***МИОГИМНАСТИКА***

В логопедии в целях коррекции звукопроизношения применяется специальный комплекс упражнений – артикуляционная гимнастика. Но, по нашим наблюдениям, традиционный комплекс упражнений, используемых для устранения звукопроизносительных расстройств, малоэффективен для целенаправленного формирования или восстановления функции отдельных мышц, страдающих при патологиях прикуса.

Практика показывает, что необходимо включать в работу дополнительные упражнения определённой узкой направленности.

В логопедической работе по коррекции звукопроизношения у детей с патологиями строения органов артикуляции мы предлагаем использовать в сочетании с традиционной артикуляционной гимнастикой элементы миогимнастики, разработанной в ортодонтии в целях формирования и нормализации функции мышц челюстно-лицевой области в процессе коррекции деформаций зубочелюстной системы и ротовой полости.

Такой комплексный подход будет способствовать

• во-первых, более быстрому и устойчивому формированию артикуляционных навыков детей, имеющих звукопроизносительные расстройства, осложненные деформациями строения органов артикуляции;

• во-вторых, целенаправленной коррекции патологического развития функции жевательных и мимических мышц, наблюдающегося при аномалиях зубочелюстной системы и ротовой полости;

• в-третьих, при своевременной нормализации мышечных функций челюстно-лицевой области, ускоренному продвижению ортодонтического лечения.

Предлагается использовать следующие упражнения:

I. Развитие круговой мышцы рта.

1) Ребёнок смыкает губы и надувает щёки, после чего прижимает к щекам кулаки и медленно выдавливает воздух через сжатые губы (2 варианта выдоха – через центр губ и через углы губ).

2) При протрузии верхних фронтальных зубов ребёнок надувает воздух под верхнюю губу, при мезиальном прикусе – под нижнюю.

3) Накусывание верхней губы при дистальном прикусе и нижней губы при мезиальном прикусе.

4) Ребёнок вытягивает нижнюю губу и охватывает ею верхнюю губу, затем верхнею губой охватывает нижнюю.

5) Рекомендуется свистеть, дуть на легко перемещающийся предмет. Можно использовать игру «Попади в ворота» (ребёнок дует на лёгкий шарик, пытаясь загнать его в маленькие игрушечные ворота).

6) Упражнение на удерживание между губами полоски плотной бумаги или клеенки: ребёнок сжимает полоску губами в течение 3-5 мин во время выполнения домашних заданий или просмотра телевизора.

7) Ребёнок набирает в рот воды и удерживает её, не проглатывая и не разжимая губ.

8) Упражнения с сопротивлением.

- Ребёнок закладывает согнутые мизинцы в углы рта и слегка растягивает их, сжимая губы и следя за тем, чтобы они не выворачивались.

- Применение ватных валиков: небольшие ватные валики закладываются в области переходной складки преддверия полости рта по обе стороны от уздечки верхней губы. Ребёнок должен сомкнуть губы и произнести ряд фраз, содержащих звуки [п], [б], [м], для чего требуется смыкание губ.

- Использование пуговиц: две пуговицы диаметром 25-30 мм соединяют шнурком и располагают на расстоянии 15-18 см друг от друга. Одну пуговицу ребёнок захватывает губами, а другую берёт правой рукой и натягивает шнур.

II. Развитие мышц, регулирующих положение нижней челюсти.

1) При дистальном прикусе ребёнок медленно выдвигает нижнюю челюсть вперёд до тех пор, пока режущие края нижних резцов не установятся впереди верхних. В таком положении нижняя челюсть удерживается около 10 сек, затем медленно устанавливается в исходное положение. То же упражнение ребёнок выполняет с поворотом головы сначала вправо, а затем влево.

2) При мезиальном прикусе ребёнок открывает рот и медленно закрывает его, смещая нижнюю челюсть назад и устанавливает передние зубы в краевом смыкании. Такое положение удерживается в течение 4-8 сек. Облегчённый вариант выполнения упражнения – движение челюсти с запрокидыванием головы назад.

3) Упражнение для мышц, поднимающих нижнюю челюсть, - прикусывание палочки. На деревянную палочку надевают резиновую трубку, прокладывают её между боковыми зубами ребёнка и удерживают в таком положении. Ребёнок сжимает и разжимает зубы, постепенно перемещая палочку по зубному ряду.