

Министерство спорта Российской Федерации  
Министерство спорта Республики Саха (Якутия)  
Министерство образования и науки Республики Саха (Якутия)  
ФГБОУ ВО «Цурапчинский государственный институт физической культуры и спорта»

## **ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА, СПОРТ, НАУКА И ОБРАЗОВАНИЕ**

Материалы  
II всероссийской научной конференции  
(30 марта 2018 года)

Якутск, 2018

УДК 796:096  
ББК 75:74:58

Рекомендовано к изданию  
научно-методическим советом  
ЧГИФКиС

В сборнике представлены материалы II всероссийской научной конференции «Физическая культура, спорт, наука и образование». В трудах ученых обсуждается роль и значение физической культуры как социального феномена общества, актуальные вопросы детско-юношеского спорта и спорта высших достижений, проблемы адаптивной физической культуры и спорта инвалидов, психолого-педагогические и медико-биологические аспекты спортивной подготовки, представлены инновационные технологии и методики физического воспитания и спорта, а также вопросы спортивно-педагогического образования.

В сборник вошли 170 статей из 20 регионов Российской Федерации и 4 стран зарубежья.

Сборник адресован специалистам в области физической культуры и спорта, преподавателям вузов, студентам, тренерам и спортсменам, а также всем заинтересованным лицам.

Тексты статей представлены в авторской редакции. За качество и достоверность предоставленных материалов ответственность несут авторы.

Физическая культура, спорт, наука и образование: материалы II всероссийской научной конференции, 30 марта 2018 года / под ред. С.С. Гуляевой, А.Ф. Сыроватской. – Чурапча: ЧГИФКиС, 2018 – 606 с.

ISBN 978-5-9904619-6-3

УДК 796:096  
ББК 75:74:58

ООП ФГБОУ ВО «Чурапчинский государственный институт  
физической культуры и спорта», 2018

## ИЗУЧЕНИЕ РОЛИ МИОГИМНАСТИКИ ЧЕЛЮСТНО-ЛИЦЕВОЙ ОБЛАСТИ В ЗДОРОВЬЕ ДЕТЕЙ

Тристен К. С. , Ножка И. А. , Самусик А. И  
БГУ

Барановичи, Республика Беларусь

**Аннотация.** Аномалии зубочелюстной системы широко распространены у детей дошкольного и младшего школьного возраста. Неправильные положения зубов затрудняют процессы дыхания, пережевывания пищи, произношения звуков речи, что иногда вызывает комплекс неполноценности у детей. С целью профилактики их развития и коррекции имеющейся патологии рекомендуется в физическое воспитание детей включать специальные комплексы миогимнастики. Специалисты сферы физической культуры и родители должны владеть методиками профилактических и коррекционных мероприятий.

**Ключевые слова.** Миогимнастика, челюстно-лицевые аномалии, дети, физкультурные занятия, педагоги.

## STUDY OF THE ROLE OF ORAL AND MAXILLOFACIAL JOGIMATTI AREA IN CHILDREN'S HEALTH

Tristen K. S., Nozka I. A., Samusik A. I.  
BSU

Baranovichi, Republic of Belarus

**Annotation.** Anomalies of the dentoalveolar system are widespread in children of preschool and primary school age. Incorrect position of the teeth complicates the processes of breathing, chewing food, pronunciation of speech sounds, which sometimes causes inferiority complex in children. For the purpose of prevention of their development and correction of the available pathology it is recommended to include special complexes of myogymnastics in physical education of children. Specialists in the field of physical education and parents should have the techniques of preventive and remedial measures.

**Keyword.** The myogymnastics, maxillofacial abnormalities, children, physical education classes, teachers.

Практика и результаты исследований учёных-стоматологов свидетельствуют, что часто встречаются патологии зубочелюстной системы, однако гармоничная взаимосвязь её органов даёт возможности организму для адаптации, компенсации и реабилитации нарушенных функций. Население часто не замечает влияния поражённых кариесом зубов, аномалии их формы, деформации зубных рядов, аномалии прикуса на эстетику лица [2].

В детском возрасте при наличии сложных аномалий прикуса, а также вялого жевания, нарушения процесса откусывания пищи, глотания начинаются проблемы с пищеварением. Длительное нарушение пищеварения ведёт к заболеваниям желудочно-кишечного тракта, сопровождающиеся нарушением процесса всасывания в кишечнике из принятой пищи полезных, необходимых для нормального функционирования организма компонентов. Со временем наступает дефицит витаминов, белковая недостаточность, страдает обезвреживающая функция печени. Эти нарушения ведут к сбою в работе сердечно-сосудистой системы, мочевыделительной, нервной системы. С годами у детей при дефектах на лице появляются комплексы, к тому же проявляются затруднения при приёме

пищи, искажается произношение звуков и всё это сказывается на их характере. Аномалии зубочелюстной системы нередко являются препятствием при выборе профессии, затрудняют общение с противоположным полом. В 1986 году был предложен Дентальный эстетический индекс (Dental Aesthetic Index, DAI), отражающий качественно новый подход в оценке зубочелюстных аномалий, роль миогимнастики в здоровье детей [1].

Нарушения прикуса формируются уже на первом году жизни ребенка при неправильном положении бутылочки во время кормления, частом и длительном употреблении пустышки, при развитии вредной привычки сосать пальцы, кулачок, собственную губу или язык. Однако более неблагоприятно сказывается привычка у ребенка дышать ртом, когда струя воздуха с частотой дыхания бьёт в нёбо, которое ещё мало минерализовано и деформируется. Владеясь в полость носа, нёбо ещё больше затрудняет носовое дыхание, при этом мышцы околоротовой области ослабевают, формируется сужение челюстей. При вредной привычке подпирать щеку кулачком формируется перекрёстный прикус [3], сосание пальца, закусывание карандашей, игрушек или фломастеров ведёт к деформации зубных рядов [5].

У человека зубочелюстная система является частью эстетического облика, участвует в речевой деятельности, мимике, улыбке. В Республике Беларусь у населения широко распространены аномалии прикуса, формы зубных рядов, формы и положения отдельных зубов [7]. В Национальной программе профилактики кариеса зубов и тканей периодонта среди населения Республики Беларусь определены задачи и основные методы профилактики стоматологических заболеваний [4]. Безусловно, формирование культуры здоровья детей невозможно без их информирования о методах и средствах сохранения и укрепления здоровья. Важное место в вопросах формирования культуры здоровья принадлежит системе образования, однако невозможно его осуществить без участия органов образования, педагогики, психологии, информатики, медицины, физической культуры и спорта.

С целью выяснения осведомленности родителей о причинах развития аномалий зубочелюстной системы и методах профилактики их у дошкольников проведено анкетирование 58 родителей государственного учреждения дошкольного образования «Ясли-сад № 25 города Барановичи».

Анкета содержала вопросы о причинах развития зубочелюстных аномалий и мерах профилактики их в учреждениях дошкольного образования и в условиях семьи.

Выявлено, что 23,15% анкетированных родителей до 6-летнего возраста помогают детям при чистке зубов, 27,78% только контролируют качество очистки зубов детьми, 32,41% родителей с 4-летнего возраста их детей «доверяют» им самим ухаживать за полостью рта. В 6,48% семей дети медленно кушают, 5,63% родителей отметили, что у их детей имеется вредная привычка сосания пальцев. Спят с открытым ртом 2,78% детей, а грызут ногти – 1,85% детей в семьях анкетированных родителей. Анализ результатов исследования показал, что 41,67% родителей считают главной причиной аномалий зубочелюстной системы у их детей наследственную предрасположенность. Недооценивают роль неблагоприятных факторов – сосание пальцев (37,04% родителей), нарушения носового дыхания (38,9%) и ленивое жевание (18,52%). Недооценивают роль вредной привычки закусывать игрушку, карандаш половина анкетированных (52,5%) родителей, роли плотания с гримасой 37,04% родителей, преждевременного удаления временных зубов 37,96% родителей, 91,66% родителей не знают о влиянии положения головы во

время сна на формирование аномалии положения нижней челюсти. Никто из родителей не знает, что существуют доступные в домашних условиях методы профилактики аномалий зубочелюстной системы и коррекции нарушенных функций.

Нами неоднократно изучалась осведомленность родителей и сотрудников учреждений дошкольного образования о возможных факторах риска развития аномалий зубочелюстной системы у их детей. Мы используем потенциал занятий студентов факультета педагогики и психологии для повышения осведомленности родителей в этих вопросах. Персонал учреждений дошкольного образования более информирован в вопросах сохранения стоматологического здоровья.

При изучении темы «Профилактика стоматологических заболеваний» дисциплины «Основы медицинских знаний» уделяется внимание изучению факторов риска развития стоматологической патологии и методам формирования и сохранения стоматологического здоровья. На базе дошкольных учреждений проводится практическое занятие по отработке навыков обучения детей гигиене полости рта и миогимнастики для детей с факторами риска аномалий зубочелюстной системы. Для детей, которые длительное время дышали ртом и у них ослаблена круговая мышца рта, студенты проводят комплекс миогимнастики для нормализации носового дыхания [5]. Упражнения для тренировки физиологического дыхания обычно проводятся после любых игровых движений. Дети закрывают пальцем одну ноздрю и делают 5–10 вдохов-выдохов через свободную, потом закрывают вторую ноздрю и дышат свободной, затем 5–10 вдохов и выдохов делают через обе ноздри. Для укрепления круговой мышцы рта в течение полминуты при сомкнутых губах дети надувают щеки и, прижав кулаки к щекам, выдувают воздух через сжатые губы. Использовали следующее упражнение: в течение 2–3 минут попеременно 4–8 раз дети то вытягивают губы как при свисте, то растягивают их в широкую улыбку. Для тренировки круговой мышцы рта рекомендуется использовать ватные шарики, сдувая их с ладони или со стола. Для тренировки мышц языка дети волют языком по нёбу, имитируя движения кисти при окрашивании потолка маляром. Также эффективно упражнение – произносить звук «д-д-д», имитируя звук отбойного молотка, цокать языком, выполняя упражнение «всадники». Эти упражнения можно выполнять на прогулках, во время физкультурных или музыкальных занятий. Рекомендуемые комплексы миогимнастики проводятся на физкультурных занятиях в форме игры в соответствии с возрастом детей [6].

Выявленная недостаточная осведомленность родителей о факторах риска развития аномалий зубочелюстной системы, технике миогимнастики у детей обязывает психологов, педагогов УДО и школ увеличить объём просвещения на темы сохранения здоровья. Проблема может быть решена через повышение осведомленности педагогов, родителей в этих вопросах и через включение в физкультурные занятия с детьми элементов и комплексов миогимнастики.

#### Литература:

1. Леус П.А. Практическая реализация основных целей «Европейской платформы общественного стоматологического здоровья» // Стоматологический журнал. 2014. N 1. С. 16–20.
2. Терехова Т.Н. Формирование здоровьесберегающего пространства в дошкольном образовательном учреждении с помощью стоматологических проектов // Стоматологический журнал. 2012. N 1. С.22–26.

3. Тристенъ К.С. Методика формирования стоматологического здоровья у ребенка в дошкольном учреждении // Здаровы лад жышпя. 2005. N 4. С. 28 – 31.
4. Тристенъ К.С. Педагогу о болезнях зубов у детей: учеб.- метод. пособие. Барановичи: РИО БарГУ, 2007. 104 с.
5. Тристенъ К.С. Педагогу о стоматологических заболеваниях у детей: монография. Барановичи: РИО БарГУ, 2009. 280 с.
6. Тристенъ К.С. Изучение осведомленности родителей о роли функции дыхания в сохранении стоматологического здоровья дошкольников: Актуальные проблемы физического воспитания, спорта и туризма: материалы III Межд. науч.-практ. конференции, г. Мозырь, 13–15 октября 2010 г. УО МГПУ им. И.П.Шамякина; редкол.: В.В.Валетов (пред.) [и др.]. Мозырь, 2010. С. 80–83.
7. Тристенъ К.С. Профилактика заболеваний органов и систем организма: монография / Барановичи: РИО БарГУ, 2014 301 с.