

**Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение –
детский сад комбинированного вида № 62**

**Применение точечного массажа
для улучшения речи и здоровья ребенка
(консультация для родителей)**

**Составитель: учитель-логопед
Ерина Елена Владимировна**

Екатеринбург, 2019

ПРИМЕНЕНИЕ ТОЧЕЧНОГО МАССАЖА ДЛЯ УЛУЧШЕНИЯ РЕЧИ И ЗДОРОВЬЯ РЕБЕНКА

1. Общие сведения о точечном массаже

Точечный массаж зародился около пяти тысяч лет назад на Дальнем Востоке. Древние врачеватели, жившие на территории нынешних Китая, Кореи, Монголии, Японии, создали учение об организме как о целостной системе, в которой каждый орган находится в тесном единстве со всеми остальными. Были обнаружены локальные области, биологически активные точки БАТ. Всего таких точек описано около 700, но наиболее часто используют около 150. Точечный массаж БАТ, дошедший до наших дней с глубокой древности, с честью выдержал проверку временем, доказав свою эффективность. Этот метод выгодно отличается относительной простотой и доступностью. В основу точечного массажа положен тот же принцип, что и при проведении метода иглоукалывания, с той лишь разницей, что на БАТ воздействуют пальцем или кистью (рис. 1).

Если Ваш ребенок часто болеет, плохо ест и спит, быстро утомляется и часто капризничает, плохо запоминает стихи и, главное, если не произносит правильно все звуки или заикается, то точечный массаж поможет Вашему малышу преодолеть перечисленные проблемы.

2. Методы проведения точечного массажа

При углубленном изучении БАТ было установлено, что воздействие на точку стимулирует или успокаивает нервную систему, что зависит от способа, техники воздействия, усиливает кровоснабжение, регулирует трофику тканей, желез внутренней секреции, уменьшает болезненность, снижает нервное и мышечное напряжение. Применять массаж можно лишь при отсутствии абсолютных противопоказаний.

Противопоказания: наличие злокачественных и доброкачественных новообразований любой локализации, при высокой температуре тела, активных формах туберкулеза, язвенной болезни желудка, резком истощении, заболеваниях крови, состоянии острого психического возбуждения. Не следует делать точечный массаж натощак, а также при резких перепадах атмосферного давления.

Важно максимально точно найти БАТ. Перед массажем нужно расслабиться, постараться по возможности отвлечься от всего постороннего, разогреть руки и осторожно нащупать точку кончиком пальца. При надавливании БАТ возникает ощущение боли или ломоты. Давление необходимо производить подушечкой пальца. Надавливание не должно быть грубым, резким, вызывать сильную боль, или оставлять синяки. Оно должно напоминать касание или легкое безостановочное поглаживание, при котором используется тяжесть пальца или кисти. Если малыш жалуется на боль — массировать осторожнее, если возникает головокружение — массаж необходимо прекратить.

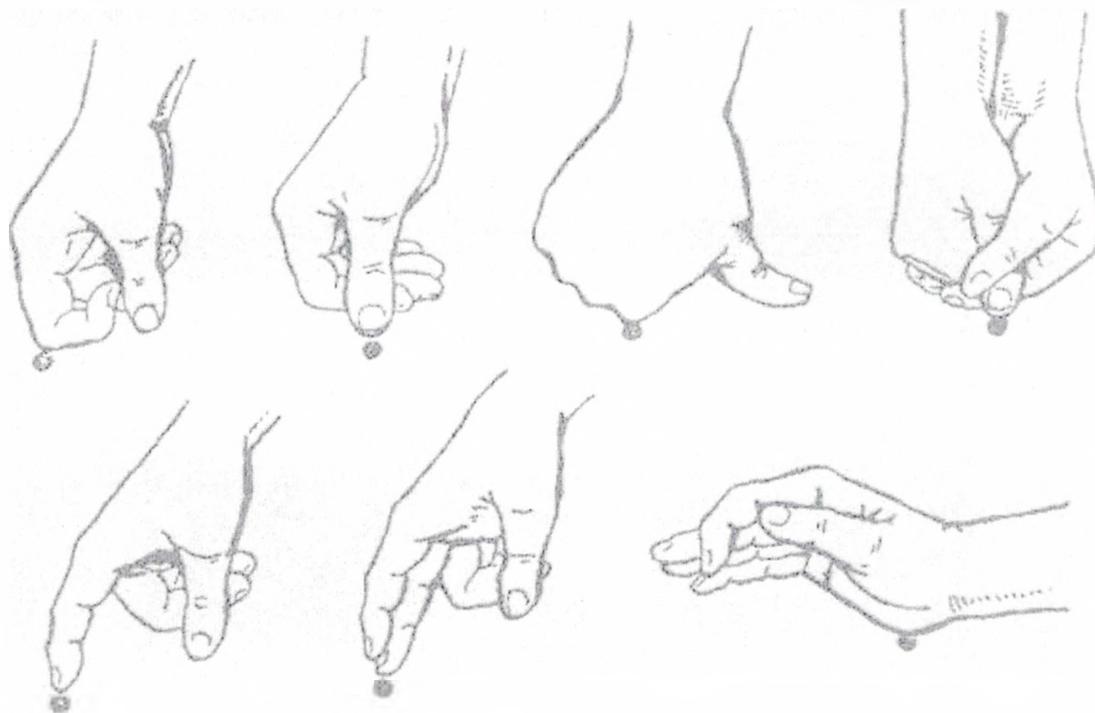
Движение пальца — горизонтально-вращательное, направленное по часовой стрелке, или вибрирующее, но всегда безостановочное. Вращение или вибрацию производят в определенном темпе (замедляющем или ускоряющем) и сочетают с некоторым давлением.

2.1. Успокаивающий массаж рекомендуется делать только после захода солнца, во время полнолуния. Этот вид массажа характеризуется непрерывным воздействием плавными, медленными, вращательными движениями без смещения кожи или надавливанием подушечкой пальца с постепенным нарастанием силы давления (без заметной ямки) и задержкой пальца на глубине. Прием повторяют 3—4 раза с возвращением каждый раз к исходному положению, не отрывая пальца от точки. Длительность массажа каждой точки 3—5 минут. Этот метод также эффективен при острой боли, бессоннице, тревоге, нервном возбуждении.

2.2. Тонизирующий массаж наиболее эффективен во время новолуния. Он характеризуется коротким сильным надавливанием и быстрым резким удалением пальца от точки. К тонизирующему методу относится и прерывистая вибрация. Длительность воздействия 0,5—1 минута. Этот прием также эффективен при судорогах, физическом утомлении и если присутствуют повышенная утомляемость, истощаемость нервной системы, плохая переключаемость, неравномерная работоспособность, рассеянность, неусидчивость, расторможенность, драчливость или же пассивность, депрессивное состояние, плаксивость.

Мы убедились, что, воздействуя на БАТ, удастся расслабить или стимулировать функцию ослабленных мышц, улучшить общее состояние ребенка, его работоспособность, снять повышенную возбудимость речевых центров, восстановить нарушенную нервную регуляцию речи.

Рис.1

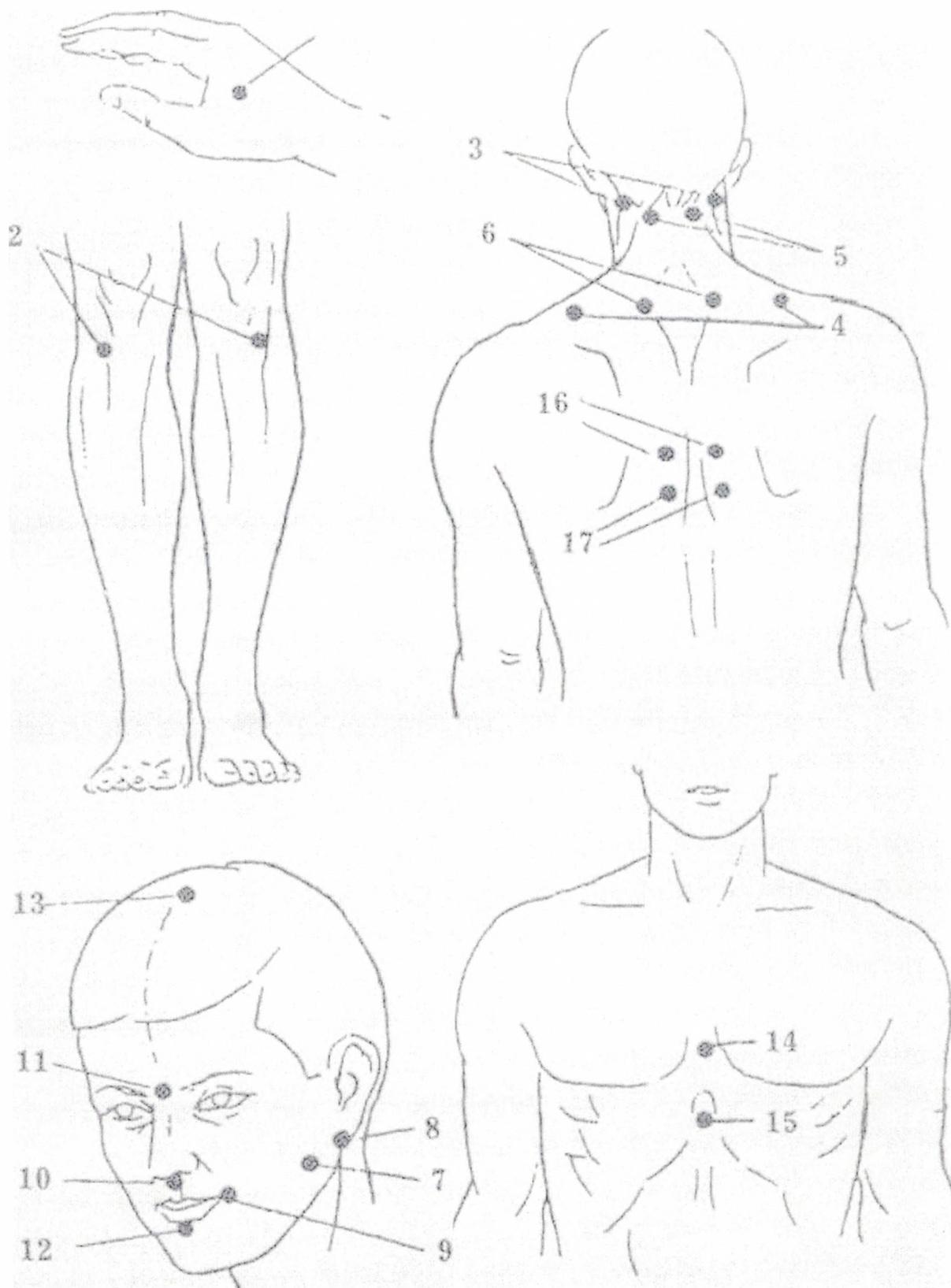


3. Приемы проведения точечного массажа

3.1. Выше на рис. 1 показано положение пальцев и кистей рук при воздействии на биологически активные точки. При массировании БАТ лица и головы у ребенка 1-7 лет рекомендуются нажатия подушечками пальцев, как это показано в вариантах б), д), е). При массировании БАТ спины и ног можно с осторожностью применять варианты а), в), ж).

3.2. Точечный массаж при нарушениях звукопроизношения из-за плохой подвижности губ, щек, языка, нижней челюсти и повышенного скопления слюны в ротовой полости.

Рис. 2



Каждый курс и процедуру рекомендуется начинать с массажа точек 1 и 2, что повышает защитные силы организма. Точку 1 массируют поочередно на левой и правой руке, а точку 2 — одновременно на обеих ногах. Ребенок при этом сидит, вытянув ноги. В первые два дня массируются точки ; 1 и 2. Во время третьей и четвертой процедур одновременно массируют симметричные точки 3 и 4 шейно-воротниковой области. Проводя пятую и шестую процедуры, массируют точки 5 и 6 одновременно с обеих сторон. С седьмой процедуры приступают к массажу БАТ на лице и голове — по две точки в день. На точки 7 и 8 воздействуют одновременно. При массаже точек 9, расположенных на расстоянии одного сантиметра от угла рта, рот должен быть слегка приоткрыт. Последовательно массируют и другие точки (рис. 2).

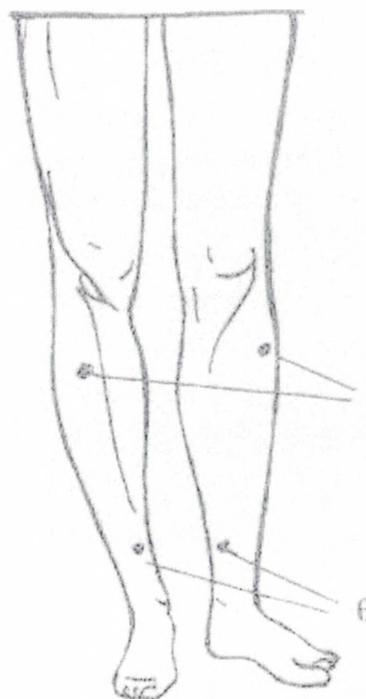
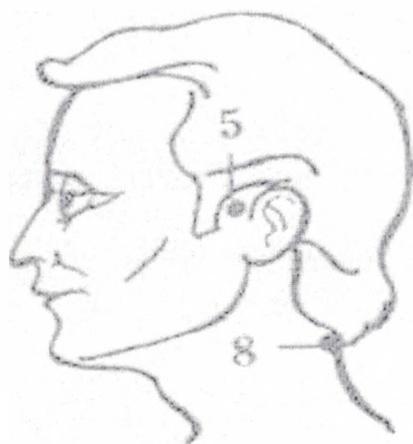
Если у ребенка нарушена не только артикуляция, но и дыхание, то врач-рефлексотерапевты советуют воздействовать на точки 14, 15, 16 и 17, ответственные за дыхательный акт в процессе речи.

Точки 16 и 17, которые массируют одновременно, подключают в следующей процедуре.

При воздействии на точки 1, 2, 3, 4, 5, 7, 8, 13, 16, 17 ребенок должен сидеть; во время массажа точки 6 — лежать на животе, а точек 9, 10, 11, 12, 14, 15 — сидеть или лежать на спине, последнее предпочтительнее.

Точечный массаж при заикании:

Заикание встречается чаще всего в детском и юношеском возрасте. Наиболее распространенная причина — испуг или психическая травма. Точечный массаж может оказаться хорошим дополнением к логопедическим занятиям и медикаментозному фону, назначенному врачом. При этом рекомендуется избегать психических травм. Воздействие на точки следует проводить успокаивающим методом, приемом легкого надавливания в течение 3—5 минут. На курс — 12 ежедневных сеансов, повторные курсы проводят с перерывом в 7—10 дней (Рис.3).



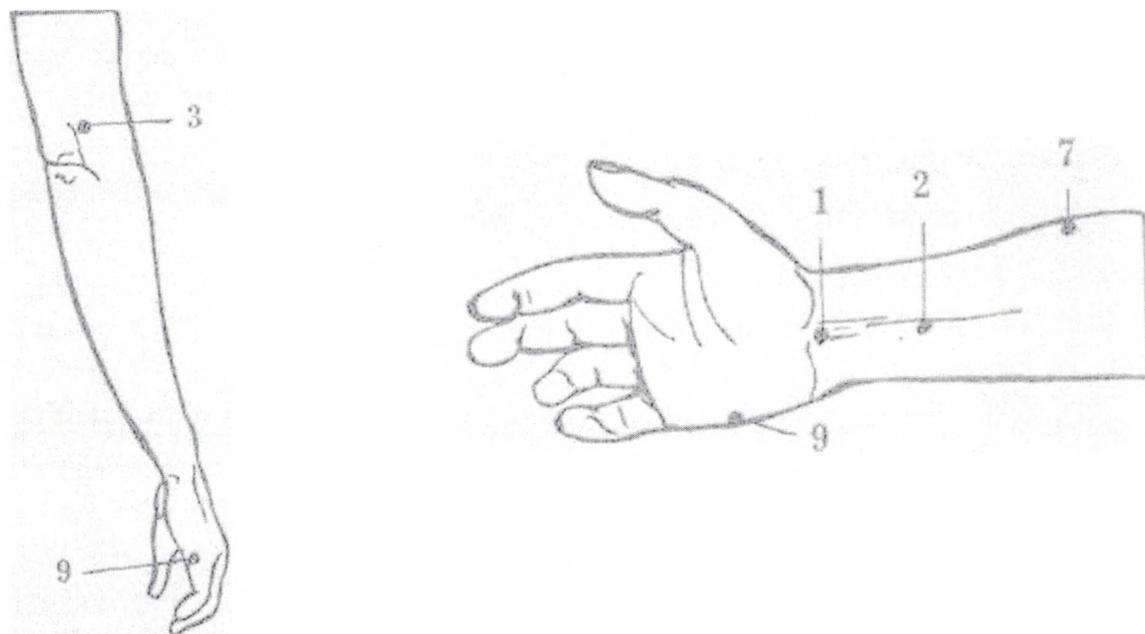


Рис.3 Точечный массаж при заикании

Точка 1 — симметричная, находится на передней поверхности запястья между сухожилиями. Массировать поочередно справа и слева в положении сидя, рука лежит на столе ладонью вверх.

Точка 2 — симметричная, находится на передней поверхности предплечья выше средней складки запястья, между сухожилиями.

Точка 3 — симметричная, находится на задней поверхности плеча выше локтевой складки вытянутой руки. Массировать поочередно, сидя, массируемая рука опущена вдоль туловища.

Точка 4 — симметричная, находится на голени ниже подколенного. Массировать одновременно, в положении сидя с вытянутыми ногами.

Точка 5 — симметричная, находится в углублении над скуловой дугой у основания ушной раковины. Массировать одновременно, сидя.

Точка 6 — симметричная, находится на голени выше внутренней лодыжки. Массировать одновременно справа и слева в положении сидя.

Точка 7 — симметричная, находится на предплечье выше средней складки запястья, в углублении у шиловидного отростка лучевой кости. Массировать поочередно, сидя, рука лежит на столе.

Точка 8 — несимметричная, находится на границе волосистой части головы по задней срединной линии. Массировать в положении сидя, слегка наклонив голову вперед.

Точка 9 — симметричная, находится на границе тыльной и ладонной поверхностей кисти над головкой V пястной кости. Массировать поочередно в положении сидя, рука лежит на столе ладонью вниз, пальцы полусобраны в кулак. Воздействовать на точку тонизирующим методом, приемом глубокого надавливания в течение 0,5—1 минуты.

При заикании точечный массаж проводят ежедневно в течение 12 дней. После семидневного отдыха курс повторить. Последовательно провести 3—4 курса. Ребенок во время массажа должен быть спокойным, расслабленным. Избегать острой пищи, крепких напитков: чая, кофе, так как они возбуждают нервную систему, снижают эффект воздействия. Натощак или сразу после еды массаж проводить не рекомендуется.

3. Обучение ребенка самомассажу.

В связи с тем, что точечный массаж прост и доступен широкому кругу населения, не имеет возрастных ограничений, родителям рекомендуется обучиться навыкам его проведения в домашних условиях. Чем раньше начата коррекция, тем выше эффект.

Точечный массаж используется только на первых этапах. Затем постепенно детей обучают элементам самомассажа. Взрослый человек, страдающий тем или иным недугом, тоже может прибегнуть к точечному самомассажу.

Чтобы процедуру массажа сделать приятной и интересной для ребенка, создается ситуация игры или сказки, близкой малышу, а БАТы называются ВОЛШЕБНЫМИ ТОЧКАМИ, которые помогут многому научиться и стать здоровее.

Вот несколько стишков для речевого сопровождения детского точечного массажа, а затем и самомассажа:

РАЗ. ДВА. ТРИ. ЧЕТЫРЕ.
МЫ НА ТОЧКУ НАДАВИЛИ.
НАДАВИЛИ – ОТПУСТИЛИ.
И ЕЩЕ РАЗ ПОВТОРИЛИ-
РАЗ. ДВА. ТРИ. ЧЕТЫРЕ.
НАДАВИЛИ – ОТПУСТИЛИ.

НАДАВИЛИ И РАЗМЯЛИ,
ЧТОБЫ ГУБКИ УЛЫБАЛИСЬ,
(ЧТОБЫ ЩЕЧКИ НАДУВАЛИСЬ)
НАДАВИЛИ – ОТПУСТИЛИ
И ЕЩЕ РАЗ ПОВТОРИЛИ-
РАЗ. ДВА. ТРИ. ЧЕТЫРЕ.
НАДАВИЛИ – ОТПУСТИЛИ.

УСПЕХОВ ВАМ!!!

Используемая литература:

1. М.А. Поваляева, Справочник логопеда, Ростов-на-Дону, 2006 г;
2. «Дошкольное воспитание» Научно-методический журнал, №11, 2006г