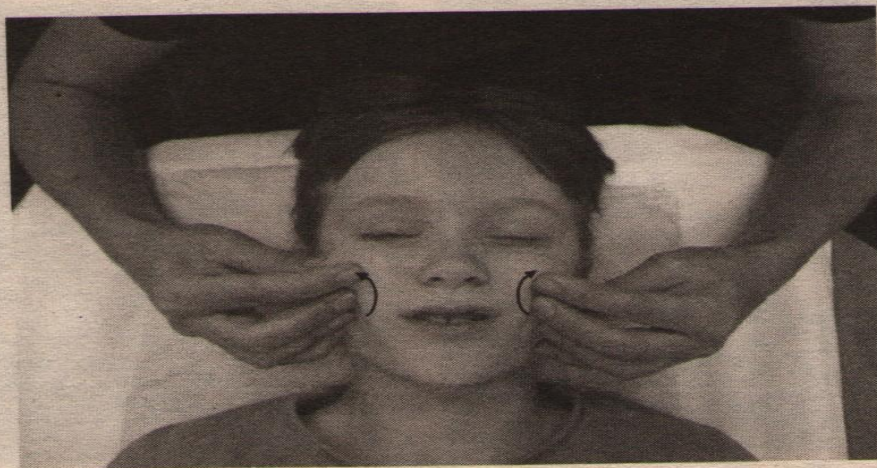
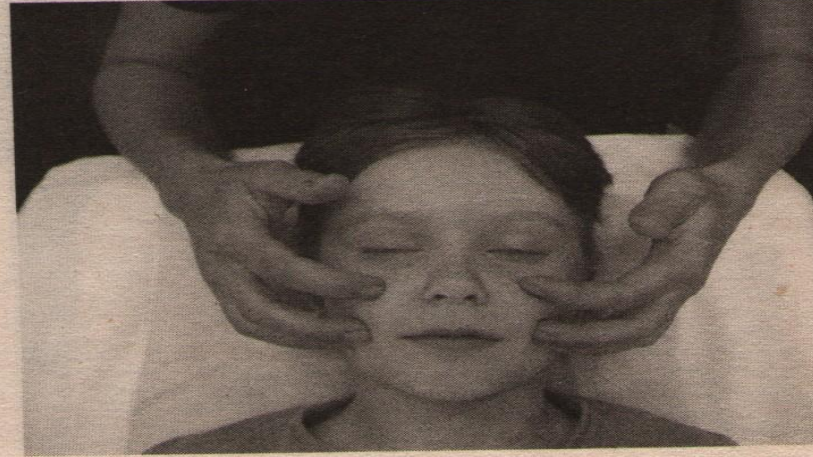
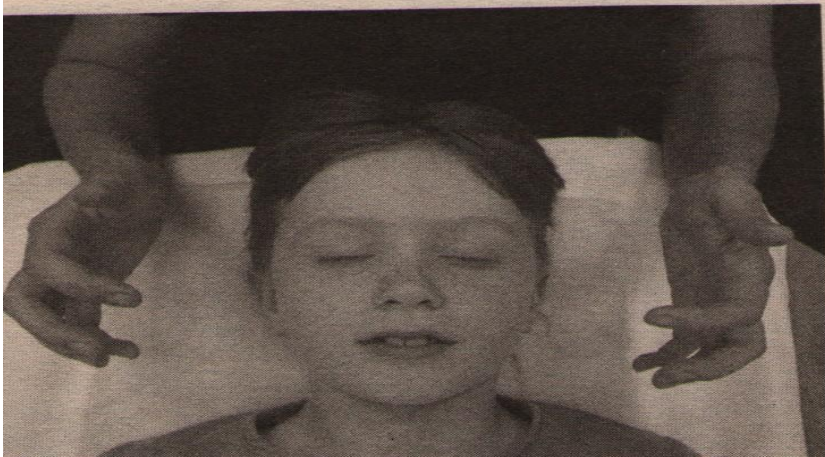


Рис. 53



## массаж внутренней поверхности щёк

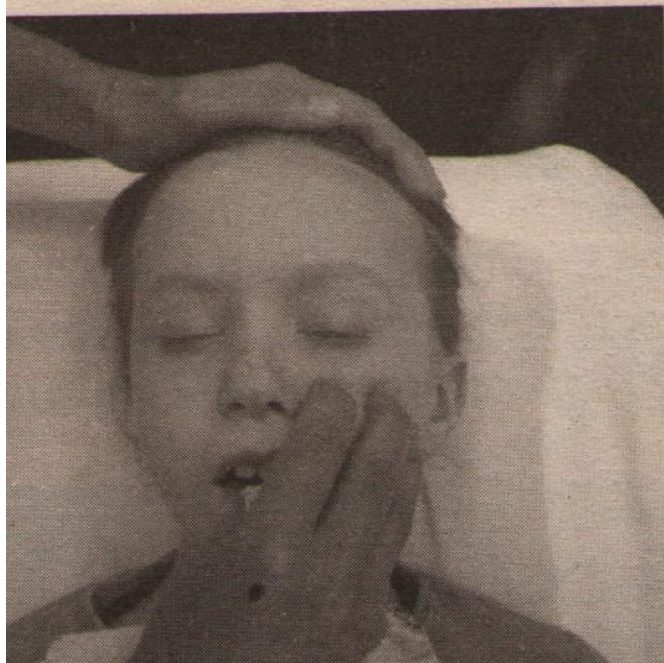


1. При массаже левой щеки массажные движения осуществляются большим пальцем по внутренней поверхности щеки остальные пальцы снаружи.
2. При массаже правой щеки в ротовой полости удобнее работать указательным и средним пальцем а большой – снаружи
3. Рот может быть открыт полуоткрыт, закрыт

**Массаж**  
**внутренней**  
**поверхности**  
**щеки**



Рис. 57



**Массаж**  
**внутренней**  
**поверхности**  
**щеки**



Рис. 59

