

***ПРОФИЛАКТИКА И КОРРЕКЦИЯ***

***ПЛОСКОСТОПИЯ У ДЕТЕЙ***

***ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА***

***СРЕДСТВАМИ ФИЗИЧЕСКОГО***

***ВОСПИТАНИЯ***

Выполнила: инструктор по  
физической культуре  
**Мухаметзянова**  
**Альбина Фануровна**

# *Цель и задачи проекта*

*Цель исследования* - экспериментально доказать эффективность использования средств физического воспитания для профилактики и коррекции плоскостопия у детей дошкольного возраста.

## *Задачи исследования:*

1. Изучить методики определения плоскостопия, выбрать наиболее доступные и информативные для детей 5-7 лет.
2. Подобрать систему мероприятий и упражнений, корректирующих плоскостопие у детей дошкольного возраста.
3. Разработать стратегию совместной деятельности педагогов и родителей.
4. Создать необходимые условия для проведения мероприятий, игр, упражнений на занятиях по профилактике и коррекции плоскостопия у детей дошкольного возраста.
5. Проанализировать итог проделанной работы, на основе сравнения результатов диагностики до и после развивающей работы.

# *Предмет и объект проекта:*

*Объект исследования* — опорно-двигательный аппарат детей 5-7 лет, имеющих уплощение сводов стоп и плоскостопие различной степени.

*Предмет исследования* — комплексная методика профилактики и коррекции плоскостопия с использованием стандартного и нестандартного оборудования.

# *Сроки и пути реализации проекта ■*

*Продолжительность проекта: 01.10.2012 - 31.05.2014 г.*

*Вид проекта: межгрупповой, комплексный,  
долгосрочный*

*Ожидаемый результат: снижение высокого показателя  
по плоскостопию*

*Этапы проекта:*

- 1. Подготовительный этап (октябрь - декабрь 2013 г.)*
- 2. Практический этап (январь 2013 г. - март 2014 г.)*
- 3. Оценочный этап (апрель - май 2014 г.)*

**ДЕТИ среднего и  
старшего  
дошкольного  
возраста**

**ИНСТРУКТОР  
по физкультуре**

**ВРАЧ-педиатр**

***УЧАСТНИКИ  
ПРОЕКТА***

**Медицинская  
сестра**

**РОДИТЕЛИ**

**ВОСПИТАТЕЛИ**

# Формы реализации проекта



# ***СРЕДСТВА ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ***

*для профилактики и коррекции  
плоскостопия у детей*

**Природно-  
оздоровительные  
факторы**

**Гигиенические  
факторы**

**Физические  
упражнения**

# Работа с детьми

Сроки	Наименование работы
Октябрь - декабрь 2012г.	1. Ежедневная зарядка с включением упражнений для профилактики плоскостопия 2. Медицинский осмотр детей с целью выявления признаков плоскостопия
Январь - апрель 2013 г.	3. Физкультурные занятия по регламенту с включением упражнений для профилактики плоскостопия 4. Открытое занятие в средних и старших группах "Прогулка в лес" 5. Еженедельные (2 раза в неделю) физкультурные занятия по коррекции плоскостопия с детьми экспериментальной группы
Май 2013 г.	Проведение диагностики с целью подведения промежуточных итогов
Июнь - август 2013 г.	6. Ежедневные утренние зарядки на свежем воздухе 7. Летнее развлечение на свежем воздухе с использованием "Дорожки здоровья" в старших и средних группах 1 раз в месяц
Сентябрь 2013 г. - март 2014 г.	8. Ежедневная зарядка с включением упражнений для профилактики плоскостопия 9. Физкультурные занятия по регламенту с включением упражнений для профилактики плоскостопия 10. Развлечение по профилактике плоскостопия в старших группах 11. Открытое занятие в средних и старших группах "Такие разные дорожки" 12. Еженедельные (2 раза в неделю) физкультурные занятия по коррекции плоскостопия с детьми экспериментальной группы
Апрель - май 2014 г.	13. Проведение итоговой диагностики детей по плоскостопию



# Работа с воспитателями

Сроки	Наименование работы
Октябрь - декабрь 2012г.	<ol style="list-style-type: none"><li>1. Медицинский осмотр детей с целью выявления признаков плоскостопия</li><li>2. Консультация для воспитателей "Что такое плоскостопие"</li><li>3. Консультация для воспитателей "Изготовление нестандартного оборудования для профилактики и коррекции плоскостопия у детей"</li><li>4. Разработка занятий, плана мероприятий, изготовление нестандартного оборудования для коррекции плоскостопия у детей</li><li>5. Подбор материала и оформление картотеки гимнастики для стопы</li></ol>
Январь - апрель 2013 г.	<ol style="list-style-type: none"><li>6. Физкультурные занятия по регламенту с включением упражнений для профилактики плоскостопия</li><li>7. Открытое занятие в средних и старших группах "Прогулка в лес"</li><li>8. Консультация для воспитателей по закаливанию в ДОУ</li></ol>
Май 2013 г.	Проведение диагностики с целью подведения промежуточных итогов
Июнь - август 2013 г.	<ol style="list-style-type: none"><li>9. Подготовка летней дорожки здоровья</li><li>10. Летнее развлечение на свежем воздухе с использованием "Дорожки здоровья" в старших и средних группах 1 раз в месяц</li><li>11. Разработка оздоровительных мероприятий к следующему учебному году</li></ol>
Сентябрь 2013 г. - март 2014 г.	<ol style="list-style-type: none"><li>12. Развлечение по профилактике плоскостопия в старших группах</li><li>13. Открытое занятие в средних и старших группах "Такие разные дорожки"</li><li>14. Пополнение картотеки развивающих игр для детей</li></ol>
Апрель - май 2014 г.	<ol style="list-style-type: none"><li>15. Проведение итоговой диагностики детей по плоскостопию</li></ol>

# Работа с родителями

Сроки	Наименование работы
Октябрь - декабрь 2012 г.	1. Родительское собрание "Что такое плоскостопие" 2. Родительское собрание по результатам медицинского осмотра детей для согласования дальнейшей работы
Январь - апрель 2013 г.	3. Открытое занятие в средних и старших группах "Прогулка в лес" 4. Мастер-класс для родителей "Здоровые дети в здоровой семье" 5. Консультация для родителей "Коррекция плоскостопия ребенка дома"
Сентябрь 2013 г. - март 2014 г.	6. Открытое занятие в средних и старших группах "Такие разные дорожки" 7. Консультация для родителей "Закаливание детей дома"
Апрель - май 2014 г.	Родительское собрание "Подведение итогов проделанной работы"

# Итоги эксперимента:

Эксперимент показал положительный результат. У четверых детей с патологией плоской стопы наблюдается улучшение. У детей с уплощенной стопой ухудшений нет, появилась положительная динамика.

Все дети освоили комплекс самомассажа, упражнений для стоп, осознали значимость данной работы.

## Показания изменения свода стопы детей экспериментальной группы

№	Имя ребенка	Результаты диагностики			Динамика	Примечания
		Май 2012 г.	Май 2013 г.	Май 2014 г.		
1	Лиза К.	плоскостопие II степени	плоскостопие II степени	плоскостопие I степени	Улучшение	
2	Сереза Ж.	уплощение стопы	уплощение стопы	уплощение стопы		ребенок перестал жаловаться на боли в ногах в конце дня
3	Оля З.	плоскостопие III степени	плоскостопие II степени	плоскостопие II степени	Улучшение	
4	Регина М.	плоскостопие I степени	плоскостопие I степени	плоскостопие I степени		все упражнения выполняет до конца, понимает необходимость занятий
5	Матвей А.	плоскостопие II степени	плоскостопие I степени	плоскостопие I степени	Улучшение	
6	Варвара О.	плоскостопие I степени	плоскостопие I степени	плоскостопие I степени		все упражнения выполняет до конца, понимает необходимость занятий
7	Егор П.	уплощение стопы	уплощение стопы	уплощение стопы		ребенок стал выносливее, перестал отказываться от занятий
8	Алина Н.	плоскостопие I степени	плоскостопие I степени	плоскостопие I степени		все упражнения выполняет до конца, понимает необходимость занятий
9	Оля К.	плоскостопие II степени	плоскостопие II степени	плоскостопие I степени	Улучшение	
10	Ваня И.	плоскостопие I степени	плоскостопие I степени	плоскостопие I степени		все упражнения выполняет до конца, понимает необходимость занятий

Родители детей экспериментальной группы стали ответственнее относиться к проблеме плоскостопия детей, проявили сознательность и изготовили множество пособий для коррекции плоскостопия.

Воспитатели в свою работу включили проведение упражнений по профилактике плоскостопия, оформили физкультурные уголки с учетом рекомендаций инструктора по ФИЗО.

В дальнейшем предполагается данную работу включить в программу воспитания и развития детей МКДОУ № 20 "Аленушка" г. Аши Челябинской области.