**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.

На этапе автоматизации звуков обычно предлагаются следующие задания: «Повтори слова. Назови картинки» и т.п. Речевые игры с мячом помогают при автоматизации звуков автоматизацию 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.