**Массаж лица. Производится средним и указательным пальцами обеих рук.**

Растирание – подушечками указательного и среднего пальцев, большим пальцем, ребром ладони. Разминание – подушечкой большого пальца, большого и указательного или большого и всех остальных пальцев. Вибрация – одним, двумя или всеми пальцами, при этом тканям придаются колебательные движения различной частоты и амплитуды. Каждый вид движений выполняется от 10-20 с. Время наращивается постепенно.

**Лоб:**

*- От середины лба к вискам*

*- От бровей к волосистой части головы*

*Движения поглаживающие, разминающие, вибрационные, т.е. каждый вид упражнений выполняется тремя способами.*

**Щёки:**

*- От угла рта к вискам по щечной мышце*

*- От скуловой кости вниз на нижнюю челюсть*

*Движения поглаживающие, разминающие, растягивающие.*

**Нос:**

*- Вдоль крыльной части носовой мышцы*

*Поглаживающими, растирающими и вибрационными движениями.*

*Носогубная складка:*

*- От крыльев носа к углам губ*

*Движения поглаживающие, разминающие и вибрационные.*

**Рот:**

*- От середины верхней губы к углам*

*- От середины нижней губы к углам*

*Движения поглаживающие, растирающие, вибрационные.*

**Массаж лица. Производится средним и указательным пальцами обеих рук.**

Растирание – подушечками указательного и среднего пальцев, большим пальцем, ребром ладони. Разминание – подушечкой большого пальца, большого и указательного или большого и всех остальных пальцев. Вибрация – одним, двумя или всеми пальцами, при этом тканям придаются колебательные движения различной частоты и амплитуды. Каждый вид движений выполняется от 10-20 с. Время наращивается постепенно.

**Лоб:**

*- От середины лба к вискам*

*- От бровей к волосистой части головы*

*Движения поглаживающие, разминающие, вибрационные, т.е. каждый вид упражнений выполняется тремя способами.*

**Щёки:**

*- От угла рта к вискам по щечной мышце*

*- От скуловой кости вниз на нижнюю челюсть*

*Движения поглаживающие, разминающие, растягивающие.*

**Нос:**

*- Вдоль крыльной части носовой мышцы*

*Поглаживающими, растирающими и вибрационными движениями.*

*Носогубная складка:*

*- От крыльев носа к углам губ*

*Движения поглаживающие, разминающие и вибрационные.*

**Рот:**

*- От середины верхней губы к углам*

*- От середины нижней губы к углам*

*Движения поглаживающие, растирающие, вибрационные.*