

Консультация для родителей

**Что такое прогнатия?**



**ПРОГНАТИЯ** (про- + греч. gnathos - верхняя челюсть) - нарушение прикуса при котором верхняя челюсть выступает вперед вследствие чрезмерного развития верхней челюсти, или наоборот, при недоразвитии нижней челюсти.

### Как исправить прогнатию?

Что конкретно делать, если у малыша прогнатия: абсолютно не «волевой» подбородок, нижняя челюсть «отползла» назад, а верхние зубки, как у кролика, выдаются вперед? Упражнения для губ и нижней челюсти – миогимнастика, проводится параллельно с дыхательной гимнастикой и ношением вестибулярной пластинки (с козырьком, направленным вниз). Естественно, во время миогимнастики пластинки во рту малыша быть не должно. Прodelываются упражнения 2-3 раза в день сначала 5 минут, затем - 10-15 минут, сидя перед зеркалом. Не берите для работы с ребенком сразу весь комплекс. Начните с одного-двух упражнений. Когда они будут хорошо получаться, осваивайте следующие, но не забывайте повторять предыдущие. И хорошо бы перед началом домашних самостоятельных занятий побывать у логопеда.

**1. Упражнение «Улыбка».** Губы естественно улыбаются, зубы сжаты «заборчиком», т.е. верхние зубы «стоят» на над соответствующими нижними. Передние зубы хорошо видны. Удерживать такое положение не менее 10 секунд (от занятия к занятию время удлиняется).

**2. Упражнение «Трубочка».** Зубы плотно сжаты. Вытянуть губы вперед трубочкой и удерживать в таком положении не менее 10 секунд (продолжительность постепенно увеличивается).

**3. Чередовать упражнения «Улыбка» - «Трубочка»** под счет «раз-два» не менее 10-15 раз. Зубы всё время сжаты! Не торопитесь! Фиксируйте то и другое положение губ.

**4. Упражнение «Рыбка».** Зубы крепко сжаты, губы вытянуты вперед (см. упр. «Трубочка»). Губы то раскрываются, то смыкаются (как это делает ротиком рыбка в аквариуме).

**5. Упражнение «Воронка».** Выдвинуть нижнюю челюсть вперед, рот приоткрыть, зубы разомкнуть. На счет «раз» губы вытянуть вперед «рупором», на счет «два» втянуть губы внутрь рта, подвернув их за зубы (нижняя челюсть по-прежнему выдвинута вперед!). Сделать не менее 10 повторов.

**6. Упражнение «Досада».** Покусать нижними передними зубами верхнюю губу не менее 10-15 раз. Зафиксировать это положение в течение 5-10 секунд. Нижняя челюсть максимально выдвинута вперёд.

**7. Упражнение «Литавры».** Губы слегка завернуты за зубы внутрь рта. Пошлепать ими одна о другую, издавая при этом характерный похлопывающий звук. Нижняя челюсть максимально выдвинута вперёд. Прodelать не менее 10 раз.

**8. Упражнение «Пофыркивающая лошадка».** Губы расслабить, пофыркать, как это делает лошадка. Нижнюю челюсть максимально выдвинуть вперёд. Прodelать не менее 10 раз.

**9. Упражнение «Засов».** Нижнюю челюсть максимально выдвинуть вперёд. Подвигать ею из стороны в сторону не менее 10-15 раз с максимальной амплитудой.

**10. Упражнение «Прятки».** а) «Спрятать» верхнюю губку, прикусив её нижними передними зубами. Видна только нижняя губа, она тянется вверх к носу. Удерживать в таком положении не менее 5 секунд (время выполнения упражнения от занятия к занятию увеличивается);

б) «Спрятать» верхнюю и нижнюю губы, втянув их в рот и слегка сжав передними зубами. Нижняя челюсть при этом максимально выдвинута вперёд. Удерживать в таком положении не менее 5 секунд (время выполнения упражнения от занятия к занятию увеличивается).

**11. Упражнение «Рубанок».** «Поскрести» нижними центральными резцами по верхней губе не менее 10-15 раз. Нижняя челюсть выдвигается вперёд и энергично «работает».