

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение
детский сад «Родничок»

ПРИНЯТ
педагогическим советом
Протокол № 1
от «26» августа 2026

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий МБДОУ «Родничок»
_____ Я.В. Назаренко
Приказ № 57
от «26» августа 2026

Подписано цифровой подписью: Назаренко Яна
Витальевна
DN: E=uc_fk@roskazna.ru, S=77 Москва, ИНН ЮЛ=7710568760,
ОГРН=1047797019830, STREET="Большой Златоустинский
переулок, д. 6, строение 1", L=г. Москва, C=RU,
O=Федеральное казначейство, CN=Федеральное казначейство
Причина: Я являюсь автором этого документа
Дата: 26 Август 2026 г. 16:43:59

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая
программа социально-гуманитарной направленности

«Логомассаж»

Возраст обучающихся: 3 – 7 лет

Срок реализации: 1 год

Автор-составитель:

Кургашова Анна Сергеевна,
педагог дополнительного образования

Черногорск, 2026

№ п/п	Содержание	Страницы
I.	Целевой раздел	3
1.1	Пояснительная записка	3
1.1.1	Цели и задачи реализации Программы	6
1.2	Планируемые результаты освоения Программы	6
II.	Содержательный раздел	6
2.1	Содержание Программы	6
III.	Организационный раздел	24
3.1	Материально-техническое обеспечение Программы	24

I. Целевой раздел Программы

1.1 Пояснительная записка

Программа предназначена для проведения логопедического массажа при различных речевых нарушениях.

В последние годы увеличилось количество детей, страдающих различными речевыми нарушениями. В частности детей, имеющих дизартрические расстройства.

Стертая дизартрия – речевая патология, проявляющаяся в расстройствах фонетического и просодического компонентов речевой функциональной системы и возникающая вследствие невыраженного микроорганического поражения головного мозга.

Стертая дизартрия встречается очень часто в логопедической практике. Основные жалобы при стертой дизартрии: невнятная невыразительная речь, плохая дикция, искажение и замена звуков в сложных по слоговой структуре словах.

Для устранения стертой дизартрии необходимо комплексное воздействие, включающее медицинское, психолого-педагогическое и логопедическое направления.

Логопедическая работа включает в себя несколько этапов. На начальных этапах предусматривается работа по нормализации мышечного тонуса артикуляционного аппарата. С этой целью логопед проводит дифференцированный массаж. Планируются упражнения по нормализации моторики артикуляционного аппарата, упражнения по укреплению голоса, дыхания.

В последние годы появились публикации, посвященные описанию приемов логопедического массажа, но в логопедическую практику внедряются приемы пока недостаточно. Вместе с тем целесообразность логопедического массажа признают все специалисты, занимающиеся с такими тяжелыми речевыми нарушениями как дизартрия, ринолалия, заикание, афазия, алалия. Правильный подбор массажных комплексов способствует нормализации мышечного тонуса органов артикуляции, улучшает их моторику, что способствует коррекции произносительной стороны речи и эмоционального состояния лиц, страдающих речевыми нарушениями. В результате массажа усиливается мозговое кровообращение и метаболизм, что улучшает протекание и формирование многих психических процессов (памяти, внимания и т.д.), вызывает общее оздоровление, то есть гармонизирует все процессы, происходящие в целостном организме.

Вопрос организации логопедической помощи детям с дизартрией остается весьма актуальным, учитывая распространенность этого дефекта. **Опираясь на опыт многих логопедов – практиков можно с уверенностью утверждать, что коррекция дизартрических расстройств будет мало эффективна без применения массажных комплексов.**

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.

Логопедический массаж - это один из методов коррекционно-педагогического воздействия, используемых при коррекции речевых нарушений, представляющий собой совокупность приемов механического воздействия.

Массаж в логопедической практике используется при коррекции различных нарушений: дизартрии, ринолалии, афазии, заикания, алалии. Правильный подбор массажных комплексов способствует нормализации мышечного тонуса органов артикуляции, улучшает их моторику, что способствует коррекции произносительной стороны речи.

Теоретическое обоснование необходимости логопедического массажа в комплексной коррекционной работе встречается в работах О.В. Правдиной, К.А. Семеновой, Е.М. Мастюковой, М.Б. Эйдиновой.

Сущность массажа состоит в нанесении механических раздражений в виде поглаживания, пощипывания, растирания, разминания, поколачивания и вибрации. При легком, медленном поглаживании снижается возбудимость массируемых тканей, что оказывает успокаивающее, расслабляющее воздействие. Энергичные и быстрые движения при массаже повышают раздражимость массируемых тканей, сокращают мышцы. Дифференцированное применение различных приемов массажа позволяет понизить мышечный тонус при спастичности мышц и, напротив, повысить его при гипотонии артикуляционной мускулатуры. Дифференцированный массаж помогает в дальнейшем формированию и осуществлению произвольных (активных), координированных движений органов артикуляции.

Логопедический массаж выполняется в области мышц головы, шеи, а также верхнего плечевого пояса. Особое внимание должно уделяться мышцам периферического речевого аппарата, к которым относятся прежде всего мышцы языка и губ, а также щек и мягкого нёба. Именно эти мышцы обеспечивают речепроизводство. Логопедический массаж целесообразно применять по рекомендации врача, который проводит медицинскую диагностику. Медицинское заключение должно содержать указание на наличие неврологической симптоматики в артикуляционной мускулатуре, а также форму и степень проявления неврологического синдрома (спастический парез, гиперкинетический, атактический, спастико-ригидный). Известно, что часто у детей с неврологической патологией отмечается смешанный вариативный характер нарушений мышечного тонуса, т.е. в одних группах мышц может отмечаться спастичность, а в других — гипотония. В связи с этим в одних случаях будет необходим расслабляющий массаж, а в других — стимулирующий.

Противопоказаниями для проведения массажа являются инфекционные заболевания (в том числе ОРВИ, грипп), заболевания кожи, герпес на губе, стоматит, конъюнктивит. С большой осторожностью следует применять массаж у детей с эписиндромом (судорогами), особенно если ребенок плачет, кричит, вырывается из рук, у него «синее» носогубный «треугольник» или отмечается тремор подбородка. Логопедический массаж проводится в теплом, хорошо проветренном помещении. Обычно массаж рекомендуется проводить циклами по 10-15-20 сеансов, желательно каждый день или через день. После перерыва на 1-2

месяца цикл можно повторить. При определенных обстоятельствах, когда массаж невозможно делать часто и регулярно, допускается его проведение в течение более длительного времени, но реже. При выраженных нарушениях мышечного тонуса массаж можно проводить в течение нескольких лет (с небольшими перерывами).

С детьми дошкольного возраста индивидуальное логопедическое занятие проводится в течение – 30 минут.

Руки логопеда во время проведения массажа должны быть чистыми, теплыми, без воспалительных процессов, с коротко остриженными ногтями; желательно не надевать украшений (колец и браслетов), мешающих проведению массажа. Кожа лица и губ ребенка также должна быть чистой, а рот — свободным от крошек или остатков пищи. Массаж целесообразно проводить не раньше, чем через 2 часа после последнего приема пищи (особенно у детей с повышенным глоточным рефлексом).

Положение тела при логопедическом массаже

Перед началом сеанса массажа тело ребенка необходимо привести в правильное положение. Правильная поза способствует нормализации мышечного тонуса (обычно — расслаблению), делает более свободным дыхание и облегчает работу логопеда. При логопедическом массаже наиболее оптимальны следующие положения:

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

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.

И так, применение логопедического массажа позволяет значительно сократить время коррекционной работы, особенно над формированием произносительной стороны речи. Благодаря использованию этого метода механического воздействия, который приводит к постепенной нормализации мышечного тонуса, формирование нормативного произнесения звуков может происходить в ряде случаев спонтанно. В том случае, если обучаемый имеет выраженную неврологическую симптоматику (которая и присутствует при дизартрии), только использование логопедического массажа, особенно на начальных стадиях коррекционной работы, может обеспечить положительный эффект. 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.

1.1.1 Цель программы:

Цель: устранение патологической симптоматики в периферическом отделе речевого аппарата.

Задачи:

- 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.
- Уменьшение гиперсаливации.
- Укрепление глоточного рефлекса.

Программа рассчитана на 1 год обучения. Программа рассчитана на три года и предназначена для работы с детьми в возрасте **от 3-х до 7 лет.**

Работа по реализации программы проходит в соответствии с учебным планом: Логопедический массаж проводится в теплом, хорошо проветренном помещении. Обычно массаж рекомендуется проводить циклами по **15-20 сеансов**, желательно каждый день или через день. После перерыва на 1-2 месяца цикл необходимо повторять в течение учебного года. При определенных обстоятельствах, когда массаж невозможно делать часто и регулярно, допускается его проведение в течение более длительного времени, но реже. При выраженных нарушениях мышечного тонуса массаж можно проводить в течение нескольких лет (с небольшими перерывами).

1.3. Планируемые результаты освоения Программы

- 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.
- Уменьшение гиперсаливации.
- Укрепление глоточного рефлекса.

II. Содержательный раздел Программы

Сущность массажа состоит в нанесении механических раздражений в виде поглаживания, пощипывания, растирания, разминания, поколачивания и вибрации. При легком, медленном поглаживании снижается возбудимость массируемых тканей, что оказывает успокаивающее, расслабляющее воздействие. Энергичные и быстрые движения при массаже повышают раздражимость массируемых тканей, сокращают

мышцы.

Дифференцированное применение различных приемов массажа позволяет понизить мышечный тонус при спастичности мышц и, напротив, повысить его при гипотонии артикуляционной мускулатуры. Дифференцированный массаж помогает в дальнейшем формированию и осуществлению произвольных (активных), координированных движений органов артикуляции.

Логопедический массаж выполняется в области мышц головы, шеи, а также верхнего плечевого пояса. Особое внимание должно уделяться мышцам периферического речевого аппарата, к которым относятся прежде всего мышцы языка и губ, а также щек и мягкого нёба. Именно эти мышцы обеспечивают речепроизводство.

Логопедический массаж целесообразно применять по рекомендации врача, который проводит медицинскую диагностику. Медицинское заключение должно содержать указание на наличие неврологической симптоматики в артикуляционной мускулатуре, а также форму и степень проявления неврологического синдрома (спастический парез, гиперкинетический, атактический, спастико-ригидный).

Известно, что часто у детей с неврологической патологией отмечается смешанный вариативный характер нарушений мышечного тонуса, т.е. в одних группах мышц может отмечаться спастичность, а в других — гипотония. В связи с этим в одних случаях будет необходим расслабляющий массаж, а в других — стимулирующий.

Противопоказаниями для проведения массажа являются инфекционные заболевания (в том числе ОРВИ, грипп), заболевания кожи, герпес на губе, стоматит, конъюнктивит. С большой осторожностью следует применять массаж у детей с эписиндромом (судорогами), особенно если ребенок плачет, кричит, вырывается из рук, у него «синеет» носогубный «треугольник» или отмечается тремор подбородка.

Логопедический массаж проводится в теплом, хорошо проветренном помещении. Обычно массаж рекомендуется проводить циклами по 10-15-20 сеансов, желательно каждый день или через день. После перерыва на 1-2 месяца цикл можно повторить. При определенных обстоятельствах, когда массаж невозможно делать часто и регулярно, допускается его проведение в течение более длительного времени, но реже. При выраженных нарушениях мышечного тонуса массаж можно проводить в течение нескольких лет (с небольшими перерывами).

С детьми дошкольного возраста индивидуальное логопедическое занятие проводится в течение – 20 минут.

Для устранения патологической симптоматики необходимо комплексное воздействие, включающее медицинское, психолого-педагогическое и логопедическое направления.

Медицинское воздействие, определяемое неврологом, должно включать медикаментозную терапию, ЛФК, рефлексотерапию, массаж, физиотерапию и др.

Психолого-педагогический аспект, осуществляемый дефектологами, психологами, воспитателями, родителями, направлен на:

- развитие сенсорных функций;
- уточнение пространственных представлений;
- формирование конструктивного праксиса;
- развитие высших корковых функций – стереогноза;
- формирование тонких дифференцированных движений в руках;
- формирование познавательной деятельности;
- психологическую подготовку ребенка к обучению в школе.

Руки логопеда во время проведения массажа должны быть чистыми, теплыми, без воспалительных процессов, с коротко остриженными ногтями; желательно не надевать украшений (колец и браслетов), мешающих проведению массажа. Кожа лица и губ ребенка также должна быть чистой, а рот — свободным от крошек или остатков пищи. Массаж целесообразно проводить не раньше, чем через 2 часа после последнего приема пищи (особенно у детей с повышенным глоточным рефлексом).

П о л о ж е н и е т е л а п р и л о г о п е д и ч е с к о м м а с с а ж е

Перед началом сеанса массажа тело ребенка необходимо привести в правильное положение. Правильная поза способствует нормализации мышечного тонуса (обычно — расслаблению), делает более свободным дыхание и облегчает работу логопеда. При логопедическом массаже наиболее оптимальны следующие положения:

1) в положении лежа на спине под шею ребенка подкладывается небольшой валик, позволяющий несколько приподнять плечи и откинуть назад голову; руки вытянуты вдоль тела; ноги при этом лежат свободно или несколько согнуты в коленях (под колени ребенка также можно положить валик);

2) ребенок — в положении полусидя в кресле с высоким подголовником;

3) ребенок — в положении полусидя в откидывающемся детском стульчике или сидячей коляске (это положение целесообразно применять с маленькими детьми первых лет жизни);

4) для детей, которые на первых сеансах боятся массажа или очень привязаны к маме, можно использовать положение сидя на коленях у взрослого.

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.

Комплекс упражнений логопедического массажа при ригидном синдроме

Комплекс упражнений логопедического массажа при ригидном синдроме проводится с целью обеспечения успокаивающего действия, приведения мышц в состояние полного покоя. Перед проведением массажа ребенка необходимо уложить или усадить в удобную позу с учетом рефлекс запрягающего положения тела.

Движения должны быть очень легкими. Логопед должен реагировать на судорожную реакцию ребенка и мгновенно прекращать массажные движения, вызывающие подобную реакцию.

Приемы разминания и вибрации при ригидном синдроме применять не следует, так как эти приемы способствуют нарастанию мышечного тонуса.

Массаж шеи

Упражнение № 1

Цель: расслабление мышц плечевого пояса.

Описание: проводят поглаживания шеи сверху вниз.

Методические рекомендации.

Поглаживающие движения осуществляются двумя руками.

Необходимо, чтобы движения были легкими, максимально расслабляющие мышцы. Следить за

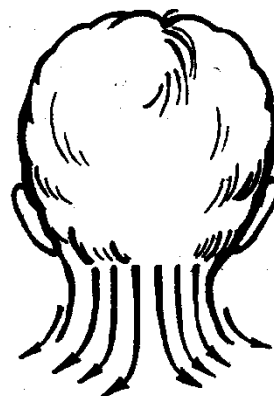


Рис. 1

ответной реакцией в других группах мышц. Массажные, движения выполняются 6–8 раз, 2–3 раза в день (рисунок № 1).

Массаж лба

Упражнение № 2

Цель: приведение мышц лба в состояние покоя.

Описание: легкое поглаживание лба от висков к центру.

Методические рекомендации.

Поглаживающие движения осуществляются указательными, средними и безымянными пальцами обеих рук. Движения выполняются 6–8 раз, 2–3 раза в день (рисунок № 2).

Упражнение № 3

Цель: обеспечение расслабления мышц лба.

Описание: легкое поглаживание от корней волос к линии бровей.

Методические рекомендации.

Поглаживающие движения выполняются указательными, средними и безымянными пальцами обеих рук. Движения выполняются 6–8 раз, 2–3 раза в день (рисунок № 3).

Массаж щек

Упражнение № 4

Цель: расслабление щечной мышцы.

Описание: проводят вращательное поглаживающее движение по поверхности щек.

Для достижения большего эффекта эти же движения можно осуществлять с внутренней стороны щек.

Методические рекомендации.

Массажные движения осуществляются указательными и средними пальцами обеих рук. С внутренней стороны щек массаж осуществляется при помощи зонда «Шарик», указательного пальца, шпателя. Все движения выполняются 6–8 раз, 2–3 раза в день. Вращательные движения по часовой стрелке (рисунок № 4).

Упражнение № 5

Цель: расслабление мышц, поднимающих угол рта.

Описание: легкое поглаживание щек от мочек ушей к крыльям носа.

Методические рекомендации.

Массажные движения осуществляются указательными и средними пальцами обеих рук. Движения повторяются 7–10 раз, 2–3 раза в день



Рис. 2



Рис. 5

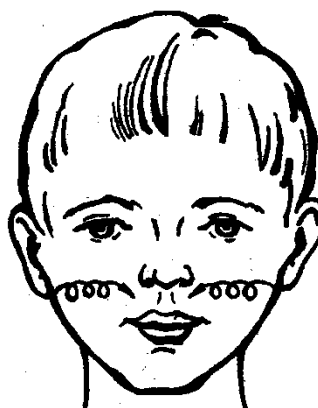


Рис. 6

(рисунок № 5).

Упражнение № 6

Цель: расслабление щечной мышцы и мышц, поднимающих угол рта.

Описание: легкое растирание от мочек ушей к крыльям носа.

Методические рекомендации.

Растирающие движения осуществляются указательными и средними пальцами обеих рук. Движения должны быть очень осторожными, не вызывающие напряжения в других группах мышц. Массажные движения осуществляются 3–4 раза 2–3 раза в день (рисунок № 6).

Массаж скуловой мышцы

Упражнение № 7

Цель: расслабление скуловых мышц.

Описание: легкое поглаживание от мочек ушей к середине подбородка.

Методические рекомендации.

Поглаживание осуществляется указательными и средними пальцами обеих рук. Движения должны быть очень легкими, выполняются 6–8 раз, 2–3 раза в день (рисунок № 7).

Массаж губ

Упражнение № 8

Цель: расслабление губ и круговой мышцы рта.

Описание: легкое поглаживание губ от углов рта к центру.

Методические рекомендации.

Поглаживание осуществляется указательными пальцами обеих рук. Движения выполняются 6–10 раз, 2–3 раза в день (рисунок № 8).

Упражнение № 9

Цель: расслабление губ.

Описание: легкое поглаживание губ от углов рта к центру.

Методические рекомендации.

Растирающие движения осуществляются указательными пальцами обеих рук. Растирающие движения не должны быть очень интенсивными. Движения выполняются 3–4 раза, 1 раз в день (рисунок № 9).

Упражнение № 10

Цель: максимальное расслабление круговой мышцы рта.

Описание: поглаживание круговой мышцы рта.

Методические рекомендации.



Рис. 10



Рис. 11

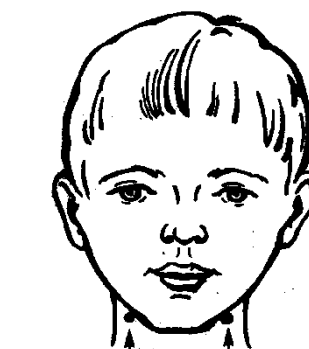


Рис. 12

Поглаживающие движения осуществляются указательными пальцами обеих рук. Движения выполняются 6–8 раз, 2–3 раза в день (рисунок № 10).

Массаж языка

Упражнение № 11

Цель: расслабление мышц языка.

Описание: легкое поглаживание языка от кончика языка к его корню.

Методические рекомендации.

Поглаживающие движения осуществляются зондом «Шарик», указательным пальцем, шпателем. Массажные движения выполняются 6–8 раз 2–3 раза в день (рисунок № 11).

Упражнение № 12

Цель: расслабление корня языка.

Описание: легкая вибрация двумя пальцами под углами нижней челюсти.

Методические рекомендации.

Указательными пальцами обеих рук выполнять с нажимом вращательные движения в точках под углами нижней челюсти в течение 3–4 секунд 2–3 раза в день (рисунок № 12).

Комплекс упражнений логопедического массажа при спастико-атактико-гиперкинетическом синдроме

Массаж должен проводиться очень осторожно, логопед должен следить за ответной реакцией в других группах мышц. Если мышцы очень напряжены, особенно в руках, следует прекратить массаж, т.к. расслабляющий массаж лица будет неэффективен. Необходимо сначала расслабить руки.

Комплекс упражнений логопедического массажа проводится 2–3 раза в день за час до еды и спустя 2,5 часа после еды. Комната, где будет проводиться массаж, должна быть хорошо проветрена. Свет должен быть неярким. Специалисты в области массажа советуют проводить массаж в сопровождении тихой классической музыки.

Перед проведением массажа ребенка необходимо посадить или уложить в удобную позу с учетом рефлекс запрещающей позиции.

Массаж шеи

Упражнение № 1

Цель: расслабление мышц шеи и плечевого пояса.

Описание: производят круговыми движениями поглаживания шеи сзади и с боков сверху вниз.

Методические рекомендации.

Поглаживающие движения осуществляются двумя руками. Движения выполняются 6–10 раз, 2–3 раза в день. Массажные движения должны быть очень легкими (рисунок № 13).

Упражнение № 2

Цель: расслабление передней части шеи (гортани) и корня языка.

Описание: производятся поглаживающие

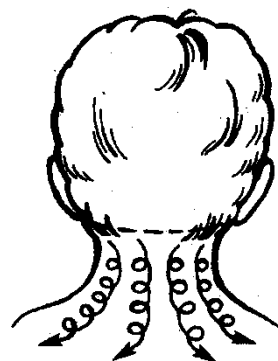


Рис. 13

движения гортани сверху вниз.

Методические рекомендации.

Поглаживающие движения выполняют первыми фалангами пальцев. Массажные движения осуществляются 6–10 раз, 2–3 раза в день (рисунок № 14).

Массаж лба

Упражнение № 3

Цель: расслабление лобных мышц.

Описание: производят легкое прерывистое поглаживание лба от висков к центру лба.

Методические рекомендации.

Массаж выполняется указательными, средними, безымянными пальцами обеих рук. Движения осуществляются 6–10 раз 2–3 раза в день (рисунок № 15).

Упражнение № 4

Цель: расслабление лобных мышц.

Описание: выполняется точечная вибрация мышц лба от висков к центру лба.

Методические рекомендации.

Вибрация осуществляется подушечками указательных пальцев обеих рук или вибромассажером. Вибрация должна проводиться в едином быстром ритме. При появлении неприятных ощущений и быстрой сонливости массаж приостанавливается или совсем прекращается. Движения выполняются 3–4 раза, 2–3 раза в день (рисунок № 16).

Упражнение № 5

Цель: расслабление лобных мышц и мимической мускулатуры.

Описание: выполняется поглаживание лба от волосистой части головы к линии бровей, через глаза по всему лицу к шее.

Методические рекомендации.

Поглаживающие движения осуществляются внутренней стороной ладони. Движения выполняются 8–10 раз, 2–3 раза в день. Поглаживающие движения должны быть очень легкими, успокаивающими (рисунок № 17).

Массаж области глазниц

Упражнение № 6

Цель: расслабление мышц окружности глаз.

Описание: выполняется поглаживание круговой мышцы глаза.

Методические рекомендации.

Поглаживание осуществляется указательными,

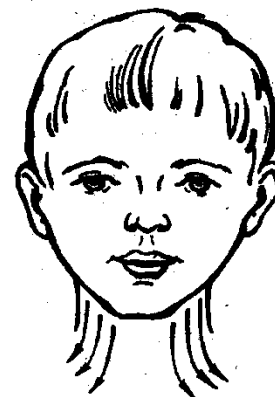


Рис. 14

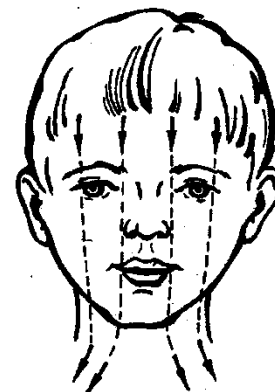


Рис. 17



Рис. 18

средними и безымянными пальцами обеих рук. Движения выполняются 4–6 раз, 2–3 раза в день. Движения должны быть очень осторожными, не вызывающими неприятных ощущений или повышение тонуса в других группах мышц (рисунок № 18).

Массаж щек

Упражнение № 7

Цель: расслабление мышц, поднимающих угол рта, щечной мышцы, мышц, поднимающих верхнюю губу.

Описание: выполняются вращательные поглаживающие движения по поверхности щек.

Методические рекомендации.

Вращательные поглаживающие движения осуществляются указательными, средними и безымянными пальцами обеих рук. Движения выполняются 6–10 раз, 2–3 раза в день (рисунок № 19).



Рис. 19

Точечный массаж щек

Упражнение № 8

Цель: расслабление мышц лица и мышц мягкого неба.

Описание: осуществляется массаж одновременно в точках ИН-СЯН, СЯ-ГУАНЬ, ЭР-МЭНЬ.

Методические рекомендации.

В зоне точки ИН-СЯН массаж производится большими пальцами, в зоне точки СЯ-ГУАНЬ массаж производится указательными пальцами, в зоне точки ЭР-МЭНЬ массаж производится средними пальцами. Успокаивающее воздействие достигается плавными круговыми поглаживаниями точек, с постепенным переходом к стабильному растиранию точек и, затем – к непрерывному, без отрыва пальца, надавливанию, с изменяющимся усилием. Затем интенсивность воздействия уменьшается и прекращается. Вращения осуществляются по часовой стрелке. Длительность точечного массажа зависит от реакции ребенка на воздействие, но независимо от реакции массаж не должен продолжаться более 1 минуты (для взрослых более 3 минут) и 1 раза в день (рисунок № 20).

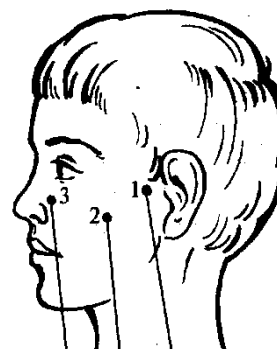


Рис. 21

Массаж скуловой мышцы

Упражнение № 9

Цель: расслабление скуловых мышц и мышц, опускающих нижнюю губу и угол рта.

Описание: легкое пощипывание скуловых мышц от мочек ушей к середине подбородка.



Рис. 22

Методические рекомендации.

Пощипывание осуществляется указательными, средними и безымянными пальцами. Массажные движения выполняются 6–10 раз, 2–3 раза в день. Движения должны быть очень легкими (рисунок № 21).

Упражнение № 10

Цель: расслабление скуловых мышц и мышц, опускающих нижнюю губу и угол рта.

Описание: точечная вибрация скуловых мышц от мочек ушей к середине подбородка.

Методические рекомендации.

Точечная вибрация осуществляется подушечками указательных пальцев или вибромассажером. Вибрация проводится в едином быстром ритме. Движения повторяются 3–4 раза, 1 раз в день (рисунок № 22).

Массаж губ

Упражнение № 11

Цель: расслабление круговой мышцы рта, ее периферической и внутренней части; мышц, поднимающих верхнюю губу и углы рта кверху, опускающих нижнюю губу и углы рта вниз.

Описание: легкое поглаживание круговой мышцы рта.

Методические рекомендации.

Поглаживающие движения осуществляются подушечкой указательного пальца. Движения осуществляются по часовой стрелке. Массажные движения выполняются 8–10 раз, 2–3 раза в день (рисунок № 23).

Упражнение № 12

Цель: расслабление мышц губ.

Описание: легкое поглаживание губ от краев к середине губ.

Методические рекомендации.

Поглаживающие движения выполняются одновременно подушечками указательных пальцев обеих рук. Движения должны быть едва ощутимыми. Движения выполняются 8–10 раз, 2–3 раза в день (рисунок № 24).

Точечный массаж мимической мускулатуры при гиперкинезах

Упражнение № 13

Цель: снятие мышечного беспокойства в речевой мускулатуре.

Описание: проводится перекрестный массаж в точке, которая находится в середине левой носогубной складки и в точке, которая находится под углом губ



Рис. 23



Рис. 24



Рис. 25



Рис. 26

справа. Затем массаж выполняется в точке на правой носогубной складке и в точке под углом губ слева.

Методические рекомендации.

Массажные движения выполняются подушечками указательных пальцев не более 10 секунд (рисунки № 25, 26).

Упражнение № 14

Цель: снятие мышечного напряжения и подавление гиперкинезов в речевой мускулатуре.

Описание: проводится массаж в точке под углом губ слева и в точке под сосцевидным отростком за ухом справа. Эти упражнения проводятся и на противоположной стороне.



Рис. 27



Рис. 28

Методические рекомендации.

Массажные движения осуществляются подушечка и указательных пальцев (рисунки № 27, 28).

Массаж языка

Упражнение № 15

Цель: расслабление продольных мышц языка.

Описание: легкое похлопывание кончика языка к корню языка.

Методические рекомендации.

Похлопывание осуществляется при помощи указательного пальца, зонда «Шарик» или при помощи шпателя. Движения выполняются 8–10 раз, 2–3 раза в день (рисунок № 29).

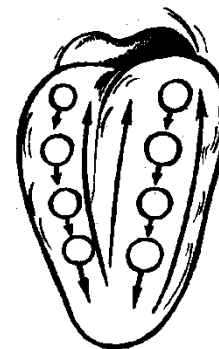


Рис. 29

Упражнение № 16

Цель: расслабление поперечных мышц языка.

Описание: легкое поглаживание языка из стороны в сторону.

Методические рекомендации.

Поглаживающие движения осуществляются при помощи указательного пальца, зонда «Шарик» или при помощи шпателя. Движения выполняются 8–10 раз, 2–3 раза в день (рисунок № 30).

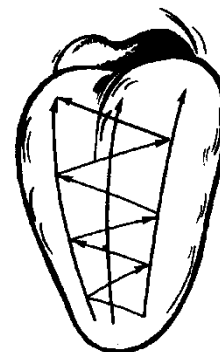


Рис. 30

Точечный массаж языка при гиперкинезах

Упражнение № 17

Цель: подавление гиперкинезов в мышцах языка.

Описание: проводится точечный массаж языка, поочередно в трех точках.

Методические рекомендации.

Массажные движения осуществляются при помощи



Рис. 31

зонда «Игла» (с тупым концом). Вращательные движения выполняются по часовой стрелке, не более 3 секунд на одной точке (рисунок № 31).

Упражнение № 18

Цель: подавление гиперкинезов в мышцах языка.

Описание: проводится точечный массаж в углублениях под языком, в двух точках одновременно.

Методические рекомендации.

Массаж осуществляется при помощи указательного, среднего пальцев или зонда «Грабли». Вращательные движения выполняются по часовой стрелке, не более 6–10 секунд. Движения не должны причинять ребенку дискомфорт (рисунок № 32).

Упражнение № 19

Цель: расслабление корня языка, подавление гиперкинезов.

Описание: проводится точечный массаж в области подчелюстной ямки.

Методические рекомендации.

Указательным пальцем провести легкие вибрирующие движения под подбородком в области подчелюстной ямки в течение 4–5 секунд (рисунок № 33).

Комплекс упражнений логопедического массажа при паретическом синдроме

Комплекс упражнений логопедического массажа при паретическом синдроме проводится с целью укрепления мышц. Движения проводятся интенсивно, с нажимом. Применяются растирания, разминания, пощипывания.

Массаж лба

Упражнение № 1

Цель: укрепление и стимуляция лобных мышц.

Описание: поглаживание лба от середины к вискам.

Методические рекомендации.

Поглаживания осуществляются указательными, средними и безымянными пальцами обеих рук. Массажные движения выполняются 6–8 раз, 2–3 раза в день (рисунок № 34).

Упражнение № 2

Цель: укрепление и стимуляция лобных мышц.

Описание: разминание лба от середины к вискам.

Методические рекомендации.

Разминания осуществляются вторыми фалангами указательных, средних и безымянных пальцев, сжатых в кулак. Разминающие движения выполняются 6–8 раз, 2 раза в день (рисунок № 35).

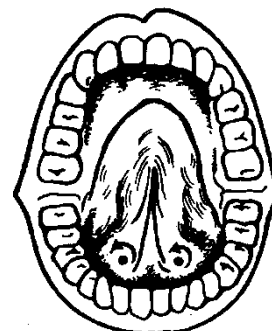


Рис. 32

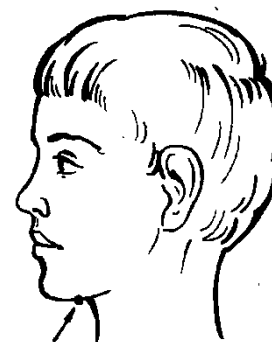


Рис. 33

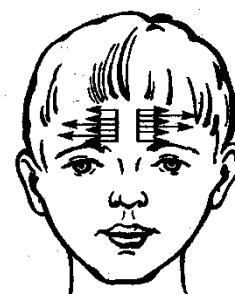


Рис. 34

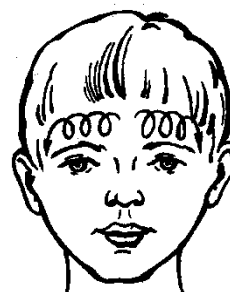


Рис. 35

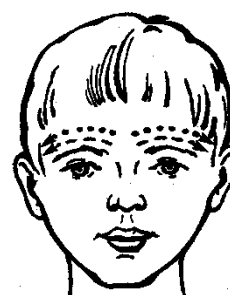


Рис. 36

Упражнение № 3

Цель: укрепление и стимуляция лобных мышц.

Описание: растирание лба от середины к вискам.

Методические рекомендации.

Растирания осуществляются первыми фалангами указательных, средних и безымянных пальцев. При растирании кожный покров лба должен натягиваться. Растирающие движения выполняются 4–6 раз, 2 раза в день (рисунок № 36).

Упражнение № 4

Цель: укрепление и стимуляция лобных мышц.

Описание: спиралевидные движения от середины лба к вискам.

Методические рекомендации.

Спиралевидные движения осуществляются подушечками указательных, средних и безымянных пальцев обеих рук 4–6 раз, 1 раз в день (рисунок № 37).

Упражнение № 5

Цель: укрепление и стимуляция лобных мышц.

Описание: постукивание лба от середины к вискам.

Методические рекомендации.

Постукивания осуществляются подушечками пальцев обеих рук. Постукивающие движения выполняются 8–10 раз, 2–3 раза в день (рисунок № 38).

Упражнение № 6

Цель: укрепление и стимуляция лобных мышц.

Описание: пощипывание лба от середины к вискам.

Методические рекомендации.

Пощипывания осуществляются указательными, средними и большими пальцами обеих рук. Пощипывающие движения выполняются 4–6 раз, 2 раза в день (рисунок № 39).

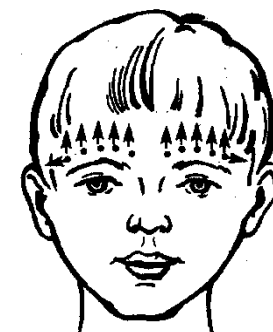


Рис. 40

Упражнение № 7

Цель: укрепление и стимуляция лобных мышц.

Описание: растирание лба от бровей к волосистой части головы.

Методические рекомендации.

Растирания осуществляются указательными, средними и безымянными пальцами обеих рук. Растирающие движения выполняются 4–6 раз, 2 раза в день (рисунок № 40).



Рис. 41

Массаж щек**Упражнение № 8**

Цель: укрепление мышц щек.

Описание: проводится поглаживание, растирание,



Рис. 42

разминание мышц щек.

Методические рекомендации.

Разминание и растирание щек проводится обеими руками в направлении от носа к щекам в течение 6–8 секунд, 2 раза в день (рисунок № 41).

Упражнение № 9

Цель: стимуляция мышц, поднимающих угол рта.

Описание: вращательные поглаживающие движения по поверхности щек.

Методические рекомендации.

Вращательные поглаживающие движения осуществляются указательными, средними и безымянными пальцами обеих рук. Движения выполняются против часовой стрелки, 8–10 раз, 2–3 раза в день (рисунок № 42).

Упражнение № 10

Цель: активизация мышц, поднимающих нижнюю челюсть.

Описание: спиралевидное растирание жевательной мышцы от висков к углам челюсти.

Методические рекомендации.

Движения осуществляются подушечками указательных, средних и безымянных пальцев обеих рук. Движения выполняются по спирали 8–10 раз, 2–3 раза в день (рисунок № 43).

Упражнение № 11

Цель: укрепление и активизация мышц, поднимающих угол рта и верхнюю губу.

Описание: пощипывание щек.

Методические рекомендации.

Пощипывающие движения осуществляются указательными, средними и большими пальцами обеих рук. Пощипывания выполняются по кругу 6–8 раз, 2–3 раза в день, против часовой стрелки (рисунок № 44).

Массаж скуловой мышцы

Упражнение № 12

Цель: укрепление скуловой мышцы.

Описание: поглаживание скуловой мышцы от середины подбородка к мочкам ушей.

Методические рекомендации.

Поглаживающие движения осуществляются указательными и средними пальцами обеих рук. Поглаживающие движения выполняются 8–10 раз, 2–3 раза в день (рисунок № 48).

Упражнение № 13

Цель: укрепление скуловой мышцы и мышцы, опускающей угол рта.

Описание: растирание скуловой мышцы от середины подбородка к мочкам ушей.

Методические рекомендации.



Рис. 49



Рис. 50



Рис. 51

Растирающие движения осуществляются указательными и средними пальцами обеих рук. Растирающие движения выполняются 4–6 раз, 2 раза в день (рисунок № 49).

Упражнение №14

Цель: активизация мышц, опускающих нижнюю губу.

Описание: проводятся спиралевидные движения от середины подбородка к мочкам ушей.

Методические рекомендации.

Спиралевидные движения осуществляются подушечками указательных, средних и безымянных пальцев обеих рук. Движения выполняются 4–6 раз, 2 раза в день (рисунок № 50).

Упражнение № 15

Цель: укрепление и активизация мышц, опускающих нижнюю губу и угол рта.

Описание: пощипывание скуловой мышцы от середины подбородка к мочкам ушей.

Методические рекомендации.

Пощипывающие движения осуществляются большим пальцем, который находится сверху и указательными средними пальцами, которые находятся под скуловой дугой. Пощипывающие движения выполняются 6–8 раз, 2–3 раза в день (рисунок № 51).

Массаж губ

Упражнение № 16

Цель: укрепление мышц губ.

Описание: поглаживание губ от середины, к углам.

Методические рекомендации.

Поглаживающие движения осуществляются подушечками указательных пальцев обеих рук. Поглаживающие движения выполняются 8–10 раз, 2–3 раза в день (рисунок № 52).



Рис. 52

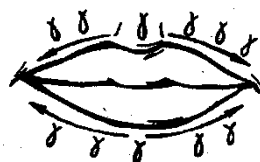


Рис. 55

Упражнение № 17

Цель: укрепление мышц губ.

Описание: разминание губ от середины к углам.

Методические рекомендации.

Разминания осуществляются подушечками больших пальцев обеих рук. Разминающие спиралевидные движения выполняют 6–8 раз, 2 раза в день (рисунок № 53).

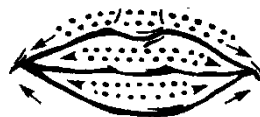


Рис. 56

Упражнение № 18

Цель: укрепление и активизация мышц губ.

Описание: производят легкое растирание губ от середины к углам.

Методические рекомендации.

Растирающие движения следует производить указательными пальцами обеих рук. Губы должны растягиваться, и ребенок должен ощущать легкое

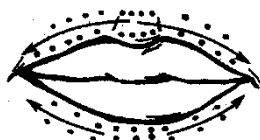


Рис. 57

покалывание в губах. Растирающие движения выполняют 4–6 раз, 2–3 раза в день (рисунок № 54).

Упражнение № 19

Цель: укрепление и активизация мышц губ.

Описание: пощипывание губ от середины к углам.

Методические рекомендации.

Пощипывающие движения осуществляются указательными и большими пальцами обеих рук. Пощипывающие движения выполняют 6–8 раз, 2 раза в день (рисунок № 55).

Упражнение № 20

Цель: стимуляция мышц губ.

Описание: похлопывание губ от середины к углам.

Методические рекомендации.

Похлопывающие движения необходимо проводить при помощи шпателя или пальцев рук. Движения должны быть достаточно интенсивными. Они осуществляются 4–6 раз, 2 раза в день (рисунок № 56).

Упражнение № 21

Цель: стимуляция мышц, обеспечивающих подвижность губ.

Описание: обкалывание губ от середины к углам.

Методические рекомендации.

Обкалывание губ следует проводить при помощи зонда «Игла» или при помощи мягкой зубной щетки. Интенсивность обкалывания зависит от степени паретичности мышц. Обкалывание осуществляется 3–4 раза, 1 раз в день (рисунок № 57).

Упражнение № 22

Цель: укрепление и активизация круговой мышцы рта, мышц, поднимающих верхнюю губу и углы рта вверх и мышц, опускающих нижнюю губу и углы рта вниз.

Описание: растирание мышц по носогубным складкам.

Методические рекомендации.

Растирание по носогубным складкам вверх и вниз. Растирание вверх-вниз под углами нижней губы. Выполнять 3–4 раза, 1 раз в день (рисунок № 58).

Упражнение № 23

Цель: укрепление и активизация продольных мышц языка.

Описание: поглаживание продольных мышц языка от корня к кончику языка.

Методические рекомендации.

Поглаживающие движения проводятся при помощи указательного пальца, зонда «Шарик»; маленьким детям массаж лучше всего проводить при помощи шпателя.

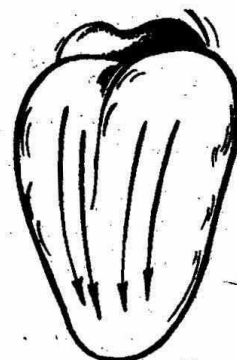


Рис. 60

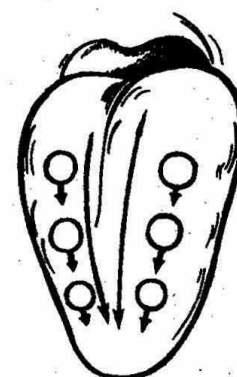


Рис. 61

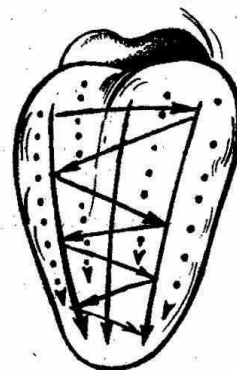


Рис. 62

Поглаживающие движения выполняются 8–10 раз, 2–3 раза в день (рисунок № 60).

Упражнение № 24

Цель: укрепление продольных и поперечных мышц языка.

Описание: ритмичные надавливания на язык от корня к кончику.

Методические рекомендации.

Надавливающие движения осуществляются при помощи пластмассового шпателя. Надавливания должны быть интенсивными, выполняют 4–6 раз, 2 раза в день (рисунок № 61).

Упражнение № 25

Цель: укрепление и стимуляция поперечных мышц языка.

Описание: поглаживание языка из стороны, в сторону, в направлении от корня к кончику языка.

Методические рекомендации.

Поглаживающие движения следует проводить при помощи указательного пальца, зонда «Шарик» или при помощи мягкой зубной щетки. Поглаживающие движения осуществляются 4–6 раз, 2–3 раза в день (рисунок № 62).

Упражнение № 26

Цель: укрепление мышц языка и увеличение объема артикуляционных движений языка.

Описание: проводится обкалывание языка от корня к кончику и по боковым краям языка.

Методические рекомендации.

Обкалывающие движения проводятся при помощи зонда «Игла». Движения должны быть очень осторожными, логопед должен наблюдать за состоянием ребенка. При появлении сонливости массаж следует прекратить. Обкалывающие движения можно проводить не более 10 секунд, 1 раз в день (рисунок № 63).

Упражнение № 27

Цель: уменьшение уровня саливации.

Описание: проводится точечный массаж в углублениях под языком, в двух точках одновременно.

Методические рекомендации.

Массаж осуществляется при помощи указательного, среднего пальца или зонда «Грабли». Вращательные движения выполняются против часовой стрелки, не более 6–10 секунд. Движения не должны причинять ребенку дискомфорт.

Упражнение № 28

Цель: укрепление мышц языка.

Описание: проводится разминание языка.

Методические рекомендации.

Массаж осуществляется при помощи пальцев (обернутых в марлевую салфетку). Массаж выполняется по всей площади языка (проводится тщательное

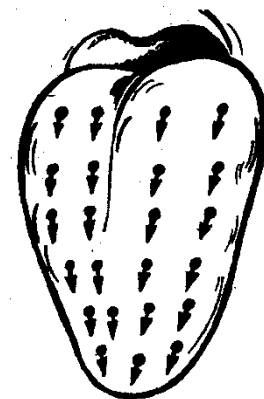


Рис. 63

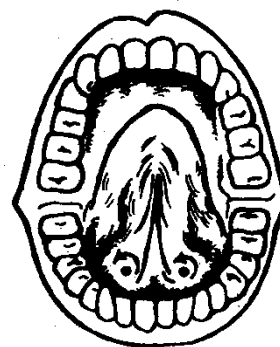


Рис. 64

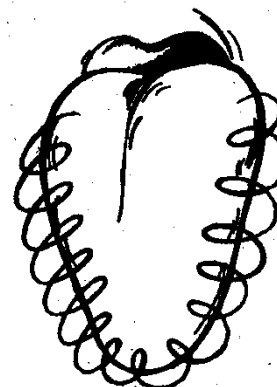


Рис. 65

разминание языка во всех направлениях). Массажные движения выполняются не более 6–8 секунд, 1–2 раза в день (рисунок № 65).

Приводим рисунки № 66 и 67, показывающие расположение мимических и жевательных мышц.

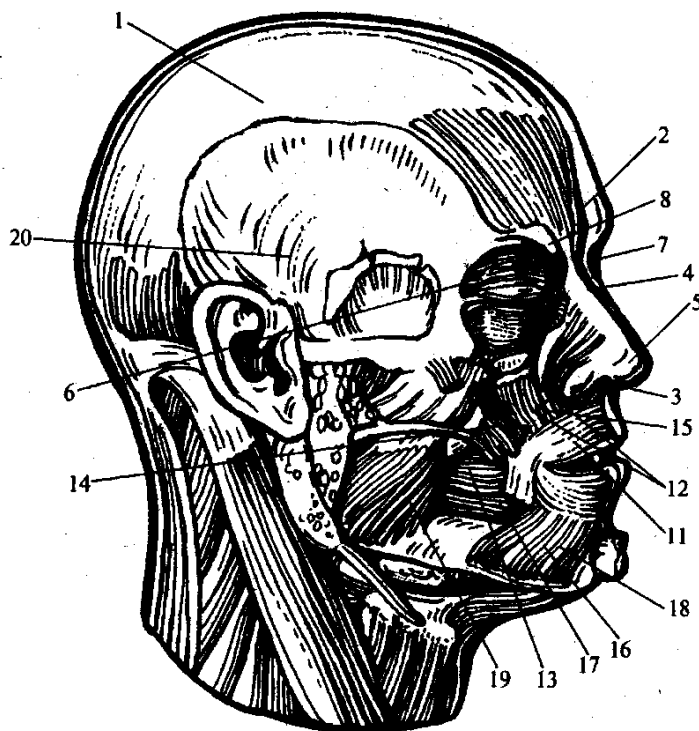


Рис. 66. Мимические мышцы лица (по В.П. Воробьеву и Р.Д. Синельникову).

1 – черепной апоневроз; 2 – лобная мышца; 3 – часть области век круговой мышцы глаза; 4 – глазничная часть круговой мышцы глаза; 5 – медиальная связка век; 6 – латеральная сухожильная полоска; 7 – мышца гордецов; 8 – мышца, сморщивающая бровь; 9 – собственно носовая мышца; 10 – мышца, осаждающая перегородку носа; 11 – круговая мышца рта; 12 – мышца, поднимающая верхнюю губу (средняя линия); мышца, поднимающая верхнюю губу и крыло носа (медиальная линия); малая скуловая мышца (латеральная линия); 13 – большая скуловая мышца; 14 – мышца, поднимающая угол рта; 15 – верхняя резцовая мышца; 16 – мышца, поднимающая нижнюю губу; 17 – мышца, опускающая угол рта; 18 – подбородочная мышца; 19 – щечная мышца; 20 – ушные мышцы

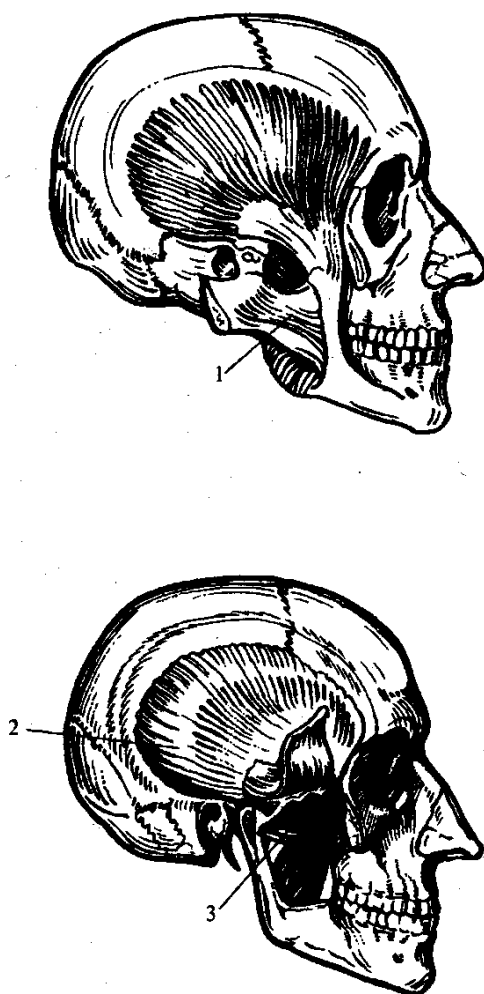


Рис. 67. Жевательные мышцы лица (по В.П. Воробьеву и Р.Д. Синельникову).

1 – собственно жевательная мышца; 2 – височная мышца; 3 – щечная мышца

УСЛОВНЫЕ ОБОЗНАЧЕНИЯ

→	— лёгкое поглаживание.
→	— глубокое поглаживание.
⌘ ⌘ ⌘	— лёгкое пощипывание.
⌘ ⌘ ⌘	— глубокое пощипывание.
---→	— лёгкое растирание.
---→	— глубокое растирание.
○ ○ ○	— надавливания.
....→	— постукивания.
↓↓↓ ↑↑↑	— вертикальное поглаживание.
○ ○	— вращательное поглаживание.
~~~~~	— лёгкое растирание.
~~~~~	— глубокое растирание.
• • •	— точечная вибрация.
⊗	— вращательное поглаживание с надавливанием.
♀ ♀ ♀ ♂ ♂ ♂	— похлопывание сверху вниз и снизу вверх.

III. Организационный раздел.

1. Описание материально – технического обеспечения Программы.

Для реализации программы в детском саду имеются следующие условия:

- ✓ Логопедический кабинет
- ✓ Медицинская кушетка
- ✓ Логопедические зонды
- ✓ Библиотека методической литературы по логопедическому массажу

Материально – техническое оснащение:

Магнитофон (для использования музыки)

Логопедические зонды.

В рамках этой программы могут быть использованы только индивидуальные логопедические зонды Новиковой Е.В. (приобретают родители).

Протирание спиртовым тампоном не обеспечивает должной дезинфекции. Исключение составляют зонды индивидуального пользования.

Е.В. Новикова (2000 г.) разработала технологию зондового массажа и набор зондов. Основная цель метода – нормализация речевой моторики. Е.В. Новикова предлагает для логопедического массажа 8 специальных зондов, каждый из которых воздействует на определенную группу мышц языка, губ, щек, мягкого нёба. (Патент на изобретение № 2143256. от 27.12.1999 г.)

Массажные зонды (Новиковой Е.В.)

Зонд № 1 вилочковый

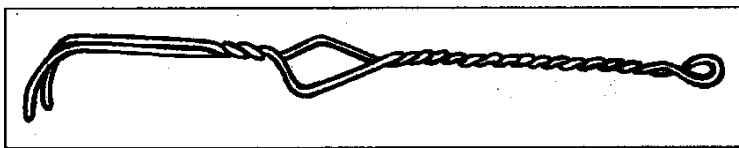


Рис. 1

Применяется при массаже мышц языка, скул, щёк, губ, мягкого нёба. Зонд предназначен для обкола мышц. В результате такого воздействия мышцы активно сокращаются. При обколах используются короткие, частые, лёгкие движения.

Для более интенсивного воздействия применяется обкол с прокачиванием: поставив зонд на определенное место, покачивают его вправо, влево, назад в течении 4–6 секунд. Другой вариант указанного приема: погрузив зонд в мышцы, производят вращательное движение по часовой стрелке (или против часовой стрелки). Время давления – 5 секунд, (рис. 1)

Зонд № 2 восьмёрочка

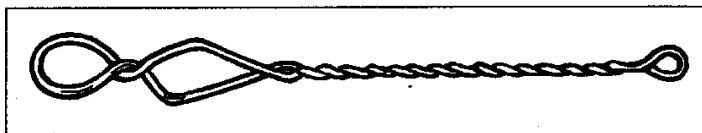


Рис. 2

Применяется при массаже мышц языка, скул, щёк, губ.

Зонд предназначен для «перетирания» мышц: надавив петелькой на мышцы производят движения вверх – вниз. Затем передвигают зонд и массируют следующий участок. Зонд не двигается по языку, а утапливает мышцы, покачивая их на месте заставляя активно работать группу веерных мышц. (рис. 2)

Зонды № 3, 4, 5. Саночки большие, средние, малые.

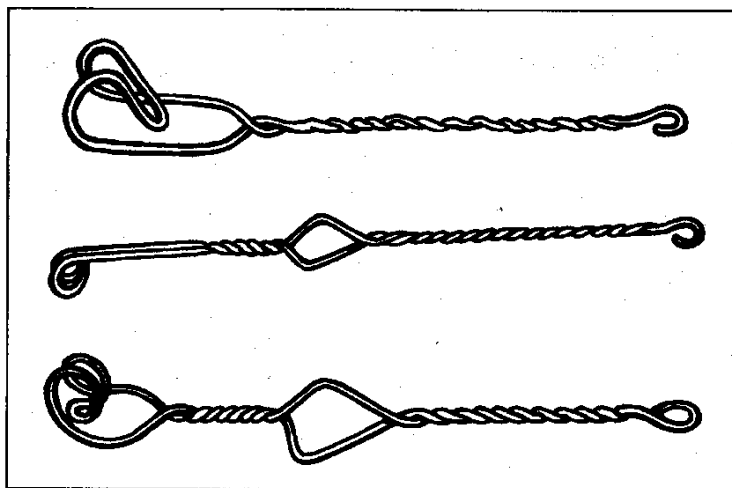


Рис. 3

Эти зонды скользят по мышцам языка, скул, щёк, губ, мягкого нёба в разном направлении.

Изгибы зондов выполнены так, чтобы можно было работать любой стороной для нажима и скольжения.

Верхняя часть зондов используется при нажатии на мышцы. Зонды выполняют одинаковые массажные приёмы, но захват массируемого участка и интенсивность нажима у них разная, (рис. 3)

Зонд № 6 топорик

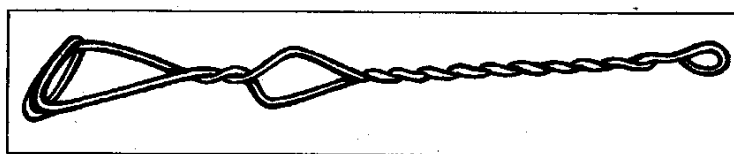


Рис. 4

Активно используется при массаже языка, щек, губ, мягкого неба.

Предназначен для интенсивного воздействия на мышцы.

Зонд предназначен для выполнения двух приемов: плотного нажатия и скольжения по мышцам.

Под влиянием нажатия нормализуется тонус мышц, повышается их сократительная способность, увеличивается подвижность. Степень нажима зависит от состояния мышц: чем ниже тонус, тем интенсивнее нажатие. Надавливающие движения частые, интервалы между ними – короткие, время давления – 5 секунд.

Скольжение улучшает эластичность и упругость мышц, снимает напряжение, (рис. 4)

Зонд № 7 крестовина

Применяется при массаже мышц скул, щёк, губ, языка.

Нажимая на язык и отодвигая его назад заставляют сокращаться, включаться в работу мышцы языка.

Зондом можно сжимать мышцы языка, удерживая их в таком положении до 30 секунд, выполнять:

- надавливающие движения (нажатия) (рис. 5)

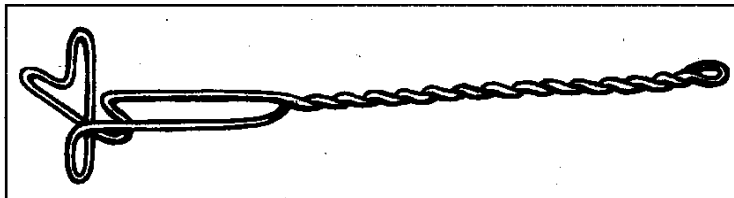


Рис. 5

Зонд № 8 толкачик

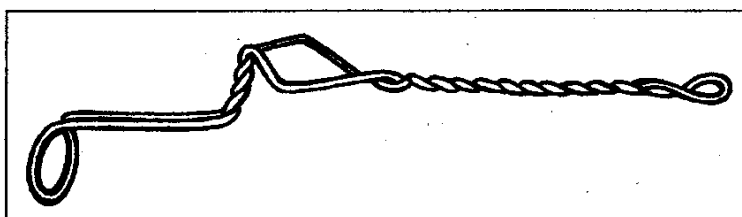


Рис. 6

Применяется при массаже мышц скул, щёк, губ, мягкого нёба. Воздействует на продольные, поперечные, веерные мышцы языка, восстанавливая их подвижность.

При нажиме на язык происходит активное сокращение мышц, при снятии зонда снимается напряжение, наступает фаза расслабления. Время давления – 5 секунд.

Для более интенсивного воздействия используют приём нажатие с прокачиванием: зонд устанавливается в определенное место и прокручивается с нажимом по часовой стрелке в течение 5 секунд. Степень нажима зависит от состояния мышц. (рис. 6)

Предваряет зондовый массаж ручной массаж языка (15–30 сеансов), который способствует расслаблению мышц и служит подготовкой к последующей, более интенсивной форме воздействия зондами.

Каждый сеанс массажа (по Новиковой) включает:

- упражнение из комплекса массажа языка руками;
- упражнение из комплекса массажа скул;
- упражнение из комплекса массажа, щёк;
- упражнение из комплекса массажа круговой мышцы рта;
- упражнение из комплекса массажа зондами;
- упражнение из комплекса массажа мышц мягкого нёба.