

ТЕХНОЛОГИИ ПРОФИЛАКТИКИ ПЛОСКОСТОПИЯ У ДЕТЕЙ 3-4 ЛЕТ

ПОДГОТОВИЛИ ВОСПИТАТЕЛИ 2 - МЛАДШЕЙ ГРУППЫ
Анпилогова С.Н.
Лыкова И.В.

*Нестандартное оборудование
в профилактике плоскостопия
как одно из направлений в реализации
здоровье сберегающих технологий
в работе с детьми дошкольного возраста.*



*«Стопа-это фундамент, на котором
стоит здание-наше тело»*

Гиппократ



Что же такое плоскостопие?

Это статическая деформация стопы, характеризующаяся уплощением ее сводов



Причины плоскостопия

- Раннее вставание и ходьба
- Слабость мышц стоп
- Чрезмерное их утомление
- Избыточный вес
- Неудобная обувь
- Травмы стопы и голеностопного сустава
- Недостаточная двигательная активность
- Нередко плоскостопие становится причиной нарушения осанки. Неправильная форма стопы приводит к перекосу таза, асимметрии лопаток, плеч, к формированию сколиоза

Создание здоровьесберегающей среды предусматривает наличие оборудования и инвентаря, в том числе и нестандартного, способствующего формированию и укреплению мышц стопы .



Для изготовления нестандартного оборудования по профилактике плоскостопия мы использовали разнообразные материалы:

- старые галстуки и пуговицы,**
- куски линолеума и крышки,**
- киндеры и тряпочки,**
- мочалки и бельевые веревки,**
- губки для мытья посуды,**
- деревянные палочки и бабины,**
- Поролоновые жгуты и крупа,**
- Цветные камешки**
- Самоклеющаяся пленка и т.д**

Массажные коврики

Цель: укрепление мышц нижних конечностей.
«Весёлая ходьба»

Мы весёлые ребята
Любим весело шагать!
Спортом заниматься
Никогда не унывать.



«Веселый удав»



Следочки



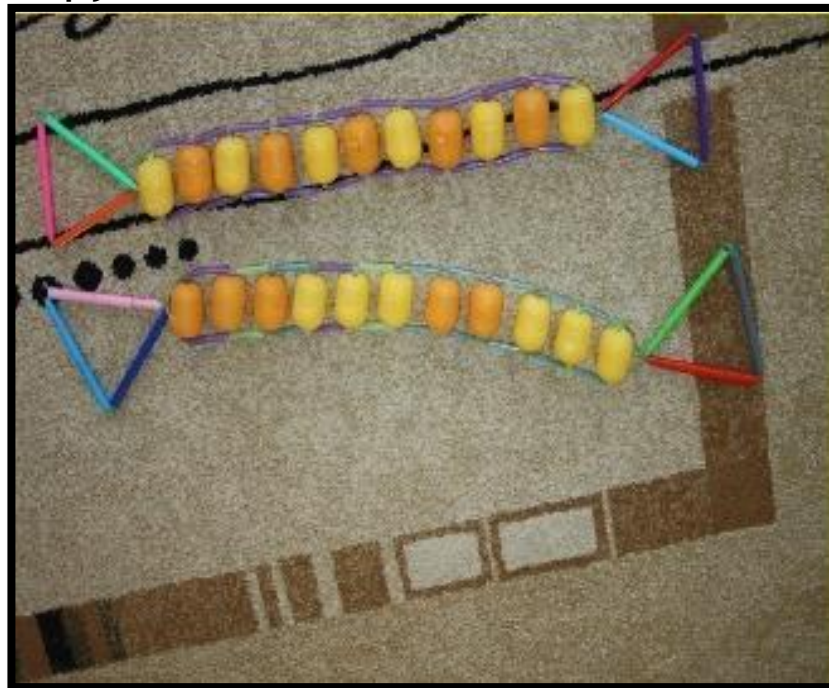
Массажеры

Ножки разминаем, гусеницу катаем!

Цель: укрепление мышечно-связочного аппарата стоп.

«Гусеница»

Вот бегу я по дорожке
И по травке босиком,
Сяду, отдохну немножко -
Сказка летняя кругом.

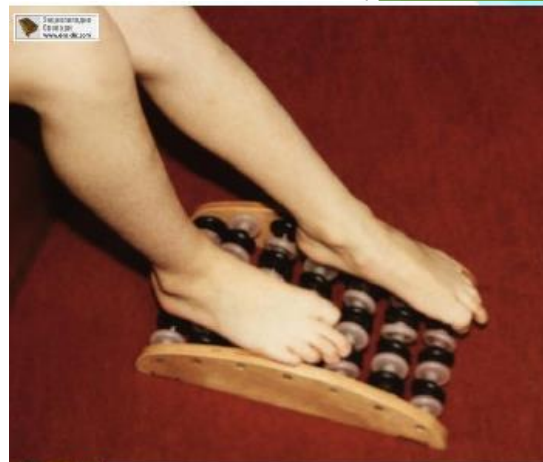




«Массажный ёжик»



Ролик из старых



«Массажный ёжик»



Массажный мячик Су - джок

Палочки-скалочки



Змейка



Игра

«Догони игрушку»



ЛОВКИЕ ПАЛЬЧИКИ



Нетрадиционное оборудование может использоваться:

- НА ФИЗКУЛЬТУРНЫХ ЗАНЯТИЯХ;
- В ИГРАХ И ИГРОВЫХ УПРАЖНЕНИЯХ;
- В ИНДИВИДУАЛЬНОЙ РАБОТЕ;
- В САМОСТОЯТЕЛЬНОЙ ДВИГАТЕЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ

**ИСПОЛЬЗОВАНИЕ НЕТРАДИЦИОННОГО
ОБОРУДОВАНИЯ В ПРОФИЛАКТИКЕ
ПЛОСКОСТОПИЯ СПОСОБСТВУЕТ-
ОБЩЕМУ УКРЕПЛЕНИЮ ОРГАНИЗМА,
ПОДДЕРЖАНИЮ ПСИХОМОТОРНОГО
РАЗВИТИЯ НА ВОЗРАСТНОМ УРОВНЕ;
ИСПРАВЛЕНИЮ ИМЕЮЩЕЙСЯ
ДЕФОРМАЦИИ СТОПЫ; УКРЕПЛЕНИЮ
МЫШЦ, ФОРМИРУЮЩИХ СВОД СТОПЫ;
ФОРМИРОВАНИЮ И ЗАКРЕПЛЕНИЮ
НАВЫКА ПРАВИЛЬНОЙ ХОДЬБЫ.**

Спасибо за внимание

