

БИОЭНЕРГОПЛАСТИКА

Сам термин «биоэнергопластика» состоит из двух слов: биоэнергия и пластика. По мнению И. В. Курис, биоэнергия – это та энергия, которая находится внутри человека. Пластика – плавные, раскрепощённые движения тела, рук, которые являются основой биоэнергоплатсики. Таким образом, «биоэнергопластика» – это соединение движений артикуляционного аппарата с движениями кисти руки.

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.

УПРАЖНЕНИЯ ПО БИОЭНЕРГОПЛАСТИКЕ

Все упражнения делаются сидя, руки согнуты в локтях на уровне груди. Темп выполнения сначала медленный, затем увеличивается.

1. «Бегемотик». Цель этого упражнения – удерживать открытым рот в течение нескольких секунд. Открыть рот, удерживать в таком положении от 1 до 10. Затем закрыть рот, удерживаем под счет от

1 до 5. Повторить это упр 4-5 раз. Вместо счета можно использовать стихотворные строки. Они перед вами на экране.

Широко открыли ротик –
Получился бегемотик.
А затем закрыли рот –
Отдыхает бегемот.

2. «Лягушка». Цель – выработать умение удерживать губы в улыбке в течение нескольких секунд. Улыбнуться, зубы не обнажать, удерживаем губы в таком положении под счет от 1 до 10. Затем вернуть губы в и. п. и удерживать под счет от 1 до 5. Повторить 4-5 раз.

Превратили нас в лягушек
Дотянулись мы до ушек.
Дотянулись, улыбнулись,
А затем домой вернулись.

3. «Хоботок». Цель – выработать умение вытягивать губы вперед и удерживать в таком положении несколько секунд.

Вытянул слоненок хобот,
Поиграть нам предложил.
Губы хоботком сложили,
Со слоненком подружались.

4. «Парус». Цель – удерживать кончик языка за верхними зубами.

Ветер парус раздувает,
Нашу лодку подгоняет.
Раз, два, три, четыре, пять
Будем парус мы держать.

5. «Пятачок». Цель – выполнять точные движения губами под счет, тренировать мышцы губ. Вытянуть сомкнутые губы хоботком, на счет раз повернуть хоботок влево, на счет два поднять вверх, на счет 3 -

вправо, на счет 4 – вниз. Затем вернуться в и. п. Закрыть рот и удерживать под счет от 1 до 5

Подражаем поросенку
Сложим губы пяточком,
Раз, два, три, четыре,
Пяточком мы покрутили.

6. «Кролик». Цель – учить выполнять легкий массаж нижней губы верхними зубами. Покусывать верхними передними зубами нижнюю губу под счет от 1 до 10. Затем закрыть рот от 1 до 5.

Любит грызть пушистый кролик
И капусту, и морковь.
Кролику морковку дали
И за ушки потрепали.
(верхними зубами покусываем нижнюю губу под счет до 10, затем губы в и. п. под счет до 5)

7. «Язычок гулять выходит»

Язычок гулять выходит (показ языка и 2 пальчика вперед)
Домик он кругом обходит (облизывание губ и круговые движения пальчиков)
Кто же тут и кто же там? Он глядит по сторонам (язык и пальцы в разные стороны).

8. «Часики»

Тик-так, тик-так – язычок качался так,
Словно маятник часов, ты в часы играть готов?
(сжатая и опущенная вниз ладонь движется под счет влево-вправо).

9. «Качели»

Сели дети на качели и взлетели выше ели.
Даже солнышка коснулись, а потом назад
вернулись.

(рот открыть, язык поднимать к верхним зубам и опускать к нижним, движения ладони с сомкнутыми пальцами вверх-вниз).

10. «Блинчики»

Испекли блинов немножко,
Остудили на окошке.

Есть их будем со сметаной,

Пригласим к обеду маму.

(ладони с сомкнутыми пальцами соединяем друг с другом)

Сказки с использованием Биоэнергопластики

Зайчишка Тошка

На лесной опушке (арт. упр. Лопатка, ладони с сомкнутыми пальцами опущены вниз) в маленькой избушке (Варенье, кисти рук движутся вверх-вниз) жил-был зайчишка Тошка (Заборчик, ладони в вертикальном положении, пальцы сомкнуты).

Каждое утро мама зайчиха пекла для него вкусные бублики (Бублик, пальцы образуют круг). Тошка за обе щеки уплетал их (Месим тесто, руки в стороны, кулаки обеих рук сжимаются и разжимаются в такт движениями челюстей).

Прихлебывал горячий чай из красивой чашечки (Чашечка, ладони соединены в форме чашки). Ароматный запах разносился по всему лесу.

В гости к зайцам заглянула веселая змейка (произносить звук Ш длительно, коротко, руки перед грудью). Она приветствовала ушастиков на своем змеином языке Ш, а после угощения благодарила Ш (руки перед грудью, локти опущены, ладони от себя, волнообразные движения руками вперед).

Ленивый котенок

Жил-был ленивый котенок. Все время он лежал на крылечке (Лопатка). Отшлепала его как-то бабушка (пя-пя-пя) за то, что мышей не ловит. Обиделся он и ушел в лес. Идет по тропинке, а она то широкая, то узкая (Лопатка-Змейка, язык широкий-узкий, то горочка, то низинка (язык вверх-вниз)). Вдруг он увидел забор (Заборчик). За забором был дом с окошками (Окошко). В домике жил петушок, стали они жить вместе. Котенок помог петушку сделать ремонт, покрасил потолок (Маляр, ладони на себя, от себя). Каждое утро они чистили зубы (Чистим зубки). Котик исправил часы (Язык вправо-влево). Петушок смолот зерно на мельнице (круговые движения языком). Потом они пошли кататься на качелях (язык вверх-вниз). Хитрая лиса решила украсть петушка. Стала она прыгать через забор (щелканье языком). Зайчик все это увидел и забил в барабан д-д-д... .

Биоэнергопластика - как средство развития связной речи.



«ЧАШЕЧКА»

Вкусных мы блинов поели,
Выпить чаю захотели.
Язычок мы к носу тянем,
Чашку с чаем представляем.



«БЕГЕМОТИКИ»

Рот пошире открываем,
В бегемотиков играем:
Широко раскроем ротик,
Как голодный бегемотик.
Закрывать его нельзя,
До пяти считаю я.
А потом закроем рот
Отдыхает бегемот.



Подготовила: учитель – логопед
Упоровского детского сада «Солнышко»
Константинова Ольга Николаевна
2024год

