

ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЙ ПОТЕНЦИАЛ

Ягафарова Лилия Нуруловна,

воспитатель,

МАДОУ Детский сад № 325,

г. Уфа

ИСПОЛЬЗОВАНИЕ НЕТРАДИЦИОННОГО ОБОРУДОВАНИЯ ДЛЯ ПРОФИЛАКТИКИ ПЛОСКОСТОПИЯ В ПРОЦЕССЕ ОРГАНИЗАЦИИ ПОДВИЖНЫХ ИГР С ДЕТЬМИ СТАРШЕГО ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА

Аннотация. В статье описывается применение нетрадиционного оборудования профилактики плоскостопия.

Ключевые слова: плоскостопие, подвижные игры, нетрадиционное оборудование.

Актуальными задачами физического воспитания в дошкольном возрасте являются правильное формирование опорно-двигательного аппарата, а также профилактика возможных нарушений. Это обусловлено тем, что среди функциональных отклонений, выявляемых у детей дошкольного возраста, наибольший удельный вес составляют отклонения со стороны опорно-двигательного аппарата, в частности нарушение осанки и уплощение стоп. Стопа является своеобразным опорным инструментом при ходьбе человека, и ее своды выполняют рессорную функцию. И поэтому здоровье стоп играет немаловажную роль в нашей жизнедеятельности. Изучению заболевания плоскостопием, в том числе и у детей дошкольного возраста посвящены труды многих авторов. Среди них: Г. Былича, М. Сапина, И. Ловейко, В. Страковская, И. Сергенья, М. Никитина, А. Васильева, С. Устелимова и многие другие. Важнейшие факторы оздоровления - положительные эмоции, творчество, которые дети получают в процессе игр. Игра – естественный спутник жизни ребенка и поэтому отвечает законам, заложенным самой природой в развивающемся организме ребенка, – неумемной потребности его в жизнерадостных движениях.

ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЙ ПОТЕНЦИАЛ

Цель –профилактика плоскостопия у детей дошкольного возраста через организацию подвижных игр с использованием нетрадиционного физкультурного оборудования.

Плоскостопие – это деформация стопы, вызванная уменьшением высоты опорно-двигательного аппарата, в сочетании с пронацией пятки и супинацией переднего отдела стопы. Главным средством профилактики плоскостопия и ко-солапости является специальная гимнастика, направленная на укрепление мышечно-связочного аппарата стоп и голени. Это могут быть специально организованные занятия по типу физкультурных.

Педагогическая цель использования нетрадиционного оборудования –развитие у воспитанников дошкольного возраста устойчивой мотивации к сохранению и укреплению здоровья, формирование и укрепление стопы, массаж стоп, корректировки осанки. Чтобы суметь заинтересовать воспитанников, воспитать стойкий интерес к профилактическим упражнениям, желание заниматься физической культурой, взрослому необходимо в совершенстве научиться самому владеть оборудованием, разнообразить предметную среду. Оборудование изготавливается из искусственной кожи ярких расцветок и бусинок разного цвета и размера, изготовленных из разного материала (пластик, дерево).

Физкультурное оборудование размещено так, чтобы было доступно для воспитанников. Изготовила оборудование из различного материала: деревянные палки, массажные дорожки с пуговицами, массажные дорожки, наполненные песком, разными крупами (гречка, горох), массажные дорожки с карандашами.

Массажные дорожки с разными материалами: губка, кожа шершавая, гладкая и др.

Я использовала ребристые дорожки, веревочки. После сна проводили бодрящую гимнастику с массажными ковриками. Воспитанники с удовольствием выполняли упражнения с мячом су-джок. Его можно сопровождать музыкой и словами. Воспитанник любят играть в игры «Собери в карандаши», «Нарисуй

ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЙ ПОТЕНЦИАЛ

картинку», «Загрузи машину». Эти упражнения выполнялись босиком. Наибольший эффект достигается тогда, когда упражнения выполняются босиком.

Так как у воспитанников большой интерес вызывают подвижные игры с использованием нетрадиционного физкультурного оборудования, мной были организованы такие подвижные игры, как «Каракатица», где используется нетрадиционное физкультурное оборудование- деревянные палки. Участники делятся на две команды, каждый участник принимает положение: сидя на ягодицах, ноги вперед, ноги согнуты в коленях, руки в упоре сзади. Воспитанник должен быстро пробежать этап, перекатывая стопами гимнастическую палку.

Игра «Каракатица» укрепляет связочно-мышечный аппарат стоп. В подвижной игре «Птички на ветках» тоже использовали деревянные палки. Воспитанники превращаются в птичек и занимают свою палку так, чтобы она оказалась как раз посередине стопы. Игра укрепляет связочно-мышечный свод стопы, способствует профилактике плоскостопия. В подвижной игре «Гуси-лебеди» использовали ребристые дорожки, коврики, камни. Пастух стоит на массажной дорожке из камней; хозяин стоит на массажной дорожке из пуговиц; «Гуси-лебеди» перебегают через ребристые дорожки домой. Игра способствует профилактике плоскостопия, укрепляет мышцы и связки стоп. В подвижной игре «Карусель» я использовала коврики с карандашами. Воспитанники встают на коврик, хором произносят слова игры, при этом медленно шагают или в быстром темпе идут, взявшись за руки, по коврику с карандашами. Эта игра способствует профилактике плоскостопия, развивает координацию движения, укрепляет связочно-мышечный аппарат стоп.

Представленные игры решают следующие задачи:

- Укрепление мышц и связки стоп.
- Формирование правильной осанки.

Воспитание интереса к подвижным играм, через включение в игры уже знакомые нетрадиционные физкультурные оборудования.

ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЙ ПОТЕНЦИАЛ

Таким образом, игры и упражнения с нетрадиционным физкультурным оборудованием позволяют решать задачи формирования двигательных навыков в основных видах движений: обогащать двигательный опыт воспитанников, вызывать эмоциональный подъем, развивать творчество и фантазию. Использование нетрадиционного физкультурного оборудования в подвижных играх и упражнениях являются очень интересным, привлекательным для воспитанников и положительным образом сказывается на здоровье детей.

СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

1. Александровская М. Пальчиковая зарядка для ног «Обруч» // Дошкольное воспитание. – 1998. – №5. – 32 с.
2. Боген М.М. Физическое совершенство как основное понятие теории физической культуры // Теория и практика физической культуры. – 1997. – №5. – С. 18-21.
3. Бондаревский Е.Я. Возрастные особенности развития функций равновесия у детей дошкольного возраста. – М.: Просвещение, 2000.
4. Доронова Т.Н., Якобсон С.Г., Соловьева Е.В., Гербрва В.В. Радуга. Программа воспитания, образования и развития детей в условиях детского сада. – М.: Просвещение, 2004. – 77 с.
5. Методические и организационные подходы к формированию здоровьесберегающей среды в системе дошкольного образования: Метод. Пособие. – Кемерово: Кузбассвузиздаст, 2002. – 270 с.
6. Лосева В.С. Плоскостопие у детей 6-7 лет. – Москва, 2004.
7. Попов С.Н. Лечебная физическая культура. – Москва, 2010.
8. Саркисян А., Овакимян Г. Детское плоскостопие и косолапость // Дошкольное воспитание. – 1991. – №7. – С. 19-25.
9. Сергеев И. Профилактика плоскостопия // Дошкольное воспитание. – 1985. – № 6. – С. 58-60.