

## Проект "Артикуляционная гимнастика с элементами биоэнергопластики"

Артикуляционная гимнастика способствует развитию и укреплению речевых мышц, что в свою очередь помогает длительному удерживанию артикуляционных поз и правильному звукопроизношению. Однако, ежедневное выполнение гимнастики для языка снижают интерес детей к занятиям. Отсюда вытекает проблема: традиционные методы устранения проблем в звукопроизношении не имеют эффективной коррекционной направленности. Для улучшения результата работы над артикуляцией я решила использовать метод – биоэнергопластики.

«Биоэнергопластика» 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. 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.

**Целью** – развитие координации артикуляционного аппарата и мелкой моторики пальцев рук; активизация памяти, произвольного внимания, межполушарных взаимосвязей.

**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.

**Участники:** дети логопедических групп, воспитатели, родители.

**Основные направления реализации проекта** – индивидуальные занятия с детьми.

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.

**Риск проекта:** (частые пропуски детей без причины, болезни, карантин).

### **План проекта**

#### ***1 этап – диагностический***

Провести обследование строения и подвижности органов артикуляции, диагностику звукопроизношения. Логопед определяет структуру дефекта, его клинические проявления и пути коррекции.

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 (насиленные движения) кистей рук. С психологической точки зрения у детей отмечается эмоционально-волевая незрелость, нарушения памяти, внимания, познавательной активности, коммуникативные трудности.

#### ***2 этап – подготовительный***

Главная задача - изучение литературы и опыта работы по использованию «биоэнергопластики»; установление доверительных отношений с ребенком, создание положительного эмоционального настроения, стимулирование интереса к занятиям.

#### ***3 этап – основной***

Проводить индивидуальные занятия биоэнергопластики сначала с использованием ведущей руки ребенка, потом другой руки, использование 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). Учитывая эти особенности, учитель-логопед подбирает материал в зависимости от цели и задач коррекционной работы.

#### **4 этап – итоговый**

Оформить ширму-раскладку для родителей с практическим материалом. Создание картотеки упражнений. Провести итоговое исследование артикуляционной моторики, звукопроизношения детей.

#### **Ожидаемый результат:**

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 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.

### **Тематическое планирование**

**Таблица № 1**

<b>Этапы</b>	<b>Формы работы с детьми и родителями</b>	<b>Цель</b>	<b>Время проведения</b>
1	Провести обследование строения и подвижности органов артикуляции, диагностику звукопроизношения. Создание картотеки упражнений.	Определить структуру дефекта, его клинические проявления и пути коррекции.	Сентябрь
2	Установление доверительных отношений с ребенком, создание положительного эмоционального настроя, стимулирование интереса к занятиям.	Изучить литературы и опыт работы по использованию «биоэнергопластики».	Сентябрь
3	Проводить индивидуальные занятия с детьми по выполнению упражнений в данной последовательности: <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Упражнения для нижней челюсти.</li> <li>2. Упражнения для губ.</li> <li>3. Упражнения для языка.</li> </ol>	Внедрить в практику коррекционной работы метод «биоэнергопластики».	(период работы проекта)
4	Оформить ширму-раскладку для родителей с практическим материалом. Консультации.	Педагогическое просвещение родителей.	(период работы проекта)

5	Итоговый мониторинг.	Провести итоговое исследование артикуляционной моторики, звукопроизношения детей.	май
---	----------------------	---	-----

Таблица № 2. Упражнения для развития подвижности артикуляционного аппарата

<b>I. Упражнения для нижней челюсти</b> Все упражнения повторяются 4-6 раз.	
1. «Окошко» - широко раскрыть рот и подержать его открытым несколько секунд. Затем закрыть.	Ладонь находится на весу, смотрит на стол. Пальцы прижаты друг другу. В момент открытия рта, большой палец движется 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 вперед в момент выдвижения челюсти (и наоборот).
<b>II. Упражнения для губ</b>	
1. "Улыбка" - "Трубочка". Растягивание разомкнуты губ (зубы сжаты) – вытягивание губ вперед.	Разведение 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.	Кисть руки неподвижна. Ладонь вверх – двигаются только пальцы. Ладонь вниз – двигаются только пальцы.
<b>III. Упражнения для языка (рот широко раскрыт, нижняя челюсть неподвижна)</b>	
1. "Болтушка" - движения языка <i>взад-вперед</i> .	Ладонь с разомкнутыми пальцами. Пальцы колеблются взад – вперед.

<p>2. <b>"Часики"</b> - движения языком вправо-влево.</p>	<p>Все пальцы, кроме указательного пальца, собраны в кулак. Указательный палец выставлен вверх. Имитируется движения маятника часов – кисть руки с выставленным пальцем качается вправо – влево.</p>
<p>3. <b>"Качели"</b> - движения языком вверх-вниз.</p>	<p>Ладонь с сомкнутыми пальцами, тыльной стороной смотрят вниз – "качели" вниз; ладонь поднимается – "качели" вверх.</p>
<p>4. <b>«Чистим зубки»</b> - круговые движения языком под губой в одну и другую стороны.</p>	<p>Круговые движения указательным пальцем руки, остальные пальцы в кулаке.</p>
<p>5. <b>"Лошадки"</b> - щелканье языком.</p>	<p>Кисть руки на столе. Приподнимание и опускание пальцев.</p>
<p>6. <b>"Лопатка"</b> - широкий мягкий расслабленный язык лежит на нижней губе.</p>	<p>Все пальцы собраны в кулак. В момент показывания «Лопатки» похлопывать кистью руки по столу.</p>
<p>7. <b>"Иголочка"</b> - узкий напряженный язык высунут вперед.</p>	<p>Все пальцы, кроме указательного пальца, собраны в кулак. Указательный палец выставляется вперед в момент высовывания "иголки". "Иголочка" убирается - указательный палец убирается в кулак.</p>
<p>8. <b>"Желобок"</b> - высунуть широкий язык боковые края загнуты вверх, втянуть в себя щеки и воздух.</p>	<p>Скрестить указательный и средний палец руки.</p>
<p>9. <b>"Грибок"</b> - широкий плоский язык присасывается к твердому небу, боковые края прижаты к коренным зубам, уздечка натянута.</p>	<p>Надавливания подушечками пальцев на поверхность стола в момент натягивания уздечки.</p>
<p>10. <b>"Чашечка"</b> - широкий язык в форме "чашечки" поднят кверху, края языка прижаты к верхней губе.</p>	<p>Ладонь руки в форме "чашечки". "Чашечка" смотрит вверх (рот открыт), язык высунуть изо рта в форме "чашечки". "Чашечки" из рук смотрят вниз – рот закрыть.</p>
<p>11. <b>"Киска сердится"</b> - выгибание вверх и продвижение вперед спинки языка, кончик языка при этом прижимается к нижним зубам.</p>	<p>Поглаживание с надавливанием четырьмя пальцами одной руки по столу.</p>
<p>12. <b>"Накажем непослушный язык"</b> - покусывать широкий кончик языка. Произносим ПЯ-ПЯ-ПЯ.</p>	<p>Постукивание подушечками пальцев по столу.</p>

## *Методические источники*

1. Бушлякова Р.Г. Артикуляционная гимнастика с биоэнергопластикой. М.: «Издательство Детство-Пресс», 2011.
2. 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.
3. Дудьев В.П. Средства развития тонкой моторики рук у детей с нарушением речи. //Дефектология. 1999. N4.
4. Новоторцева Н.В. Развитие речи детей. Ярославль, 1999.
5. Новиковская О.А. Логоритмика для дошкольников в играх и упражнениях: Практическое пособие для педагогов и родителей. – СПб.: КОРОНА принт, 2005.
6. Савина Л.П. Пальчиковая гимнастика для развития речи дошкольников. М.: АСТ, 1999.
7. Сиротюк А.Л. Обучение детей с учетом психофизиологии. М.: Сфера, 2001.
8. Коноваленко В.В., Коноваленко С.В. Артикуляционная, гимнастика и дыхательно-голосовые упражнения. - М.: «Издательство ГНОМ и Д», 2001.
9. Ерошкина С.Т. Пальчиковый игротренинг. // Логопед. - 2007. N 4.
10. Цвынтарный В.В. Играем, слушаем, подражаем - звуки получаем.- М.: ЗАО Центрполиграф, 2005.
11. Ястребова А.В., Лазаренко О.И. Занятия по формированию речемыслительной деятельности и культуры устной речи у детей пяти лет. М.: Арктур, 2001.

## *Использованные сайты*

1. <http://logoped18.ru/logopedist/bioenergoplastika-na-logopedicheskikh-zanyatiyakh.php> - Биоэнергопластика на логопедических занятиях с дошкольниками.
2. [http://nsportal.ru/sites/default/files/2013/06/13/netradicionnye\\_metody\\_v\\_logopedii\\_-\\_bioenergoplastika.pptx](http://nsportal.ru/sites/default/files/2013/06/13/netradicionnye_metody_v_logopedii_-_bioenergoplastika.pptx) Нетрадиционные методы в логопедии – биоэнергопластика.
3. <http://www.logolife.ru/logopedy/konspekty-logopedicheskix-zanyatij/logopedicheskoe-zanyatie-s-ispolzovaniem-bioenergoplastiki.html> Логопедическое занятие с использованием биоэнергопластики.
4. <http://www.ivalex.vistcom.ru/konsultac779.html> - Использование нетрадиционных методов активизации органов артикуляции в логопедической практике.
5. <http://www.maam.ru/detskijasad/ispolzovanie-metoda-bioenergoplastiki-v-rabote-logopeda-iz-opyta-raboty.html> Использование метода биоэнергопластики в работе логопеда.