

Pozycja spoczynkowa języka

Oto kilka wskazówek dotyczących pozycji spoczynkowej języka, pionizacji i połykania.

Co to jest pozycja spoczynkowa języka?

Jest to ułożenie języka w odpowiedni sposób, gdy nie mówimy, nie jemy, nie połykamy.

Jaka jest prawidłowa pozycja języka?

Jest to pozycja wertykalno – horyzontalna.

Jak wygląda pozycja wertykalno – horyzontalna języka?



Pozycja wertykalno-horyzontalna to nic innego jak szerokie ułożenie języka, którego czubek znajduje się na górnym wałku dziąsłowym, tuż za zębami. Boki języka przyklejają się do wewnętrznej strony górnego łuku zębowego, dlatego w środowisku logopedycznym mówi się, że pozycja ta przypomina kobrę.

Pozycja wertykalno-horyzontalna języka





Przednia oraz środkowa część języka przylega do podniebienia, boki języka opierają się na wewnętrznych bokach łuku zębowego.

Jak wygląda pionizacja języka?

Wiele osób uważa, że wystarczy "postawić język na baczność" za górne zęby i pionizacja gotowa. Niestety... język powinien być szeroki, a nie wąski i spięty.



Nieprawidłowa pionizacja języka



Szeroka pionizacja języka

Prawidłowe połykanie

Poniższe zdjęcie przedstawia przytrzymywanie przez język płynu. Proszę zwrócić uwagę, że płyn nie ulewa się bokami, a wargi pozostają w swobodnym ułożeniu (nie próbują się zaciskać).

Poniżej przedstawione są zdjęcia języka przytrzymującego łyk wody. Dzięki przyssaniu języka do podniebienia woda jest transportowana ruchami języka w stronę gardła. Nieprawidłowe połykanie to takie, gdzie język spoczywa na dnie jamy ustnej. Dla przykładu, dzieje się tak, gdy dziecko ma przerośnięte migdały oraz tor oddechowy ustny.





Jak wygląda zassanie języka?

Ćwiczenie "Jedzie konik" jest doskonałym przykładem tego, w jaki sposób kłaskać. Co ważne żuchwa powinna być nieruchoma, pracuje sam język, który zasysany jest ku podniebieniu.



Pozycja wertykalno – horyzontalna jest niezbędna do prawidłowej realizacji głoski “R”. Bardzo często dziecko nie może ułożyć języka w tej pozycji, ponieważ sprawność języka jest niedostateczna, język ma wzmożone lub obniżone napięcie mięśniowe, bądź wędzidełko, które znajduje się pod językiem uniemożliwia precyzyję ruchów, ciągnąc język w dół.

★ Jak wygląda pozycja wertykalno-horyzontalna języka?

Przednia oraz środkowa część języka przylega do podniebienia, boki języka opierają się na wewnętrznych bokach łuku zębowego.

★ Jak wygląda pionizacja języka?

Język powinien być szeroki, a nie wąski i spięty.

★ Jak wygląda prawidłowe połykanie?

Dzięki przyssaniu języka do podniebienia woda jest transportowana ruchami języka w stronę gardła.

★ Jak wygląda zassanie języka?

Żuchwa powinna być nieruchoma, pracuje sam język, który zasysany jest ku podniebieniu.

Zródło :

Justyna Leśniak