

Герасимова Татьяна Валерьевна
Воспитатель
МБДОУ «ДС №3 «Ромашка»
город Верхний Уфалей

Проект по формированию правильной осанки у детей младшего дошкольного возраста через организацию работы физкультурно-оздоровительного кружка «Здоровей-ка»

Может включать следующие элементы:

Подготовительный этап. Определение проблемы, цели и задач проекта, изучение литературы, сбор информации и необходимого материала. Разработка плана работы, анкетирование родителей и педагогов, профилактические беседы по данной теме. 2

Основной этап. Активная работа с детьми дошкольного возраста, родителями и педагогами учреждения. Освоение комплексов гимнастики и общеразвивающих упражнений, игр, игры-эстафеты, спортивные праздники и развлечения, физкультурные минутки, упражнения на релаксацию, массаж стоп с помощью гимнастических палок и дорожек.

Работа с педагогами и родителями воспитанников. Познакомить с информацией об использовании нетрадиционного оборудования и его назначением. Дать практические рекомендации по выполнению комплекса упражнений для профилактики нарушений осанки с помощью схем в домашних условиях.

Создание условий в учреждении. Приобретение и изготовление оборудования на разные группы мышц.

Цель проекта — создание условий для профилактики нарушений осанки, плоскостопия, вестибулярного аппарата с использованием различного инвентаря и оборудования.

Задачи:

- **Оздоровительные:** формировать правильную осанку и укреплять все группы мышц детей дошкольного возраста, содействовать профилактике плоскостопия.
- **Образовательные:** развивать двигательные способности детей и физические качества (быстроту, силу, подвижность в суставах, гибкость, ловкость, выносливость).
- **Воспитательные:** воспитывать у детей эмоционально положительное отношение и устойчивый интерес к занятиям физической культурой и самостоятельной двигательной деятельности, чувство уверенности в себе.

Причиной нарушения осанки могут быть:

1. Хронические болезни и неправильное питание.
2. Неразвитая мускулатура мышц спины и живота.
3. Малоподвижность.
4. Наследственные или конституционные особенности скелета.
5. Наличие каких-либо врожденных патологий всего опорно-двигательного аппарата.
6. Нарушение зрения или слуха.
7. Неправильная высота рабочего стула.
8. Неправильно подобранный портфель для ребёнка.