

Гостиная для родителей

«Чтоб здоровье сохранить, научись его ценить»

Тема: «Профилактика плоскостопия у детей старшего дошкольного возраста с нарушением зрения»

Из опыта работы инструктора по физической культуре Муниципального бюджетного образовательного учреждения «Ручеек» Муниципального образования город Ноябрьск, Ямало-Ненецкого автономного округа Бабенко Елены Юрьевны

Цели:

- Обогащать родителей знаниями, практическими умениями в организации и проведении гостиной для родителей;
- познакомить родителей с причинами плоскостопия, со специальными методами и приемами и профилактике у детей дошкольного возраста с нарушением зрения;
- укреплять у детей опорно-двигательный аппарат, укреплять мышечно-связочный аппарат стоп и голени и освоении детьми специальных упражнений;
- представление опыта работы инструктора по физической культуре по формированию у детей старшего дошкольного возраста ценностного отношения к здоровому образу жизни в процессе физического развития;
- осуществлять преемственность в физическом развитии детей с нарушением зрения между коррекционным дошкольным учреждением и семьей.

Детский сад «Ручеек», который находится в городе Ноябрьск Ямало-Ненецкого Автономного округа – особенный. Его посещают дети с нарушением зрения. Педагогический коллектив прикладывает все силы для того, чтобы воспитанники в условиях Крайнего Севера не испытывали недостатка двигательной активности. Инструктор по физической культуре работает в тесном контакте с семьями воспитанников, систематически проводит различные физкультурно-оздоровительные мероприятия, привлекая к участию в них родителей. В дошкольном учреждении работает кружок физкультурно-оздоровительной направленности «Топ-топ» по профилактике плоскостопия. По сложившейся в нашем дошкольном учреждении традиции, в течение учебного года инструктор по физической культуре проводит для родителей практические гостиные, мастер-классы и школы для родителей.

Так, в декабре с успехом прошло практическое мероприятие - гостиная для родителей с участием детей, посещающих кружок по профилактике плоскостопия. В процессе которого, педагог преследовал следующие цели: познакомить родителей с причинами плоскостопия, со специальными методами и приемами и профилактике у детей дошкольного возраста с нарушением зрения; представление опыта работы инструктора по физической культуре по формированию у детей старшего дошкольного возраста ценностного отношения к здоровому образу жизни в процессе физического развития;

создать у участников радостное настроение и возможности для совершенствования двигательных умений в непринужденной обстановке, располагающей детей и родителей к творческой деятельности; развивать коммуникативные навыки; воспитывать у детей уверенность в себе, волевые качества; обогатить родителей знаниями, практическими умениями организации и проведении гостиной с родителями и детьми.

Родителям и детям были предложены игры и упражнения, направленные на укрепление мышечно-связочного аппарата, специальные (корректирующие) упражнения, направленные на укрепление мышц стопы и голени, формирование свода стопы и правильной осанки. В процессе практической гостиной для родителей были использованы следующие упражнения при плоскостопии и коррекции:

- ходьба на наружных краях стоп
- ходьба на носках
- бег на носках
- бег на пятках
- ходьба по ребристой дорожке
- ходьба по дорожке с пуговицами
- подтягивание пальцами ног мешочек весом 500 г.
- захватывание мяча стопами ног, пальцами ног и бросания («Игра в футбол ногами»)
- прокатывание гимнастической палки стопой
- захватывание пальцами ног мелких предметов и перекалывание их с места на место и другие сюжетно-игровые упражнения.

Подвижные игры и корректирующие упражнения чередовались с дыхательными упражнениями и гимнастикой для глаз.

Все, кто присутствовал в гостиной **«Чтоб здоровье сохранить, научись его ценить»** получили заряд бодрости, массу положительных эмоций, оценили важность физической активности для человека, а также важность профилактики плоскостопия. В завершении мероприятия инструктором по физической культуре были предложены родителям разработанные рекомендации для профилактики и коррекции плоскостопия в домашних условиях.