

Департамент образования города Москвы  
Государственное бюджетное образовательное учреждение  
Высшего профессионального образования города Москвы  
«Московский городской педагогический университет»  
Институт специального образования и комплексной реабилитации

# *ЛОГОПЕДИЧЕСКИЙ МАССАЖ*

Выполнила  
студентка заочного отделения  
3 курса 35 группы  
кафедры логопедии  
Лысенко Марина

Москва - 2013

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

*М.Е.Хватцев*

*В комплексной системе коррекционных мероприятий логопедический массаж предваряет артикуляционную, дыхательную и голосовую гимнастику.*

*Массаж проводят циклами по 10 – 20 сеансов каждый день или через день.*

*Длительность одной процедуры зависит от возраста ребёнка, тяжести речедвигательного нарушения, индивидуальных особенностей.*

*Длительность первых сеансов составляет от 1 до 6 мин, а конечная от 15 до 20 мин.*

# *Противопоказания к назначению массажа:*

- Гнойничковые и грибковые заболевания кожи;
- гематомы на массируемом участке тела;
- активная форма туберкулеза;
- болезни крови и капилляров;
- тромбоз сосудов;
- острая крапивница, отек Квинке в анамнезе;
- онкологические заболевания;
- инфекционные раны;
- фурункулез;
- ОРЗ;
- гиперчувствительность;
- эпилепсия;
- если ребенок недавно перенес ангину( массаж противопоказан после полного выздоровления еще на протяжении 10 дней).

# ФИЗИОЛОГИЧЕСКОЕ ДЕЙСТВИЕ МАССАЖА

- нормализация мышечного тонуса, преодоление гипо-гипертонуса в мимической и артикуляционной мускулатуре;
- устранение патологической симптоматики такой, как гиперкинезы, синкинезии, девиация и др.;
- стимуляция положительных кинестезий;
- улучшение качеств артикуляционных движений (точность, объём, переключаемость и др.);
- увеличение силы мышечных сокращений;
- активизация тонких дифференцированных движений органов артикуляции, необходимых для коррекции звукопроизношения.

# *Дифференцированное применение разных приемов массажа позволяет:*

- понизить тонус при спастичности мышц;*
- повысить тонус при вялых парезах артикуляционной мускулатуры;*
- помогает формированию и осуществлению активных произвольных, координированных движений органов артикуляции.*

*Логопедический массаж оказывает общее положительное воздействие на организм в целом, вызывая благоприятные изменения в нервной и мышечной системах, играющих основную роль в речедвигательном процессе, способствует нормализации тонуса мышц, артикуляционного аппарата, развитию силы, подвижности и точности движений, развитию кинестетических ощущений*

# Массаж оказывает влияние:

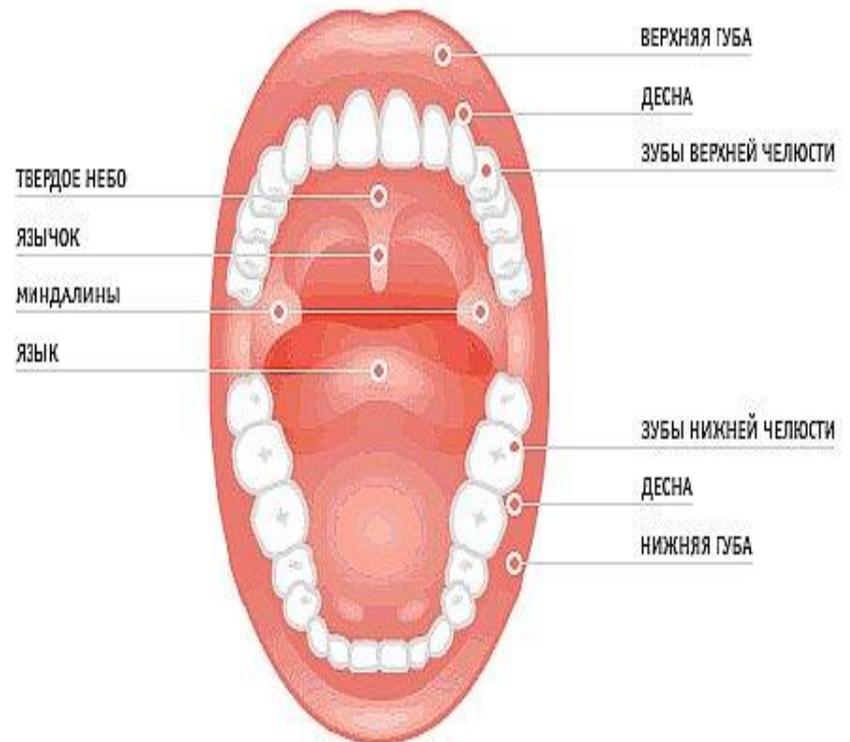
- *На нервную систему* – улучшается функциональное состояние проводящих путей, усиливаются рефлекторные связи коры с мышцами, сосудами и внутренними органами. Массаж прекращает боли, улучшает проводимость нерва
- *На кожу и подкожно-жировую клетчатку* – активизируется лимфо- и кровообращение кожи, улучшается ее питание, повышается кожно-мышечный тонус
- *На кровеносную и лимфатическую системы* – происходит кислородная терапия тканей, улучшает и тонизирует фазомоторную функцию лимфатических сосудов
- *На мышечную систему* – повышается эластичность мышечных волокон, их сократительная функция, замедляется мышечная атрофия и уменьшается уже развившаяся гипотрофия
- *На общий обмен веществ* – многообразные изменения в течении окислительно-восстановительных процессов

# *Область воздействия при массаже*

- Логопедический массаж выполняется в области мышц головы, шеи, верхнего плечевого пояса.*
- Особое внимание уделяется мышцам периферического речевого аппарата, к которым относятся прежде всего мышцы языка и губ, а также щек и мягкого неба.*

*Именно эти мышцы обеспечивают речепроизводство.*

# Строение полости рта



# *Мышцы, иннервируемые тройничным нервом*

*Жевательные мышцы — поднимают нижнюю челюсть.*

*Височные мышцы — поднимают нижнюю челюсть, тянут ее назад.*

*Крыловидные мышцы (медиальные и латеральные) — при одностороннем сокращении данных мышц происходит смещение челюсти в сторону:*

*при сокращении левой крыловидной мышцы смещение челюсти вправо, при сокращении правой крыловидной мышцы смещение влево. При двустороннем сокращении мышц нижняя челюсть выдвигается вперед.*

# *Мышцы, иннервируемые лицевым нервом*

- *Мимические мышцы* располагаются симметрично вокруг отверстий рта, носа, ушей, глазницы и образуют сфинктеры (замыкатели) и дилататоры (расширители) этих отверстий.
- *Мышцы, поднимающие верхнюю губу и крыло носа.*
- *Щечные мышцы* — тянут угол рта в сторону (в улыбке).
- *Мышцы, поднимающие углы рта.*
- *Малые скуловые мышцы* — вместе с большой скуловой мышцей и мышцей смеха оттягивают угол рта латерально.
- *Большие скуловые мышцы* — оттягивают угол рта латерально.
- *Мышцы, опускающие углы рта.*
- *Мышца гордецов* — образует поперечные складки над переносицей.
- *Круговая мышца рта* — закрывает рот.

# Мышцы, иннервируемые подъязычным нервом

Мышцы языка делятся на 2 группы.

Сокращение **мышц первой группы** обеспечивает **движение языка как целого;**

при сокращении **мышц второй группы** изменяются **форма и положение отдельных частей языка**. Все мышцы языка парные.

К первой группе мышц относятся:

- **Подбородочно-язычная мышца** — тянет язык вперед и вниз (высовывать язык изо рта).
- **Подъязычно-язычная мышца**. Назначение — осаживать язык книзу.
- **Шилоязычная мышца** - является антагонистом подбородочно-язычной. Втягивает язык в рот, т.е. тянет язык, особенно его корень, вверх и назад.
- **Хрящезычная мышца** — тянет язык назад и вниз.

**Ко второй группе относятся собственные мышцы языка, не имеющие сухожильной части (не прикрепляются к костям, расположены в теле языка):**

- **Верхняя продольная мышца** — располагается под слизистой оболочкой верхней поверхности языка. При сокращении укорачивает язык и загибает кончик его кверху.
- **Нижняя продольная мышца** — сокращаясь, укорачивает язык, сгорбливает его и загибает кончик книзу.
- **Поперечная мышца** — начинается от срединной перегородки языка и оканчивается в слизистой боковых краев языка. Уменьшает поперечный размер языка(суживает и заостряет)
- **Вертикальная мышца** — берет начало от слизистой оболочки нижней поверхности языка и оканчивается в области спинки языка, уплощает язык.
- **Веерная мышца** — «веер» расходится от подъязычной уздечки в разные стороны.

# **Основные виды логопедического массажа:**

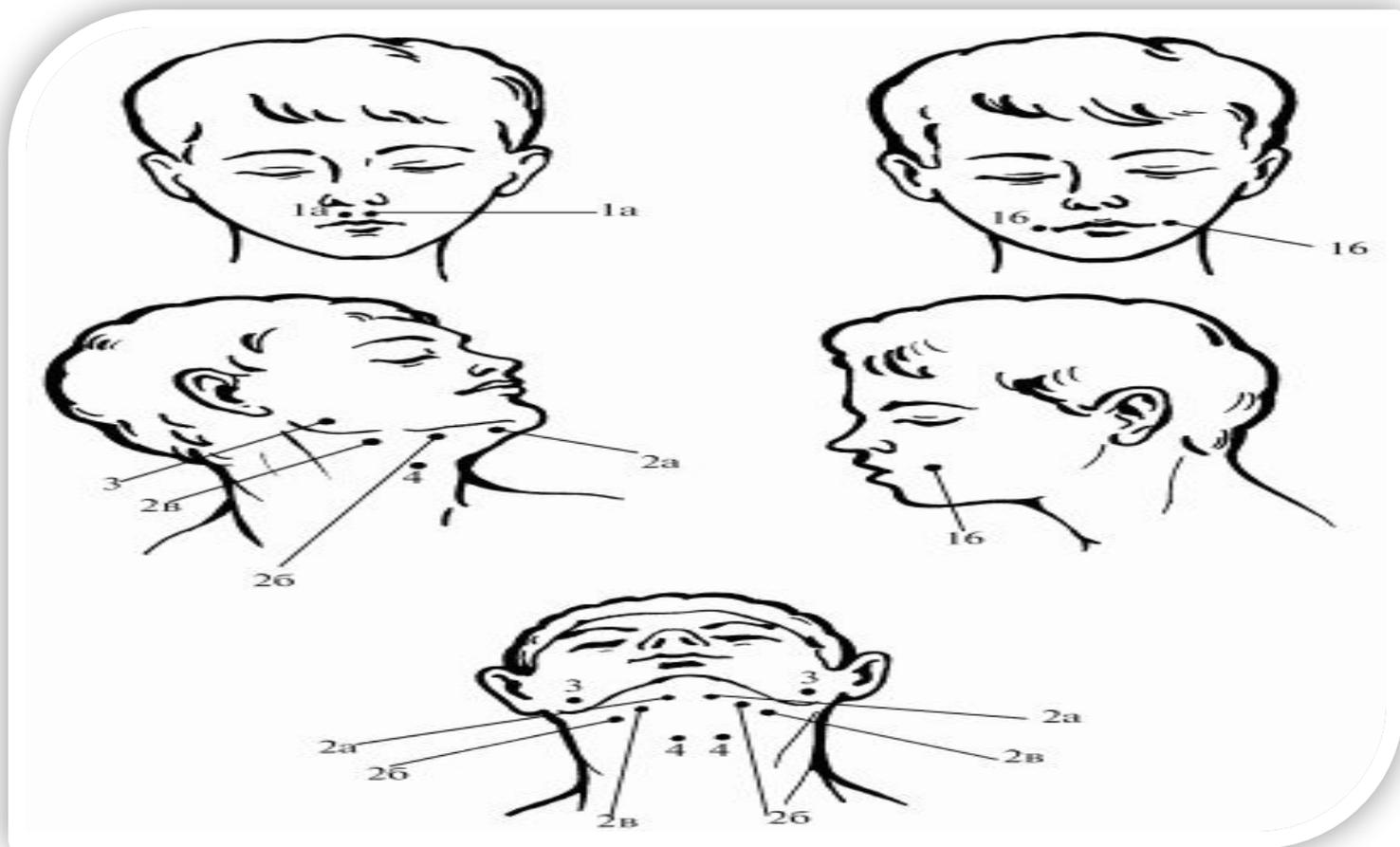
## **Классический ручной массаж**

*Основные приемы ручного классического массажа это:*

- поглаживание,*
- растирание,*
- разминание,*
- пощипывание,*
- поколачивание,*
- вибрация.*

*Для выполнения данных приемов при массаже языка логопеды часто используют зубные щетки с мягкой щетиной, шпатели, соски и др.*

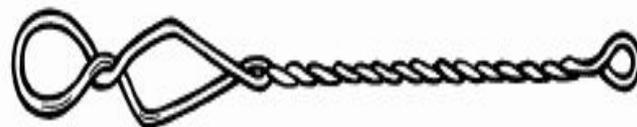
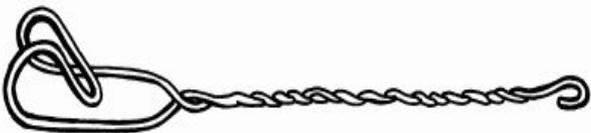
*Точечный массаж – разновидность лечебного массажа, когда локально воздействуют расслабляющим или стимулирующим способом на биологически активные точки (зоны) соответственно показаниям при заболевании или нарушении функции.*



## **Зондовый массаж** (по методу Новиковой Е.В.).

**Новикова Е.В. создала свой комплект зондов и разработала особый массаж языка, губ, щек, скул, мягкого неба с их помощью. Цель зондового массажа – нормализация речевой моторики.**

**Метод прост и эффективен. Он дает возможность целенаправленно воздействовать на пораженные участки артикуляционных органов, активизируя и восстанавливая их деятельность. Нормализация звукопроизношения проходит быстрее. Благодаря своим достоинствам методика получила патент и внесена в международный реестр комплиментарной медицины.**



# Самомассаж

*Самомассаж - выполняемый самим ребенком, страдающим речевой патологией.*

*Самомассаж является средством, дополняющим воздействие основного массажа, который выполняется логопедом. Во время выполнения движений у ребенка не должно быть ощущений дискомфорта, напротив, все движения самомассажа должны приносить ребенку удовольствие.*

*Это может быть как массаж лица руками, так и, массаж мышц головы и шеи, самомассаж ушных раковин.*

# Самомассаж мышц лица

1. «Рисуем дорожки» Движение пальцев от середины лба к вискам.

2. «Рисуем яблочки» Круговые движения пальцев от середины лба к вискам.

3. «Умыли личико» Ладонями обеих рук производить легкие поглаживающие движения от середины лба вниз по щекам к подбородку.



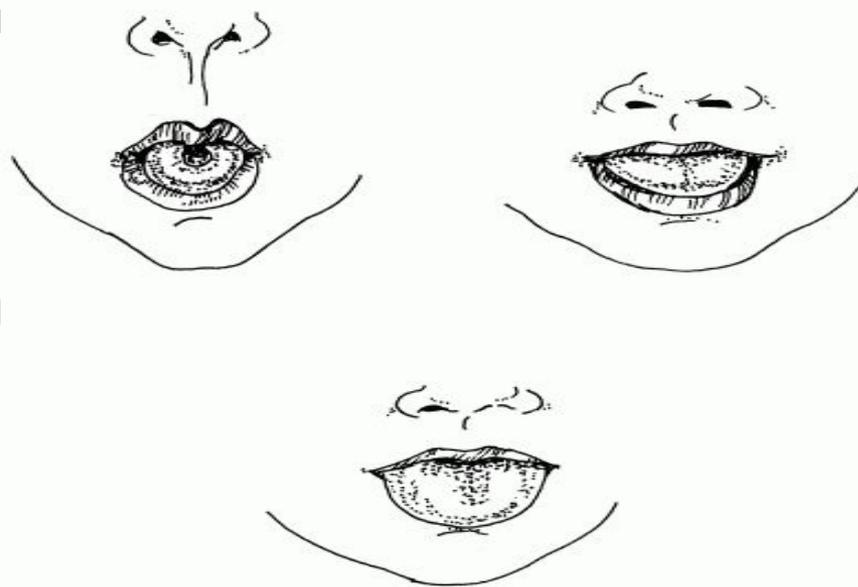
# Самомассаж мышц языка

**Данные приемы самомассажа языка можно рассматривать и как часть активной гимнастики**

**1. « Поглаживание языка губами»** Просунуть язык как возможно больше сквозь узкую щель между губами, затем расслабить его так, чтобы боковые края языка касались углов рта. Постепенно убирать язык в полость рта.

**2. «Покусывание языка зубами».** Легко покусывать язык зубами, высовывая его вперед и убирая наза в полость рта.

**3. « Жуём блинчик»** Улыбнуться, приоткрыть рот, поставить кончик языка за нижние зубы (как в упражнении « Горка»), потом выдвинуть его чуть- чуть вперед и покусывать свёрнутый язык.



# Основные задачи логопедического массажа

1. нормализация тонуса мышц артикуляционного аппарата (в более тяжелых случаях – уменьшение степени проявления двигательных дефектов артикуляционной мускулатуры: спастического пареза, гиперкинезов, синкинезий);
2. активизация тех групп мышц периферического речевого аппарата, в которых была недостаточная сократительная способность ( или включение в процесс артикулирования новых групп мышц, до этого бездействующих);
3. стимуляция проприоцептивных ощущений;
4. подготовка условий у формированию произвольных, координированных движений органов артикуляции;
5. уменьшение гиперсаливации;
6. укрепление глоточного рефлекса;
7. афферентация в речевые зоны коры головного мозга ( для стимуляции речевого развития при задержке формирования речи).

# Положение тела при логопедическом массаже

*Правильная поза способствует нормализации мышечного тонуса (обычно — расслаблению), делает более свободным дыхание и облегчает работу логопеда.*

- 1) в положении лежа на спине под шею подкладывается небольшой валик, позволяющий несколько приподнять плечи и откинуть назад голову; руки вытянуты вдоль тела; ноги - лежат свободно или несколько согнуты в коленях;*
- 2) ребенок — в положении полусидя в кресле с высоким подголовником;*
- 3) ребенок — в положении полусидя в откидывающемся детском стульчике или сидячей коляске (целесообразно для маленьких детей первых лет жизни);*
- 4) положение сидя на коленях у взрослого - для детей, которые боятся массажа или очень привязаны к маме.*

*При массаже лицевой и губной мускулатуры логопед занимает положение сидя за головой ребенка или справа от него. Массируя язык, специалисту удобнее сидеть справа от ребенка.*

# Расслабляющий массаж

*Расслабляющий массаж артикуляционной мускулатуры применяют в случае повышения мышечного тонуса в речевых мышцах (в лицевой, губной, язычной мускулатуре). Очень важен выбор позы для занятий с ребенком - придают положения, в которых патологические тонические рефлекссы проявлялись бы минимально или не проявились вовсе.*

- Массаж проводится в медленном темпе;*
- основные приемы: поглаживание и легкая вибрация;*
- расслабляющий массаж должен вызывать у ребенка только приятные ощущения тепла и покоя;*
- руки логопеда должны быть обязательно теплыми;*
- расслаблению мышц способствует звучание тихой музыки с медленным, плавным ритмом или проговаривание, проводящим массаж, формул спокойствия аутогенной тренировки;*
- для усиления эффекта расслабления за несколько минут до массажа на лицо можно положить согревающий компресс.*

# Расслабление мышц шеи

*Перед началом расслабляющего массажа артикуляционной мускулатуры необходимо добиться расслабления этих мышц. Логопед совершает пассивные движения головой ребенка.*

*Положение ребенка на спине или полусидя, голова несколько свешивается назад:*

*а) одной рукой логопед поддерживает шею ребенка сзади, другой производит круговые движения головой сначала по часовой, затем против часовой стрелки;*

*б) медленными, плавными движениями логопед поворачивает голову ребенка в одну и в другую сторону, покачивает вперед (3-5 раз).*

*Расслабление шейной мускулатуры вызывает некоторое расслабление корня языка.*

*Расслабление оральной мускулатуры достигается легким поглаживанием, похлопыванием мышц лица, губ, шеи, языка. Движения проводятся двумя руками в направлении от периферии к центру. Движения должны быть легкими, скользящими, слегка прижимающими, но не растягивающими кожу. Каждое движение повторяется 5-8 раз.*

# Расслабление лицевой мускулатуры

- поглаживание от середины лба к вискам
- поглаживание от бровей к волосистой части головы;
- поглаживание от линии лба вокруг глаз;
- поглаживание бровей от переносицы в стороны до края волос, продолжая линию бровей;
- поглаживание от линии лба вниз через все лицо по щекам, подбородку и шее;
- поглаживание от нижнего края ушной раковины (от мочек уха) по щекам к крыльям носа;
- легкие пощипывающие движения по краю нижней челюсти;
- надавливающий массаж лица от корней волос вниз.

# *Расслабление губной мускулатуры*

- поглаживание верхней губы от углов рта к центру;*
- поглаживание нижней губы от углов рта к центру;*
- поглаживание верхней губы (движение сверху вниз);*
- поглаживание нижней губы (движение снизу вверх);*
- поглаживание носогубных складок от крыльев носа к углам губ;*
- точечный массаж губ (легкие вращательные движения по часовой стрелке);*
- легкое постукивание губ пальцами.*

*При асимметрии лицевой мускулатуры артикуляционный массаж проводят с гиперкоррекцией пораженной стороны - на ней осуществляется большее число массажных движений.*

# Массаж язычной мускулатуры

*При спастичности языка производят расслабляющий массаж, при гипотонии языка — укрепляющий массаж. При гипотонии приемы массажа более активные, интенсивные, чем при спастичности.*

*При спастичности языка для снижения тонуса язычной мускулатуры перед массажем можно поддержать во рту (2-3 раза) теплый настой трав (1 ч. л. крапивы, 1 ч. л. зверобоя, 1 ч. л. ромашки, 1 ч. л. чая на 0,5 л кипятка).*

*Массаж языка можно осуществлять различными способами:*

- 1) зондовый массаж (используются зонды Е. В. Новиковой или постановочные зонды Рау);*
- 2) пальцевый массаж (в напальчнике или через марлевую салфетку);*
- 3) массаж деревянным или металлическим шпателем;*
- 4) массаж зубными щетками (различными по материалу, форме, жесткости щетины, размеру, используются как щетина, так и палочка щетки.*

# Стимулирующий массаж

**Стимулирующий массаж** осуществляется при гипотонии мышц (с целью укрепления мышечного тонуса). Массажные движения проводятся от центра к периферии. После 4-5 легких движений сила их нарастает. Они становятся надавливающими, но не болезненными. Движения повторяются 8-10 раз.

## Укрепление лицевой мускулатуры:

- 1) поглаживание лба от середины к вискам;
- 2) поглаживание лба от бровей к волосам;
- 3) поглаживание бровей;
- 4) поглаживание по векам от внутренних к внешним углам глаз и в стороны;
- 5) поглаживание щек от носа к ушам и от подбородка к ушам;
- 6) сжимание подбородка ритмичными движениями;
- 7) разминание скуловой и щечной мышц (спиралевидные движения по скуловой и щечной мышцам);
- 8) перетирание щечной мышцы (указательный палец во рту);
- 9) пощипывание щек.

## *Укрепление губной мускулатуры*

- 1) поглаживание от середины верхней губы к углам;*
- 2) поглаживание от середины нижней губы к углам;*
- 3) поглаживание носогубных складок от углов губ к крыльям носа;*
- 4) пощипывание губ;*
- 5) покалывание губ.*

*Одним из приемов укрепляющего массажа является **вибрация**. Вибрацию можно производить ручным методом и при помощи механического прибора — вибратора. Передача тканям мелких, быстрых, чередующихся колебательных движений вызывает сильное сокращение мышц и придает им большую упругость, улучшает трофику тканей. Массаж продолжается 2-4 минуты (вибрация противопоказана детям с эписиндромом (судорогами)).*

## СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ:

1. Приходько О. Г.

*Логопедический массаж при коррекции дизартрических нарушений речи у детей раннего и дошкольного возраста.*  
Спб.: Каро, 2010. – 160с.

2. Дьякова Е.А.

*Логопедический массаж: Учеб. пособие для студ. высш. учеб. заведений.* – М.: Издательский центр «Академия», 2005. – 96 с., 8 л. ил.: ил.

3. Шафеева, А.А.

*Логопедический массаж: метод. пособие / А.А. Шафеева.* — М.: БЕТА-ФРЕЙМ, 2009. — 55 [1] с.