

«МАССАЖ ЗУБНОЙ ЩЕТКОЙ в домашних условиях»

Проведение массажа в виде сказочной истории про Язычок занимает **не более 3-4 минут**. Его можно преподнести как веселую игру во время проведения чистки зубов. Предлагаемые упражнения **способствуют снятию напряжённости и укреплению артикуляционных мышц, улучшить произношение звуков.**

Данная методика может применяться к детям, **начиная с 3 лет.**

Курс проведения две недели. После этого ребенку нужен перерыв и, только при необходимости, массаж повторяют.

Противопоказания: любые ранки, либо инфекции ротовой полости, герпес, трещинки, а также неприятные ощущения у ребенка во время массажа.

Оборудование: индивидуальная зубная щётка с мягким ворсом (используется только для массажа), салфетка для фиксации языка.

Последовательность действий:

- Под язык нужно подложить сложенный бинт или бумажную салфетку – это необходимо для сбора слюны, которая будет активно выделяться в течение занятий. По мере намочания их нужно менять.
- Перед выполнением процедуры нужно сказать ребенку, чтобы он расслабил язык настолько, насколько он может.

Массаж языка зубной щеткой



Сначала выполняются круговые разминающие движения по спинке языка. Нажим несильный.

Далее выполняем поглаживания по всей площади языка. Движения должны быть прерывистыми, как во время чистки зубов. Далее ребенок должен напрячь язык и приподнять его к нёбу.

Массируем нижнюю часть языка и ямку под ней.

Во время выполнения упражнений нужно следить за состоянием ребенка, чтобы не вызвать у него рвотный рефлекс