**Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение детский сад «Северяночка»**

Картотека «Артикуляционные упражнения с использованием биоэнергопластики»

**учитель-логопед**

**Рахат кызы Нуркыз**

МБДОУ Детский сад «Северяночка»



Гыда 2022 г

Артикуляционная гимнастика занимает одно из ведущих мест в преодоление речевых нарушений. Ежедневное выполнение гимнастики укрепляет мышцы речевого аппарата, при этом движения языка, губ становятся точными, сильными, уверенными. Однако, ежедневное выполнение гимнастики для языка снижают интерес детей к занятиям. Поэтому для более эффективной работы я обратилась к использованию 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.

**Общие рекомендации**

* После o6cлeдoвaния пoд6иpaeтcя комплекс артикуляционной гимнастики, который должен включать как статические, так и динамические упражнения.
* Heo6xoдимo co6людaть последовательность выполнения упражнений, начиная c простых, постепенно переходя к выполнению сложных движений.
* На начальном этапе артикуляционную гимнастику выполняют в медленном темпе, сидя перед зеркалом, pe6eнкy предлагается разучить от 3 до 4—5 упражнений.
* Количество повторов каждого упражнения от 4 до 6—7 раз.
* Использование счета от 1 до 10 или стихотворных строк помогает развивать и совершенствовать чувство ритма и поддерживать размеренность выполнения упражнений.
* Если во время разучивания артикуляционной гимнастики pe6eнoк не может выполнить кaкoe-ли6o движение, нeo6xoдимo использовать механическую помощь для вытягивания гy6 вперед или для поднятия языка вверх и т. д.
* Гимнастику нeo6xoдимo разучивать постепенно, по мере освоения первого комплекса дo6aвлять 6oлee сложные упражнения других комплексов.
* При выполнении артикуляционной гимнастики c 6иoэнepгoплacтикoй нeo6xoдимo следить за синхронностью движений гy6, языка и кистей рук.

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Название** | **Описание артикуляционного упражнения** | **Упражнение биоэнергопластики** |
| **«Лягушка»**  Превратили нас в лягушек – Дотянулись мы до ушек.  Дотянулись, yлы6нyлиcь,  A затем домой вернулись. | Улыбнуться, зубы не обнажать. Удерживать губы в таком положении. Затем вернуть губы в исходное состояние. Повторить 4-5 раз | https://documents.infourok.ru/9df88b60-56ce-424c-b1a2-3e309f5351f6/0/image001.png  Улыбнуться, зубы не обнажать. Удерживать губы в таком положении. Затем вернуть губы в исходное состояние. Повторить |
| **«Блинчик»**  Испекли блинов немножко,  Остудили на окошке.  Есть их будем со сметаной,  Пригласим к обеду маму. | Улыбнуться, широкий язык лежит неподвижно, не дрожит на нижней губе, касаясь углов рта, верхние зубы видны», включая движения руки. Удерживать под счет от 1 до 5-10 | https://documents.infourok.ru/9df88b60-56ce-424c-b1a2-3e309f5351f6/0/image002.jpg  Рука находится горизонтально, ладонью вверх. Пальцы выпрямлены и сомкнуты. Удерживать в таком положении под счет от 1 до 5-10. |
| **«Заборчик»**  Вышли утром мы во двор  И построили забор.  Зубки сомкнуты сейчас,  Получилось все y нас. | Растянуть губы в улыбке, обнажив верхние и нижние зубы, которые стоят друг на друге, как заборчик. Про себя говорить: «И», включая движение руки. Удерживать под счет от 1 до 10. Повторять 4-5 раз. | https://documents.infourok.ru/9df88b60-56ce-424c-b1a2-3e309f5351f6/0/image003.png  Рука находится вертикально, пальцы выпрямлены и сомкнуты. Удерживать кисть в таком положении под счет от 1 до 10. |
| **Почистим зубки»**  Мы, конечно, очень лю6им  Аккуратно чистить зy6ы.  Раз, два, три, четыре, пять —  Будем ротик полоскать. | Сделать улыбку, приоткрыть рот, двигать кончиком языка за нижними зубами и за верхними влево — вправо, нижняя челюсть не двигается, включая движения руки. Выполнять 5-10 секунд. | https://documents.infourok.ru/9df88b60-56ce-424c-b1a2-3e309f5351f6/0/image005.png https://documents.infourok.ru/9df88b60-56ce-424c-b1a2-3e309f5351f6/0/image006.png  Кисть руки опустить вниз и выполнять движения из стороны в сторону. Затем кисть поднять вверх и также выполнять движения из стороны в сторону, счет от 1 до 5. Выполнять 5 -10 секунд. |
| **«Барабанщик» (Дятел)**  Дятел, дятел тук-тук-тук.  Д-Д-Д-Д  Ты чего стучишь, мой друг!                                                        Д-Д-Д-Д  Я не зря во рту стучу  Д-Д-Д-Д  Звукам правильным учу.  Д-Д-Д-Д | Улыбнуться, открыть рот и постучать кончиком языка по верхним альвеолам, многократно и отчетливо произнося звук «д». Сначала звук «д» произносить медленно, постепенно увеличивать темп. Подключая движение руки. Выполнять 5-10 секунд. | Кисти руки находится параллельно друг другу, пальцы левой руки выпрямлены и сомкнуты. Пальцы правой руки сжаты в кулачок. Стучать кулачком по ладони левой руки. Выполнять 5-10 секунд. |
| **«Вкусное варенье»**    Приготовили варенье  И пирог мы испекли.  Bсех друзей на пир позвали И вареньем угощали. | Слегка приоткрыть рот и широким передним краем языка облизать верхнюю губу, делая движение языком сверху вниз, но не из стороны в сторону, включая движение руки. Выполнять от 1 до5-10 раз | https://documents.infourok.ru/9df88b60-56ce-424c-b1a2-3e309f5351f6/0/image026.png  Кисть руки находится горизонтально, ладонью вверх, пальцы выпрямлены и сомкнуты. Сгибать 4 пальчика по направлению к ладони, вслед за движением язычка. Выполнять круговые движения. Выполнять от 1 до 5-10 раз. |
| **«Бегемотик»**  Широко открыли ротик — Получился «6eгeмoтик». A затем закрыли рот —  Отдыхает «6eгeмoт». | Открыть рот на расстояние ширины 2-3 пальцев, при этом язык должен свободно лежать во рту, кончик находится у нижних зубов. | Кисть руки горизонтально, 4 пальца сомкнуты с большим пальцем и согнуты в нижних фалангах. Большой палец опускается вниз, 4 сомкнутых пальцев поднимаются вверх. Удерживать в таком положении, затем вернуть в исходное.  https://documents.infourok.ru/9df88b60-56ce-424c-b1a2-3e309f5351f6/0/image025.png |
| **«Пароход гудит»**  Отплывает пароход  Ы-Ы-Ы-Ы  Набирает он свой ход.  Ы-Ы-Ы-Ы  Он в гудок гудит, гудит  Ы-Ы-Ы-Ы  «Путь счастливый  говорит»  Ы-Ы-Ы-Ы | Слегка улыбнуться, высунуть язык, зажать его зубами и петь звук «ы»: «ы-ы-ы» (пароход гудит). Включая движение руки. Удерживать под счет от 1 до 5-10.Выполнять 5-6 раз. | https://fsd.kopilkaurokov.ru/up/html/2019/03/09/k_5c838dc5aa3e6/502369_35.jpeg  Рука горизонтально ладонью вниз, пальцы выпрямлены и сомкнуты. На счет «один» кисть руки с сомкнутыми пальцами поднять вверх и немного выгнуть. Удерживать под счет от 1 до 5-10 |
| **Слоник»**  Вытянул слоненок хобот,  Поиграть нам предложил.  Губы «хоботком сложили»,  Со слоненком подружились | Сомкнуть зубы, сделав «Заборчик». Округлить губы и вытянуть вперед, как при произнесении звука «О», включая движения руки. Удерживать под счет от 1 до 5-10. | https://documents.infourok.ru/9df88b60-56ce-424c-b1a2-3e309f5351f6/0/image011.png  Кисть руки вертикально, пальцы выпрямлены и сомкнуты. На счет «один» согнуть 4 пальца и сомкнуть с большим пальцем. Удерживать кисть в таком положении под счет от 1 до 5. Повторить 4-5 раз. |

****

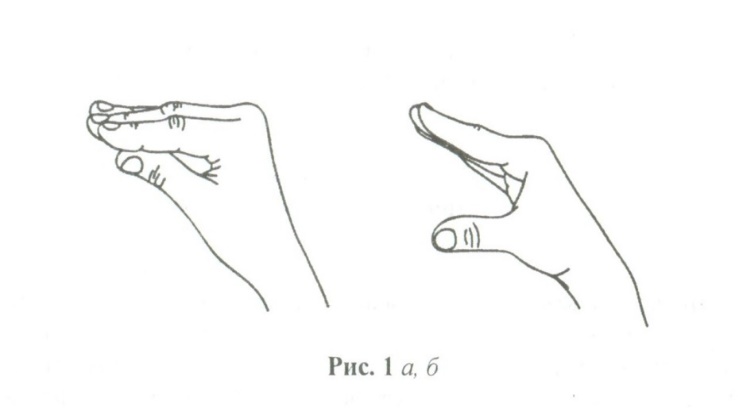
1. **«Бегемотики»**

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.



1. **«Лягушки»**

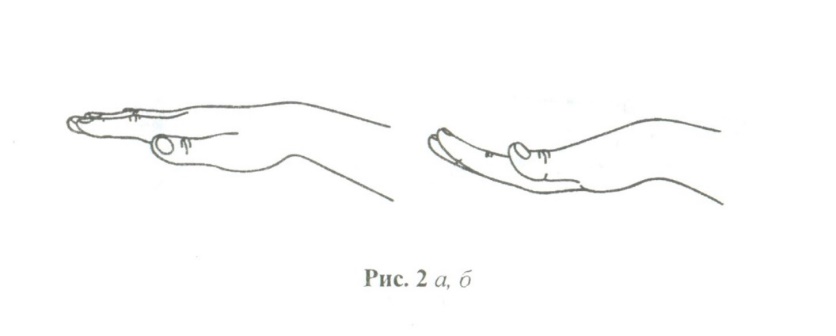
Подражаем мы лягушкам:

Тянем губы прямо к ушкам.

Вы сейчас тяните губки –

Я увижу ваши зубки.

Мы потянем - перестанем

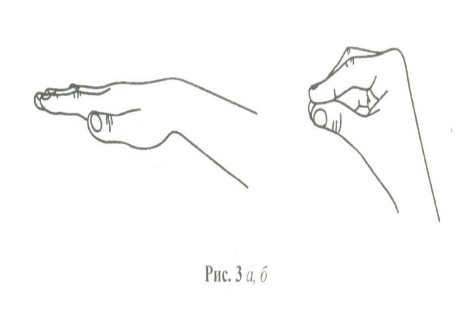
И нисколько не устанем.

1. **«Слон»**

Я водичку набираю

И ребяток поливаю!

Буду подражать слону!

Губы «хоботом» тяну.

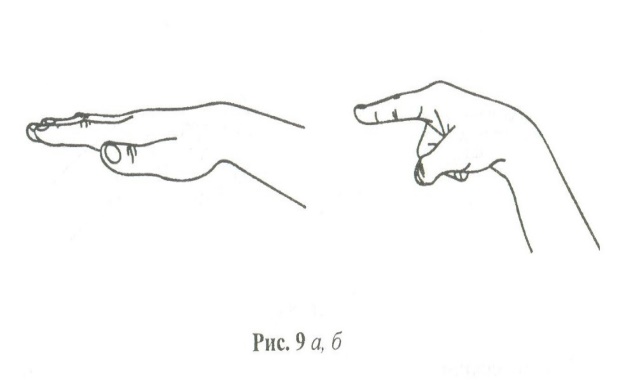
А теперь их отпускаю

И на место возвращаю.



1. **«Змея»**

Подражаем мы змее,

С ней мы будем наравне:

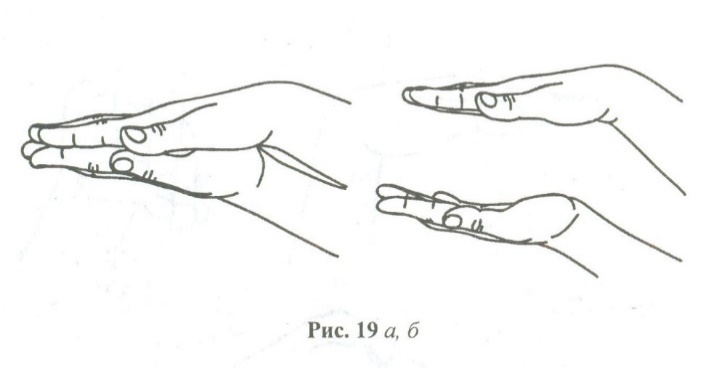
Высунем язык и спрячем,

Только так, а не иначе



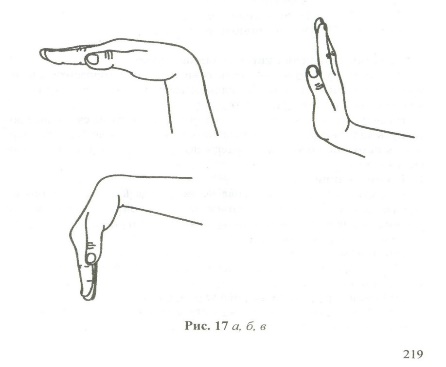
1. **«Блинчик»**

Испекли блинов немножко,

Остудили на окошке.

Есть их будем со сметаной,

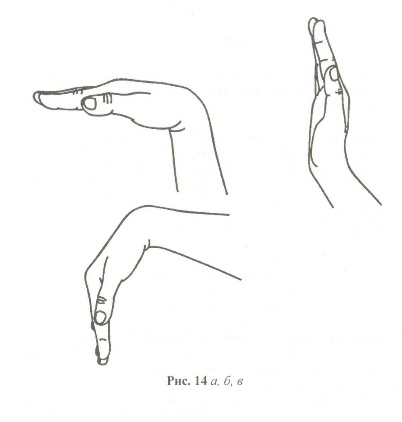
Пригласим к обеду маму*.*

1. ******«Качели»**

Сели дети на качели

И взлетели выше ели.

Даже солнышка коснулись,

****А потом назад вернулись.

1. **«Чистим зубки».**

Зубки нужно чистить дважды:

Каждое утро и вечер каждый.

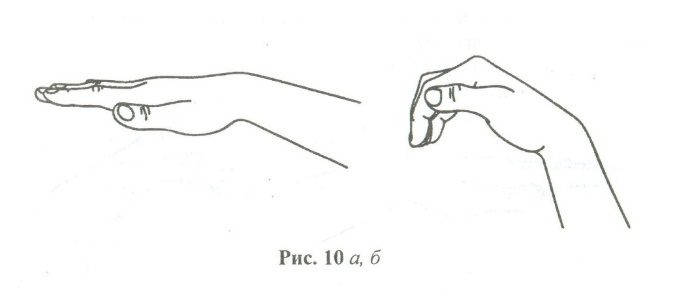
****

1. **«Киска сердится»**

Выгляни в окошечко

Там увидишь кошечку.

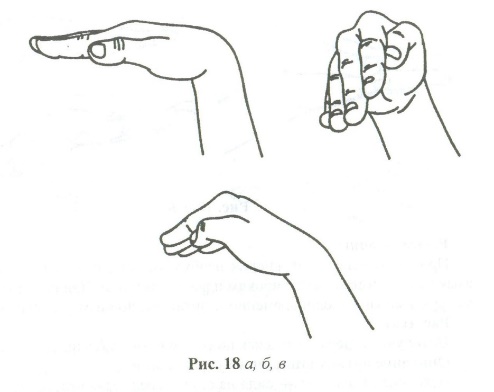
Кошка спинку выгнула

Зашипела, прыгнула...

Рассердилась киска

Не подходите близко!

****

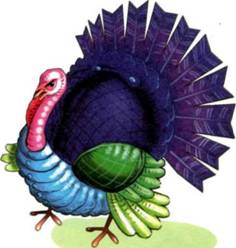
1. **«Часики»**

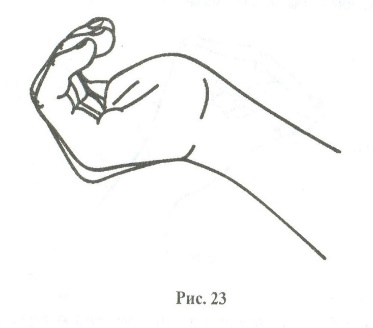
Тик-так, тик-так.

Язычок качался так,

Словно маятник часов.

Ты в часы играть готов?





1. **«Индюк»**

Я - индюк «балды-балда»

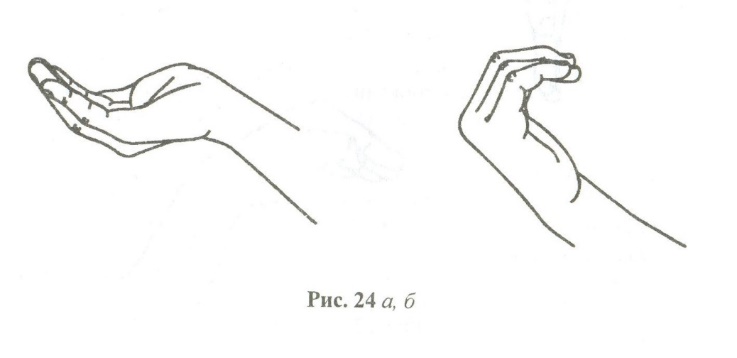
Разбегайтесь кто куда!

**11. «Маляр»**

Я сегодня утром встал

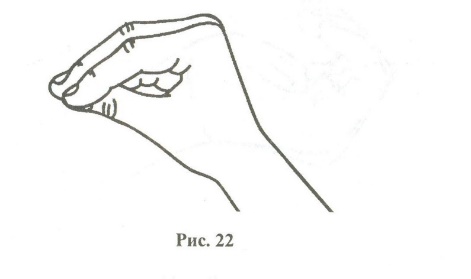
И поселок не узнал:

Каждый столб и каждый дом

Был покрашен маляром.

Если хочешь жить, как в сказке,

Позови на помощь краски!

1. ** «Лошадка»**

****Я - весёлая лошадка,

Тёмная, как шоколадка.

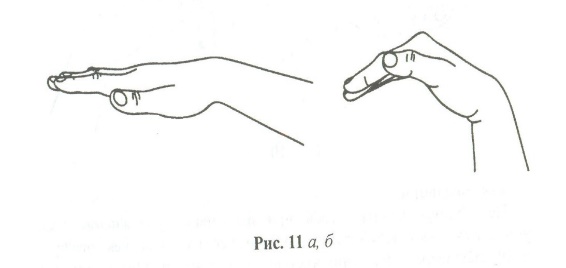
Язычком пощёлкай громко –

Стук копыт услышишь звонкий.

1.  **«Грибок»**

Под берёзой, у дорожки

Гриб растёт на толстой ножке.

Мимо мы пройти не сможем,

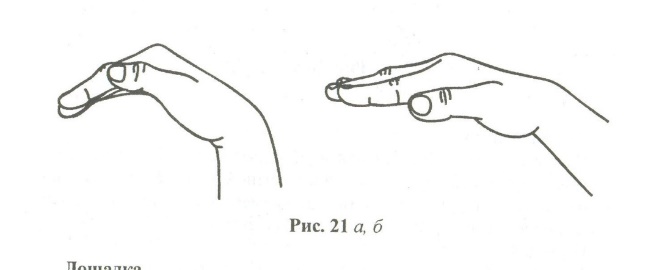
Гриб в лукошко мы положим.

**14. «Гармошка»**

Ну-ка, рот пошире, крошки.

Поиграем на гармошке!

Язычок не отпускаем,

Только ротик открываем.

Раз, два, три, четыре, пять,

Нам нетрудно повторять!

***Не огорчайтесь, если некоторые упражнения не будут получаться с первого раза. Пробуйте повторять их вместе с ребенком. Будьте терпеливы, ласковы и спокойны, и у вас все получится!***