**Нетрадиционный (логопедический) массаж в домашних условиях при речевых нарушениях.**

***Для чего нужен логопедический массаж***

Логопедический массаж — это специальные приемы воздействия на участки тела, так или иначе связанные с речевой деятельностью.

Эта процедура изменяет состояние мышечной ткани, нервных волокон, кровеносных сосудов, кожного покрова, таким образом решая задачи, для которых, собственно, и проводится.

***Польза логопедического массажа***

Благодаря выполнению логопедического массажа в организме происходит ряд изменений:

* нормализация гипо- или гипертонуса мышц в мимической и артикуляционной мускулатуре;
* уменьшение патологических непроизвольных мышечных движений;
* активизация и увеличение силы сократительной способности мышц аппарата речи;
* улучшение качеств артикуляции, в том числе четкости, объема, скорости;
* восприятие движений речеобразующих органов.

И что в итоге? А в итоге массаж речевых зон лица приносит следующую пользу:

* благотворно влияет на нервную систему и общее состояние организма;
* стимулирует лимфо- и кровообращение, регулирует тканевые процессы обмена, способствует насыщению крови кислородом и улучшению клеточного питания;
* увеличивает эластичность мышц и силу их сокращений, помогает их восстановлению после нагрузок, повышает работоспособность;
* снижает тонус при спазмах и поднимает его при слабости органов артикуляции, задействует малоподвижные мышечные участки;
* формирует координацию движений органов речи, стимулирует их восприятие;
* увеличивает объем и диапазон движений;
* укрепляет мышцы и готовит артикуляционный аппарат к максимально быстрой постановке звуков.

***Показания и противопоказания***

Именно благодаря такому спектру действия этот метод активно применяется при дизартрии, дислалии, алалии, афазии, ринолалии, заикании, дефектах голоса, задержке речевого развития, а также во всех случаях, когда нарушен мышечный тонус аппарата речи.

Противопоказания тоже есть. Это общие инфекционные заболевания (высокая температура), болезни кожи, слизистой оболочки глаз, полости рта, увеличение лимфоузлов, а также негативная эмоциональная реакция ребенка на проведение процедуры.

А теперь коснемся технической стороны этого метода.

***Виды логопедического массажа***

В современной логопедии используются различные технологии логопедического массажа:

* Классический, когда руками с помощью специальных приемов участки тела гладят, растирают, разминают, а также создают вибрацию.
* Точечный, при котором стимулируют или расслабляют биологически активные точки, его проведение требует специальных знаний и навыков.
* Аппаратный, который делают с использованием специальных приборов.
* Самомассаж, при котором массируют лицо руками или покусывают язык зубами.
* Зондовый логопедический массаж, когда с помощью зондов активизируют деятельность отдельных участков органов артикуляции.

Сила и длительность воздействия определяет, будет это расслабляющий или активизирующий массаж. Легкое нажатие и скользящее поглаживание снижают возбудимость. И наоборот, глубокие и энергичные прикосновения дают тонизирующий эффект.

Инструментами для логопедического массажа языка могут быть логопедические зонды (выполняет только специалист, имеющий специальное образование), ложки, зубная щетка, деревянный или пластмассовый шпатель.

Его не проводят дистанционно, потому что этот метод предполагает непосредственное механическое воздействие на тело человека.

Особенности логопедического массажа дома

Логопедический массаж ребенку можно делать как в клинике, так и дома, и это даже предпочтительнее, потому что домашняя обстановка и близкое окружение исключают беспокойство и волнение для малыша.

Прежде всего родителям необходимо создать условия и соблюсти ***правила:***

* Работайте в проветренном помещении.
* Используйте защитную маску и перчатки при массаже в ротовой полости.
* Тщательно вымойте инструменты и обдайте их кипятком.
* Обработайте свои чистые руки спиртосодержащим раствором.
* Не выполняйте логопедический массаж сразу после еды и при неважном самочувствии малыша.
* Длительность сеансов увеличивайте постепенно.
* Ребенку следует находиться лежа на спине, под шею подложите валик. Также приемлемо положение полусидя, если оно обеспечит расслабление мышцам и свободу дыханию.

Ободряющие слова и похвала по окончании процедуры создадут положительный настрой и желание продолжить занятия в следующий раз.

При выполнении массажа учитывайте возраст ребенка. Грудничкам, детям до 3 лет — 5-10 минут, дошкольникам — 15-20 минут, детям старше 7 лет— 20-30 минут. Периодичность 2-3 раза в неделю. Курс 10-15 сеансов.

Чтобы делать логопедический массаж для детей в домашних условиях, нужна консультация врача и учителя-логопеда, которые составят индивидуальный план занятий, назначит приемы воздействия и скоординирует вашу работу.

Проводя сеанс массажа своему маленькому ребенку дома, активно общайтесь с ним. Это необходимо для снятия напряжения. Расскажите сказку, включите спокойную музыку или напойте песню — помогите ему расслабиться.

***Техники логопедического массажа***

Существуют определенные приемы и техники для каждого вида массажа:

Логопедический массаж лица для детей

Выполняйте манипуляции последовательно, двигаясь сверху вниз. Не напрягайтесь. Помните — ваши руки исцеляют.

1. Лоб. Сначала используют поглаживания от середины лба к вискам, затем от бровей к волосам. После поглаживаний легкими движениями разминают лоб.
2. Щеки. Выполняются движения разминания, растягивания от уголков рта к вискам по щекам, от скул к нижней челюсти.
3. Нос. Крылья носа поглаживают, аккуратно растягивают, после чего применяют поглаживания от носа к углам рта.
4. Рот. Верхнюю, нижнюю губу поочерёдно поглаживают, растягивают в сторону углов рта.
5. Подбородок. Поглаживания, разминания выполняют от середины рта к углам.
6. Шея. Выполняются поглаживающие, разминающие движения в области шеи.

***Артикуляционный массаж языка для развития речи***

Логопедический массаж языка дома проводится с использованием шпателя, зубной щетки, либо руками в медицинских перчатках. Понадобится стерильная салфетка, чтобы убрать слюну. При болевых ощущениях у ребенка процедуру прекращают.

1. Шпателем или указательным пальцем поглаживают продольные языковые мышцы 9-10 раз.
2. Шпателем ритмично надавливают по всей длине 5-6 раз.
3. Указательным пальцем или зубной щеткой проводят поперечные поглаживания 5-6 раз.
4. Большим и указательным пальцем поглаживают боковые мышцы языка.
5. Пальцами разминается вся площадь языка на протяжении 7-9 секунд.
6. Пальцами выполняются движения в виде растираний.
7. Пальцами аккуратно выполняются потряхивания кончика языка, после этого проводятся легкие и энергичные надавливания шпателем.
8. Пальцами выполняют легкие сжимания боковых мышц языка, удерживая по 1-2 секунды.
9. Пальцами выполняют легкие пощипывания языка, затем шпателем похлопывают по 10секунд.

Перед проведением сеанса постарайтесь расслабить массирующими движениями воротниковую зону, шейные мышцы и челюсти, потому они непосредственно влияют на работу речевого аппарата.

***Пальчиковый логопедический массаж для развития речи***

Массаж пальчиков не имеет противопоказаний и возрастных ограничений. Его можно выполнять и детям до года. Он воздействует на нервные окончания пальцев рук и таким образом активизирует речевые зоны головного мозга. Массажёры, резиновые мячи с шипами усиливают эффект. Развивая мелкую моторику посредством массажа, вы способствуете развитию речи своего ребенка.

1. Прорабатываем мизинец от ногтя до основания, хорошо разминая каждый сустав. Делаем упражнения на обеих руках.
2. Нажимаем на подушечки всех пальчиков по 3-10 раз. Сначала делаем легкие нажатия, затем усиливаем нажим и увеличиваем количество надавливаний.
3. Упражнения, похожее на сороку-белобоку. Массируем ладошку малыша указательным пальцем, совершая круговые движения.
4. Используем такие же круговые движения, но указательный палец ведем от края к центру ладони ребёнка. Повторяем прием несколько раз.
5. Для этого упражнения надо взять кольцевой массажёр. Надеваем его поочерёдно на каждый пальчик, начиная с мизинца.
6. Берём резиновый мячик с шипами или специальный деревянный массажёр. Ведём по ладошке малыша от запястья к пальцам.

***Самомассаж***

Научите малыша движениям самомассажа. Выполняйте его вместе, играя. Он приведет в тонус мышцы лица и сделает лучистой улыбку.

***Ручки разминаем, растираем, согреваем*** *(сжимаем, разжимаем кулачки, потирание ладоней, хлопки).*

***И лицо ладошками нежно умываем*** *(круговые движения в разные стороны вокруг глазниц руками по лицу).*

***Грабельки сгребают, все плохие мысли*** *(граблеобразные движения пальцами от середины лба к вискам).*

***Ушки вниз подёргаем быстро, быстро, быстро*** *(оттягивание уши вниз).*

***Побежим от носа пальцами мы к ушкам*** *(стучащими движениями перебегают от носа к ушам по массажным линиям).*

***Их вперёд сгибаем, мягко растираем*** *(сгибание ушных раковин и их растирание).*

***Гладим щёчки по дорожкам: вверх, вверх, вверх*** *(гладят пальцами от носа, от уголков губ, от середины подбородка по массажным линиям вверх к вискам).*

***Вверх натягиваем бровки: вверх, вверх, вверх*** *(пальцами натягиваем кожу лба от середины бровей к волосам вверх 3 раза).*

***А теперь погладим губки: раз, два, три*** *(гладят губы от середины к сторонам).*

***А ещё помнём мы губки посмотри!*** *(растирают губы от середины к сторонам).*

***Поцелуем мы друг друга: чмок, чмок, чмок*** *(вытягивание обеих губ вперёд, поцелуй).*

***Губки тянем влево-вправо*** *(выполнять соответственно словам).*

***Хорошо! Ещё разок!*** *(выполнять соответственно словам).*

***Губки бегают по кругу: раз, два, три!*** *(круговые движения губами влево).*

***И в другую сторону: посмотри!*** *(круговые движения губами вправо).*

***Губки мы погладим, пальцами скользя*** *(гладят пальцами от середины губ до уголков рта).*

***Ведь они устали, им отдохнуть пора.***

***По дорожкам к носику мы пройдём*** *(спиралевидные движения средних пальцев рук от крыльев носа к уголкам рта по носогубным складкам).*

***И от носа к ушкам мы дойдём*** *(поглаживающее движение от крыльев носа к ушам).*

***Подбородок мы пощиплем, по дорожкам пробежим*** *(пощипывание нижней челюсти от подбородка к ушам).*

***А теперь погладим шейку и тихонько посидим*** *(медленно гладят шею сверху-вниз).*

***Упражнения для самомассажа языка тоже просты и доступны***

Массаж грушей (детской, медицинской спринцовкой № 1) используется для массажирования языка (особенно когда ребёнок смягчает согласные и для профилактики инфантильного глотания, т.е активизация движений жевательных и глотательных мышц и стимуляция кинестетических ощущений, идущих от мышц полости рта). В зависимости от возраста ребёнка. Если ребёнок маленький 2-4 года, то ему необходимо помочь, грушу сложить в два раза, обмакнуть сложенную нижнюю часть груши в сладкий сироп и вложить в рот ребёнка так, чтобы кончик остался с наружи (½ во рту, ½ с наружи, по спайке самой груши). Если ребёнок 5-ти лет и старше, он может и справиться (сложить грушу вдвое и вложить в рот) самостоятельно, при этом держа кончик груши в руке. Предложить ребёнку пожевать грушу одну, полторы минуты. Груша при жевании расправляется и приобретает своё естественное положение. Что в следствии помогает выравнивать форму (натренеровывает мускулатуру) рта при асимметриях (парезах). Во время жевания у ребёнка вырабатывается слюна, которую необходимо ребёнку сглатывать (часто). Таким образом вырабатывается глотательный рефлекс. Что устраняет гиперсаливацию. Такой вид самомассажа принесёт стойкий результат после 2-3 месяцев.

Надо отметить, что любая из вышеописанных техник дает реальные результаты:

исправляется звукопроизношение;

формируется правильное речевое дыхание;

становится сильным голос;

стабилизируется эмоциональное состояние.

Рекомендуется совмещать разные виды логопедического массажа для того, чтобы коррекция речи была успешной.

***Главный помощник логопедического массажа – это хорошее* *настроение***

Если вы дополните логопедический массаж [артикуляционной гимнастикой](https://kakgovorit.ru/logopedicheskie-uprazhneniya) и проговариванием речевого материала поставленного и автоматизируемого звука, то добьетесь впечатляющих результатов.

Выполняя массаж дома, не забудьте о главном — о настроении. Тепло ваших рук, спокойные и уверенные движения, доброжелательная улыбка, любящий взгляд — это лучшие помощники в преодолении любого недуга!