



Артикуляционные упражнения для растягивания подъязычной связки

Тянем, потянем, потянуть поможем

*Подготовила: учитель-логопед
Мустафина Ф.Ш.*

г. Пыть-Ях.



- *Подъязычная связка (уздечка) – перепонка, которая находится под языком и соединяет язык с подъязычным пространством.*



*Уздечка
может*



*вызывать
затруднение
движения
языка
(не достаточно
поднята)*

*ограничивать
положение
языка*

*приводит к
смещению
центра языка,
его не
симметричному
развитию*

*быть причиной
нарушения
дикции*

Подъязычная связка

Рассечение уздечки языка у ребенка — это крайняя мера, но при определенных обстоятельствах — необходимая.



В норме длина уздечки 1,5 см.

- *Даже если уздечка укорочена (менее 8 мм.), то лучше её растягивать, чем оперировать. В пользу этого говорит то, что после операции на уздечке останется рубец, который также будет сокращать её подвижность. Кроме того, прооперированный ребёнок ещё долго будет опасаться делать артикуляционные упражнения для подъязычной связки, чтобы избежать некогда испытанных болевых ощущений.*
- *Короткая уздечка языка растягивается на необходимую длину с помощью специальных упражнений. Если она очень короткая на её растягивание может потребоваться достаточное количество времени.*

Правила постановки звуков при короткой уздечке

- *Звуки, требующие заметного подъёма кончика языка вверх (-р-, -ш-, -ж), ставятся после полного вытягивания у ребёнка подъязычной связки.*
- *Звуки (-л-, -ч-, -щ-, -ть-, -дь-) можно начинать ставить, когда уздечка ещё не до конца растянулась, но уже есть некоторый подъём вверх кончика языка.*
- *Нормативному произношению прочих звуков русского языка короткая уздечка не препятствует.*

Правила выполнения упражнений

- *При выполнении упражнений рот нужно открывать максимально широко, но в то же время так, чтобы ребёнок мог дотянуться кончиком языка до альвеол.*
- *Все движения должны выполняться медленно, на улыбке, близко к пределу возможного.*
- *Имейте в виду, что выполнение упражнений для ребёнка физически тяжело, язык может уставать, подъязычная связка может болеть – дайте ему отдых.*

Маляр



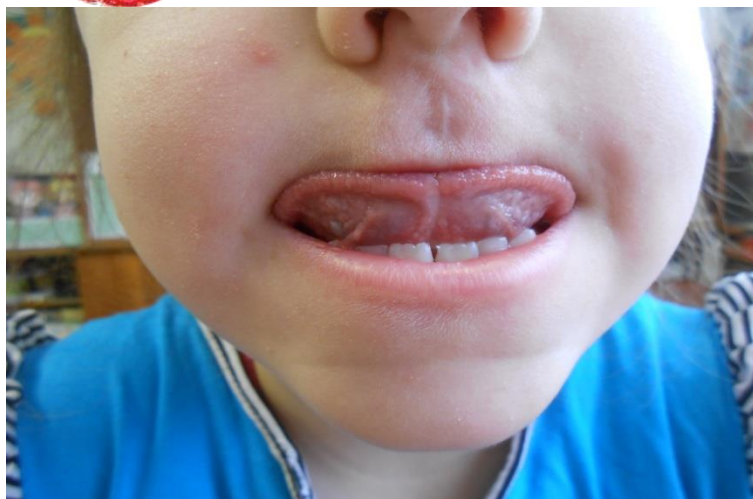
*Красить комнаты пора.
Пригласили маляра.
Челюсть ниже опускаем,
Маляру мы помогаем.*



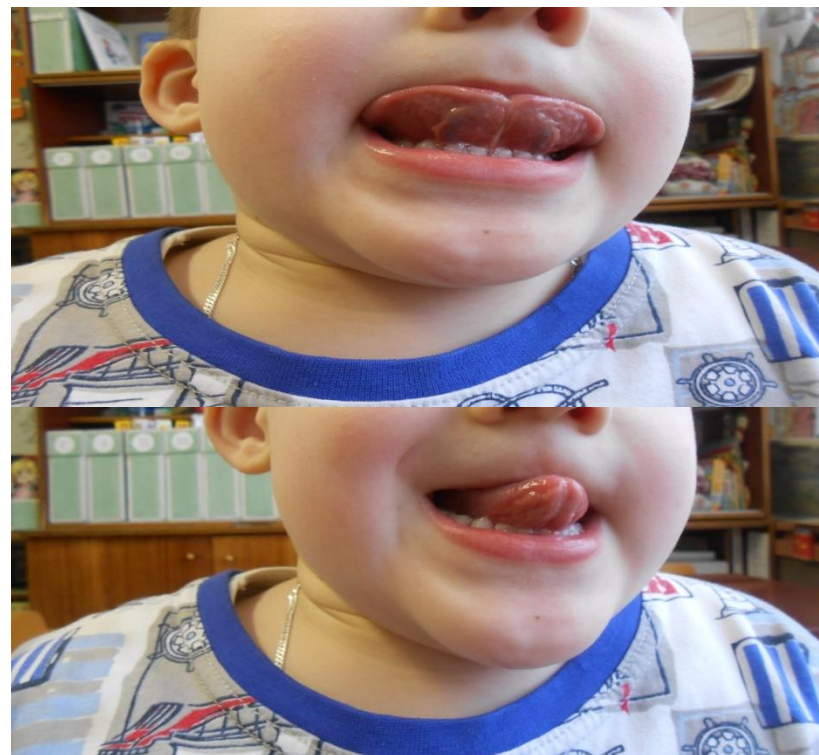
- *Улыбнуться, открыть рот.
Широким кончиком языка
погладить нёбо от зубов к горлу.
Нижняя челюсть не должна
двигаться.*



Вкусное варенье



***Как будто варенье лежит
на губе
Слижу его чашечкой в ротик
себе***



***Слегка приоткрыть рот, и
широким передним краем языка
облизать верхнюю губу, делая
движение языком сверху вниз, но не
из стороны в сторону.***

Лошадка



*Едем, едем на лошадке
По дорожке гладкой.
В гости нас звала соседка
Кушать пудинг сладкий.
Мы приехали к обеду,
А соседки дома нету.*

- *Улыбнуться, открыть рот.
Пощёлкать кончиком языка, как
цокают лошадки. Рот при этом
открыт, кончик языка не вытянут
и не заострён. Следить, чтобы он
не подворачивался внутрь, а
нижняя челюсть оставалась
неподвижной.*

Грибок



*Я стою на ножке тонкой,
Я стою на ножке гладкой,
Под коричневою шляпкой
С бархатной подкладкой.*

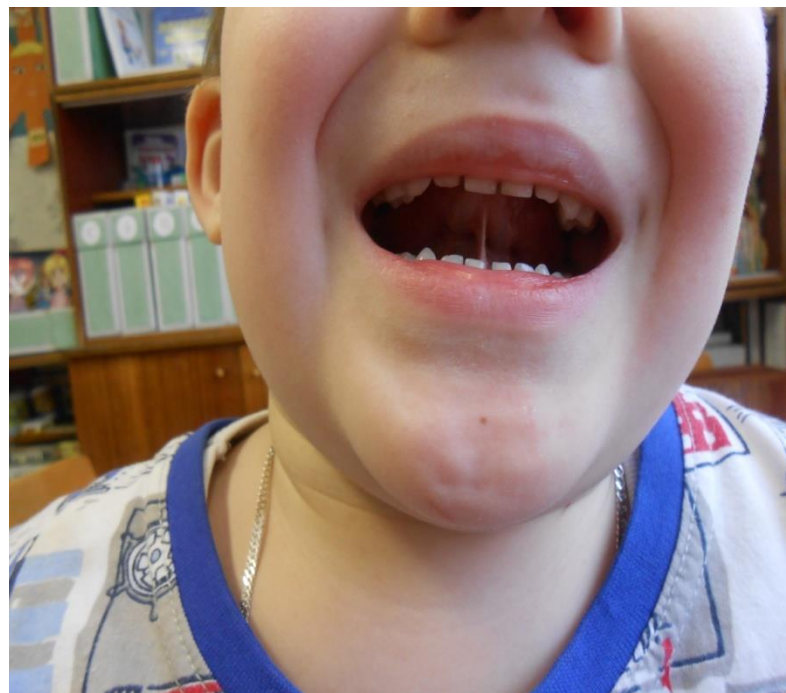


- *Улыбнуться, открыть рот.
Присосать широкий язык к нёбу. Это
шляпка гриба, а подъязычная связка –
ножка. Кончик языка не должен
подворачиваться, губы – в улыбке.
Если ребёнку не удаётся присосать
язык, то можно пощёлкать языком,
как в упражнении «Лошадка». В
пощёлкивании тренируется нужное
движение языка.*

Гармошка



*На гармошке я играю,
Рот пошире открываю,
К нёбу язычок прижму,
Ниже челюсть отведу.*



- *Положение языка как в упражнении «Грибок», губы в улыбке. Не отрывая языка, открывать и закрывать рот.*

Барабанищик



**Барабанищик очень занят,
Барабанищик барабанит,
«Д-д, д-д-д!»
В барабан мы сильно бьем
И все вместе мы поем:
«Д — д — д — д!»**

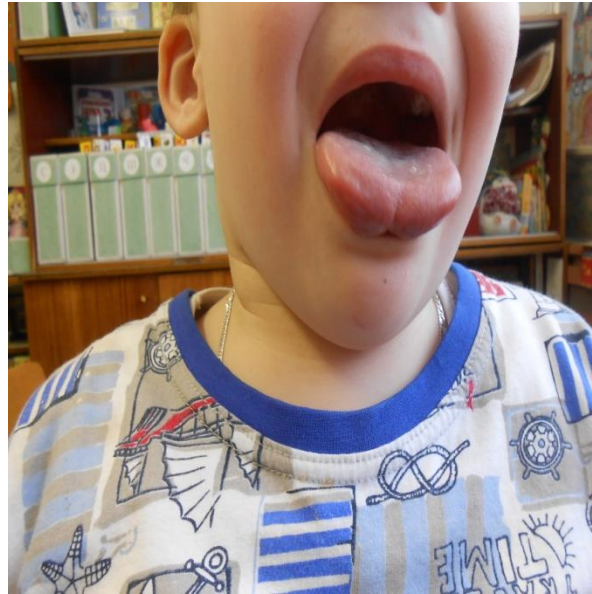


- **Улыбнуться, открыть рот. Многократно и отчетливо произносить звук Д – Д - Д. Язык при произнесении этого звука упирается в верхние зубы, рот не закрывать. Очень часто при выполнении этого упражнения ребенок закрывает рот. Чтобы этого не происходило, можно зажать зубами палочку шириной примерно 1 см или ручку детской зубной щетки.**

Качели

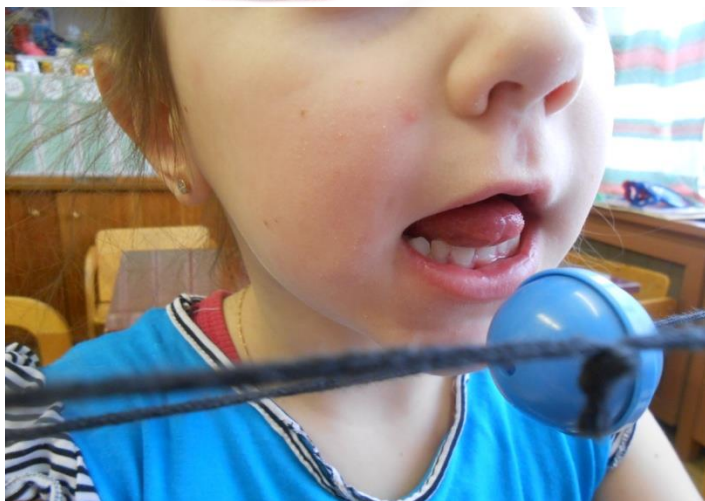


**На качелях я качаюсь
Вверх-вниз, вверх-вниз.
Я все выше поднимаюсь,
А потом — вниз.**

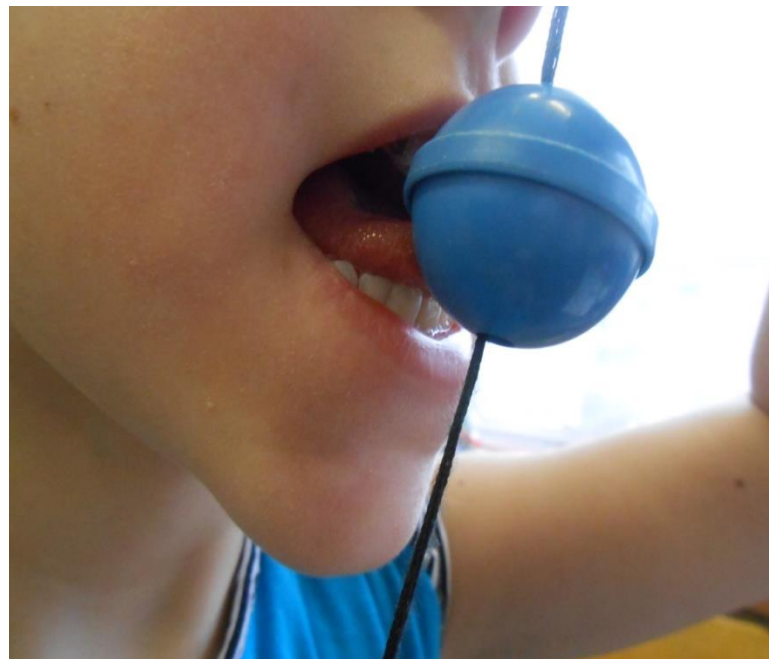


- **Улыбнуться, открыть рот.
На счет «раз-два» поочередно
упираться языком то в
верхние, то в нижние
зубы. Нижняя
челюсть при этом
неподвижна.**

Котенок



*Мы налили в миску
Молоко для киски.
Кошечка лакает –
Язычок мелькает.*



- *На блюдечко положить немного сгущёнки, сметаны, варенья..., и слизывать её язычком как котёнок. Можно лизать язычком мороженое, Чупа-чупс.*

Крот



Указательными и большими пальцами рук тянуть язык за кончик вниз.

Во дворе горка.

Указательными и большими пальцами рук тянуть язык за кончик вверх.

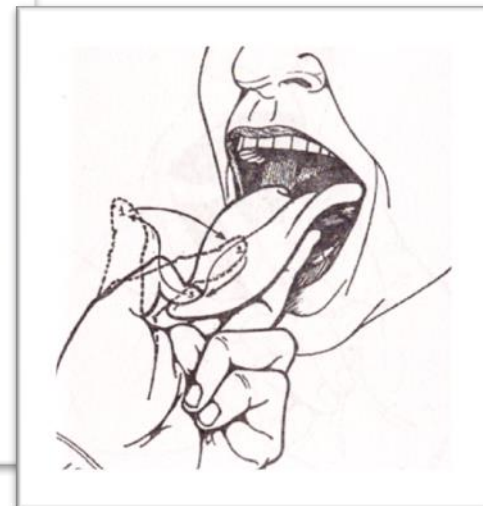
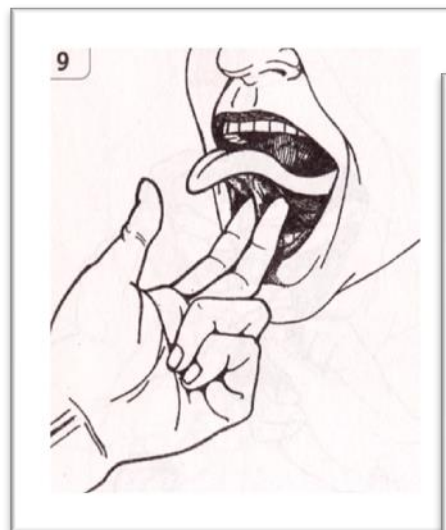
Под горкой норка.

Указательным пальцем с силой поглаживать снизу вверх подъязычную уздечку, растягивая её.

В этой норке.

Крот стережет норку.

Растягивание уздечки



- Наложив на язык стерильный платок (салфетку), поставить указательный и средний пальцы под язык, уздечка между пальцами, большим пальцем нажать на переднюю часть языка и выполнить подтягивающие движения языка наружу. Указательный и средний пальцы неподвижны.

Самомассаж



*Вот грибок на тонкой ножке –
Ты клади его в лукошко!*

*Выполнить упражнение «грибок».
Ребёнок сам перетирает уздечку
большим и указательным
пальцами руки.*



Массаж уздечки языка



- *Большим и указательным пальцами левой руки, взявшись за кончик языка, поднять его вверх. Рот при этом раскрыт. Указательным и большим пальцами правой руки растягивающим движением скользить по уздечке языка снизу вверх.*

Вывод:

- *Родителей, которые винят в первую очередь укорочение уздечки языка при проблемах кормления ребенка или проблемах с речью, больше не считают невротическими или обманывающими себя.*
- *Отрасли, связанные с младенцами, детьми и взрослыми, все чаще принимают тот факт, что сейчас нет места для политики «подождем и посмотрим», если уже было диагностировано укорочение уздечки языка. Раннее вмешательство является оптимальной формой лечения. Идеальный возраст для пластики уздечки языка – 5-9 лет.*

Литература:

- Краузе Е. Н. Логопедия. (Логопедические занятия с детьми раннего и младшего возраста) – СПб.: Корона принт, 2005 г.
- Новикова Е. В. Зондовый массаж: коррекция звукопроизношения – М. : «Издательство ГНОМ и Д», 2006 г.
- Архипова Е. Ф. Логопедический массаж при дизартрии. – М.: АСТ: Астрель; Владимир: ВКТ, 2008 г.
- Новиковская О. А. Речевая гимнастика. – М.: АСТ; СПб. Сова; Владимир: ВКТ, 2008 г.
- Дьякова Е. А. Логопедический массаж. – М.: Издательский центр «Академия», 2005 г.
- Полякова М. А. Самоучитель по логопедии. Универсальное руководство. – М.: Айрис-пресс, 2007 г.
- Косинова Е. М. Уроки логопеда - М.: ЭКСМО, 2003 г.
- <http://www.nazdor.ru/topics/medicine/western/current/471302/>