

МАССАЖ ЯЗЫКА С ПОМОЩЬЮ ЗУБНОЙ ЩЁТКИ

(по Поздняковой Л.А.)

Для сеанса следует заранее подготовить детскую зубную щетку с мягким ворсом.



РЕКОМЕНДАЦИИ

Массаж зубной щеткой можно проводить с раннего возраста (0+)
До года -1-2 минуты, после 2-х лет-5-10 мин., после 5 лет 15-25 минут.

1. Массаж проводится в медленном темпе.
2. Основными приемами являются поглаживание и легкая вибрация и надавливание.
3. Расслабляющий массаж должен вызывать у ребенка только приятные ощущения тепла и покоя.
4. Руки логопеда-мамы должны быть обязательно теплыми.
5. Расслаблению мышц способствует звучание тихой музыки с медленным, плавным ритмом или проговаривание логопедом, проводящим массаж, формул спокойствия аутогенной тренировки. Например:
Успокаиваюсь. Отдыхаю. Дыхание ровное, спокойное, ритмичное. Ощущение спокойствия (для деток от 3-х лет) и расслабления. Глаза закрыты. Дышится легко и свободно. Все мышцы полностью расслаблены и приятно тяжелы. Не хочется двигаться. Мне хорошо и спокойно. (для подгот. этапа)..

1 этап (подготовительный этап)

Массаж лба

1. Направление движения: от середины лба к вискам.
Тип движения: поглаживающий.
2. Направление движения: от бровей к волосистой части головы.
Тип движения: поглаживающий.
3. Направление движения: от бровей к волосистой части головы.
Тип движения, разминающий
4. Направление движения: от бровей к волосистой части головы.
Тип движения: вибрационный.

Массаж щек

5. Направление движения: от углов рта к вискам по щечной мышце.
Тип движения: разминающий, растягивающий.
6. Направление движения: от скуловой кости вниз на нижнюю челюсть.
Тип движения: растягивающий, поглаживающий.

Массаж носа

7. Направление движения: вдоль крыльевой части носовой мышцы.
Тип движения: поглаживающий, растирающий, вибрационный.
Массаж носогубной складки
8. Направление движения: от крыльев носа к углам губ.
Тип движения: поглаживающий.

Массаж рта

9. Направление движения: от середины верхней губы к углам рта.
Тип движения: поглаживающий, растирающий, вибрационный
10. Направление движения: от середины нижней губы к углам рта.
Тип движения: растирающий, вибрационный.

Массаж подбородка

11. Направление движения: от подбородка к углу рта.
Тип движения: поглаживающий, разминающий.

Массаж шеи

12. Направление движения: вдоль грудинно-ключично-сосцевидной мышцы.
Тип движения: поглаживающий, разминающий.

Оборудование: индивидуальная зубная щётка, салфетка для фиксации языка

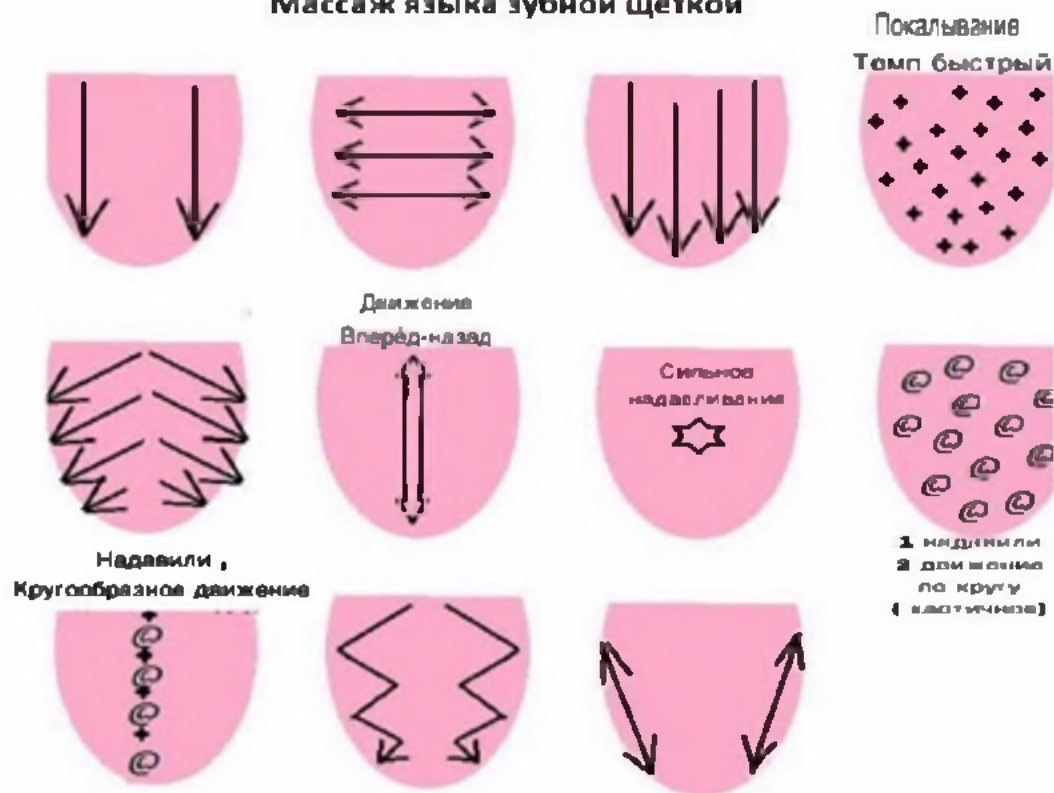
Ребёнка усадить, сделать «лопаточку» (логопед салфеткой удерживает кончик языка ребёнка)

Вариант 1

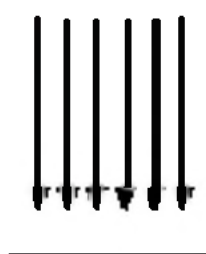
Начинаем от середины языка, чуть ближе к корню

!? Чтобы не было рвотного рефлекса

Массаж языка зубной щёткой



1. «Язычок проснулся и потянулся»
Щёткой водить от середины языка
кончику



Повтор движения от 5-10 раз

2. «Солнышко»

Щёткой водить по направлениям от
центра к периферии (не задевать корень
языка!)



*Вот как солнышко встает-
Выше-выше-выше!
К ночи солнышко зайдет-
Ниже-ниже-ниже.*

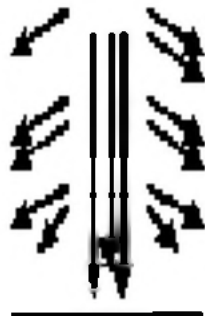


Повтор движения от 5-10 раз

3. «Ёлочка»



Сначала водить щёткой по длине языка, потом по боковым краям языка от центра к периферии



Ёлочка-колкая иголочка

Повтор движения от 5-10 раз

4. «Ветер дует вправо»



Водить щёткой горизонтальными линиями слева направо

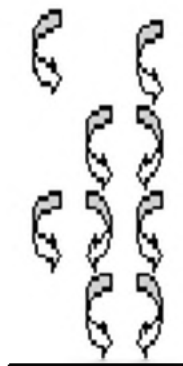


*Ветры по небу гуляют-
Дуют-дуют-задувают!
Желтые листочки с дерева
срывают.*

Повтор движения от 5-10 раз

5. «Дым идёт из трубы»

Зигзагообразные движения щёткой по поверхности языка от корня к кончику

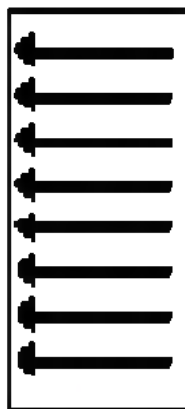


Повтор движения от 5-10 раз



6. «Ветер дует влево»

Водить щёткой горизонтальными линиями справа налево



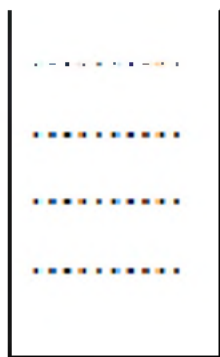
Повтор движения от 5-10 раз





7 «Капают дождик»

Поколачивать по языку щетинкой щётки

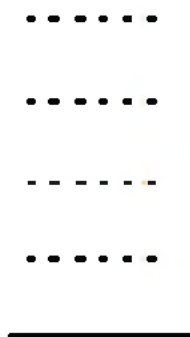


Повтор движения от 5-10 раз



8 «Листики падают с деревьев»

Поколачивать по языку тыльной стороной щётки



Повтор движения от 5-10 раз

9. «Большая лужа»



Тыльной стороной щётки водить по часовой стрелке от середины языка к краям



Повтор движения от 5-10 раз

«Осенняя сказка»



*Проснулся Язычок, потянулся (упражнение № 1).
Выглянул Язычок в окошко – солнышко светит!*
(упражнение № 2)

*Под окном росла ёлочка, с пушистыми ветвями (упражнение № 3).
Вдруг подул сильный ветер, и ёлочка наклонилась вправо*
(упражнение № 4).

*Видит Язычок дым идёт из печной трубы (упражнение № 5).
Вдруг ветерок подул влево, и ёлочка наклонилась влево*
(упражнение № 6).

Солнышко спряталось за тучку, и пошёл сильный дождь
(упражнение № 7).

*Падают на землю осенние листики (упражнение № 8).
Дождь идёт, и под окном разлилась большая лужа*
(упражнение № 9).



«Зимняя сказка»

Проснулся Язычок и нежится в постельке (упражнение № 1).

Выглянул Язычок в окошко – снег идёт (упражнение № 7).

Вышел Язычок на прогулку, а на улице ветер дует (упражнение № 4).

Видит Язычок дым идёт из печной трубы (упражнение № 5).

Вдруг ветерок подул влево, и дым наклонился влево (упражнение № 6).

Лужа под окном замёрзла, стал Язычок кататься на ней (упражнение № 9).

А ещё во дворе была большая горка (сделать языком «горку»).

Стал Язычок на санях с горки кататься! (тыльной стороной щётки водить по «горке» сверху – вниз).

Весь в снегу Язычок!

Стал он варежками снег с шапки сбивать (упражнение № 8).

Почистил Язычок свой комбинезон и пошёл домой (упражнение № 1).

Лошадка.

**Я люблю свою лошадку,
Причешу ей шёрстку гладко,
(Продольные поглаживающие линии от
корня к кончику языка)**

**Гребешком приглажу хвостик,
И верхом поеду в гости.**

*(Продольные вибрирующие линии от корня к
кончику языка)*

Цок-цок-цок-цок-цок!

Цок-цок-цок-цок-цок!

(Ритмичное надавливание с усилиями)

Иго-го-го! Иго-го-го! Иго-го-го!

(Прокачивающие движения с усилиями)

Мячик.

Наша Таня громко плачет:
*(Точечное надавливание на язык
справа налево, затем по
середине от кончика к корню
языка)*

Уронила в речку мячик.
*(Продольные вибрирующие
линии от корня к кончику языка)*

- Тише, Танечка, не плачь:
*(Продольные поглаживающие
линии от корня к кончику языка)*

Не утонет в речке мяч.
*(Прокачивающие движения с
услиями)*