



ПРОФИЛАКТИКА ПЛОСКОСТОПИЯ В ГРУППЕ ДЕТСКОГО САДА

**Воспитатель:
Власкова Л.Е.**

ВВЕДЕНИЕ

- **Плоскостопие**-деформация стопы, заключающаяся в уменьшении ее сводов, что влияет на осанку и физическое состояние ребенка.
- **Цель профилактики:** формирование и укрепление сводов стоп.
- **Задачи профилактики:** развитие основных функций стоп, обучение правильной постановки стоп при ходьбе, повышение тонуса, улучшение кровообращения стоп, улучшение координации движений.



ПРОФИЛАКТИКА В РЕЖИМНЫХ МОМЕНТАХ В ДЕТСКОМ САДУ

□ Утренняя гимнастика



Ходьба по массажному коврику без обуви



ФИЗКУЛЬТМИНУТКИ



Упражнение: «Мы по кругу друг за другом»



Упражнение: «Удержи мячик ножками»



Упражнение: «Палочки-каталочки»



ЗАНЯТИЕ ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ



ПОДВИЖНЫЕ ИГРЫ И УПРАЖНЕНИЯ



«Ходьба по солнышку»



БОДРЯЩАЯ ГИМНАСТИКА



«Колочие ежатки под пятки»



«Помаши платочком»



«Веселые карандаши»



ОБОРУДОВАНИЕ И МАТЕРИАЛЫ ДЛЯ ПРОФИЛАКТИКИ ПЛОСКОСТОПИЯ





Массажный коврик «Пуговицы»



Массажный коврик «Камушки»



Рибристая дорожка





Обруч



«Палочка-каталочка»



Подручный материал



Массажный мячик



Природный материал



СПАСИБО ЗА ВНИМАНИЕ!

