



**«ДАВАЙТЕ
НАЧНЕМ С
ПРОСТОГО»**

Рекомендации для родителей

Самомассаж языка дома

Во время чистки зубов несколько раз проводите щёткой и по языку. Это не для гигиены, а своего рода логопедический массаж. Нежно очень, можно с какой-нибудь присказкой, чтобы Климу интереснее было: «Чок, чок, чок, чок – чищу, чищу язычок» или что-то в этом роде. Несколько раз проведите, 2 или 3 – сколько Клим разрешит =)

Массажные движения должны проводиться в трех направлениях: горизонтальном, вертикальном и поперечном. Если язычок вне рта отклоняется в какую-нибудь сторону, то массаж выполняйте больше на той стороне, куда идет отклонение. Поглаживайте участок языка от кончика до середины – глубже можно спровоцировать рвотный рефлекс. Движения щетки могут быть прямые, по спирали и по кругу.

Комплекс нашего логопедического массажа будет выглядеть примерно так:

- Погладьте щёткой язычок от середины к кончику и обратно (движение от середины языка к кончику тонизирует, а обратно – расслабляет мышцы);

- Легонько нарисуйте на язычке «ёлочку» – от центра языка поперечные линии к боковым краям;
- Нарисуйте на язычке «лесенку» – легкие движения от одного бокового края к другому.

Важно! Нельзя делать логопедические упражнения, если малыш болеет! Противопоказаниями служат:

- любые соматические и инфекционные заболевания в остром периоде (ОРВИ, ОРЗ, грипп, герпес),
- болезни с нарушением целостности слизистой – стоматит, кровоточивость дёсен, увеличенные лимфоузлы,
- плохое настроение и сытый желудок – массаж языка сразу после еды может вызвать рвотный рефлекс.
- 2. Когда кушаете или пьете чай, можете ложечку намазать чем-нибудь вкусным (медом, вареньем, ну, или икрой кабачковой – что любит сынок) и дать облизать.
- Это хорошо развивает подвижность языка, формирует артикуляционный уклад для шипящих («чашечку»). Получится не сразу (проверено на сыне), в самом начале Клим, скорее всего, будет пытаться зубками отскоблить лакомство. Терпение! =) Покажите, как можно очень прямо, очень вкусно, как котик или как Винни Пух, слизнуть с ложки вкуснятинку. Облизывать можно «чупа-чупс» (если даете) или мороженое.
- После еды покажите, как можно язычком губки облизать – верхнюю и нижнюю =) «Вот как котик умывается». С верхней будут сложности из-за уздечки – ничего! Как получится, раз от раза будет лучше!
- 3. Еще одна полезная логопедическая игра для Вас – «Обезьянка»: нужно улыбнуться пошире («И-и-и-и-и»), открыть рот и высунуть язык как можно дальше. Тоже не сразу получится!
- Упражнения нужно делать как можно чаще, чтобы был эффект: вот как выдается минутка свободная – сделали обезьянку или подражали в окошко собачку или ещё что-то в этом роде. Облизывания – в каждый прием пищи и чая. Начнет немножко получше язычок высовываться – ещё упражнения можно будет ввести, посложнее.