**Физкультминутки в логопедической работе с младшими школьниками**

Многолетняя практика показывает, что у детей, с общим недоразвитием речи, отмечается более быстрое наступление утомления, снижение работоспособности, чем у сверстников без речевой патологии. Физкультурные паузы, переключая детей на иной вид деятельности, позволяет активизировать их умственную работоспособность. Вместе с тем логопед получает дополнительную возможность использовать активную речь детей. Можно предположить, что стихотворные тексты позволяют нормализовать темп речи детей, добиться большей плавности, ритмичности, что положительно сказывается на формировании слоговой структуры слова а, в конечном счёте - на совершенствовании фонетической стороны речи. Содержание физкультминуток меняется почти каждое занятие. Речевой материал физкультминуток должен отвечать определённым требованиям.

1. В речевом материале должен содержаться изучаемый на занятии звук либо соответствующая лексическая тема или грамматическая категория.
2. Движения детей должны по возможности соответствовать называемым действиям.
3. В физкультпаузу включаются, возможно более разнообразные действия с тем , что дети могли, например, присесть, повернуться, поднять руки вверх, попрыгать. Иными словами нужно стремиться вызвать у них максимальную двигательную активность.
4. Стихи должны быть доступны по содержанию.
5. Тексты должны быть короткими, с тем, чтобы дети их легко воспринимали и без труда воспроизводили.

Физкультминутки не обязательно проводить строго в середине занятия. Перерыв на 1-2 минуты надо делать, когда у обучающихся появляются первые признаки утомления (двигательное беспокойство, отвлекаемость, снижение интереса к занятию).

Логопед проговаривает новое стихотворение и показывает соответствующее движение. Дети вслед за учителем или вместе с ним выполняют только движения, вслушиваясь и запоминая текст. Во втором проговаривании уже участвуют ученики, одновременно выполняя действия. Усвоение слов происходит быстро, так как они подсказываются движениями. Логопед, проговаривая текст, стремится подчеркнуть ритмический рисунок фразы путём повторения соответствующих движений. Добиваться заучивания стихотворений не надо, так как это отнимает много времени, да и цели такой данный этап занятий не преследует.

На этапе автоматизации звуков обычно предлагаются следующие задания: «Повтори слова. Назови картинки» и т.п. Речевые игры с мячом помогают при автоматизации звуков:  
1*. «Стрельба словами». Логопед называет слово с автоматизируемым звуком и бросает мяч ребёнку. Он повторяет и возвращает мяч.  
2. «Посчитай от 1 до 7 и обратно». Логопед и ребёнок по очереди считают и передают мяч друг другу, согласовывая числительное с существительным. Например: одна сосна, две сосны, три сосны и т.п.  
3. «Я …, ты …, он …, она …». Игра направлена не только на автоматизацию звука, но и изменение глагола по лицам. Логопед называет местоимение и передаёт мяч ребёнку. Он спрягает глагол. Например: «Я крашу краской забор, Ты красишь краской забор, …».*Занятие проходит в динамике, в игровой и интересной для ребёнка форме.

В качестве физкультминутки использую стихотворные тексты. Они позволяют переключить внимание детей, снизить утомляемость и двигательное напряжение во время занятий. Также решаются и логопедические задачи:  
Формирование ритма речи. Известно, что «в стихотворных текстах ритм является периодическим, заданным. В стихотворных сочинениях ритм легко вычленяется, т.к. каждый его период (такт) равен стихотворной строке». [1, с.17]   
\*Формирование темпа, мелодики, интонации, выразительности и логического ударения. При сопряжённом произнесении (на начальном этапе текст повторяется за педагогом) дети усваивают эти компоненты.  
\*Формирование слоговой структуры слова. Работая над ритмом, мы тем самым способствуем правильному усвоению детьми слоговой структуры слова.   
\*Развитие слухового внимания, умения слышать и понимать звучащую речь.  
\* Обогащение словарного запаса детей. В текстах иногда встречаются незнакомые им слова. Педагог объясняет, уточняют непонятные слова, просит учеников поразмыслить над значением слов. Это, в свою очередь, активизирует их мыслительные процессы. В таких условиях процесс овладении развития речи происходит быстрее. Говоря вместе, обучающиеся раскрепощаются и не стесняются своего голоса.   
Повышение количества повторений текста, позволяет решить поставленные нами задачи. *Тема урока: Дифференциация[Р-Л]   
Вот под ёлочкой зелёной (Встали)  
Скачут весело вороны: (Прыгаем)  
Кар-кар-кар! (Громко) (Хлопки над головой в ладоши)  
Целый день они кричали, (Повороты туловища вправо-влево)  
Спать ребятам не давали: (Наклоны туловища вправо-влево)  
Кар-кар-кар! (Громко) (Хлопки над головой в ладоши.)  
Только к ночи умолкают (Машут руками как крыльями)  
И все вместе засыпают (Садятся на корточки, руки под щёку – засыпают)  
Кар-кар-кар! (Тихо) (Хлопки над головой в ладоши)*

*Тема урока: Дифференциация[К-Г]*

*Ох, ох, что за гром (руки к щекам, наклоны в стороны)? Муха строит новый дом (движения рукой, имитирующие работу с молотком). Молоток: стук, стук (хлопки руками перед собой), помогать идёт петух (шаги с наклонами в стороны).*К каждой теме подобраны скороговорки. Они помогают формировать слоговую структуру слов, чёткость речи и закрепление материала по теме. Проговаривание скороговорок в сочетании с движением, используется один из элементов речедвигательного тренинга, предложенного психологом Рычковой Т.П. «Основа речедвигательного тренинга – это нормализация межанализаторного взаимодействия (моторного и речевого), создание оптимальных условий функционального созревания структур головного мозга, ответственных за развитие высших психических функций» [3, с. 4-5]. Автор предлагает произносить текст и сопровождать его движениями рук, например: руки согнуть в локтях на уровне диафрагмы, кисти сжать в кулачки и делать вращательные движения 15-20 раз в одну и другую сторону. Сначала мы проговариваем скороговорку медленно, по слогам, затем увеличиваем скорость речи и движений.

*Тема: Звук и буква Ч. «Часовщик прищурив глаз, чинит часики для нас».*

*Тема: Звук и буква С. «Я несу суп, суп. А кому? Псу, псу!»*

Одной из задач логопедической работы является формирование правильного дыхания, которая заключается в расширении физиологических возможностей дыхательной системы и формировании речевого выдоха.  
Наряду с известными дыхательными упражнениями «Задуй свечу», «Загони мяч в ворота» и др. применяются и некоторые упражнения парадоксальной гимнастики А.Н. Стрельниковой. Данная гимнастика имеет свои особенности. Во-первых, внимание уделяется шумному, резкому, короткому вдоху. Он должен быть «коротким, активным, как укол» [6, с.157]. А вот на выдох никакого внимания обращать не надо. Думают только о вдохах, считают только вдохи. «Вдох – предельно активный, выдох – пассивный». [6, с.157] Во-вторых, «большое значение имеет счёт: во время выполнения нужно мысленно считать только до 8.» [6, с.157] По данным автора методики, такая гимнастика поддерживает естественную механику дыхания, «предполагая вдох на сжатии и выдох на раскрытии грудной клетки. И поэтому легко восстанавливает её, если она нарушена». [6, с.3]   
В практической работе используются упражнения основного комплекса: «Ладошки», «Насос», «Кошка», «Обними плечи».   
*Упражнение* *«Обними плечи»* [6, с.46]:  
Встать прямо. Руки согнуть в локтях и поднять на уровне плеч кистями друг к другу. В момент короткого шумного вдоха носом бросить руки навстречу друг другу, как бы обнимая себя за плечи. Важно, чтобы руки двигались параллельно, а не крест-накрест.   
Сразу же после короткого вдоха руки слегка расходятся в стороны. В момент вдоха локти сходятся на уровне груди, затем слегка расходятся. В этот момент на выдохе абсолютно пассивно уходит воздух.  
Данные упражнения подаются в игровой форме. Например, мы отправляемся на лесную поляну, где много прекрасных цветов, и мы вдыхаем их аромат. Упражнения сопровождаются тихой музыкой, позволяющей создать нужное настроение и «перенести» детей в лес.

Большинству детей с ОНР свойственны:  
- нарушение схемы тела;  
- трудности усвоение таких понятий как «впереди - позади», «слева - справа», «в начале - в конце» и др.;  
- трудности выполнения двигательных программ, затрудняются повторить последовательные движения, продолжить в тетради узор;  
- трудности восприятии и запоминания букв, особенно имеющих одинаковые элементы;  
- неправильное употребление предлогов;  
- зеркальное написание букв.  
В целях предупреждения дисграфии и дислексии используются упражнения, предложенные нейропсихологами. Они направлены на формирование пространственных представлений и кинетических процессов. Их можно использовать в качестве физкульминуток.

Формирование кинестетических процессов [4, с.131-133]:  
\*Ребёнку предлагается ряд любых движений, например, поднять руки в стороны - поднять вверх – присесть. Необходимо запомнить и повторить, соблюдая правильную последовательность.  
\*Круговые движения мячом вокруг туловища в горизонтальной плоскости (переложить мяч спереди в левую руку, а сзади в правую). Затем сменить направление. То же во фронтальной плоскости (руки вверх – переложить мяч в левую руку; руки вниз и назад – переложить мяч в правую руку).  
\*Наклониться вперёд и, подталкивать мяч поочерёдно носом, пальцами правой и левой руки, катить его вперёд вокруг стоп (по кругу; описывая восьмёрку – вправо, влево).  
\*Подбрасывание мяча и его ловля правой рукой, левой рукой, попеременно правой и левой рукой – на месте и с продвижением.  
\*«Передай мяч». Дети стоят в затылок друг другу и сверху над головой передают мяч.   
\*Пальчиковая гимнастика.  
\*Упражнение «Кулак - ребро – ладонь».  
Формирование пространственных представлений [4, с.119-127].  
Дети с трудом усваивают абстрактные для них понятия «правый – левый». По совету нейропсихологов мы маркируем левую руку ученика, надевая на руку браслет, таким образом, давая ему опору.  
\*«Спереди – сзади». Ощупывая части тела спереди и сзади, дети называют их. Затем с закрытыми глазами по инструкции последовательно дотрагиваются до передней (задней) поверхности своего тела и называют соответствующие части тела.  
\*«Кто где стоит?». Дети стоят в колонну по одному или в шеренге. Игроку, выбранному ведущим, надо назвать, где стоит его сосед (впереди или позади, слева или справа). Затем дети в произвольном порядке меняются местами, и игра продолжается.  
\*«Неправильное зеркало». Ребёнок и взрослый стоят или сидят друг напротив друга. Предлагается инструкция: «То, что я буду делать левой рукой, ты делаешь своей левой рукой (оба поднимают левые руки), а то, что я буду делать правой, ты – правой (поднимают правые руки)». Таким образом, ребёнок должен делать перенос относительно себя.

**Литература**

1. Визель Т.Г. Речь и проблемы общения у детей. – М.: В.Секачев, 2005.- 32с.  
2. Ковалько В.И. Азбука физкультминуток для дошкольников: Средняя, старшая, подготовительная группы. – М.: ВАКО, 2008.-176с.  
3. Рычкова Т.П. Речедвигательный тренинг: коррекционно-развивающие занятия для детей дошкольного возраста. – ростов н/Д: Феникс, 2010. – 93 с.   
4. Семенович А.В. нейропсихологическая диагностика и коррекция в детском возрасте. – М.: Издательский центр «Академия», 2002.- 232 с.  
5. Филичева Т.Б., Чиркина Г.В. Устранение общего недоразвития речи у детей дошкольного возраста. – М.: Айрис-пресс, 2004. – 224 с.  
6. Щетинин М.Н. Дыхательная гимнастика А.Н. Стрельниковой. – М.: Метафора, 2004. – 368 с.