**Занятие 3.**

**Тема: «Миогимнастика как метод профилактики ЗЧАД».**

**Задание1.**

Дайте определение понятиям:

**Миогимнастика в ортодонтии – ---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------Миотерапия в ортодонтии – ---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------**

**Задание 2.**

1.Перечислите основные правила проведения миогимнастики:

1. **----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------**
2. **---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------**
3. **--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------**
4. **--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------**
5. **-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------**

2.Кто предложил миогимнастику, как метод лечения в ортодонтии, и в каком году?

 ------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

**Задание 3.**

1.Для тренировки каких мышц и какого вида окклюзии выполняются миогимнастические упражнения на рисунке А:

А -------------------------------------------------------------------------------------------------

 ---------------------------------------------------------------------------------------------------

 2. Для тренировки каких мышц и какого вида окклюзии выполняются миогимнастические упражнения на рисунке Б:

 Б ---------------------------------------------------------------------------------------

 -------------------------------------------------------------------------------------------------

 3. Для тренировки какой мышцы выполняют эти упражнения на рисунке В:

 В -------------------------------------------------------------------------------------------

 ---------------------------------------------------------------------------------------------------

** А  Б В**

**Задание 4.**

Заполните таблицу.

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Вид окклюзии**  | **Мышцы для тренировки** | **Упражнения для тренировки мышц (1-2 примера)** |
| Дистальная окклюзия |  |  |
| Мезиальная окклюзия |  |  |
| Резцовая дизокклюзия |  |  |
| Глубокая окклюзия |  |  |
| Перекрёстная окклюзия |  |  |

**Задание 5.**

Заполните таблицу.

|  |  |
| --- | --- |
| **Возраст и окклюзия** | **Цель назначения миогимнастических упражнений** |
| Временный и начальный период сменного прикуса |  |
| В конечном периоде сменного и начальном периоде постоянного прикуса |  |

**Задание 6.**

Заполните таблицу.

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Упражнения, сопутствующие ортодонтической гимнастике** | **Чему способствуют** | **Приведите примеры (1-2 примера упражнений)** |
| Дыхательные |  |  |
| Корригирующие |  |  |
|  Массаж |  |  |

**Задание 7.**

Укажите, соответствуют ли правый и левый столбцы друг другу (проведите стрелки соответствия).

|  |  |
| --- | --- |
| **Физиологический механизм лечебной физкультуры в ортодонтии** |  **Чему способствует** |
| *Механизм тонизирующего влияния* | Применение специальных и обще развивающих упражнений способствует уравновешиванию процессов возбуждения и торможения. |
| *Механизм трофического действия* | Данный механизм проявляется в развитии временных или постоянных замещений нарушенных функций под воздействием физических упражнений |
| *Механизм формирования компенсаций* |  Физические упражнения в данном случае активизируют обменные процессы, ускоряют процессы регенерации. |
| *Механизм нормализации функции* | Правильно подобранные и точно дозированные физические упражнения позволяют нормализовать деятельность основных систем организма, создают условия для их оптимального функционирования. |

**Задание 8.**

**Виды активных упражнений в миогимнастике:**

****

1. К какому виду активных упражнений относится это утверждение?

 *Во время выполнения упражнения мышцы находятся в состоянии повышенного тонуса без чередования периодов сокращения и расслабления.*

 *---------------------------------------------------------------------------------------------------*

1. Допишите утверждение, относящееся к другому виду активных упражнений:

*Во время выполнения упражнения* ------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------- ------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

**Задание 9.**

1. Назовите мышцу, обозначенную синими стрелками (по-латыни) на рисунке В:

-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

1. Сколько частей имеет эта мышца? Назовите их по- латыни:

------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

1. Перечислите функции, которые выполняет эта мышца:

--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

1. Какая часть этой мышцы выдвигает нижнюю челюсть вперёд (вместе с другими мышцами)?

----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

**В**

**Задание 10.**

1. Рассмотрите фото Г.
2. Тренировка какой мышцы изображена на фото Г? Назовите её по-латыни.

--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

 -------------------------------------------------------------------------------------------

1. Как называется это упражнение? Опишите его.

----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------



**Г**