**Каменских Т.В.**

**МБДОУ «Детский сад № 29»**

**Пояснительная записка.**

**Направленность:** программа направлена на детей 5-7 лет с нарушением опорно-двигательного аппарата (плоскостопие).

По медицинской статистике к двум годам у 24%детей наблюдается плоскостопие, к четырем годам – у 32%, к шести годам – у 40%, а к 12 годам – каждому второму ребенку ставят диагноз «плоскостопие».

Каждый год, после обследования детей, у нас в детском саду выявляется от 15 до 17 детей с нарушением стопы. Поэтому эта тема важна и актуальна во многих детских садах, в том числе и в нашем. И наша задача сделать все необходимое, чтобы было меньше нарушений со стороны опорно-двигательного аппарата (дефектов осанки и плоскостопия).

Работая по программе Васильевой, не достаточно прослеживается работа по коррекции и профилактике плоскостопия. Вот поэтому работа в этом направлении в условиях ДОУ, осуществляется систематически на дополнительных занятиях.

В начале года я создала проект «Здоровые ножки» (профилактика и коррекция плоскостопия у детей 5-7 лет).

**Цель**: объединить усилия педагогов и специалистов МБДОУ и семьи в профилактике и коррекции возможных нарушений стопы; способствовать зарождению и развитию осознанного отношения детей к своему здоровью.

**Задачи**: комплексное решение проблемы предупреждения заболеваний опорно-двигательного аппарата у детей.

1. Убедить родителей:

а) в необходимости сотрудничать с дошкольным учреждением

б) неукоснительно выполнять рекомендации специалистов.

1. Повысить ответственность педагогов и специалистов за выполнение режима дня, двигательной активности, санитарно-гигиенических требований.
2. Осуществлять коррекцию имеющихся нарушений стопы (на индивидуальных занятиях).
3. Увеличивать силовую выносливость и укреплять мышцы, участвующие в формировании стопы.

В реализации данной программы участвуют дети 5-7 лет.

**Сроки реализации:** октябрь 2012г. – май 2014г.

Режим занятий: 2 раза в неделю (вторник, четверг) с 15-05 до 15-30 ч.

**Ожидаемые результаты.**

1. Осознание родителями важности предупреждения заболеваний опорно-двигательного аппарата своих детей, необходимости сделать все возможное для коррекции нарушений стопы.
2. Желание и умение родителей сотрудничать с дошкольным учреждением.
3. Умение детей контролировать свою осанку в течении дня, осознанно выполнять коррекционные упражнения, владение приемами самомассажа свода стопы.
4. Достижение высокого процента исправления или улучшения свода стопы.

**Способы проверки**: обследование детей (плантография) в начале и в конце года; индивидуальные беседы с родителями; открытые занятия.

В конце 2012 года была проведена диагностика детей , выяснилось, что процент улучшения и исправления составил 31%.

**Учебно – тематический план.**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| Месяц | Комп-лексы | Кол-во часов | Содержание комплекса | Форма  занятий |
| октябрь | №4,№6 | 4 | 1. Виды ходьбы. 2. Упражнения без предметов. Игра «Кто быстрей возьмет платочек?» | беседа  упраж-  нения |
| ноябрь | №2,№9 | 4 | 1. «Веселые упражнения» 2. Упражнения с предметами.   Игра : «Переложи предметы». | Игровое  упр-я |
| декабрь | №3, 20 | 4 | 1. «Маленькие утята» 2. Упражнения с палкой   Игра: «Страус» | Игровое  упр-я |
| январь | №14, 12 | 4 | 1. Упр-я с массажным мячом 2. Загадки (отгадка в показе упр-ний)   П/и: «Зайцы в огороде» | игровое |
| февраль | №10, 23 | 4 | 1. «Зверята в цирке» 2. Упр-я с массажером   Игра:»Полоса препятствий» | Игровое  упр-я |
| март | №5,15,16 | 5 | 1. «Сказка про колобка» 2. Упр-я с ленточкой 3. Рисование ногами | игровое |
| апрель | №8, 13 | 4 | 1. Упр-я с мячом 2. «Веселый зоосад»   Игра:»Пишем ногами» | Игровое  упр-я |
| май | №18,17 | 2 | 1. Эстафета 2. Массаж ног   Игра: «Быстрый мяч» | игровое |

**Литература.**

1. «Формирование правильной осанки»,

«Коррекция плоскостопия у дошкольников» Анисимова Т.Г., Ульянова С.А., Еремина. Р.А.

1. «Физкультурно-оздоровительные занятия с детьми 5-7 лет» Вареник Е.Н.
2. «Двигательная активность детей в детском саду» Харченко Т.Е.

**Обратите внимание!**

1. Зубова Катя - плоскостопие
2. Окунева Настя - плоск-е
3. Величкова Арина - уплощенная
4. Васильев Тимофей - плоск-е
5. Фащинский Родион - плоск-е
6. Березин Савелий - плоск.
7. Дармель Рома - плоск.
8. Миронов Вадим - плоск.
9. Перевалова Милена - плоск.
10. Захарова Алена - уплощенная
11. Миронова Настя - уплощ.
12. Степанова Полина - уплощ.

**Обратите внимание!**

1. Смирнова Лиза - плоскостопие
2. Максимова Ксюша - плоскостопие
3. Басова Кристина - плоск.
4. Третьяков Коля - плоск.
5. Алексеев Андрей - плоск.
6. Шипунов Егор - уплощенная
7. Луговой Максим - уплощенная

**Обратите внимание!**

1. Уральцев Данил - уплощенная
2. Федулкин Саша - уплощенная
3. Метельков Вадим - уплощенная

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| месяц | Содержание работы | группа |
| Сентябрь  Октябрь  В течение  Года  Ноябрь –  Декабрь  В течение года  Декабрь  Январь  Февраль  Март  Апрель  Май | Папки-передвижки: «Профилактика нарушений осанки и плоскостопия у дошкольников»; «Все о плоскостопии».  Материал в родительский уголок: «Немного о режиме»  Представление проекта «Здоровые ножки» на родительском собрании.  Работа в рамках проекта  Конкурс нестандартного оборудования для занятий с детьми дома.  Консультация: «Здоровье в порядке – спасибо зарядке!» (о значении утренней гимнастики в жизни ребенка).  День открытых дверей: посещение занятий и утренней гимнастики.  Индивидуальные беседы по вопросам  Физического воспитания.  Информация: «Всей семьей на лыжах».  Консультация: «Подвижная игра – одна из форм физической культуры в дошкольном возрасте.  Лекция: «Дыхательная и звуковая гимнастика.  Открытое занятие по коррекции плоскостопия.  Фото-выставка: «Наша спортивная семья»  Отчет по проекту.  Результаты диагностики. | Старшая  Подгот.  Старшая  Ст. подг.  Старшая  Подготов.  Все группы  Все гр.  Все группы  Все группы  Старшая  Подгот.  Старшая  Подгот.  Ст., подг.  Ст., подг. |

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Вид работы | Содержание | Время проведения |
| Работа с педагогическим коллективом | 1. Контроль утренней гимнастики и гимнастики после сна. 2. Представление проекта «Здоровые ножки». 3. «Здоровье в наших руках» - деловая игра для воспитателей. 4. Консультация: «Роль воспитателя на занятиях по физическому воспитанию. 5. Консультация: «Точечный массаж и дыхательная гимнастика в работе с дошкольниками. 6. Знакомство воспитателей с материалами метод. объединений. 7. Открытые занятия. 8. Подготовка к праздникам и развлечениям. 9. Индивидуальные консультации. | В течение года  Октябрь  Ноябрь  Декабрь –  Январь  Февраль  В течение года    В течение года  В течение года  По мере необходимости |