**Артикуляционная гимнастика с элементами биоэнергопластики**

Артикуляционная гимнастика – это совокупность специальных упражнений, направленных на укрепление мышц артикуляционного аппарата, развитие силы, подвижности и дифференцированности движений органов, участвующих в речевом процессе. Помимо традиционного использования артикуляционную гимнастики возможно включать в работу метод бионергопластики.

Бионергопластика включает в себя три базовых понятия: био — человек как биологический объект; энергия — сила, необходимая для выполнения определенных действий; пластика — связанное пластичностью движение, которое характеризуется непрерывностью, энергетической наполненностью, эмоциональной выразительностью. Для четкой артикуляции нужны сильные, упругие и подвижные органы речи язык, губы, небо. Артикуляция связана с работой многочисленных мышц, в том числе: жевательных, глотательных, мимических.

Использование данного метода ускорит исправление дефектных звуков у детей со сниженными и нарушенными кинестетическими ощущениями, так как работающая ладонь многократно усиливает импульсы, идущие к коре головного мозга от языка. Выполнение артикуляционных упражнений и ритмических движений кистью и пальцами индуктивно приведет к возбуждению в речевых центрах головного мозга и резкому усилению согласованной деятельности речевых зон, что, в конечном итоге, будет способствовать улучшению артикуляционной моторики, а значит и улучшению звукопроизношения.

Применение артикуляционной гимнастики с биоэнергопластикой будет способствовать увеличению интереса детей к выполнению упражнений, что значительно улучшит эффективность гимнастики, будет способствовать развитию артикуляционной, пальчиковой моторики, совершенствованию координации движений, развитию памяти, внимания, мышления. Одновременное выполнение элементов гимнастики руками и языком требует от ребенка максимальной концентрации зрительного и слухового внимания, сформированной пространственной ориентировки, точных движений пальцами и кистями рук совместно с движениями языка или губ. Поэтому необходимо привлечь внимание ребенка к ощущениям, которые возникают от движений мышц пальцев, языка и губ, научить управлять этими движениями.

**Цель:** развивать координацию артикуляционного аппарата и мелкой моторики пальцев рук; активизировать память, произвольное внимание, межполушарные взаимосвязи; формировать умение действовать по словесным инструкциям.

 **Задачи:**

1. Развивать и совершенствовать артикуляционную и тонкую моторику;
2. Ставить и автоматизировать звуки;
3. Развивать и совершенствовать фонематические процессы;
4. Повышать мотивационную готовность детей;
5. Поддерживать положительный эмоциональный настрой детей на протяжении всего занятия.

Первоначально дети знакомятся с упражнениями для губ, языка или челюсти по классической методике, перед зеркалом. Рука ребёнка в упражнение не "участвует". При этом учитель-логопед, демонстрирующий упражнение, сопровождает показ движением кисти одной руки (ведущей руки). Затем подключается вторая рука.

Таким образом, ребенок выполняет артикуляционные **упражнения** и одновременно движениями обеих рук имитирует, повторяет движения артикуляционного аппарата.

Артикуляционную гимнастику с биоэнергопластикой необходимо выполнять ежедневно, чтобы вырабатываемые у детей навыки закреплялись более эффективно. При этом важным аспектом является ритмичность и чёткость выполнения упражнений. С этой целью применяются счет, музыка, стихотворные строки.

**Правила биоэнергопластики:**

1. Лучше выполнять упражнения 3-­4 раза в день по 3-­5 минут. Не следует предлагать детям более 2-3 упражнений за один раз.

2. Каждое упражнение выполняется по 5-­7 раз.

3. Статические упражнения выполняются по 10-­15 секунд (удержание артикуляционной позы в одном положении).

4. Проводить их лучше эмоционально, в игровой форме.

5. Артикуляционную гимнастику с биоэнергопластикой выполняют сидя, так как в таком положении у ребенка прямая спина, тело не напряжено, руки и ноги находятся в спокойном положении.

6. Ребенок должен хорошо видеть лицо взрослого, а также свое лицо, чтобы самостоятельно контролировать правильность выполнения упражнений. Поэтому ребенок и взрослый во время проведения артикуляционной гимнастики должны находиться перед настенным зеркалом.

**Ожидаемый результат:**

Применение артикуляционной гимнастики с биоэнергопластикой будет способствовать развитию артикуляционной, мелкой моторики, совершенствованию координаций движений, развитию высших психических функций.

**Упражнения для развития артикуляционного аппарата:**

|  |
| --- |
| **I. Упражнения для нижней челюсти**Все упражнения повторяются 4-6 раз. |
| 1. **«Окошко» -**широко раскрыть рот и подержать его открытым несколько секунд. Затем закрыть. | https://urok.1sept.ru/%D1%81%D1%82%D0%B0%D1%82%D1%8C%D0%B8/678474/1.gifЛадонь находится на весу, смотрит на стол. Пальцы прижаты друг другу. В момент открытия рта, большой палец двигается вниз. В момент закрытия рта – исходное положение руки. |
| 2. Жевательные движения с сомкнутыми губами. | Переборы пальцев рук («Волна» из пальцев рук). |
| 3. Легкое постукивание зубами, зубы разомкнуты. | Пальцы правой ладони сомкнуты. Пальцы левой ладони полусогнуты и постукивают по правой ладони (и наоборот). |
| 4. **"Заборчик**" - верхняя челюсть "стоит" на нижней; губы в улыбке. | Ладонь правой руки лежит ребром на столе, ладонью на себя. Пальцы сомкнуты. Ладонь выдвигается вперёд в момент выдвижения челюсти (и наоборот). |
| **II. Упражнения для губ** |
| 1**."Улыбка" - "Трубочка".**Растягивание разомкнуты губ (зубы сжаты) – вытягивание губ вперёд. | https://urok.1sept.ru/%D1%81%D1%82%D0%B0%D1%82%D1%8C%D0%B8/678474/2.gifРазведение пальцев в стороны (открытая ладонь с растопыренными пальцами)– "улыбка". Сведение пальцев – "трубочка".  |
| 2. Втягивание губ внутрь рта с плотны прижиманием их зубами. | Прогибать ладонь одной руки кулаком другой с преодолением сопротивления. Затем положение рук меняется. |
| 3. Нижние зубы касаются верхней губы и легко почесывают ее, затем тоже движение делают верхние зубы, касаясь нижней губы. | https://urok.1sept.ru/%D1%81%D1%82%D0%B0%D1%82%D1%8C%D0%B8/678474/3.gifКисть руки неподвижна.Ладонь вверх – двигаются только пальцы.Ладонь вниз – двигаются только пальцы. |
| **III. Упражнения для языка (рот широко раскрыт, нижняя челюсть неподвижна)** |
| *1.****"Болтушка"****- движения языка взад-вперед.* | https://urok.1sept.ru/%D1%81%D1%82%D0%B0%D1%82%D1%8C%D0%B8/678474/4.gifЛадонь с разомкнутыми пальцами. Пальцы колеблются взад – вперед. |
| *2.****"Часики"*-***движения языком вправо-влево.* | https://urok.1sept.ru/%D1%81%D1%82%D0%B0%D1%82%D1%8C%D0%B8/678474/5.gifВсе пальцы, кроме указательного пальца, собраны в кулак. Указательный палец выставлен вверх. Имитируется движения маятника часов – кисть руки с выставленным пальцем качается вправо – влево. |
| *3.****"Качели"****- движения языком вверх-вниз.* | https://urok.1sept.ru/%D1%81%D1%82%D0%B0%D1%82%D1%8C%D0%B8/678474/6.gifЛадонь с сомкнутыми пальцами, тыльной стороной смотрят вниз – "качели" вниз; ладонь поднимается – 'качели" вверх. |
| *4.****«Чистим зубки»***-*круговые движения языком под губой в одну и другую стороны.* | https://urok.1sept.ru/%D1%81%D1%82%D0%B0%D1%82%D1%8C%D0%B8/678474/5.gifКруговые движения указательным пальцем руки, остальные пальцы в кулаке.  |
| *5.****"Лошадки****" - щелканье языком.* | Кисть руки на столе. Приподнимание и опускание пальцев. |
| *6.****"Лопатка"****- широкий мягкий расслабленный язык лежит на нижней губе.* | https://urok.1sept.ru/%D1%81%D1%82%D0%B0%D1%82%D1%8C%D0%B8/678474/7.gifВсе пальцы собраны в кулак. В момент показывания «Лопатки» похлопывать кистью руки по столу. |
| *7. "****Иголочка"****- узкий напряженный язык высунут вперед.* | Все пальцы, кроме указательного пальца, собраны в кулак. Указательный палец выставляется вперед в момент высовывания "иголочки". "Иголочка" убирается - указательный палец убирается в кулак. |
| *8. "****Желобок"****- высунуть широкий язык боковые края загнуты вверх, втянуть в себя щеки и воздух.* | Скрестить указательный и средний палец руки.  |
| *9. "****Грибок"****- широкий плоский язык присасывается к твердому небу, боковые края прижаты к коренным зубам, уздечка натянута.* | Надавливания подушечками пальцев на поверхность стола в момент натягивания уздечки. |
| *10.****"Чашечка"****- широкий язык в форме "чашечки" поднят кверху, края языка прижаты к верхней губе.* | Ладонь руки в форме "чашечки". "Чашечка" смотрит вверх (рот открыт), язык высунуть изо рта в форме "чашечки". "Чашечки" из рук смотрят вниз – рот закрыть. |
| *11.****"Киска сердится"****- выгибание вверх и продвижение вперед спинки языка, кончик языка при этом прижимается к нижним зубам.* | Поглаживание с надавливанием четырьмя пальцами одной руки по столу.  |
| *12.****"Накажем непослушный язык****" - покусывать широкий кончик языка. Произносим ПЯ-ПЯ-ПЯ.* | Постукивание подушечками пальцев по столу. |

**Использованные источники и литература**

1. Бушлякова Р.Г., Вакуленко Л.С. Артикуляционная гимнастика с биоэнергопластикой. Конспекты индивидуальных занятий по коррекции нарушений произношения свистящих, шипящих и сонорных звуков с включением специальных движений кистей и пальцев рук на каждое артикуляционное упражнение. М.: «Издательство Детство-Пресс», 2011.
2. Дудьев В.П. Средства развития тонкой моторики рук у детей с нарушением речи. //Дефектология. 1999. N4.
3. Новоторцева Н.В. Развитие речи детей. Ярославль, 1999.
4. Савина Л.П. Пальчиковая гимнастика для развития речи дошкольников. М.: АСТ, 1999.
5. http://logoped18.ru/logopedist/bioenergoplastika-na-logopedicheskikh-zanyatiyakh.php - Биоэнергопластика на логопедических занятиях с дошкольниками.
6. <http://www.maam.ru/detskijsad/ispolzovanie-metoda-bioyenergoplastiki-v-rabote-logopeda-iz-opyta-raboty.html> Использование метода биоэнергопластики в работе логопеда.