**КОНСУЛЬТАЦИЯ ЛОГОПЕДА –**

**МАССАЖ ЯЗЫКА**

 Массаж можно начинать с 1,5 лет, допускается проводить процедуру не более 1-2 минут.

 В дошкольном возрасте процедура проводится в течение 15 минут, а в младших классах этот интервал можно увеличить до 20 минут.

 Различают расслабляющий, при гипертонусе (встречается чаще) и динамичный массаж, при пониженном тонусе.

**1️.** Начать расслабляющий логопедический массаж ребенку при гипертонусе стоит с плеч и области шеи. После того, как их мышцы будут хорошенько размяты и расслаблены, можно приступать непосредственно к языку:

* Усадите малыша на удобный стул или кресло так, чтобы он чувствовал себя комфортно, а мышцы его не были напряжены.
* Тщательно вымойте руки и заранее подготовьте зубную щетку с мягкой щетиной или специальную массажную насадку-напальчник.
* Начинайте воздействие, двигаясь от кончика к центру. Проведите пальцами по всей поверхности органа поглаживающими движениями.
* Слегка побарабаньте по нему одним пальцем, без надавливаний.
* Возьмите щетку или насадку и начните рисовать на поверхности языка.
* Первой рисуйте букву «U». Делать это нужно по самым краям органа.
* Перейдите к букве «Z», затем к букве «W». Каждую из них аккуратно рисуйте не менее пяти раз.
* Снимите насадку и указательным пальцем сделайте несколько спиралевидных или зигзагообразных движений по центру языка.

**2️.** Пониженный тонус, как правило, характерен прикорневой области языка. Ее массируют рефлекторными движениями. Отрывистые движения разные по динамичности способствуют тому, что мышцы укрепляются, соответственно тонус постепенно стабилизируется. Совместно с массажем данного органа при пониженном мышечном тонусе следует воздействовать также и на лоб, переносицу и область скул и щек.