**Массаж и самомассаж ложками**

Одной из новых методик нормализации тонуса лицевой и артикуляционной мускулатуры является массаж, самомассаж ложками. Эта оригинальная массажная методика была разработана немецким врачом Рене Кохом. Кох использовал ее в косметических целях. Известный петербуржский логопед, автор многих пособий по практической логопедии - Ольга Игоревна Крупенчук - адаптировала эту уникальную методику в логопедических целях. Основы массажа и артикуляционные упражнения с ложками представлены в пособии «Логопедический массаж ложками»

Для массажа и самомассажа используются разные ложки: столовые и чайные (для массажа лицевых мышц), кофейные (для массажа мышц артикуляции). Ложки могут быть как стальные, так и пластмассовые. Ложки можно брать разные, что помогает поддерживать у детей интерес к занятию. Ложки должны быть с минимумом украшений на черенке и круглым, а не острым кончиком.

**Преимущества.**

Ложки не требуют стерилизации — достаточно их помыть.

Массаж ложками помогает избежать отрицательной реакции на зондовый массаж.

Образ ложки ассоциируется с приятным чувством, связанным с едой, поэтому дети с удовольствием используют ложку для массажа.

Движения массажа достаточно просты, что позволяет обучить детей самомассажу.

Разную температуру ложек можно использовать для расслабляющего или стимулирующего массажа.

Эту массажную технику легко могут освоить заинтересованные родители и применять в домашних условиях.

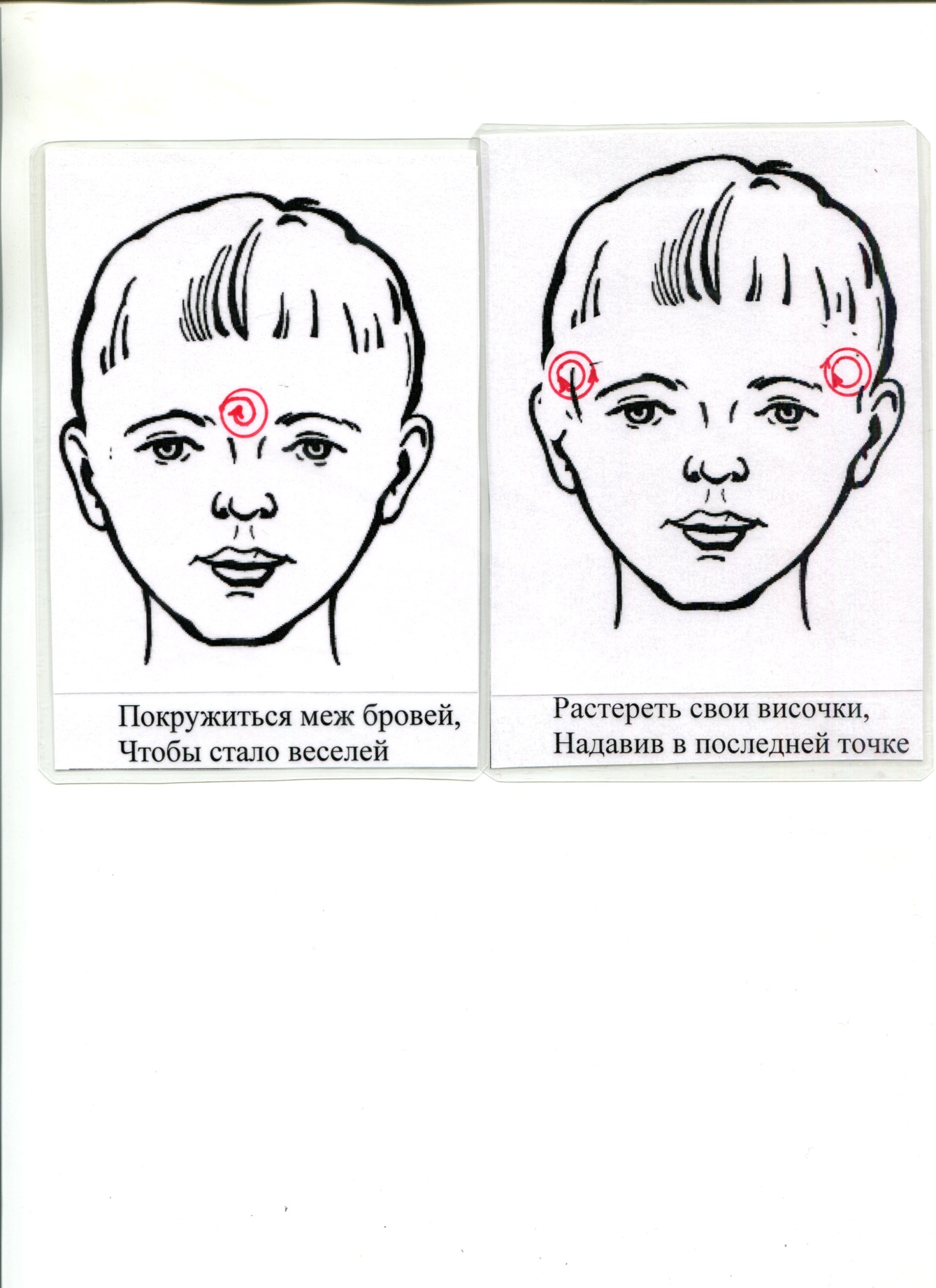
Помимо всего этого, применение ложечного самомассажа развивает и мелкую моторику у ребёнка. Синхронизирует работу двух рук, укрепляя тем самым межполушарные связи.

Массаж ложками можно проводить как на подгрупповом занятии, так и на индивидуальном, включая его по мере необходимости в структуру занятия.

**Перед применением каждый раз ложки надо мыть в содовом растворе.**

**Взрослый произносит стихотворение и показывает движение,**

**а ребенок только выполняет движения по подражанию или по картинке.**



(горкой ложки, одной, а потом другой рукой)

(спиральное растирание горками ложек висков с фиксацией и легким нажатием в конце движения)

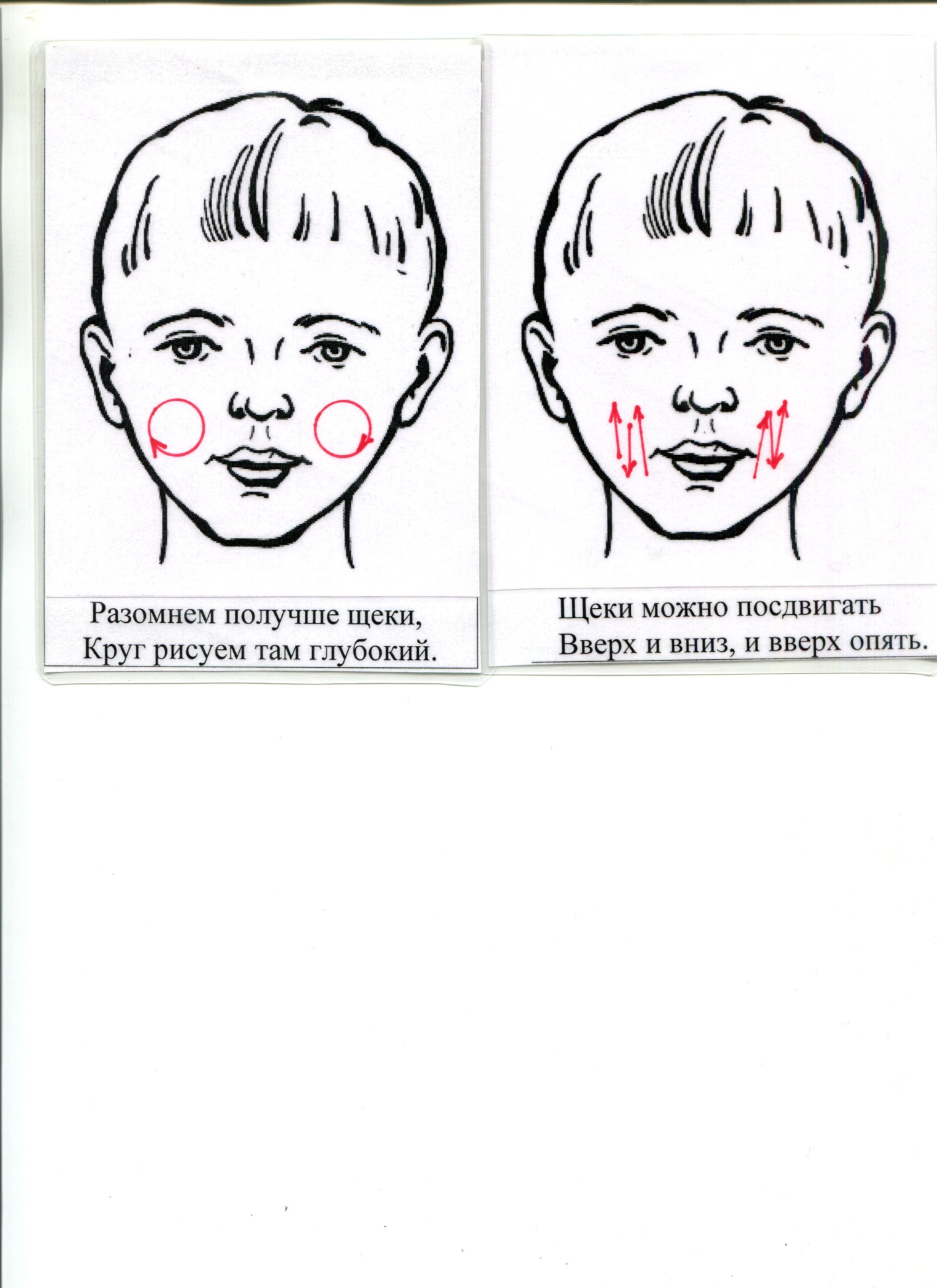


(поглаживание горками ложек вокруг лобных бугров)

(горками ложек

от переносицы вверх

и к щекам)



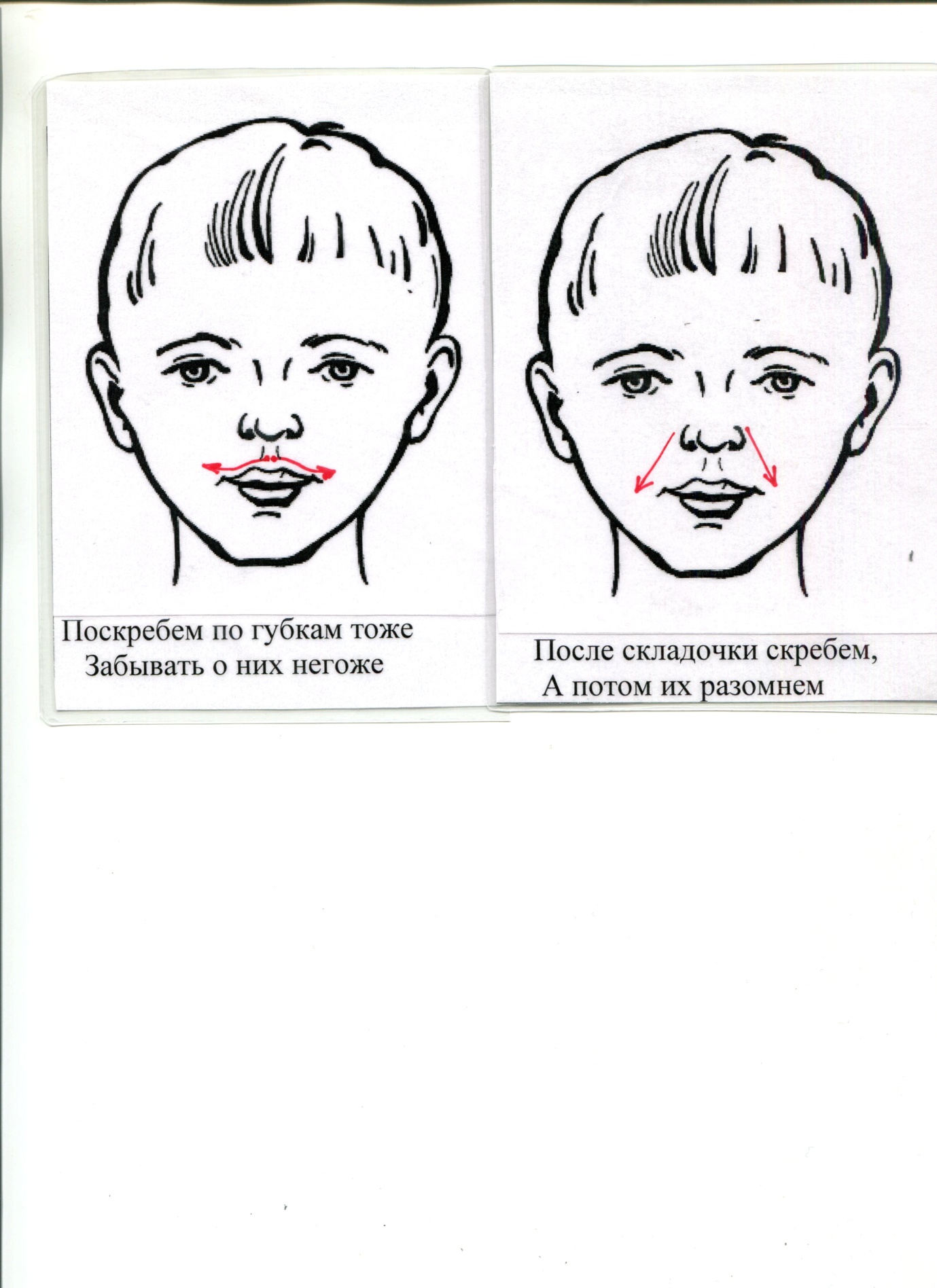
(горками ложек разминание щек движениями вверх-вниз)

(круговые движения горками ложек)



(горками ложек стучим по щекам, потом под подбородком, по подъязычной области)

(круговое разминание горками ложек возле углов рта)



(кончиками ложек по верхней и нижней губе от середины к кроям губ)

(скребущее движение по носогубным складкам кончиками ложек,

потом горками ложек

сверху-вниз)

**Упражнения с ложками для языка и губ.**

1. **Чистим-чистим язычок,** (*открыть рот, высунуть язык вперед и слегка поскрести*

**Чистим спинку и бочок.**  *краем ложки по спинке языка, затем по бокам языка)*

1. **Гладим ложкой мы язык** *(погладить спинку языка горкой ложки,*

**К ласке бедный не привык.** *затем слегка пошлепать)*

1. **Упр. «Часики»**

*(Вертикально подставить ложки горками возле уголков рта, рот приоткрыть,*

*кончик языка как маятник часов, попеременно прикасается к ложкам.*

*Челюсть неподвижна. Выполнять упр. под счет: 1-2, или со словами «Тик-так»).*

1. **Упр. «Качели»**

*(Горизонтально подставить ложки горками к верхней и нижней губе, касаться ложек кончиком языка, выполняя движения вверх-вниз, под счет: 1-2. Челюсть неподвижна).*

1. **Упр. «Лакомка»**

*(Ложку держим вертикально перед губами, ямкой к себе.*

*Кончиком языка слизываем воображаемое варенье, снизу- вверх)*

1. **Упр. «Футбол»**

*(Надуть одну щеку, надавливая горкой ложки «перекатить мяч» в другую щеку, надуть вторую щеку, затем проделать в обратном порядке)*

1. **Упр. «Поцелуйчик»**

*(Вытянуть губы «трубочкой» и поцеловать горку ложки с сопротивлением,*

*нажимая на губы)*