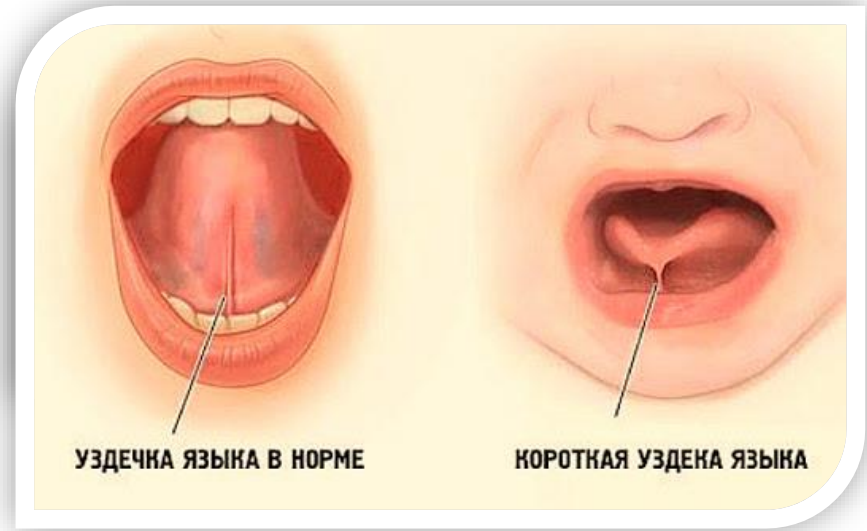
ЛОГОПЕДИЧЕСКАЯ ГАЗЕТА

Тема номера:

ПОДЪЯЗЫЧНЯЯ УЗДЕЧКА. Подрезать или нет?

В своей работе я часто сталкиваюсь с механической (органической) дислалией, при которой нарушено строение органов артикуляционного аппарата и, как следствие, страдает звукопроизношение. Одно из таких нарушений **укороченная подъязычная связка (уздечка).**



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.).

Обеспокоенные родители часто задают вопрос: **«Подрезать или нет?»**

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 (может быть, около трёх месяцев).

Правила выполнения упражнений:

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

Артикуляционные упражнения для растягивания уздечки языка

1.«Парус». .	*Описание. Улыбнуться, широко открыть рот, поставить язык за верхние зубы так, чтобы кончик языка крепко упирался в зубы. Удерживать 5-10 секунд.* .
2. Маляр	*Язык, как кисточка моя, и ею крашу нёбо я.* *Улыбнуться, открыть рот и «покрасить» кончиком языка твёрдое нёбо («потолочек»), делая движения языком вперёд-назад.*
3. «Лошадка» .	*Скачем, скачем на лошадке по дорожке ровной, гладкой.* *Описание. Улыбнуться, открыть рот и пощёлкать кончиком языка («лошадка цокает копытами»). Обратите внимание! Нижняя челюсть не двигается.*

4. «Грибок» 	*Широко открою рот* *Будто щёлкну я вот-вот.* *Присосу язык на нёбо,* *Челюсть вниз — и вся учёба.* ***Описание.*** *Улыбнуться, широко открыть рот, присосать язык к нёбу, чтобы подъязычная связка была натянута («ножка гриба»). Удерживать в таком положении 5-10 секунд.* ***Обратите внимание!*** *1. Если ребёнок затрудняется выполнить это упражнение, то необходимо вернуться к упражнению «Лошадка». Ребёнок щёлкает языком, постепенно замедляя темп («лошадка идёт медленно») и присасывает язык к нёбу.*
5.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 язык, открывать и закрывать рот.*
6. Барабан 	*В руки барабан возьмем и играть на нем начнем.* *Язычок наверх подняли, «Д-д-д-д» застучали..* *Описание. Улыбнуться, открыть рот и постучать кончиком языка за верхними зубами, звонко, отчётливо и многократно повторяя: «д-д-д». Темп убыстряется постепенно. Варианты: 1. Стучим кончиком языка за верхними зубами, произнося: «дын-дын-дын» («звоночек»). 2. Стучим и произносим: «т-д-т-д» («скачет лошадка»). 3. Многократно произносим: «а-д-д-д», «а-д-д-д», «а-д-д-д» («песенка»).* *Обратите внимание! 1. Рот открыт, губы растянуты в улыбке, нижняя челюсть неподвижна, работает только язык. 2. Звук «д» носит характер чёткого удара, не «хлюпает». 3. Звук «д» нужно произносить так, чтобы ощущалась выдыхаемая воздушная струя (дуем на кончик языка*

Если, при систематическом выполнении подъязычная уздечка не растягивается, необходимо проконсультироваться у специалистов.

С уважением учитель-логопед Карпова Елена Ивановна.