Биоэнергопластика — здоровьесберегающая технология в ДОУ

Биоэнергопластика — здоровьесберегающая технология в ДОУ

Чем больше уверенности в движении детской руки, тем ярче речь ребёнка!

В. А. Сухомлинский

Что такое **биоэнергопластика**?

**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 соединение движений артикуляционного аппарата с движениями кисти руки.

Исследования отечественных физиологов *(М. М. Кольцова, В. М. Бехтерев, А. А. Леонтьев и др.)* подтверждают связь развития рук с развитием мозга. В головном мозге человека центры, отвечающие за речь и движения пальцев рук, расположены очень близко. Стимулируя тонкую моторику и активизируя тем самым соответствующие отделы мозга, мы активизируем и соседние зоны, отвечающие за речь. Взаимосвязь моторной и речевой зон проявляется в том, что человек, который затрудняется с выбором подходящего слова, помогает себе жестами, и наоборот: сосредоточенно рисующий или пишущий ребенок непроизвольно высовывает язык.

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

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.

Этапы работы с применением **биоэнергопластики**:

- Диагностический *(сбор анамнеза, обследование общей, мелкой и артикуляционной моторики)*

- Эмоциональный *(создание положительного настроя)*

- Основной (отработка артикуляционных упражнений с последующим подключением ведущей руки, а затем и второй руки).

Особенности работы с применением **биоэнергопластики**:

Знакомство с артикуляционным упражнением по стандартной методике. Отработка его перед зеркалом. Рука в упражнение не вовлекается. Педагог, демонстрирующий упражнение, сопровождает показ одной рукой.

К артикуляционному упражнению присоединяется ведущая рука.

Движения кисти руки должны стать раскрепощенными, плавными.

Постепенно подключается вторая рука. Таким образом, ребёнок выполняет артикуляционное упражнение или удерживает позу с одновременными движениями обеих рук, которые имитируют движения артикуляционного аппарата.

С целью повышения заинтересованности ребёнка в таких упражнениях применяются игровой персонаж (например, *«Волшебные перчатки»*, *«Обезьянка»*, счёт, музыка, стихи.

Преимущества **биоэнергопластики**:

- оптимизирует психологическую базу речи;

- улучшает моторные возможности ребёнка по всем параметрам;

- способствует коррекции звукопроизношения, фонематических процессов;

- синхронизация работы речевой и мелкой моторики сокращает время занятий, усиливает их результативность;

- позволяет быстро убрать зрительную опору – зеркало и перейти к выполнению упражнений по ощущениям.

Предложенное направление может использоваться воспитателями при проведении мероприятий в образовательной области "Коммуникация".

Использование **биоэнергопластики** в ДОУ способствует повышению работоспособности воспитанников, активизации познавательного интереса, благотворно воздействует на психику дошкольника, на его состояние физического и психического **здоровья**, обеспечивает успешность ребенка в процессе образовательной деятельности.

Примеры артикуляционных упражнений с применением **биоэнергопластики**:

Все упражнения можно делать сидя или стоя. Основное исходное

положение практически одинаково: голова в положении прямо, губы и зубы сомкнуты, руки согнуты в локтях на уровне груди.

Ручная поза: все упражнения выполняются сначала одной, затем другой рукой, а в завершение двумя вместе.

Темп выполнения – медленный. Постепенно темп выполнения увеличивается. Дети

ориентируются на темп, заданный взрослым, на его счет и образец движения руки.

Фонарики. Расположить ладони перед собой, выпрямив и раздвинув пальцы. Сжимать и разжимать пальцы на обеих руках одновременно, сопровождая движения ртом, открывая и закрывая рот.

Лодочка. Обе ладони поставлены на ребро и соединены *«ковшиком»*, большие пальцы прижаты к ладоням. *«Лодочка плывёт»*, одновременно язычок скользит по губам из одного уголка губы в другой.

Пароход. Обе ладони соединены *«ковшиком»*, все пальцы, кроме больших, направлены в сторону *«от себя»*, а большие пальцы подняты вверх и соединены – это *«труба»*, одновременно двигая руками в стороны, как бы слегка покачивая, прищёлкивать губами.

Речка и рыбка. Выпрямленные ладони прижаты друг к другу. Пальцы направлены в сторону *«от себя»*. Поворачивать сомкнутые ладони вправо и влево, имитируя движение рыбки хвостом, при этом язычок упирается то в одну, то в другую щёку.

Деревья. Расположить кисти рук перед собой, ладонями к себе. Пальцы разведены в стороны и напряжены. Язычок упирается в верхнюю губу. После выполнения упражнения встряхнуть кисти рук, поболтать языком.

Птичка пьёт водичку. Пальцы сложить *«щепотью»* - это клюв. Не отрывая локоть от стола, *«клювом»* коснуться стола. Далее – имитировать движения птицы: захватить *«воду»*, поднять *«голову»*, пощелкать клювом при этом губы сделать трубочкой и пошевелить ими.

Мастер-класс

«**Использование биоэнергопластики**

**в работе с детьми дошкольного возраста»**

В последнее время наблюдается рост числа детей, имеющих нарушения общей, мелкой моторики и речевого развития. По какой же причине? Ведь сейчас есть возможность приобретать для ребенка развивающие игрушки и мультфильмы, разные компьютерные программы.

На самом деле именно в этом разнообразии и кроется суть проблемы. Поэтому так важно заботиться о формировании речи детей, о ее чистоте и правильности, предупреждая и исправляя различные нарушения.

На сегодняшний день очень много материала, которые способствуют эффективному речевому развитию ребенка. Весь практический материал можно условно разделить на две группы: первая, помогающая непосредственному речевому развитию ребенка и, вторая, опосредованная, к которому относятся нетрадиционные здоровьесберегающие технологии- как биоэнергопластика. Что такое биоэнергопластика? Кто знает? Может кто-то слышал?

Термин “биоэнергопластика” состоит из двух слов: биоэнергия и пластика. Биоэнергия – это та энергия, которая находится внутри человека. Пластика – плавные, раскрепощѐнные движения тела и рук. Иными словами, биоэнергопластика – это взаимодействие рук и языка, при этом движения рук имитируют движения губ, языка, нижней челюсти. Для коррекционной работы логопеда значимым является именно соединение биоэнергопластики (плавных движений кисти рук) с движением органов артикуляционного аппарата. В момент выполнения артикуляционного упражнения рука показывает, где и в каком положении находится язык, нижняя челюсть или губы.

А сейчас я вам продемонстрирую следующие упражнения биоэнергопластики.

*«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.(часики и пальцы в разные стороны).***

**Упражнение «Часики»**

Тик-так, тик-так,

Язычок качался так,

Словно маятник часов.

Ты в часы играть готов?

*(сжатая и опущенная вниз ладонь,*

*которая движется под счет влево – вправо)*

**Упражнение «Качели»**

Сели дети на качели

И взлетели выше ели,

Даже солнышка коснулись,

А потом назад вернулись.

*(движения ладони с сомкнутыми пальцами вверх, вниз)*

**Упражнение «Лягушка»**

Подражаем мы лягушкам:

Тянем губы прямо к ушкам.

Вы сейчас тяните губки-

Я увижу ваши зубки.

Мы потянем-перестанем

И нисколько не устанем.

*(пальчики расставлены в стороны, как лучики*

*солнышка. Под счет 1 –пальчики расправляются*

*и удерживаются одновременно с улыбкой 5 сек.,*

*на счет 2 –ладонь сворачивается в кулак.)*

**Упражнение «Слонёнок»**

Я водичку набираю

И ребяток поливаю!

Буду подражать слону!

Губы «хоботом» тяну.

А теперь их отпускаю

И на место возвращаю.

*(ладонь собрана в щепоть, большой палец*

*прижат к среднему.)*

**Упражнение «Блинчики»**

Испекли блинов немножко,

Остудили на окошке.

Есть их будем со сметаной,

Пригласим к обеду маму.

*(ладони с сомкнутыми пальцами*

*соединяем дуг с другом)*

**Упражнение «Чашечка»**

Вкусных мы блинов поели,

Выпить чаю захотели.

Язычок мы к носу тянем,

Чашку с чаем представляем.

*(пальцы прижаты друг к другу,*

*имитируя положение «чашечки»)*

**Упражнение «Лошадка»**

Я- весёлая лошадка,

Тёмная, как шоколадка.

Язычком пощёлкай громко,

Стук копыт услышишь звонкий.

*(Рука в горизонтальном положении (лежит*

*на столе). Ладонь с сомкнутыми пальцами*

*согнута. Под счёт поочерёдно касаются*

*стола кончики пальцев и запястье.).*

Но одни и те же упражнения быстро надоедают ребенку. Для того, чтобы заинтересовать детей, все упражнения можно объединить в небольшие сказки.

Предлагаемые сказки придуманы для отработки комплексов упражнений, развивающих правильный артикуляционный уклад различных звуков. Артикуляционные упражнения вам уже прописаны, нужно придумать к ним пальчиковые движения.

**Группа №1. Сказка «Знакомство с Чупой и Чупсом»**

|  |  |
| --- | --- |
| **Сказка № 1** | Упражнения |
| Жили-были на свете Чупа и Чупс, братец и сестричка | Кисти рук со слегка согнутыми пальцами расположены друг напротив друга |
| Жили они в небольшом уютном домике | Пальцы рук сложить «домиком» |
| Проснулись однажды Чупа и Чупс, выглянули в окошко, посмотрели вверх на небо, на солнышко, посмотрели вниз на травку, посмотрели по сторонам налево, направо — и поняли, что на улице стоит хорошая погода | «Язычок на прогулке» |
| Умылись Чупа и Чупс, почистили зубки, причесались и пошли на кухню готовить себе завтрак | «Чистим зубы»; «Расческа» |
| Чупа решила порадовать Чупса. Налила теста на сковородку и начала печь блины. Когда блинов набралась целая горка, Чупс достал из холодильника сладкое малиновое варенье и намазал каждый блин | «Блинчики» |
| Долго смаковали вкусные блины Чупа и Чупс, а потом посмотрели друг на друга и улыбнулись, потому что все губы у них были запачканы вареньем | Кисти рук развернуты друг напротив друга, пальцы врозь |
| Стали слизывать варенье с верхней и нижней губки | «Сладкое варенье» |
| А потом Чупс налил в красивые чашки горячего ароматного чая и напоил сестру | «Чашка» |
| После завтрака вымыли Чупа и Чупс всю посуду, а затем стали играть в настольную игру «Футбол» | «Индюк»; «Футбол» |

|  |
| --- |
|  |

**Сказка «Ленивый котёнок»**

 Жил-был ленивый котенок. Все вре­мя он лежал на крылечке. (Упражнение «лопаточка».).

Отшлепала его как-то ба­бушка *(пя-пя-пя):*«Мышей не ловишь!» Обиделся котенок и ушел в лес. Идет по тропинке, она то широкая, то узкая. (Язык широкий-узкий.). То горочка, то низинка. (Язык вверх-вниз.).

Вдруг увидел он забор. (Упражнение «забор».) За забо­ром был дом с окошками. («Трубочка-улыбка».) В домике жил петушок. Стали они жить вместе. Котенок помог петуш­ку сделать ремонт — покрасил потолочек. («Маляр».) Каждое утро они чисти­ли зубы. («Почистили зубки».). Котик ис­правил часы. (Язык вправо-влево.). Пету­шок смолол 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, ре­шил предупредить петушка и забил в барабан. (Д-д-д-д!).

**Сказка «Три поросёнка»**

Жили-были три поросенка. Говорить они не умели — только визжали.

Каждое утро Наф-Наф чистил зубы. («Почистим зубки».)

Обходил вокруг дома. (Круговые дви­жения языка.)

Белил потолки. («Маляр».)

Строил мостики, забивал гвозди. («Грибок», «цоканье».)

А его глупые братья сдували одуван­чики. (Выработка плавной, длительной, непрерывной воздушной струи.)

В это время Волк решил испугать ма­леньких поросят — сдуть их домики из соломы и прутиков. («Кто дальше заго­нит мяч» ? «Фокус» — щеки не раздувать.)

Поросята испугались и побежали к брату. («Цоканье».)

А Волк решил забраться в их домик через трубу — и свалился в котел. («Ча­шечка».)

Зашипел кипяток в котле, обжег Вол­ка. *(Ш-ш-ш-ш-ш.)*

**Биоэнергопластика:**

- ускоряет исправление дефектных звуков у детей, так как работающая ладонь многократно усиливает импульсы, идущие к коре головного мозга от языка.

- развивает координацию движений, мелкой моторики пальцев рук и артикуляционной моторики. Синхронизация работы над речевой и мелкой моторикой сокращает время занятий, усиливает их результативность. Она позволяет быстро убрать зрительную опору.

– помогает перейти к выполнению упражнений по ощущениям. Это особенно важно, так как в реальной жизни дети не видят свою артикуляцию.

- развиваются такие психические процессы как память, внимание, зрительное и слуховое восприятие, мышление.

- синхронизируется работа полушарий головного мозга.

- Происходит развитие пространственной ориентировки.

*Вот коротко и всё о биоэнергопластике.*

Литература 1. Буденная, Т.В. Логопедическая гимнастика. Методическое пособие. [Текст]/ Т.В. Будённая.- СПб.: ДЕТСТВО-ПРЕСС, 2001.-64 с. 2. Сиротюк, А.Л. Коррекция развития интеллекта дошкольников. [Текст]/ А.Л. Сиротюк. - М.: ТЦ Сфера, 2001. – 48 с. 3. Ястребова, А.В., Лазаренко, О.И. Занятия по формированию речемыслительной деятельности и культуры устной речи у детей. [Текст]/ А.В. Ястребова, О.И. Лазаренко.- М.: Аркти, 2001.- 144 с. 4. Ястребова, А.В., Лазаренко, О.И. Хочу в школу. Система упражнений, формирующих речемыслительную деятельность и культуру устной речи детей. [Текст]/А. В. Ястребова, О. И. Лазаренко.- М.: Аркти, 1999.-136 с.