**Нейроартикуляционная гимнастика.**

Нейроартикуляционная гимнастика - это комплекс упражнений, направленных на развитие связи между речевым аппаратом и головным мозгом. Эта практика помогает улучшить артикуляцию, речь и когнитивные функции.

**Взаимосвязь между артикуляцией и мозговой активностью.**

**Синхронизация** Координация движений артикуляционного аппарата помогает синхронизировать работу различных отделов мозга.

**Активация мозга**

Упражнения стимулируют работу областей мозга, ответственных за речь и моторику.

за речь и моторику.

**Улучшение когнитивных функций**

Нейроартикуляционная гимнастика способствует повышению мыслительных способностей.

  **Улуч**

 **Техника выполнения упражнений**

**Увеличивать нагрузку** Постепенно увеличивайте интенсивность и продолжительность выполнения упражнений

**Начать медленно** Выполняйте упражнения в медленном темпе, чтобы сосредоточиться на правильной технике

 **1**

 **2**

**Контролировать дыхание**

Следите за равномерным дыханием во время выполнения упражнений.

**3**

**Кoмплекс нейроартикуляциoнной гимнастики.**

**Упражнение «Бегемот»**

**Рот широко открывается и закрывается, руки синхронно выполняют соответствующее движение «открывают» и «закрывают» клювик.**

**Упражнение «Чaсики»**

**Кончик языка поочередно касается правого и левого уголка губ, в это время указательный палец показывает направления движения языка – право-лево.**

**Упражнение «Чaшечка»**

**Боковые края языка подняты вверх. Рука показывает «Чашку». Пальцы руки смотрят вверх.**

**Упражнение «Лопaточка»**

**Широкий язык лежит на нижней губе. Ладонь прямая.**

**Упражнение «Накажeм непослушный язычoк» — покусаем**

**Язык лежит в «лопате», он медленно выдвигается вперед – зубы покусывают язык. Ведущая ладонь прямая, другая ладонь ребром стучит по ведущей ладони и имитирует движение зубов и языка.**

**Упражнение «Накaжем непослушный язычок» — пoшлепаем. Пя-пя-пя**

**Язык лежит в «лопате», он медленно выдвигается вперед – зубы пошлепывают язык, ладонь одной руки хлопает тыльную сторону кисти одной другой руки.**

**Упражнение «Кaчели»**

**Язык поочередно поднимается за верхние и нижние зубы. Ладонь поднимается вверх и вниз.**

 **Учитель логопед Гандзюк А.А.**