

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение
детский сад общеразвивающего вида «Малыш» г. Данилова
Ярославской области

Профилактика плоскостопия у детей дошкольного возраста средствами физического воспитания

Инструктор по физической культуре
Азизова Мадина Гусейновна

2016

Цель занятий - профилактика нарушений плоскостопия как средство укрепления опорно-двигательного аппарата детей дошкольного возраста

Задачи системы занятий

Оздоровительные

- ❖ выявить уровень заболевания плоскостопием у детей дошкольного возраста
- ❖ внедрить использование специальных физических упражнений, игр и массажа для профилактики плоскостопия
- ❖ закрепить положение мышц опорно-двигательного аппарата корригирующими упражнениями
- ❖ формировать правильную постановку стопы и сохранить правильную осанку детей.

Образовательные

- ❖ формировать двигательные умения и навыки у ребенка в соответствии с его индивидуальными особенностями для профилактики плоскостопия
- ❖ познакомить с доступными способами укрепления здоровья, побуждать сознательно относиться к своему здоровью
- ❖ обогащать двигательный опыт через различные виды движений

Воспитательные

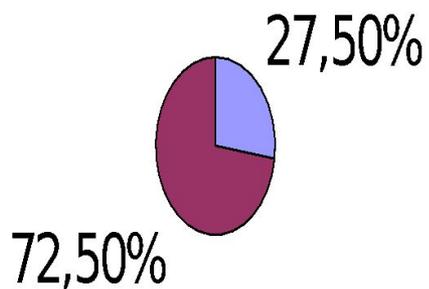
- ❖ приучать к самостоятельному выполнению физических упражнений
- ❖ воспитывать потребность в постоянной двигательной активности и ЗОЖ
- ❖ воспитывать доброжелательные отношения со сверстниками в совместной двигательной деятельности.

Принципы работы

- ◆ Дифференциации и индивидуализации
- ◆ Доступности
- ◆ Системности
- ◆ Последовательности
- ◆ Научности
- ◆ Оздоровительной направленности

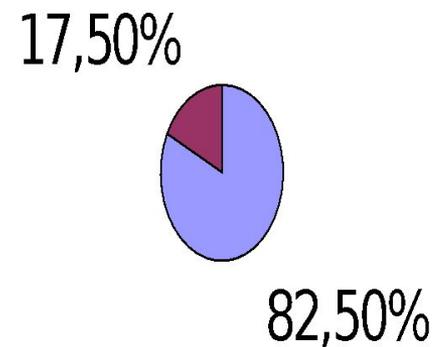
Результаты медицинского осмотра

нарушение свода стопы



■ нарушение ■ норма

нарушение осанки



■ норма ■ нарушение

В группах наших малыши -
Вот такие крепыши.
Любят очень все играть,
Свои ножки развивать.





Вот художники у нас,
Посмотрите, высший
класс!
Небывалой красоты
Солнце, воздух и
цветы!



- укрепление мышц стопы и голени ног
- правильная постановка стопы при ходьбе, самостоятельный контроль
- повышение уровня физической подготовленности
- сформированность осознанной потребности в выполнении упражнений в домашних условиях
- благотворное влияние физкультуры на сохранение опорно-двигательного аппарата и укрепление здоровья –
- положительная динамика в плантографии ребенка на конец года.



Красивые ножки идут по дорожке



Теперь пусть ножки отдохнут.
И по коврику пройдут



Основные средства для занятий по профилактике плоскостопия

- Различные виды ходьбы и бега
- Физические упражнения из разных исходных положений без предметов и с предметами
- Упражнения с использованием нестандартного оборудования
- Использование физкультурных снарядов и приспособлений
- Массаж и самомассаж



Плывет кораблик по волнам,
Нынче здесь, а завтра там



Дружно ножки разминаем
И по палочкам шагаем





Чтобы далеко шагали,
В путь дороге не устали.
Сядем все мы, отдохнем
И массаж подошв начнем





Работа с родителями



Будем ножки разминать,
чтобы здоровыми нам
стать.



Мелкие игрушки будем
собирать,
Не устанут пальчики
наши так играть





Стопа – это фундамент, на котором стоит здание – ваше тело

Гиппократ



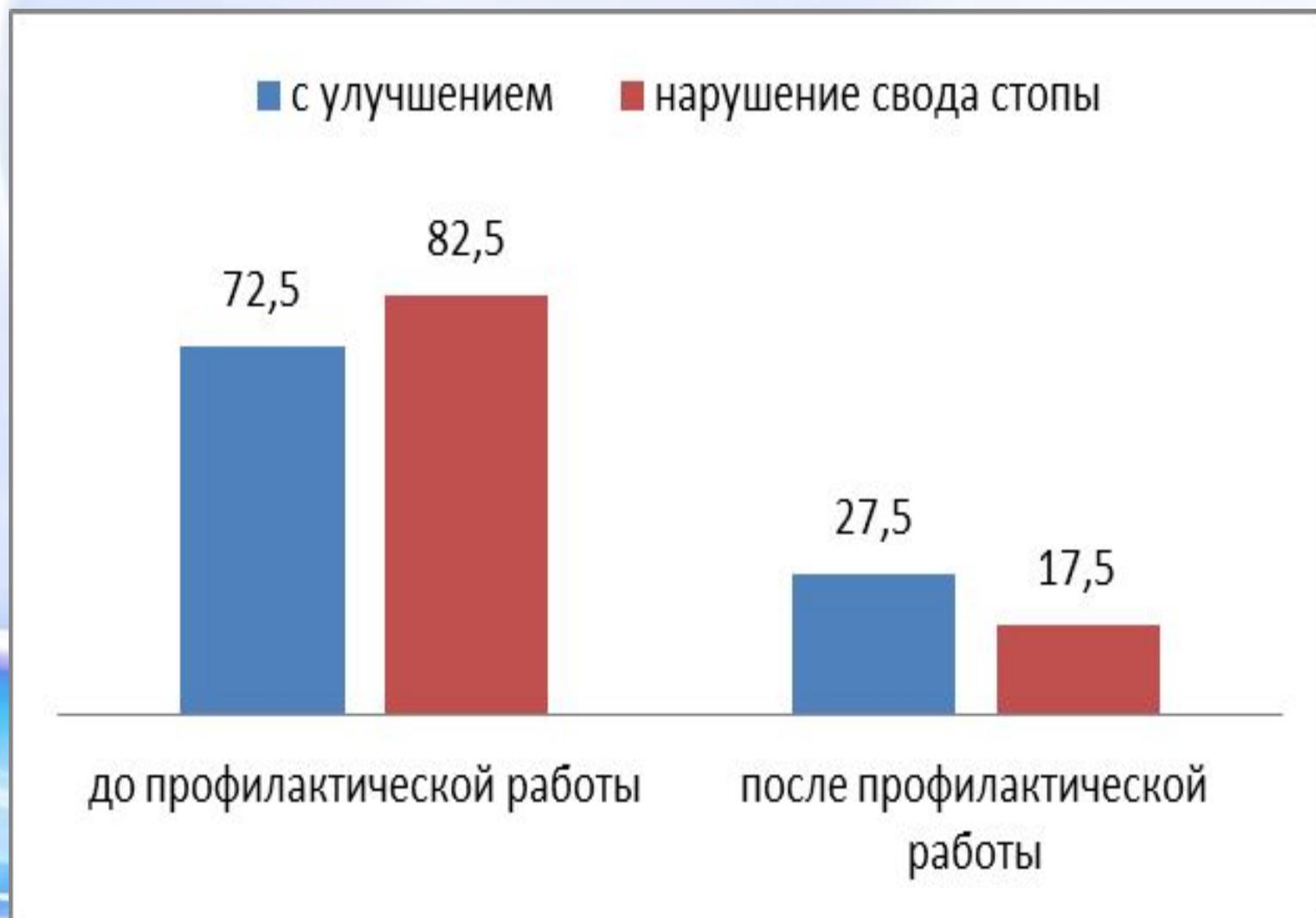
Взаимодействие с педагогами





**Мы по коврикам пройдем,
Свои ножки разомнем**

Результаты профилактической работы



**«Жизнь показывает: счастье и
здоровье могут совпадать.
Однако чаще всего их добывают
с раннего детства»**

**Спасибо за
внимание!**