

# Логопедическая пятиминутка

комплекс специально подобранных логопедических упражнений, направленных на формирование правильной красивой речи. В логоминутку могут входить упражнения и игры для коррекции:

- фонетико-фонематических нарушений;
- нарушений просодики;
- нарушений лексико-грамматического компонента русского языка;
- расстройств общей и мелкой моторики;
- расстройств артикуляционной моторики;
- несформированности связной речи.

Известно, что развитие интеллекта и речи ребёнка неразрывно связаны. Интеллектуальная неполноценность тормозит речевое развитие детей. Речь ребёнка с интеллектуальным недоразвитием страдает, как система, т.к. нарушены все её компоненты. Поэтому комплексы логопедических пятиминуток для детей с тяжелыми нарушениями речи должны включать разнообразные виды логопедических упражнений, что будет способствовать коррекции речи, как системы.

## Группы логопедических пятиминуток

Логопедические пятиминутки можно объединить в группы в соответствии с правилами правильной красивой речи:

1. При разговоре не нужно напрягаться, поднимать плечи и втягивать шею.
2. Перед началом речи сделать вдох, не напрягаясь и не поднимая плечи, и сразу же начинать говорить на плавном выдохе.
3. Чётко артикулировать, активно двигать губами и языком.
4. Произносить гласные протяжно, делать на них голосовую опору.
5. Согласные произносить чётко, легко, свободно, без напряжения.
6. В каждом слове выделять ударный гласный звук, произносить его громче и длительнее остальных гласных.
7. Первое слово во фразе говорить тише, низким голосом и немного медленнее.
8. Длинные предложения делить на смысловые отрезки.
9. Выдерживать паузу в конце предложения и между его смысловыми отрезками.
10. Говорить не монотонно, а выразительно.
11. Говорить не торопясь, но и не слишком медленно. Говорить уверенно и спокойно.
12. Перед тем, как что-либо сказать, мысленно приготовить фразу.
13. Во время речи не делать лишних движений руками, головой и туловищем.
14. Во время речи следует держаться естественно и смотреть на собеседника.

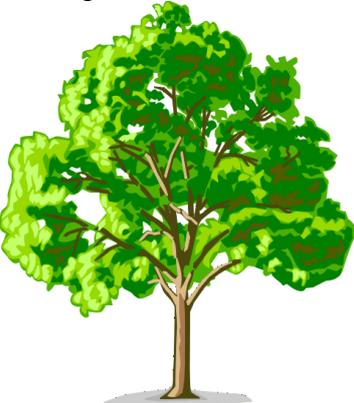
## Структура логопедической пятиминутки

1. Психологический настрой на проведение пятиминутки.
2. Формирование мотивации исправления речевых недостатков.
3. Объявление темы логопедической минутки в виде правила правильной красивой речи.
4. Выполнение упражнений, направленных на формирование правильной красивой речи.
5. Произнесение детьми небольшого текста с учётом выполнения правила красивой правильной речи (кроме комплексов на мышечное расслабление).

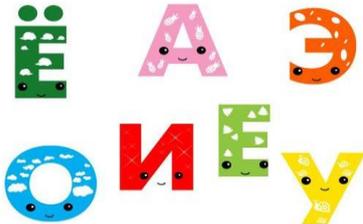
Психологический настрой направлен на установление контакта с детьми, привлечение их внимания. Зачастую на данном этапе логопедической пятиминутки достаточно добиться, чтобы все обучающиеся начали внимательно слушать учителя (воспитателя). В методической копилке каждого педагога имеется множество практических приёмов, которые можно с успехом использовать на данном этапе.

На этапе формирования мотивации исправления речевых недостатков необходимо ободрить детей, высказав мнение, что у них обязательно всё получится, если выполнять специальные упражнения. Далее педагог объявляет тему логопедической пятиминутки, сообщая одно правило красивой речи. На этапе выполнения упражнений взрослый сначала рассказывает о предстоящем упражнении, по возможности используя игровые приемы, а затем показывает выполнение упражнения. Далее упражнение делают школьники, а учитель (воспитатель) контролирует выполнение.

Так, например, при выполнении артикуляционной гимнастики взрослый следит за качеством выполняемых ребенком движений: точностью, плавностью, темпом выполнения, устойчивостью, переходом от одного движения к другому, симметричностью по отношению к правой и левой стороне лица. В противном случае артикуляционная гимнастика не достигает своей цели. Заканчивается логопедическая пятиминутка прочтением текста, который школьники уже читали на этапе практического показа речевой проблемы. На данном этапе важно отметить любые, даже самые минимальные успехи ребёнка.

<b>1 комплекс – «Мышечное расслабление»</b>	
Правило красивой речи	При разговоре не нужно напрягаться, поднимать плечи и втягивать шею.
<b>Упражнения</b>	
1. «Снеговик» 	<i>Представьте, что каждый из вас только что слепленный снеговик. Тело твердое, как замерзший снег. Пришла весна, пригрело солнце, и снеговик начал таять. Сначала “тает” и повисает голова, затем опускаются плечи, расслабляются руки и т. д. В конце упражнения ребенок мягко падает на пол и изображает лужицу воды. Необходимо расслабиться. Пригрело солнышко, вода в лужице стала испаряться и превратилась в легкое облачко. Дует ветер и гонит облачко по небу.</i>
2. «Дерево» 	<i>Исходное положение – сидя на корточках. Спрятать голову в колени, обхватить их руками. Представьте, что вы - семечко, которое постепенно прорастает и превращается в дерево. Медленно поднимитесь на ноги, затем распрямите туловище, вытяните руки вверх. Затем напрягите тело и вытянитесь. Подул ветер – вы раскачиваетесь, как дерево.</i>
3. «Тряпичная кукла и солдат» 	<i>Исходное положение – стоя. Полностью выпрямитесь и вытянитесь в струнку как солдат. Застыньте в этой позе, как будто вы одеревенели, и не двигайтесь. Теперь наклонитесь вперед и расставьте руки, чтобы они болтались как тряпки. Станьте такими же мягкими и подвижными, как тряпичная кукла. Слегка согните колени и почувствуйте, как ваши кости становятся мягкими, а суставы подвижными. Теперь снова покажите солдата, вытянутого в струнку и абсолютно прямого и негнувшегося, как будто вырезанного из дерева. Дети попеременно бывают то солдатом, то куклой, до тех пор, пока вы не почувствуете, что они уже вполне расслабились.</i>

<p>4. «Сорви яблоки»</p> 	<p><i>Исходное положение – стоя. Представьте себе, что перед каждым из вас растет яблоня с чудесными большими яблоками. Яблоки висят прямо над головой, но без труда достать их не удастся. Посмотрите на яблоню, видите, вверху справа висит большое яблоко. Потянитесь правой рукой как можно выше, поднимитесь на цыпочки и сделайте резкий вдох. Теперь срывайте яблоко. Нагнитесь и положите яблоко в небольшую корзину, стоящую на земле. Теперь медленно выдохните. Выпрямитесь и посмотрите налево вверх. Там висят два чудесных яблока. Сначала дотянитесь туда правой рукой, поднимитесь на цыпочки, вдохните и сорвите одно яблоко. Затем поднимите как можно выше левую руку, и сорвите другое яблоко, которое там висит. Теперь наклонитесь вперед, положите оба яблока в стоящую перед тобой корзину и выдохните. Теперь вы знаете, что вас нужно делать. Используйте обе руки попеременно, чтобы собирать висящие слева и справа от вас прекрасные большие яблоки и складывайте их в корзину.</i></p>
<p>5. «Деревья»</p> 	<p><i>Приготовьтесь, мы – деревья. Руки вверх мы поднимаем, Сильно, сильно напрягаем, Тихо ветками качаем. Кладём руки на колени И теперь немного лени. Снова руки поднимаем, Снова сильно напрягаем. Тихо ветками качаем. Снова руки на колени И опять немного лени. И становится понятно – Расслабление приятно.</i></p>
<h2 style="color: purple;">2 комплекс – «Речевой выдох»</h2>	
<p>Правило красивой речи</p>	<p>Перед началом речи сделать вдох, не напрягаясь и не поднимая плечи, и сразу же начинать говорить на плавном выдохе.</p>
<p>Образец речи</p>	<p><i>Как у горки на пригорке жили тридцать три Егорки: раз Егорка, два Егорка, три Егорка...</i> Интересно, сколько Егорок получится у Вас на одном выдохе?</p>
<h3>Упражнения</h3>	
<p>1. «Свеча»</p> 	<p>Исходное положение – сидя за партой. Представьте, что перед вами стоит большая свеча. Сделайте глубокий вдох на пальчики, изображающие горящую свечу, и постарайтесь одним выдохом задуть свечу. А теперь представьте перед собой 5 маленьких свечек. Сделайте глубокий вдох и задуйте эти свечи маленькими порциями выдоха.</p>

<p>2. «Нырляльщик»</p> 	<p>Исходное положение – стоя. Сделать глубокий вдох, задержать дыхание, при этом закрыть нос пальцами. Присесть, как бы нырнуть в воду. Досчитать до 5 и вынырнуть – открыть нос и сделать выдох.</p>										
<p>3. «Один гласный на одном выдохе»</p> <p><b>БУКВЫ ГЛАСНЫХ</b></p> <table border="1" data-bbox="272 629 531 786"> <tr> <td>а</td> <td>о</td> <td>у</td> <td>э</td> <td>ы</td> </tr> <tr> <td>я</td> <td>ё</td> <td>ю</td> <td>е</td> <td>и</td> </tr> </table>	а	о	у	э	ы	я	ё	ю	е	и	<p>Тянуть как можно дольше на одном выдохе гласный:</p> <p>а-----(медведь), у-----  (пароход), э-----(козочка),  и-----(мышка), о-----(слон),  ы-----(ветер)</p>
а	о	у	э	ы							
я	ё	ю	е	и							
<p>4. «Произнеси звуки на одном выдохе»</p> 	<p>а—у                    а—э                    а—и                    а—  о                    и—а                    и—у  а—у—о                    у—а—э                    а—э—  о—у                    а—э—о—у—и</p>										
<p>6. «Сосчитаем до 10»</p> 	<p>Вдохнуть носом, не напрягаясь, и не поднимая плечи. Считать на одном выдохе до 10.</p>										
<p>7. «Произнеси на одном выдохе»</p> 	<p>Читать пословицы, поговорки, скороговорки на одном выдохе.</p> <p><i>Капля и камень долбит.</i>  <i>Кто вчера солгал, тому завтра не поверят.</i>  <i>На скамеечке у дома целый день рыдала Тома.</i>  <i>Кошка Крошка на окошке, кашку кушала по крошке.</i>  <i>Флот плывет к родной земле, флаг на каждом корабле.</i></p>										
<h3>3 комплекс – «Сильные губы»</h3>											
<p>Правило красивой речи</p>	<p>Для того, чтобы красиво говорить, надо чётко и активно двигать губами.</p>										
<p>Образец речи</p>	<p><i>От топота копыт пыль по полю летит.</i></p>										

## Упражнения

### 1. «Улыбка»



*Удерживать губы в улыбке. Зубы не видны.*

### 2. «Хоботок»



*Вытягивать губы вперед длинной трубочкой.*

### 3. «Заборчик»



*Губы в улыбке, зубы сомкнуты в естественном прикусе и видны.*

### 4. «Бублик»



*Зубы сомкнуты. Губы округлены и чуть вытянуты вперед. Верхние и нижние резцы видны.*

5. «Кролик»



*Зубы сомкнуты. Верхняя губа приподнята и обнажает верхние резцы.*

6. «Хомячок»



*Сильно надуть щеки, изо всех сил удерживая воздух во рту.*

7. «Нарисуй губами»



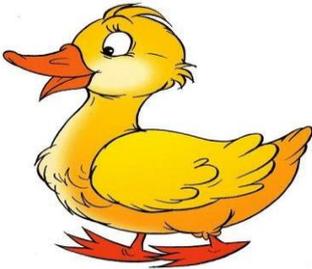
*Удерживая губами карандаш, нарисовать круг (квадрат).*

8. «Удержи губами»



*Удерживать губами карандаш и пытаться его выдернуть рукой.*

## 4 комплекс – «Подвижные губы»

Правило красивой речи	Чётко артикулировать, активно двигать губами.
Образец речи	<i>По бревну бобры бредут.</i>
<b>Упражнения</b>	
1. «Заборчик – Хоботок» 	<i>Вытянуть вперед губы трубочкой, затем растянуть губы в улыбку.</i>
2. «Пятачок» 	<i>Вытянутые трубочкой губы двигать вправо-влево, вращать по кругу.</i>
3. «Рыбки разговаривают» 	<i>Хлопать губами друг о друга (произносится глухой звук). Сжать большим пальцем и указательными пальцами одной руки верхнюю губу за носогубную складку и двумя пальцами другой руки нижнюю губу и растягивать их вверх-вниз.</i>
4 «Уточка» 	<i>Вытянуть губы, сжать их так, чтобы большие пальцы были под нижней губой, а все остальные на верхней губе, и вытягивать губы вперед как можно сильнее, массируя их и стремясь изобразить клюв уточки.</i>
5. «Сердитая лошадка» 	<i>Поток выдыхаемого воздуха легко и активно посылать к губам, пока они не станут вибрировать. Получается звук, похожий на фырканье лошади.</i>

6.«Страшилка»



*Рот широко открыт, губы втягиваются внутрь рта, плотно прижимаясь к зубам.*

## 5 комплекс – «Сильный язычок»

Правило красивой речи

Говорить чётко, активно двигать языком.

Образец речи

*Топали да топали, дотопали до тополя,  
До тополя дотопали, да ноги-то оттопали.*

### Упражнения

1. «Птенчики»



*Рот широко открыт, язык спокойно лежит в ротовой полости.*

2. «Лопаточка»



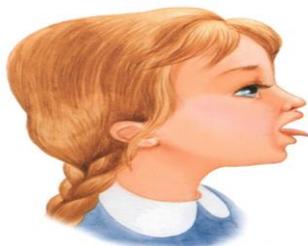
*Рот открыт, широкий расслабленный язык лежит на нижней губе.*

3. «Чашечка»



*Рот широко открыт. Передний и боковой края широкого языка подняты, но не касаются зубов.*

4. «Иголочка»



*Рот открыт. Узкий напряженный язык выдвинут вперед.*

5. «Киска сердится»

*Рот открыт, кончик языка*



*упирается в нижние резцы, спинка языка поднята вверх.*

6. «Трубочка»



*Рот открыт, боковые края языка загнуты вверх.*

7. «Грибок»



*Рот открыт. Язык присосать к нёбу.*

## **6 комплекс – «Подвижный язычок»**

Правило красивой речи

Говорить чётко, активно двигать языком.

Образец речи

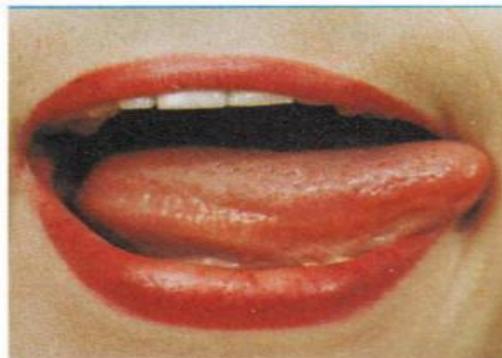
*На дворе – трава, на траве – дрова.*

### **Упражнения**

1. «Часики»

## **«ЧАСИКИ»**

Улыбнуться, открыть рот. Кончик языка переводить на счет «раз-два» из одного уголка рта в другой. Нижняя челюсть при этом остается

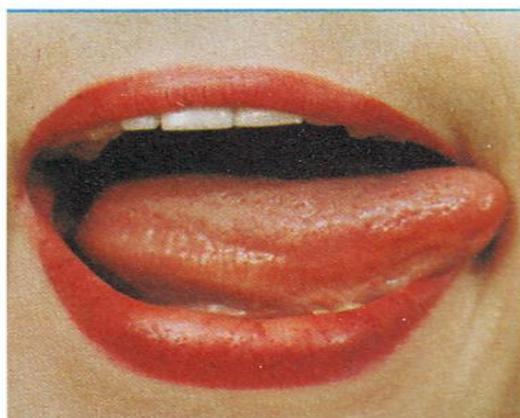


## 2. «Змейка»



А у змейки язычок  
Узок, тонок, как сучок.  
Ходит-ходит взад-вперёд:  
Как же он не устаёт?

## 3. «Качели»



## 4. «Почистим зубы»

### «ЧИСТИМ ЗУБКИ»

Улыбнуться, приоткрыть рот. Кончиком языка «почистить» нижние, затем верхние зубы с внутренней стороны, делая движения языком вправо - влево. Нижняя челюсть при этом не двигается.



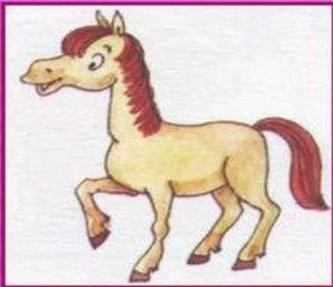
5. «Катушка»



Рот открыт. Кончик языка упирается в нижние резцы, боковые края прижаты к верхним коренным зубам. Широкий язык выкатывается вперед и убирается в глубь рта.

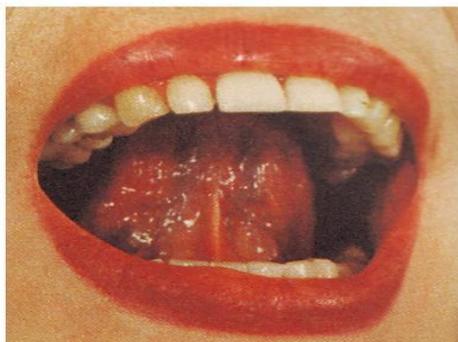
6. «Лошадка»

"Лошадка"



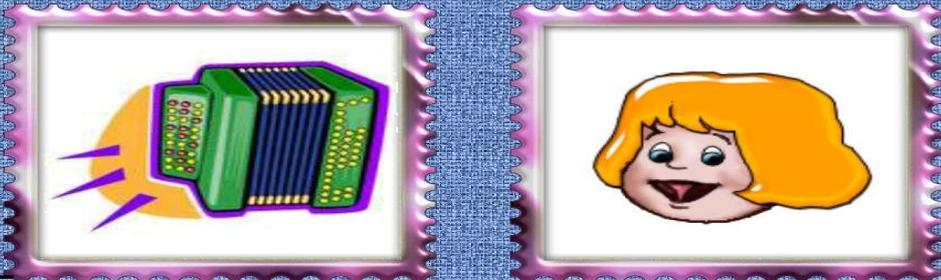
вытянуть губы  
приоткрыть рот  
процокать "узким" языком (как цокают копытами лошадки)

7. «Маляр»



Рот открыт. Широкий кончиком языка, как кисточкой, ведем от верхних резцов до мягкого нёба.

8. «Гармошка»

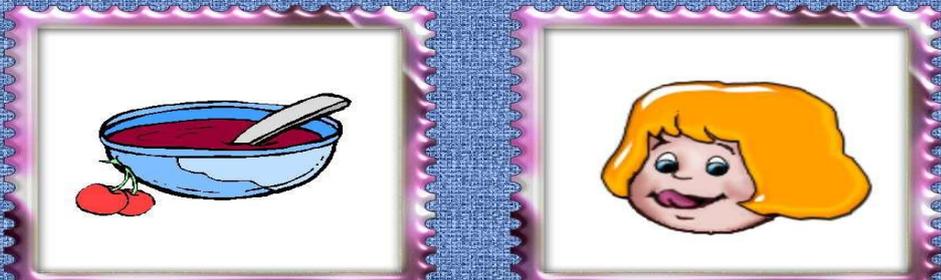


**Гармошка**  
улыбнуться, присосать широкий язык к нёбу (упражнение грибочек), не отрывая языка, открывать и закрывать рот (зубы не смыкать).



Рот раскрыт. Язык присосать к нёбу. Не отрывая язык от нёба, сильно оттягивать вниз нижнюю челюсть.

9. «Вкусное варенье»



**Вкусное варенье**  
улыбнуться широким языком  
облизать верхнюю губу



Рот открыт. Широким языком облизать верхнюю губу и убрать язык вглубь рта.

10. «Оближем губки»

**«ЧИСТИМ ЗУБКИ»**

Улыбнуться, приоткрыть рот. Кончиком языка «почистить» нижние, затем верхние зубы с внутренней стороны, делая движения языком вправо - влево. Нижняя челюсть при этом не двигается.



Рот приоткрыт. Облизать сначала верхнюю, затем нижнюю губу по кругу.