**"Артикуляционная гимнастика с биоэнергопластикой"**

К сожалению, ежедневные занятия артикуляционной гимнастикой снижают интерес детей к этому процессу, что приводит к уменьшению эффективности от выполнения артикуляционных упражнений. Отсюда вытекает проблема: традиционные методы устранения проблем в звукопроизношении не имеют эффективной коррекционной направленности. Для улучшения результата работы над артикуляцией я решила использовать необычный и нестандартный метод – биоэнергопластика.

Такая гимнастика помогает длительно удерживать интерес ребёнка, помогает повысить мотивационную готовность детей к занятию, поддерживает положительный эмоциональный настрой детей и педагога.

Важным условием для начала успешного школьного обучения ребёнка является хорошо сформированная устная речь. Современный ребёнок перед поступлением в школу должен уметь правильно произносить звуки, иметь развитый фонематический слух, знать буквы, читать слоги, иметь богатый словарный запас, строить развёрнутые, связные, грамматически верно оформленные высказывания.

Формирование правильной речи, а в частности правильного звукопроизношения у детей – это сложный процесс, на протяжении которого ребенок учится: управлять своими органами речи, воспринимать обращенную к нему речь, осуществлять контроль за речью окружающих и собственною речью.

Правильное произнесение звуков обеспечивается благодаря хорошей подвижности органов артикуляции. Для формирования необходимых и полноценных артикуляционных укладов используется артикуляционная гимнастика. Ежедневное выполнение гимнастики укрепляет мышцы речевого аппарата, при этом движения органов артикуляции становятся точными, сильными, уверенными, что в свою очередь помогает длительному удерживанию артикуляционных поз и правильному звукопроизношению.

Применение артикуляционной гимнастики с биоэнергопластикой будут способствовать привлечению интереса детей к выполнению упражнений, что значительно увеличивает эффективность гимнастики, будут способствовать развитию артикуляционной, пальчиковой моторики, совершенствованию координаций движений, развитию памяти, внимания, мышления.

В работе с детьми артикуляционную гимнастику с элементами биоэнергопластики предложили использовать А. В. Ястребова и О. Л. Лазаренко. Согласно разработанной ими системе, гимнастика является средством формирования речемыслительной деятельности и культуры устной речи детей шестилетнего возраста.

В литературе последних лет описаны приемы развития мелкой моторики у детей (с задержкой речевого развития – Жукова Н. С., Мастюкова Е. М., Филичева Т. Б., с заиканием – Белякова Л. И., Рычкова Н. А., с дизартией – Лопатина Л. В., Серебрякова Н. В.).

Все авторы отмечают взаимозависимость речевой и моторной деятельности, стимулирующую роль тренировки тонких движений пальцев рук.

Биоэнергопластика включает в себя три базовых понятия: *«био»* — человек как биологический объект; *«энергия»* — сила, необходимая для выполнения определенных действий; *«пластика»* — плавные движения тела, рук, которые характеризуется непрерывностью, энергетической наполненностью, эмоциональной выразительностью.

Биоэнергопластика - это сочетание плавных движений кистей рук с движениями органов артикуляционного аппарата.

Принцип биоэнергопластики - сопряжённая работа пальцев и кистей рук и артикуляционного аппарата, движения рук имитируют движения речевого аппарата. Комплекс упражнений, согласно принципу биоэнергопластики, способствует развитию подвижности артикуляционного аппарата, что, в свою очередь, оказывает влияние на точность в усвоении артикуляционных укладов.

Выполнение артикуляционной гимнастики одновременно с движениями кистей рук приводит к возбуждению в речевых центрах головного мозга и резкому усилению согласованной деятельности речевых зон, что положительно влияет на развитие всей речевой системы.

Использование биоэнергопластики существенно ускоряет исправление неправильно произносимых звуков у детей, так как работающая ладонь во много раз усиливает импульсы, идущие к коре головного мозга от языка.

Биоэнергопластика синхронизирует работу полушарий головного мозга, тем самым, улучшая внимание, память, мышление, речь.

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. Так же 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.

Выполнение элементов гимнастики руками и языком требует от ребёнка максимальной концентрации зрительного и слухового внимания, сформированной пространственной ориентировки, точных движений пальцами и кистями рук совместно с движениями языка или губ. Сильная мотивация, применение игрового метода на занятиях развивают и укрепляют мышцы артикуляционного аппарата, что значительно облегчит постановку и введение звуков в речь.

В результате проделанной работы родители активно включатся в коррекционно-развивающий процесс по устранению речевых недостатков детей в домашних условиях, будут самостоятельно использовать полученные знания и материалы. Повышается педагогическая компетентность родителей в вопросах речевого развития ребенка.

Во время диагностики дети показывают ряд неврологических особенностей. Они неуклюжи, нескоординированы, плохо ориентируются в пространстве и в схеме собственного тела. При увеличении динамической нагрузки падает качество движений, распадаются позы. Многим недоступно выполнение артикуляционных проб: ребята ошибаются, быстро утомляются, движения становятся неточными, нарушаются ритм, темп, плавность. Чем сложнее задание для языка и челюсти, тем активнее включаются в движения пальчики, появляются гиперкинезы (насильственные движения) кистей рук. С психологической точки зрения у детей отмечается эмоционально-волевая незрелость, нарушения памяти, внимания, познавательной активности, коммуникативные трудности.

Работа с детьми может быть:

* проведение индивидуальных и подгрупповых занятий - выполнение артикуляционной гимнастики с биоэнергопластикой:
* упражнения для губ, челюсти и языка с использованием ведущей руки ребенка;
* упражнения для языка с использованием другой руки ребенка;
* артикуляционные упражнения с использованием обеих рук ребенка.

Подача упражнений на этом этапе имеет свои особенности: доступность материала; восприятие материала ребенком; наглядность; образность; поэтапное выполнение действий и упражнений; строгая дозировка материала; качество выполнения действий, а не их количество; ритм; запоминание текстовок (согласно индивидуальным возможностям).

* придумывание сказок о Веселом Язычке;
* рисование иллюстраций к сказке о Веселом Язычке;
* оформление альбома «Артикуляционная гимнастика в картинках»;
* оригами «Лягушки», «Шапка для маляра»

Работа с родителями:

* консультация «Артикуляционная гимнастика с биоэнергопластикой, как одна из инновационных технологий в логопедии»,
* изготовление буклета «Использование метода биоэнергопластики в логопедической работе с детьми»;
* сочинение артикуляционных историй; придумывание сказок о Веселом Язычке;
* приглашение на индивидуальные занятия.

Работа с педагогами и воспитателями:

‒ семинар – практикум для педагогов Артикуляционная гимнастика с элементами биоэнегропластики».

Анализ проделанной работы показал, что применение артикуляционной гимнастики с биоэнергопластикой способствует привлечению интереса детей к выполнению упражнений, что значительно увеличивает эффективность гимнастики, способствует развитию артикуляционной моторики, совершенствованию координации движений, развитию памяти, внимания, мышления. Это позволяет сделать вывод о целесообразности применения данной методики в логопедическом работе и привлечь воспитателей  и родителей к работе по применению данного метода в работе с детьми.

Ведущая роль в работе по исправлению дефектов речи принадлежит логопеду. Но только занятий с логопедом недостаточно для выработки прочных навыков правильного звукопроизношения, необходимы дополнительные упражнения – с родителями, воспитателями группы детского сада. Поэтому для достижения положительных результатов в коррекционной деятельности не только детям, но и воспитателям и родителям, необходимо иметь представление о строении речевого аппарата, о назначении каждого его органа, о необходимости сохранять органы речи здоровыми, уметь правильно выполнять упражнения артикуляционной гимнастики. Воспитателей общеобразовательных групп так же необходимо просвещать в коррекционно-логопедическом направлении с целью профилактики речевых нарушений воспитанников.

*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.

*Упражнения для развития подвижности*

*артикуляционного аппарата*

|  |
| --- |
| I. Упражнения для нижней челюстиВсе упражнения повторяются 4-6 раз. |
| 1. «Окошко» - широко раскрыть рот и подержать его открытым несколько секунд. Затем закрыть. | https://nsportal.ru/sites/default/files/docpreview_image/2021/06/06/proekt_artikulyatsiya_bioenergoplastika.docx_image1.jpgЛадонь 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://nsportal.ru/sites/default/files/docpreview_image/2021/06/06/proekt_artikulyatsiya_bioenergoplastika.docx_image3.jpgРазведение пальцев в стороны (открытая ладонь с растопыренными пальцами)– "улыбка". Сведение пальцев – "трубочка".  |
| 2. Втягивание губ внутрь рта сплотны 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://nsportal.ru/sites/default/files/docpreview_image/2021/06/06/proekt_artikulyatsiya_bioenergoplastika.docx_image2.jpgКисть 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://nsportal.ru/sites/default/files/docpreview_image/2021/06/06/proekt_artikulyatsiya_bioenergoplastika.docx_image5.jpgЛадонь с разомкнутыми пальцами. Пальцы колеблются взад – вперед. |
| *2. "Часики"*- *движения языком вправо-влево.* | https://nsportal.ru/sites/default/files/docpreview_image/2021/06/06/proekt_artikulyatsiya_bioenergoplastika.docx_image4.jpgВсе 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://nsportal.ru/sites/default/files/docpreview_image/2021/06/06/proekt_artikulyatsiya_bioenergoplastika.docx_image6.jpgЛадонь 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://nsportal.ru/sites/default/files/docpreview_image/2021/06/06/proekt_artikulyatsiya_bioenergoplastika.docx_image4.jpgКруговые 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://nsportal.ru/sites/default/files/docpreview_image/2021/06/06/proekt_artikulyatsiya_bioenergoplastika.docx_image7.jpgВсе 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. |

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.