



Как работать с детьми, у которых укороченная подъязычная связка

(уздечка) 😊

Важно: можно обойтись без операций!



ПОДЪЯЗЫЧНАЯ СВЯЗКА.

В норме длина уздечки составляет 1,5 см.

Если уздечка укорочена, движения языка ограничены. В итоге нарушается произношение звуков, требующих поднятие языка вверх ([ш], [ж], [р] и т.д.). На картинке наглядно видно, как выглядит укороченная уздечка.



ПОДРЕЗАТЬ ИЛИ НЕТ?



Даже если уздечка укорочена (менее 8 мм.), то лучше её растягивать, чем оперировать.



После операции на уздечке останется рубец, который также будет сокращать её подвижность.



Прооперированный ребёнок ещё долго будет опасаться делать артикуляционные упражнения для подъязычной связки, чтобы избежать болевых ощущений.



Короткая уздечка языка растягивается на необходимую длину с помощью специальных упражнений. На её растягивание может потребоваться достаточное количество времени (может быть, около трёх месяцев).



ПРАВИЛА ВЫПОЛНЕНИЯ УПРАЖНЕНИЙ.

(по М.А. Поляковой):



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 – давайте ему отдых.



АРТИКУЛЯЦИОННЫЕ УПРАЖНЕНИЯ ДЛЯ РАСТЯГИВАНИЯ УЗДЕЧКИ ЯЗЫКА.

(Е. М. Косинова, Е. Н. Краузе, О.А. Новиковская):



1 «МАЛЯР»

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

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

2 «ЛОШАДКА»

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.

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

3 «ГРИБОК»

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.

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

4 «ГАРМОШКА»

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

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

5 «БАРАБАН»

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 ребёнок закрывает рот. Чтобы этого не происходило, можно зажать зубами палочку шириной примерно 1 см или ручку детской зубной щетки прямоугольной формы (ручка не должна быть толстой, она должна быть прямой, как линейка).

В барабан мы сильно бьем
И все вместе мы поем:
«Д – д – д – д!»

