**Применение возможностей фитнеса в работе с детьми с нарушениями речи.**

В нашем детском саду на протяжении ряда лет практикуется ознакомление воспитанников с основами детского фитнеса. Детский фитнес – это хорошо продуманная детская физкультура, общеукрепляющая и формирующая жизненно важные навыки иммунитета. С этой целью мы разработали и успешно применяем программу по детскому фитнесу «Растишка», которая включает в себя теоретический и практический материал по танцевальной аэробике, фитбол – гимнастике, игровому стрейчингу, степ - аэробике. В программу так же включён проект «Фитнес с мамой и папой», который направлен на тесное сотрудничество с родителями, обязательными участниками образовательного и оздоровительного процесса,на протяжении всего пребывания детей в нашем учреждении.

Современная физкультурно – оздоровительная работа – это постоянное движение вперёд, показ умения арсенала используемых средств и методов тренировки, поэтому мы стремимся регулярно обновлять программу, осваиваем новые технологии, чтобы занятия были увлекательными, развивающими не только физическую форму, но и стимулировали инициативу и самостоятельность детей, осознанное отношение к своему здоровью.

В современном обществе становится всё меньше стимула для естественного физического движения, в результате: снижение функций организма, различные заболевания, в том числе речевые расстройства, которые напрямую связаны с психофизическим развитием. Нарушение речи приводит к замедленности формирования высших уровней познавательной деятельности, появление нарушений волевой сферы, возникновение трудностей в усвоении чтения и письма. Одним словом, для успешного усвоения школьной программы необходима хорошая, грамотная речь.

 У детей с речевыми проблемами наблюдается несовершенство двигательных функций, коррекция которых способствует более эффективному и быстрому преодолению основного речевого расстройства. Нарушение моторики оказывает прямое влияние на произносительную сторону речи. Поэтому, мы практикуем применение многофункциональных возможностей детского фитнеса в работе с детьми с нарушениями речи.

Основной базовый принцип работы в данном направлении заключается в освоении и внедрении технологии лого - аэробики, комплексной методики, включающей в себя средства логопедического, музыкально - эстетического и физического воспитания. Основой лого - аэробики является речь, музыка и движение.

Новизна данного опыта заключается в том, что наряду с традиционными формами упражнений проводятся специальные упражнения по степ – аэробике, а также логопедические упражнения, оптимальное сочетание которых в ходе занятия, приводит к осуществлению целостного традиционного процесса. У детей, занимающихся лого– аэробикой, повышается адаптивная возможность организма, благодаря регулярной двигательной активности, положительных эмоций. Существуют различные виды лого- аэробных упражнений виды, которых нам очень интересны. На улучшение осанки, на развитие дыхания, мимики, голоса, артикуляции, пальчиковые, счётные упражнения. Большой эмоциональный интерес у детей вызывают танцевальные лого – аэробные упражнения и упражнения со степ – платформой.

На занятиях по степ аэробике детям предлагаются задания для закрепления и активизации звуков на основе хорошо знакомых стихов, песен, подобранных с учётом сюжетов занятия. Уникальное сочетание упражнений на степах, музыки, проговариванияв ритме движения - незаменимая тренировка для детей с речевыми расстройствами, так как индивидуальный ритм детей часто ускорен или наоборот замедлен.

Двигательную деятельность у детей строим на основе принципа доступности и новизны. От простого к сложному. И осуществляю их во время занятий по дополнительному образованию, на утренней гимнастике, включаю в основные физкультурные занятия. Тексты для разучивания предоставляются логопедом или применяются стихи детских авторов: Агнии Барто и Валентина Берестова. Разработан блок четверостиший собственного сочинения. Разработаны комплексы упражнений по логоритмике на автоматизацию звуков с использованием степ платформ и мячей разного диаметра. Индивидуальные занятия с детьми проводятся в свободное от занятий время - в первой и во второй половине дня. Разработана наглядная и практическая информация для родителей: статьи в общесадовой газете «Чайка»о пользе фитнеса и лого- аэробики, видео - зарядки и тематические лого – ритмические связки для занятий дома. Совместные занятия в кружке «Растишка».

Степ – аэробика стала одним из любимых занятий детей. Повысился интерес родителей к занятиям физической культурой. Занятия на степах обычные и лого – аэробные приносят ощутимую помощь гиперактивным детям, которым особенно сложно контролировать своё тело на ограниченном пространстве, но психологическая привлекательность степов и общий энтузиазм к характерным занятиям таковы, что дети хорошо адаптируются к требуемым условиям. Степ становится сдерживающим фактором для детей.Наблюдая за тем, как двигаются дети старшего дошкольного возраста никто и не усомнится в том, что с точки зрения развитости координации, их речь, безусловно, становится лучше.

Для измерения результатов работы три раза в год проводится фитнес – тестирование, так же, трижды в год воспитателем и учителем – логопедом проводится мониторинг развития речи детей. Динамика безусловно положительная. Отсутствие спортивного зала составляет основную трудность в моей работе. Опыт работы показываем на городском методическом объединении для инструкторов по физической культуре. Программа «Растишка» передана на рассмотрение в ЦТиР «Планета Талантов» для плодотворного сотрудничества.