

Муниципальное казенное учреждение
«Научно — методический информационный центр»

**МОДЕРНИЗАЦИЯ РАЗВИВАЮЩЕЙ ПРЕДМЕТНО –
ПРОСТРАНСТВЕННОЙ СРЕДЫ ДОУ, КАК УСЛОВИЕ
ПРОФИЛАКТИКИ НАРУШЕНИЙ ОПОРНО – ДВИГАТЕЛЬНОГО
АППАРАТА У ДЕТЕЙ**

Лушпа Лидия Алексеевна
старший воспитатель
муниципального бюджетного
дошкольного образовательного
учреждения детский сад
комбинированного вида №40 г. Белгорода
Левшина Надежда Петровна,
воспитатель
муниципального бюджетного
дошкольного образовательного
учреждения детский сад
комбинированного вида №40 г. Белгорода

Содержание

Раздел I. Информация об опыте.....	3
Раздел II. Технология описания опыта.....	10
Раздел III. Результативность опыта.....	15
Библиографический список.....	17
Приложение к опыту.....	19

Раздел I. ИНФОРМАЦИЯ ОБ ОПЫТЕ

Условия возникновения и становления опыта

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение детский сад комбинированного вида № 40 города Белгорода расположен по улице Победы, дом 14 «Б», является базовым для слушателей курсов повышения квалификации и переподготовки кадров Белгородского института развития образования.

Приоритетными в работе дошкольного учреждения являются следующие направления:

- Физкультурно-оздоровительная работа с детьми.
- Художественно-эстетическое воспитание.

На протяжении ряда лет, занимаясь профилактически - оздоровительной работой в детском саду, было обращено внимание на прогрессирующее ухудшение здоровья дошкольников, связанное с функциональными изменениями опорно-двигательного аппарата у детей. «Формирование правильной осанки, как показателя крепкого здоровья и хорошего физического и психического развития - одна из наиболее важных педагогических задач, отражённых в «Федеральном государственном образовательном стандарте дошкольного образования», представлена в требованиях к структуре образовательной программы дошкольного образования и ее объему: «Физическое развитие... способствует правильному формированию опорно-двигательной системы организма [16]

По данным территориального органа Федеральной службы государственной статистики по Белгородской области и города Белгорода результаты профилактических осмотров детей в возрасте от 0 до 14 лет показали, что с нарушением осанки 2,4 - 3,5 %, со сколиозом 1,0 - 1,8 %. С каждым годом обнаруживается рост показателей по этим заболеваниям.

Существует проблема с нарушениями нарушений опорно-двигательного аппарата и у детей, посещающих ДОО города. Количество детей, имеющих нарушения опорно-двигательного аппарата увеличивается (2016год - 20,4%; 2017год - 24,8%).

Управлением образования администрации г. Белгорода в августе 2018 года был открыт проект «Профилактика ОДА у воспитанников ДОО г.Белгорода». Наше дошкольное учреждение участвует в проекте, согласно приказа управления образования администрации г. Белгорода от 02.08.2018г. № 1067 «Об утверждении списка ДОО, участвующих в проекте».

В нашем дошкольном учреждении была разработана «Дорожная карта» по профилактике нарушений ОДА у воспитанников МБДОУ д/с №40, где одна из задач - обновление развивающей предметно-пространственной среды дошкольного учреждения по профилактике нарушений опорно-двигательного аппарата у детей.

Началом работы по теме опыта стало проведение первичной диагностики детей специалистами ОЦМП, которая показала, что почти

половина обследованных детей имеют нарушения опорно-двигательного аппарата.

Также нами была проанализирована развивающая предметно-пространственная среда спортивного зала и групповых помещений детского сада, согласно примерного списка оборудования по профилактике и коррекции заболеваний ОДА (Приложение №4). Анализ развивающей предметно-пространственной среды показал, что развивающая предметно-пространственная среда спортивного зала и групповых помещений представлена недостаточной насыщенностью для проведения работы по профилактике нарушений опорно-двигательного аппарата у детей. Насыщенность развивающей предметно-пространственной среды составила 30% примерного списка оборудования по профилактике и коррекции заболеваний ОДА.

Перед образовательными учреждениями стоит задача создание условий для сохранения здоровья воспитанников и учеников и условий для проведения профилактических мероприятий, необходимых для многих детей. Исходя из этого - возникает необходимость в создании механизма формирования здоровьесберегающей среды образовательного учреждения.

Одно из важных условий воспитательно-образовательной работы в дошкольном учреждении - правильная организация предметно-развивающей предметной среды. Под развивающей средой следует понимать естественную комфортабельную уютную обстановку, рационально организованную, насыщенную разнообразными сенсорными раздражителями и игровыми материалами. В такой среде возможно одновременное включение в активную познавательно-творческую деятельность всех детей группы. Определяющим моментом создания среды является педагогическая идея, цель. Достижение этой цели осуществляется через реализацию образовательной программы.

Таким образом, результаты исследования подтверждают целесообразность модернизации предметно – развивающей среды детского сада для профилактики опорно-двигательного аппарата у детей дошкольного возраста.

Актуальность темы.

В современных условиях все ускоряющегося темпа жизни и возрастания напряженности социальных отношений, ухудшения экологической сферы, здоровье становится одним из основных условий успешности любого человека. Такая проблема затрагивает детей уже в дошкольном возрасте. Формирование здоровья детей, полноценное развитие их организма – одна из основных проблем в современном обществе. Медицинские работники, родители и педагоги повсеместно констатируют нарушения, отклонения и несоответствия нормам в развитии детей. Особенно тревожит ситуация по количеству детей с нарушением осанки и плоскостопием.

Заболевания опорно-двигательного аппарата занимает особое место в детской медицине и педагогике. Нарушения функций стопы и осанки - сложнейшая медицинская и социальная проблема. Внимание к ней не

ослабевает на протяжении многих лет. Число детей с нарушениями опорно-двигательного аппарата продолжает расти [17].

Актуальность темы обусловлена тем, что правильная осанка имеет огромное значение в жизнедеятельности человека, поскольку она способствует рациональному использованию биомеханических свойств опорно-двигательного аппарата и нормальному функционированию жизнеобеспечивающих систем организма.

Проблема правильного формирования опорно-двигательного аппарата у дошкольников является значимой и актуальной, так как дошкольный возраст является периодом формирования основных функциональных систем организма, и в первую очередь закладываются основы правильного функционирования опорно-двигательного аппарата. Правильно сформированная осанка и отсутствие плоскостопия в дошкольном возрасте положительно сказывается на обучении в школе, поскольку физическая готовность предполагает: общее крепкое здоровье, низкую утомляемость и достаточную работоспособность. Здоровье детей – забота всех. Одним из направлений по профилактике нарушений опорно-двигательного аппарата у детей является создание и модернизация развивающей предметно-пространственной среды, которая помогла бы детям укреплять свое здоровье [11].

Создание и модернизация развивающей предметно – пространственной среды для профилактики нарушений опорно-двигательного аппарата способствует: оздоровлению детей, реализации их двигательных возможностей в зависимости от уровня здоровья, физической подготовленности, двигательной активности, половой принадлежности, двигательного воображения, навыков настроения; формированию осознанного отношения к своему здоровью, правильной осанки и стопы у детей, профилактики их нарушений [9].

Анализ состояния изучаемой проблемы позволил выявить ряд **противоречий**:

1. Между обоснованностью профилактики нарушений осанки и плоскостопия на целостность развития ребенка и недостаточным использованием педагогами развивающей предметно-пространственной среды для профилактики нарушений опорно – двигательного аппарата.

2. Между возможностями использования развивающей предметно-пространственной среды для профилактики нарушений опорно – двигательного аппарата и необходимостью модернизации развивающей предметно-пространственной среды для профилактики нарушений опорно – двигательного аппарата.

Ведущая педагогическая идея заключается в модернизации развивающей предметно-пространственной среды для профилактики нарушений опорно – двигательного аппарата.

Длительность работы над опытом

Исследование проводилось в течение двух лет и охватывало период с 2018 года по 2019 год.

1 этап - начальный (констатирующий) - сентябрь 2018 г. – ноябрь 2018 г. - анализ развивающей предметно-пространственной среды, ее насыщенности для работы по профилактике нарушений опорно-двигательного аппарата у детей, выявление исходного состояния опорно - двигательного аппарата дошкольников (диагностика), обнаружение проблемы, анализ литературы по проблеме.

2 этап - основной (формирующий) - ноябрь 2018г. – август 2019 г. Модернизация развивающей предметно – пространственной среды спортивного зала и групповых помещений оборудованием для профилактики нарушений опорно – двигательного аппарата у дошкольников.

3 этап - заключительный (контрольный) - сентябрь 2019 г. - октябрь 2019 г. Анализ модернизированной развивающей предметно-пространственной среды для профилактики нарушений опорно-двигательного аппарата у детей, проведение итоговой диагностики опорно-двигательного аппарата детей, обобщение опыта.

Диапазон опыта представлен единой системой разработки: «модернизация развивающей предметно-пространственной среды по профилактике нарушений опорно-двигательного аппарата у дошкольников - совместная деятельность педагога и детей».

Теоретическое обоснование опыта

Теоретической базой опыта являются научные труды, современные достижения педагогов – исследователей О.В. Козыревой, И.Д. Ловейко, Г.Г. Лукиной, Н.Т. Лебедевой, О.Н. Моргуновой, А.А. Потапчук, Г.А. Степановой и других в области разработки способов сохранения и укрепления здоровья детей, профилактики и укрепления (коррекции) опорно-двигательного аппарата. Практическая значимость исследований заключается в модернизации предметно – пространственной среды детского сада для улучшения здоровья ребенка, его успешного физического развития, а самое главное для профилактики нарушений опорно – двигательного аппарата [1,3,4,5,7,11,12,13].

По мнению большинства, ученых К.А. Семеновой, Н.М. Махмудовой, Л. О. Бадалян и других наиболее благоприятным периодом для профилактики и коррекции нарушений ОДА, укрепления здоровья является дошкольный возраст детей, так как ребенок в этом возрасте особенно чувствителен к воздействию психолого-педагогических факторов [6].

Движения, перемещения в пространстве – одна из важнейших функций живых существ, в том числе и человека. Функцию движения у человека выполняет опорно-двигательный аппарат, объединяющий кости, их соединения и скелетные мышцы. Невзирая на то, что опорно-двигательная система является, казалось бы, самой крепкой структурой нашего организма, в детском возрасте она наиболее уязвима. Опорно-двигательный аппарат

разделяют на пассивную и активную части. К пассивной части относят кости и их соединения, от которых зависит характер движения. Активную часть составляют скелетные мышцы, которые благодаря способности сокращаться приводят в движение кости скелета.

Наиболее частыми нарушениями опорно-двигательного аппарата у детей являются нарушение осанки и плоскостопие.

Осанка – это привычная непринужденная манера держать свое тело, стоя, сидя, во время ходьбы. Правильная осанка нужна не только для красоты, но и для здоровья. Осанка считается правильной, если голова слегка приподнята, грудная клетка развернута, плечи находятся на одном уровне; голова и позвоночник, если смотреть сзади, составляют прямую вертикальную линию [8]. Если смотреть сбоку, позвоночник имеет небольшие углубления в шейном и поясничном отделе (лордозы) и небольшую выпуклость в грудном отделе (кифоз).

Причины нарушения осанки у дошкольников:

- сутулость при ходьбе и сидении;
- использование не соответствующей возрасту мебели;
- привычка ребенка стоять с опорой на одну и ту же ногу;
- постоянное придерживание ребенка при ходьбе за одну и ту же руку;
- неправильная поза во время сна;
- плохо развитая мускулатура.

Плоскостопие – это деформация стопы и ее суставов в результате слабости связок и мышц, что снижает высоту свода и нарушает «рессорную» функцию во время ходьбы, появляется «распластывание» стопы [11]. Во многих случаях, наблюдается отклонение пяточной кости от мысленно проведенной осевой линии к наружи, а внутренний край стопы опускается к полу.

Деформация стоп бывает двух видов: поперечная и продольная. При поперечном плоскостопии уменьшается высота поперечного свода стопы, уплощается поперечная арка, передний отдел стопы веерообразно расходится и опирается на головки пяти плюсневых костей.

При продольном плоскостопии уменьшается высота продольного свода стопы, уплощаются наружная и внутренняя арки стопы, увеличивается ее длина, почти вся площадь подошвы контактирует с полом.

Развитию истинного плоскостопия у детей способствуют некоторые неблагоприятные факторы, ослабляющие в первую очередь мышцы и связки. Сюда могут быть отнесены [15]:

- врожденная слабость связочного аппарата;
- снижение силы мышц после длительного пребывания в постели в результате болезни, вследствие перенесенных инфекций, при ожирении, диатезе, упадке питания и общем плохом физическом развитии;
- ослабление связочно-мышечного аппарата в результате перегрузки увеличенным весом тела в периоде усиленного роста, при поднятии тяжестей (например, ношение младших братьев и сестер).

На развитие плоскостопия оказывает влияние ношение нерациональной обуви: с чрезмерно жесткой или чрезмерно мягкой подошвой, перегрев тканей стопы в теплое время года в валеной обуви, кедах, резиновых туфлях, при стаптывании обуви и т. п.

Создание условия для свободной двигательной деятельности детей при проведении оздоровительных занятий способствует более правильному и своевременному развитию центральной нервной системы, следовательно, психическому и моторному развитию ребенка. Известно, что на протяжении шестого годов жизни условные связи закрепляются и в процессе обучения совершенствуются. При повышении мышечной нагрузки и повышения уровня физической подготовленности происходит это более интенсивно.

Таким образом в связи с тем, что в последние годы наблюдается увеличение количества детей с различными нарушениями опорно – двигательного аппарата, возникает необходимость в создании в дошкольных учреждениях условий для профилактики нарушений опорно-двигательного аппарата у воспитанников.

Важным условием является та обстановка, в которой находится ребенок. Отечественный педагог И. Е. Тихеева, рассуждая о влиянии окружающего мира на ребенка, сказала: «Нет такой стороны воспитания, на которую обстановка не оказывала бы влияние, нет способности, которая не находилась бы в прямой зависимости от непосредственно окружающего ребенка конкретного мира....Тот, кому удастся создать такую обстановку, облегчит свой труд в высшей степени»[14]

Развивающая среда выступает в роли стимулятора, движущей силы в целостном процессе становления личности ребёнка, она обогащает личностное развитие, способствует раннему проявлению разносторонних способностей. Она создаётся с целью создания условий для мотивации и активизации детей в самостоятельной и совместной деятельности саморазвития и самоутверждения в ней.

«Развивающая предметно-пространственная среда (по ФГОС ДО) (далее РППС) – часть образовательной среды, представленная специально организованным пространством (помещениями, участком и т.п.), материалами, оборудованием и инвентарем, для развития детей дошкольного возраста в соответствии с особенностями каждого возрастного этапа, охраны и укрепления их здоровья, учёта особенностей их развития». [16] Иными словами, под развивающей предметно- пространственной средой следует понимать естественную комфортную обстановку, рационально организованную в пространстве и времени, насыщенную разнообразными предметами и игровыми материалами в сочетании с определенными принципами разделения пространства.

РППС группового помещения является частью целостной образовательной среды дошкольной организации. В рамках современных тенденций развития российского дошкольного образования возможны разные варианты создания развивающей среды при условии, что учитывается

возрастная и гендерная специфика для реализации общеобразовательной программы.

В соответствии с ФГОС ДО дошкольного образования развивающая предметно-пространственная среда должна обеспечивать и гарантировать:

- охрану и укрепление физического и психического здоровья и эмоционального благополучия детей, а также проявление уважения к их человеческому достоинству к их чувствам и потребностям, формировать и поддерживать положительную самооценку, в том числе и при взаимодействии детей друг с другом и в коллективной работе, уверенность в собственных возможностях и способностях;

- максимальную реализацию образовательного потенциала пространства Организации, Группы и прилегающей территории, приспособленной для реализации Программы ФГОС, а также материалов, оборудования и инвентаря для развития детей дошкольного возраста в соответствии с особенностями каждого возрастного этапа, охраны и укрепления их здоровья, учета особенностей и коррекции недостатков их развития;
- построение вариативного развивающего образования, ориентированного на возможность свободного выбора детьми материалов, видов активности, участников совместной деятельности и общения, как с детьми разного возраста, так и со взрослыми, а также свободу в выражении своих чувств и мыслей;

- создание условий для ежедневной трудовой деятельности и мотивации непрерывного самосовершенствования профессионального развития педагогических работников, а также содействие в определении собственных целей, личных и профессиональных потребностей и мотивов;
- открытость дошкольного образования и вовлечение родителей (законных представителей) непосредственно в образовательную деятельность, осуществление их поддержки по вопросам образования детей, воспитания, охране и укреплении их здоровья, а также поддержки образовательных инициатив внутри семьи;

- построение образовательной деятельности на основе взаимодействия взрослых с детьми, ориентированной на интересы и возможности каждого ребенка и учитывающей социальную ситуацию его развития и соответствующих возрастных и индивидуальных особенностей (недопустимость как искусственного ускорения, так и искусственного замедления развития детей);

- создание равных условий, максимально способствующих реализации различных образовательных программ в дошкольных образованиях для детей, принадлежащих к разным национально-культурным, религиозным общностям и социальным слоям, а также имеющих различные (в том числе ограниченные) возможности здоровья [2,10]

Развитие ребенка зависит от того, как осуществляется процесс его воспитания, как организовано пространство, в котором он растет и совершенствуется, в каком окружении он находится – в монотонном, однообразном или, наоборот, разнообразном, насыщенном, неординарном,

изменяющимся, динамичном. Личностная и профессиональная позиция педагога заключается в том, чтобы способствовать полноценному психическому и физическому развитию ребенка. Во многом педагог несет ответственности за качество окружающей среды, которая используется, как средство для психического и физического развития личности. «Забота о здоровье – важнейший труд воспитателя», сказал великий В. А. Сухомлинский и мы должны всегда помнить об этом.[13]

Новизна опыта заключается в комплексном подходе к модернизации развивающей предметно – пространственной среды дошкольного учреждения для профилактики нарушений опорно-двигательного аппарата у дошкольников.

Характеристика условий, в которых возможна реализация опыта. Данный опыт может быть использован педагогами всех дошкольных образовательных учреждений, работающими с детьми дошкольного возраста по различным примерным основным общеобразовательным программам.

РАЗДЕЛ II.

ТЕХНОЛОГИЯ ОПИСАНИЯ ОПЫТА

Цели и задачи педагогической деятельности

Цель опыта: модернизация развивающей предметно-пространственной среды дошкольного учреждения, способствующей профилактике нарушений опорно-двигательного аппарата у детей дошкольного возраста в соответствии с их возрастными и индивидуальными особенностями, оздоровлению детей, реализации их двигательных возможностей, формированию правильной осанки и профилактике её нарушений, профилактике плоскостопия.

Задачи:

1. Обновление развивающей предметно-пространственной среды детского сада для работы по профилактике нарушений опорно-двигательного аппарата у детей с учетом возрастных и индивидуальных особенностей дошкольников.

2. Разработка и создание нетрадиционного оборудования для профилактики нарушений опорно-двигательного аппарата у детей.

3. Моделирование и рациональное использование педагогами дошкольного учреждения развивающей предметно-пространственной среды для работы по профилактике нарушений опорно-двигательного аппарата у детей.

Для выполнения цели и решения поставленных задач провели анализ развивающей предметно-пространственной среды спортивного зала и групповых помещений. При анализе было отмечено, что развивающая предметно-пространственная среда недостаточно оснащена оборудованием для профилактики нарушений опорно-двигательного аппарата детей и поэтому нуждается в модернизации в этом направлении. Необходимо было пополнить и обновить оборудование спортивного зала оборудованием, которое направлено на профилактику нарушений опорно-двигательного

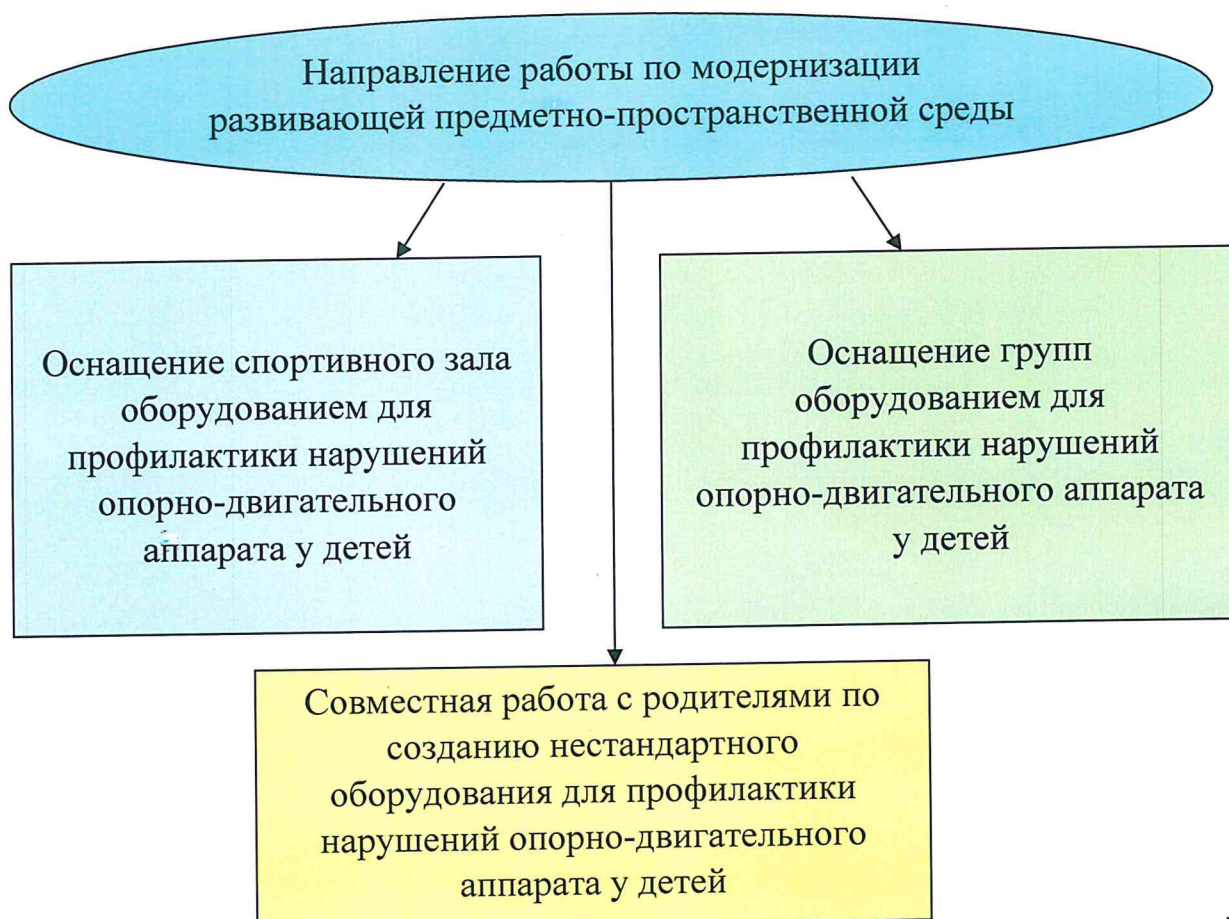
аппарата у детей, в групповых помещениях создать уголки по профилактике нарушений опорно-двигательного аппарата у детей. В них должно быть сосредоточено оборудование (в том числе и нестандартное, изготовленной совместно с родителями) по профилактике нарушений опорно-двигательного аппарата у детей, картотека динамических пауз, дыхательной гимнастики, комплексов утренней гимнастики, гимнастики после сна и другое. Все это должно способствовать проведению игр и упражнений по профилактике нарушений опорно-двигательного аппарата у детей в течение всего дня, а не только во время проведения занятий по физической культуре.

Нами были определены организационно-педагогические условия модернизации развивающей предметно-пространственной среды, которые отражены на схеме:



Педагогам ДООУ была дана консультация по созданию развивающей предметно-пространственной среды для оздоровления детей и работе по профилактике нарушений опорно-двигательного аппарата у детей (Приложение №1)

Также нами были определены направления работы по модернизации развивающей предметно-пространственной среды для профилактики нарушений опорно-двигательного аппарата у воспитанников ДОУ.



Работая над модернизацией развивающей предметно-пространственной среды, мы делали её:

- содержательно-насыщенной – включили средства обучения (в том числе технические), материалы (в том числе расходные), инвентарь, игровое, спортивное и оздоровительное оборудование, которые позволили обеспечить оздоровительную, профилактическую и творческую активность всех категорий детей; двигательную активность, в том числе развитие крупной и мелкой моторики, участие в подвижных играх и соревнованиях; эмоциональное благополучие детей во взаимодействии с предметно-пространственным окружением; возможность самовыражения детей;
- трансформируемой – обеспечивать возможность изменений развивающей предметно-пространственной среды в зависимости от образовательной ситуации, в том числе меняющихся интересов и возможностей детей;
- полифункциональной – обеспечивать возможность разнообразного использования составляющих развивающей предметно-пространственной среды (например, детской мебели, матов, мягких модулей, ширм, в том числе различных мелких предметов и природных материалов) в разных видах детской активности;

- доступной – обеспечивать свободный доступ воспитанников (в том числе детей с ограниченными возможностями здоровья) к играм, игрушкам, материалам, пособиям, обеспечивающим все основные виды детской активности;

- безопасной – все элементы развивающей предметно-пространственной среды должны соответствовать требованиям по обеспечению надёжности и безопасности их использования, такими как санитарно-эпидемиологические правила и нормативы и правила пожарной безопасности

При проектировании развивающей предметно – пространственной среды для профилактики нарушений опорно-двигательного аппарата учитывали следующие факторы:

1. Особенности физического развития и здоровья детей.
2. Индивидуальные социально - психологические особенности детей.
3. Особенности их эмоционально - личностного развития.
4. Индивидуальные интересы, склонности, предпочтения и

потребности.

Оборудование позволяет внести элементы новизны, необычности. Яркий цвет спортивного инвентаря способствует повышению интереса детей к играм и упражнениям, придаёт необходимую эмоциональную окраску, стимулирует их двигательное творчество. Оборудование является многофункциональным учитывать половые и возрастные особенности детей.

Также развивающая предметно-пространственная среда должна быть:

1. Безопасной.
2. Максимально эффективной.
3. Удобной к применению;
4. Компактной;
5. Универсальной;
6. Технологичной и простой в изготовлении;
7. Эстетической.

При модернизации развивающей предметно-пространственной среды мы старались в группах и в зале создать естественную, комфортабельную, рационально – организованную обстановку, насыщенную разнообразным оборудованием.

Оборудование для профилактики нарушений опорно-двигательного аппарата мы условно разделили на группы.

1. Стационарное: шведская стенка - укрепление свода стопы, мышц туловища; гимнастическая скамейка - укрепление мышечного корсета, удержание равновесия (было); стена осанки (*сюжетно оформленная*) - контроль правильной осанки; «Дорожка шагов» - правильная постановка стопы, «Змейка» - игровая сенсорная тропа (профилактика плоскостопия), набор «Бревна»- развитие равновесия. Профилактика плоскостопия.

2. Переносное: массажные дорожки, роликовые массажеры-профилактика плоскостопия, массаж ног; бревнышки для перешагивания - укрепление мышц ног и стопы, тренировка равновесия; полусферы и

балансиры - укрепление мышечного корсета, тренировка равновесия; ортопедические мячи - укрепление мышечного корсета, развитие силы.

3. Мелкое оборудование: обручи, гимнастические палки, косички - крепление мышечного корсета; массажные мячики, кубики, косички, шнуры и другое для перешагивания и ходьбы - профилактика плоскостопия, тренировка координационной устойчивости; разнообразные самодельные массажеры (*варежковые и спинные роликовые*) - массаж туловища и конечностей; самодельные мешочки для удержания на голове - тренировка координационной устойчивости.

Обновленная развивающая предметно – пространственная среда зала и групп соответствует возрасту детей, требованиям программы и направлена на профилактику нарушений опорно – двигательного аппарата дошкольников.

Разработанный двигательный режим, наполнен разнообразными формами двигательной активности. В течение всего дня используются физические упражнения как основное средство профилактики нарушений опорно-двигательного аппарата. При выполнении физических упражнений инструктор по физической культуре и педагоги часто используют оборудование, способствующее профилактике нарушений опорно-двигательного аппарата у детей.

Во вводную часть утренней гимнастики мы обязательно включаем профилактическую ходьбу на носках, пятках, внешнем крае стопы, ходьбу по ребристой дорожке или массажным коврикам и другое.

В каждый комплекс утренней гимнастики мы включаем упражнения, которые укрепляют мышцы-разгибатели спины, межлопаточные и мышцы брюшного пресса. При проведении утренней гимнастики часто используются комплексы с предметами (гимнастические палки, обручи, ленты, короткие шнуры и другие). Оборудование используется с учетом возрастных особенностей детей.

В гимнастике после сна – используются дыхательные упражнения, самомассаж рук и ног, упражнения, формирующие правильную осанку. Также используем предметы, способствующие укреплению мышц грудной клетки и правильного дыхания детей (ленточки, султанчики и другие)

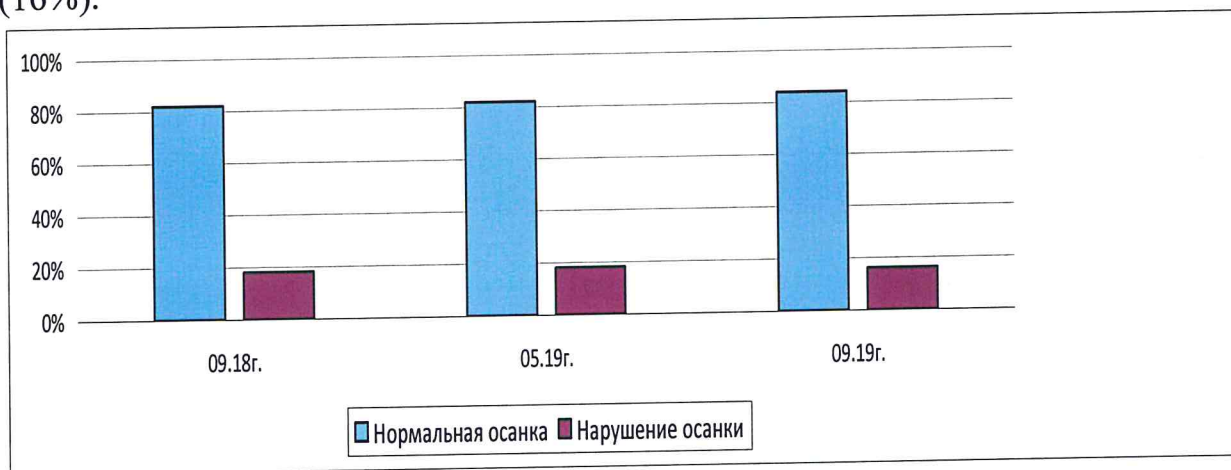
В двигательном режиме применяются физкультминутки, двигательные разминки, насыщенные упражнениями для профилактики нарушений опорно-двигательного аппарата и использованием различного оборудования, в том числе мелкого и нестандартного.

Модернизация развивающей предметно - пространственной среды по профилактике нарушений опорно - двигательного аппарата у дошкольников представлена нами в виде таблицы. (Приложение №2), также фотоотчетом о созданной и обновленной в дошкольном учреждении развивающей предметно-пространственной среде для профилактики нарушений опорно-двигательного аппарата у детей. (Приложение №3)

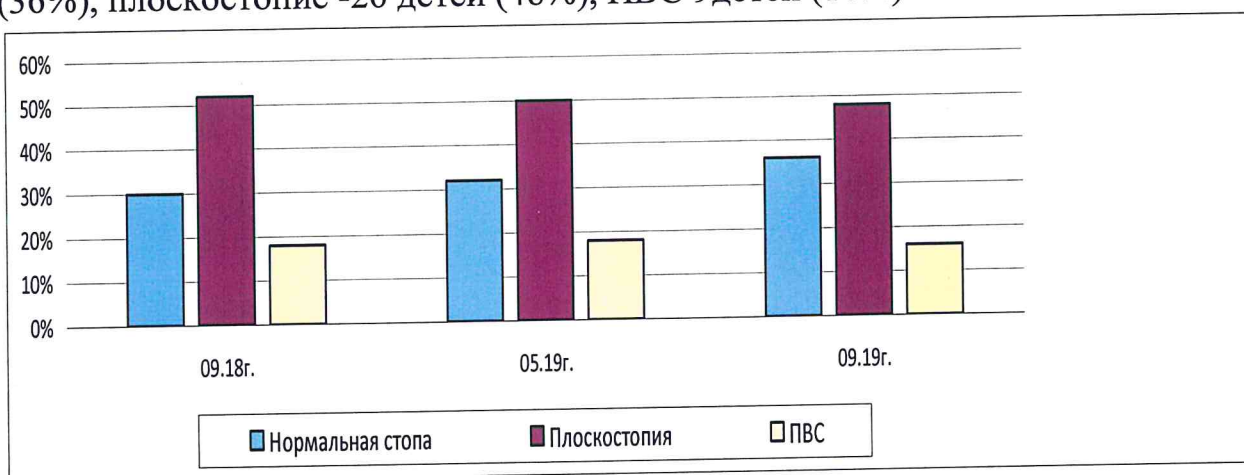
РАЗДЕЛ III

РЕЗУЛЬТАТИВНОСТЬ ОПЫТА

Для определения уровня достижения поставленной цели и оценки результативности было проведено диагностическое обследование физического развития детей. Обследование проводилось врачами по лечебной и спортивной медицине областного центра профилактики. Для обследования были включены дети 2014года рождения. Результаты обследования **осанки** дошкольников показали, что из 50 обследованных детей в 09.2018г. норма у 41 ребенка (82%), нарушения осанки-9 детей (18%); в 05.2019г. норма у 41 ребенка (82%), нарушения осанки-9 детей (18%); в 05.2019г. норма у 42 ребенка (84%), нарушения осанки-8 детей (16%).



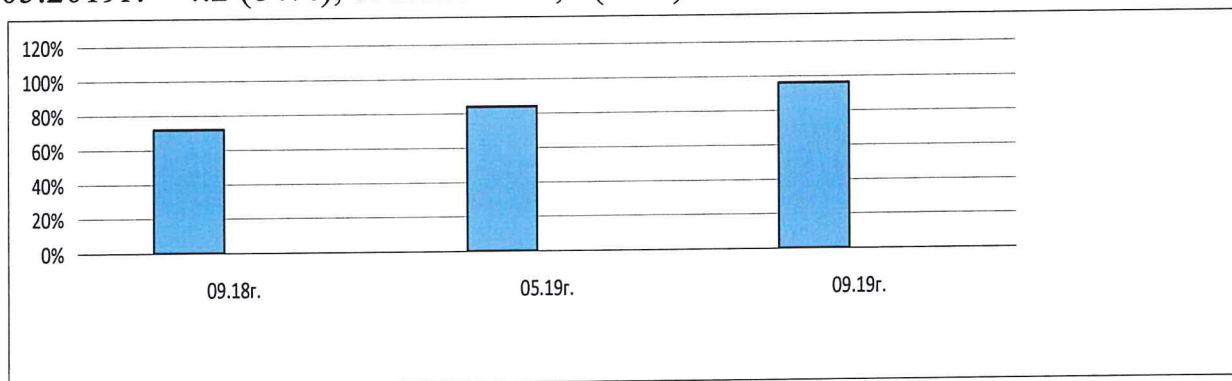
Результаты обследования **стопы** дошкольников показали, что из 50 обследованных детей в 09.2018г. норма у 15 ребенка (30%), плоскостопие - 26 детей (52%), ПВС 9детей (18%); 09.2018г. норма у 15 ребенка (30%), плоскостопие -25 детей (50%), ПВС 9детей (18%); 05.2019г. норма у 18 детей (36%), плоскостопие -26 детей (48%), ПВС 9детей (16%).



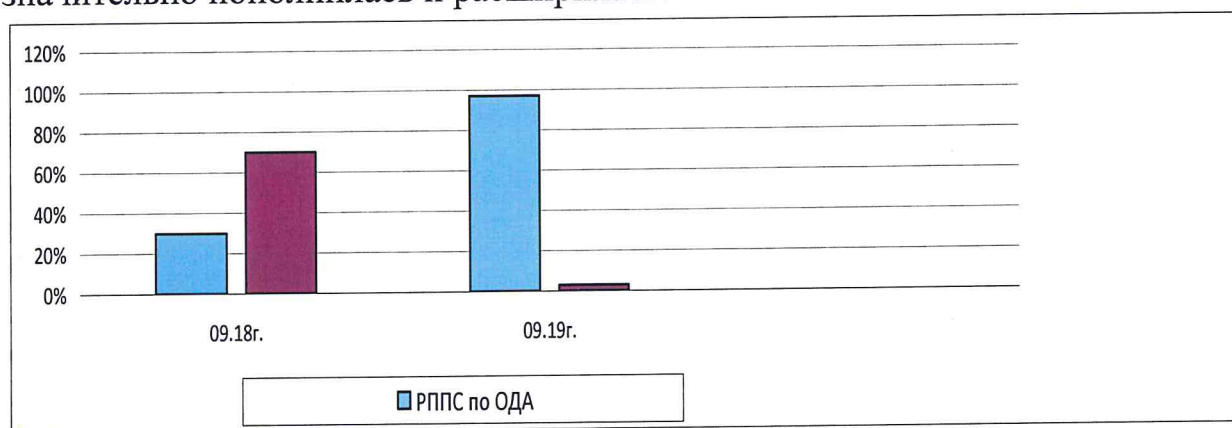
Проведенное обследование детей позволяет сделать вывод о положительной динамике, так как есть небольшое снижение нарушений опорно-двигательного аппарата у детей. Визуальное наблюдение за детьми показало, что дети стали меньше сутулиться, выявлена хорошая подвижность и гибкость; развита сила и выносливость мышц, координационные способности, волевые качества. Большинство детей

научились самостоятельно контролировать осанку, используя «стену осанки». Важная роль в этом принадлежит рациональному использованию обновленного оборудования по профилактике нарушений опорно-двигательного аппарата у детей. Это показывают результаты мониторинга педагогического процесса, образовательной области «Физическое развитие» (в соответствии с диагностикой педагогического процесса с учетом основной образовательной программы «Детство» под редакцией А. Г. Гогоберидзе, Т. И. Бабаевой)

Итоговый показатель за это время составил 09.2018г. - 3,6 (72%), 05.2019г. - 4,2 (84%), 09.2019г. - 4,8 (96%)



Проанализировав насыщенность развивающей предметно-пространственной среды спортивного зала и групп детского сада после модернизации, мы увидели, что развивающая предметно-пространственная среда по профилактике нарушений опорно-двигательного аппарата у детей значительно пополнилась и расширилась.



При анализе работы инструктора по физической культуре и педагогов детского сада по использованию оборудования для профилактики нарушений опорно-двигательного аппарата у детей было отмечено, что педагоги регулярно используют оборудование для профилактики нарушений опорно-двигательного аппарата у детей, а дети с удовольствием и желание выполняют все задания, им это нравится. Все это в конечном итоге дает положительный результат.

Таким образом, можно сделать вывод о целесообразности и эффективности модернизация развивающей предметно-пространственной среды с целью профилактики нарушений осанки и плоскостопия детей.

БИБЛИОГРАФИЧЕСКИЙ СПИСОК:

1. Козырева, О.В. Лечебная физкультура для дошкольников при нарушениях опорно-двигательного аппарата [Текст]: пособие для инструкторов лечебной физкультуры, воспитателей и родителей/ О.В. Козырева. - 3-е изд. - М: Просвещение, 2006. – 112 с.
2. Карабанова О.А. Организация развивающей предметно-пространственной среды в соответствии с федеральным государственным образовательным стандартом дошкольного образования. Методические рекомендации для педагогических работников дошкольных образовательных организаций и родителей детей дошкольного возраста [Текст] / О.А. Карабанова, Э.Ф. Алиева, О.Р. Радионова, П.Д. Рабинович, Е.М. Марич. – М.: Федеральный институт развития образования, 2014. – 96с.
3. Ловейко, И.Д. Лечебная физическая культура у детей при дефектах осанки, сколиозах и плоскостопии [Текст] /И.Д. Ловейко - СПб.: Речь, 2007. – 144 с.
4. Лукина, Г.Г. Проблема профилактики и коррекции нарушения опорно-двигательного аппарата у детей в условиях дошкольного образовательного учреждения [Текст] / Г.Г. Лукина, В.И. Осадчук, Е.А.Толоконцева // Физическое воспитание детей дошкольного возраста : теория и практика. – Челябинск: УралГАФК, 2010. – С. 84-91.
5. Лебедева, Н.Т. Физическая культура шестилеток. [Текст]- Мн.: Асвета, 1987. 18 с.
6. Милюкова, И.В. Полная энциклопедия лечебной гимнастики. - СПб.: Сова; М.: Эксмо, 2003. 125 с.
7. Моргунова О.Н. Профилактика плоскостопия и нарушения осанки в ДОУ. [Текст]- Воронеж: ТЦ «Учитель», 2005. 34 с.
8. Мирхадарова, Л.Г. Воспитание осанки у детей младшего школьного возраста средствами гимнастики. [Текст]- Волгоград: ВГАФК, 1997. 29 с.
9. Новоселова С.Л. Развивающая предметная среда: Метод. рекомендации по проектированию вариативных дизайн-проектов развивающей предметной среды в детских садах и учебно – воспитательных комплексах. [Текст] - М.: Просвещение, 1995. – 228 с.
10. Петровский В.А., Кларица Л.М. Построение развивающей среды в дошкольном учреждении: [Текст] Методические рекомендации. – М.: НМО «Творческая педагогика», 1987 -190 с.
11. Потапчук, А.А. Физкультурно-оздоровительные технологии при нарушениях опорно-двигательного аппарата у детей: методическое пособие - [Текст] СПб.: Санкт-Петербургская государственная академия физической культуры имени П.Ф. Лесгафта, 2004.-20 с.
12. Степанова, Г.А. Лечебная физическая культура: учебно-методическое пособие. [Текст] - Сургут: РИО СурГПИ, 2004.-12с.
13. Сухомлинский В. А. Сердце отдаю детям. [Текст]-Киев: Радянська школа, 1974.-288 с.

14. Тихеева Е. И. развитие речи детей раннего и дошкольного возраста [Текст] - М6 Просвещение, 1981. - 40 с.

15. Угнивенко, В.И. Осанка, выравнивание отдельных сегментов тела, типы и исследование осанки [Электронный ресурс] Режим доступа: <http://v-ugnivenko.narod.ru>. - 2009.

16. Федеральный государственный образовательный стандарт дошкольного образования (приказ Минобрнауки России от 17 октября 2013 г. №1155 «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта дошкольного образования») (далее ФГОС ДО).

17. Чоговадзе, А.В. Нефиксированные изменения опорно-двигательного аппарата. Лечебная физическая культура: [Текст Справочник. - М.: Медицина, 1987. 65 с.

Приложение:

Приложение № 1. Консультация для воспитателей Создание комфортной развивающей предметно-пространственной среды для обеспечения здоровья детей.

Приложение №2. Таблица модернизации развивающей предметно-пространственной среды по профилактике нарушений опорно-двигательного аппарата у дошкольников.

Приложение №3. Развивающая предметно - пространственная среда по профилактике нарушений опорно - двигательного аппарата у дошкольников.(фотоотчет)

Приложение №4 Примерный список оборудования по профилактике и коррекции заболеваний ОДА.

Приложение №1

Консультация для воспитателей «Создание комфортной развивающей предметно-пространственной среды для обеспечения здоровья детей»

Современный детский сад – это место, где ребенок получает жизненный опыт в наиболее важных для его развития сферах жизни, взаимодействуя с окружающим. Основной задачей дошкольных учреждений является прежде всего сохранение и укрепление **здоровья детей**.

Для **создания целостной системы здоровьесбережения детей** очень важным является организация **предметно-развивающей среды в ДОУ**. **Предметно-развивающая среда** моделируется с учетом реализации основных направлений развития ребенка и **обеспечивает** реализацию всех образовательных областей, которые прописаны в Федеральных государственных требованиях к основной общеобразовательной программе дошкольного образования. Внедряя в практику новые подходы в организацию **предметно – развивающей среды мы обеспечиваем** полноценное развитие дошкольников; сохранение и укрепление физического, психического **здоровья**, повышение устойчивости к стрессам; развиваем полноценную личность, познавательную активность и творческие способности; развиваем коммуникативные качества личности дошкольников.

Что понимается под **предметно-развивающей средой**? Это система условий, **обеспечивающая** всю полноту развития детской деятельности для полноценного физического, эстетического, познавательного и социального развития **детей**. Она должна **предоставлять ребёнку свободу**, оказывать влияние на **здоровье**, самочувствие, мироощущение. **Среда должна быть удобной**, целесообразной, настраивать на эмоциональный лад, **создавать** образ того или иного процесса, **обеспечивать** гармоничное отношение между ребёнком и окружающим миром. К ним относятся природная **среда**, физкультурно-игровые и **оздоровительные сооружения**, **предметно — игровая среда**, детская библиотека, музыкально-театральная **среда**.

Первый шаг в проектировании **среды – определение** расположения развивающих зон в группе детского сада. Модели развивающих зон варьируются, исходя из возрастных возможностей дошкольников, требований образовательных программ и опираются на принципы построения **предметно - развивающей среды**. Важно, чтобы **создаваемые** развивающие зоны строились на основе интеграции содержания и видов деятельности. Все это способствует эмоциональному благополучию **детей разных возрастов**, **создает** у них чувство уверенности в себе, защищенности, делает их истинными хозяевами детского сада и

помощниками взрослых. **Правильно созданная предметно-развивающая среда позволяет обеспечить** максимальный психологический **комфорт для каждого ребенка, создать** возможности для реализации его права на свободный выбор вида деятельности, степени участия в ней, способов ее осуществления и взаимодействия с окружающими.

При организации такой **среды** мы должны учитывать соответствие ее санитарно-гигиеническим нормам, как условию **обеспечения безопасности детей**, сохранения их физического и психического здоровья. В групповых комнатах при **создании предметно-развивающей среды** мы выделяли **оздоровительную мини- среду**, которая стимулирует двигательную активность, обогащает двигательный опыт, приобщает к культуре **здоровья**, помогает освоить способы сохранения **здоровья**. Мини-среда состоит из уголков физического саморазвития, уголков уединения. Для ребёнка дошкольного возраста важно чувствовать себя защищённым, иногда наступает такой момент, когда необходимо уединиться. Методом уединения являются постройки домики-палатки, различные ширмы. Для того чтобы **предметно-развивающая среда** побуждала ребёнка к новой двигательной активности, способствовала укреплению его **здоровья**, она должна изменяться, т. е. быть мобильной. Все имеющиеся в группах пособия и материалы всегда находятся в распоряжении **детей**.

Тёплая домашняя обстановка – основа развивающей **среды группы**, что способствует эмоциональному благополучию **детей**. **Комфортные бытовые условия**, занимательные игрушки и развивающие игры, в которые можно поиграть с друзьями, способствуют хорошему настроению малыша, а значит, и его успешному развитию. Групповые помещения организованы с учетом реализации потребности дошкольников в движении, оформлены в соответствии с возрастными потребностями **детей**, уровнем их развития, требованиями программы. Пространство групп можно назвать мобильным, живым, постоянно меняющимся под конкретные задачи детского сада и запросы **детей**. В такой обстановке детям **предоставлена** большая свобода выбора, возможность самоорганизации.

На повышение двигательного статуса **детей** оказывает большое влияние организация двигательного режима в течение дня. Уменьшение удельного веса движений в режиме дня отрицательно сказывается на формирование всех систем и, несомненно, понижает защитные силы детского организма. Оптимизации двигательного режима отводится, таким образом, ведущая роль в **воспитании здорового ребёнка**.

Для совершенствования физических качеств в группах используется нетрадиционное оборудование. Для упражнений в ходьбе, беге, прыжках, развития равновесия используются различные дорожки, косички, змейки, для подлезания дуги. Во всех группах имеются пособия для профилактики плоскостопия, для организации подвижных игр и упражнений общеразвивающего воздействия. Все физкультурное оборудование доступно для **детей**.

Физкультурное оборудование для занятий также подобрано с учётом современных требований, возрастных, индивидуальных, половых особенностей **воспитанников**, состояния их **здоровья**. Перечень физкультурного оборудования включает в себя: гимнастические стенки, приставные лестницы и наклонные доски, гимнастические скамейки, гимнастические маты, разновысокие дуги для подлезания, доски ребристые, обручи, палки гимнастические, скакалки, разноцветные флажки и ленты, мячи набивные, мячи резиновые (три вида, баскетбольные кольца, волейбольная сетка, бадминтонные ракетки и воланы, кольцобросы, кегли, вертикальные и горизонтальные мишени, сухой бассейн, дорожки для ходьбы (ширина 30 и 15 см., массажёры).

Предметно-развивающая среда на территории ДООУ также организована с учётом необходимости сохранения и укрепления **здоровья воспитанников**. Педагогами нашего учреждения уделяется большое внимание организации физкультурно-оздоровительной работы на свежем воздухе. Прежде всего на территории детского сада и на участках групп выделено единое пространство физического развития, которое объединяет зоны, в наибольшей степени стимулирующие двигательную активность **детей**: сюда включаются специально выделенные зоны подвижных и спортивных игр на участках. На участке ДУ имеется спортивная площадка, оборудованная беговой дорожкой, ямой с песком для прыжков, а также оформлено разнообразное спортивно-игровое оборудование.

В нашем дошкольном учреждении разработана система общей психологической защиты **детей**. Она включает в себя:

- организацию режимных моментов, **комфортную** для психологического состояния **детей**;

- **средства физического воспитания**: утренняя гимнастика под музыкальное сопровождение, занятия по развитию движений, прогулки, закаливающие процедуры;

- хождение босиком;

- дыхательная гимнастика;

- солнечные и воздушные ванны;

- корригирующие упражнения на профилактику плоскостопия и осанки;

- дорожка **здоровья**;

- упражнения с элементами психогимнастики;

- упражнения на релаксацию.

Педагоги активно включают в свою деятельность цикл занятий "Познай себя", на которых параллельно с физическим развитием идёт обучение **детей основам культуры здоровья**. Валеологический материал органично включается в структуру занятий, способствуя расширению знаний **детей о строении человека**, влиянии физических упражнений на организм, о безопасности жизнедеятельности. С детьми разучиваются комплексы упражнений, направленных на профилактику плоскостопия, дыхательной системы.

В каждой группе оформляется уголок для театрализованных игр. Основное место в театральном уголке - большое зеркало и вешалка ряженья, на которой размещаются различные костюмы, головные уборы, украшения, сумки и др. Это пространство используется для формирования у **детей** актерского мастерства. Насыщение театральной **среды** происходит постепенно, **создавая определенный вид театра**, дети учатся обыгрывать персонажи, драматизировать, использовать его в самостоятельной деятельности, только потом **создается новый**. Использование театрализованных игр не только развивают творческие способности **детей**, но и **создаёт** благоприятный эмоциональный фон у **детей**, снимает детские страхи, агрессию, развивают коммуникативные навыки.

Предметно-развивающая среда организована по принципу **обеспечения здорового образа жизни**, безопасности, вариативности и гигиенического соответствия. Она **обеспечивает** зону ближайшего развития, интенсивность упражнений, интересы девочек и мальчиков.

Педагогический коллектив активно использует **предметно-развивающие пространства** для успешного осуществления **воспитания** и обучения дошкольников, т. к. для **обеспечения** подлинно творческого развития ребенка необходимо единство развивающей **предметной среды** и содержательного общения взрослого с детьми. Позиция "не рядом", не "над", а "вместе", позволяет **обеспечить** чувство психологической защищенности **детей**, доверия к миру, радости существования.

Организованная в ДОУ **предметно-развивающая среда**:

- развивает познавательную и творческую активность **детей**;
- **предоставляет** ребенку свободу выбора форм активности;
- **обеспечивает** содержание разных форм детской деятельности;
- безопасна и **комфорта**;
- соответствует интересам, потребностям и возможностям каждого ребенка;
- **обеспечивает** гармоничное взаимодействие ребенка с окружающим миром и организуется таким образом, чтобы каждый ребенок имел возможность заниматься любимым делом.

Размещение оборудования по принципу нежесткого центрирования позволяет детям объединяться небольшими подгруппами по общим интересам.

Т. е. вся структура **предметно-развивающего пространства** помогает установить необходимый баланс между занятиями, самостоятельной игрой и творческими видами деятельности. Дети могут получить из **предметно-развивающей среды** от инфраструктуры до группового помещения информацию, необходимую для осуществления всех видов деятельности, позволяющую **воспитанникам** не только развиваться, но и проявить свою индивидуальность, реализовать свое собственное Я.

Приложение 2.**Развивающая предметно - пространственная среда по профилактике нарушений опорно - двигательного аппарата у дошкольников****Спортивный зал**

№п/п	Оборудование
1	Балансир
2	Мешочек с песком
3	Палочка эстафетная
4	Флажок эстафетный
5	Палка гимнастическая
6	Обруч гимнастический
7	Дорожка равновесия
8	Скакалка
9	Детская игровая «Змейка»
10	Детский игровой набор бревна
11	Шагомер
12	Шарики суджоку
13	Флажки
14	Скакалка
15	Кольцо баскетбольное
16	Балансир
17	Диск здоровья
18	Ворота с сеткой
19	Мягкий комплекс туннель
20	Мягкая форма шагайка
21	Массажная дорожка
22	Лыжи детские Олимпик -спорт
23	Городки деревянные малые
24	Набор кегли
25	Обруч (60см)
26	Фишки разметочные
27	Паращют большой (3,5 м) с сумкой
28	Сумка –мешок для прыжков
29	Гантели пластмассовые (набор) 1 кг.
30	Игра «Хоккейный набор»
31	Мяч футбольный
32	Бубен чебурашка и крокодил
33	Паращют малый (2,5 м)с сумкой
34	Труба длина 150 см
35	Лента на кольцо длина 50 см

36	Ходунки
37	Корзины для игрушек напольные 1 м.
38	Набор для игры в настольный теннис (пин понг) 2 ракетки и 1 мяча
39	Шагомер
40	бубен
41	скакалка
42	Мяч массажный 75см
43	Доска наклонная навесная мягкая 1,8м
44	Мяч массажный 65см
45	Мяч гимнастический

Группы

№ п/п	Группа	Оборудование
1	Вторая младшая группа	1. Доска с ребристой поверхностью. Массажная дорожка 2. Коврики, дорожки массажные, со следочками 3. Обруч большой и обруч малый 4. Мячи – массажные 5. Кольцо малое 6. Мячи резиновые 7. Лента короткая 8. Палка гимнастическая короткая 9. Шнур короткий 10. Мешочки 11. Длинный шнур 12. Мелкие предметы (карандаши, фломастеры, мягкие модули, кубики, каштаны, шишки, мелкие игрушки, крышки) 13. Гантели 14. Кегли разного размера 15. Султанчики 16. Солнышко для перешагивания
2	Средняя группа	1. Доска с ребристой поверхностью. Массажная дорожка 2. Коврики, дорожки массажные, со следочками 3. Обруч большой и обруч малый 4. Мячи – массажные 5. Кольцо малое 6. Мячи резиновые 7. Лента короткая 8. Палка гимнастическая короткая

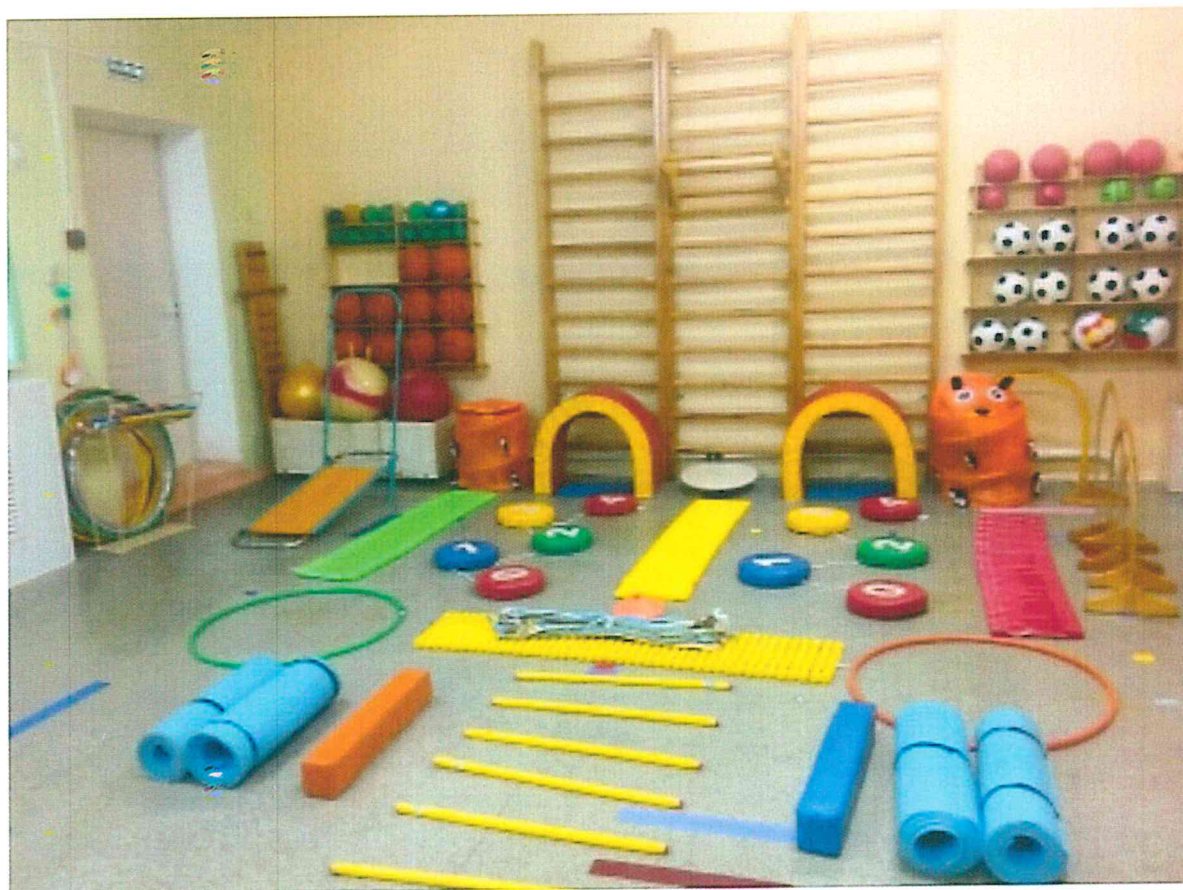
		9. Шнур короткий 10. Мешочки 11. Мячики, гантели, гири 12. Мелкие предметы (карандаши, фломастеры, мягкие модули, кубики, каштаны, шишки, мелкие игрушки, крышки) 13. Платочки
3	Старшая группа	1. Картотека упражнений для проведения гимнастики 2. Массажные коврики и дорожки 3. Палки гимнастические короткие 4. Мешочки с песком 5. Ленты 6. Обручи 7. Мячи 8. Массажеры
4	Подготовительная группа	1. Коврик массажный со следочками 2. Шнур короткий (плетеный) 3. Платки цветные 40*40 см 4. Обруч малый (диаметр 55-60 см) 5. Обруч большой (диаметр 100см) 6. Комплект мячей- массажеров 7. Массажный диск (мягкий) 8. Скакалка короткая (длинна 100-120) 9. Кольцо малое (диаметр 13 см) 10. Лента короткая (длинна 50-60 см) 11. Мяч средний (диаметр 10-12 см) 12. Палки гимнастические короткие (длинна 80 см) 13. Комплект тактильных ковриков 14. Мягкие модули 15. Мешочки с песком 16. Балансир 17. Мелкое оборудование переносное оборудование (карандаши, фломастеры, салфетки, каштаны, мелкие игрушки, мячики)

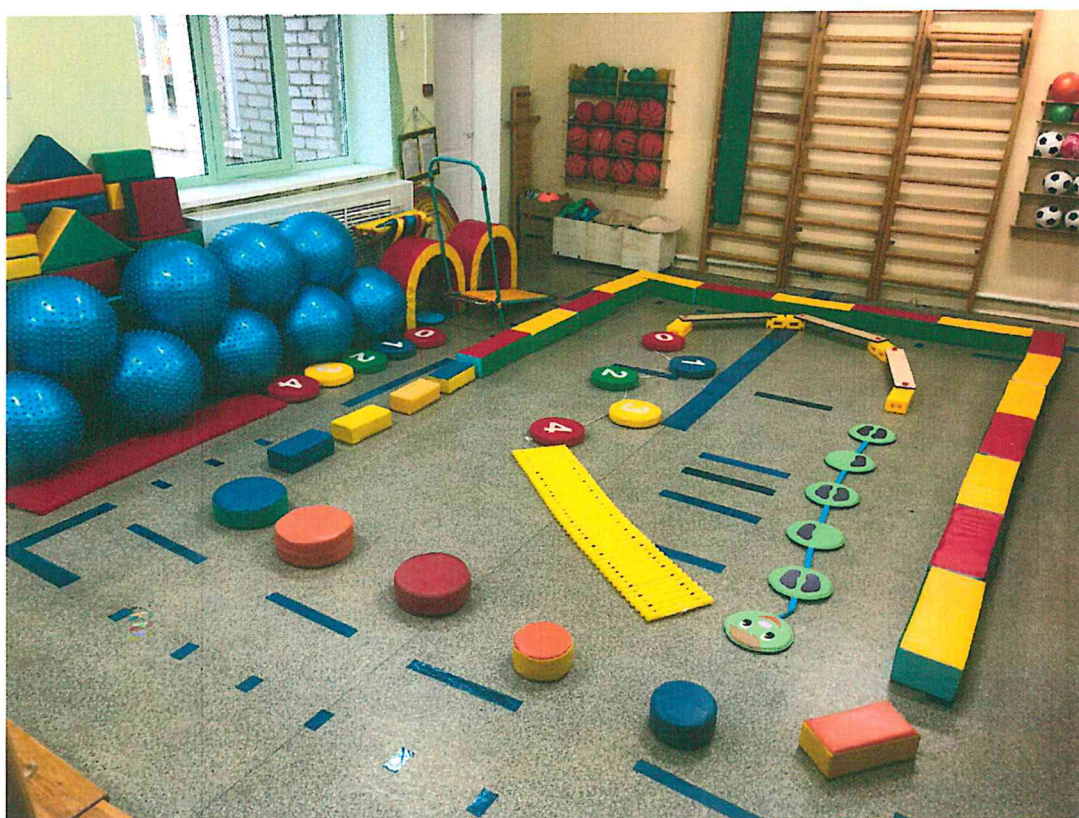
Приложение 3

Развивающая предметно - пространственная среда по профилактике нарушений опорно - двигательного аппарата у детей спортивного зала

Цель:

- создание условий, способствующих профилактике нарушений опорно - двигательного аппарата у детей старшего дошкольного возраста в соответствии с их возрастными и индивидуальными особенностями, оздоровление детей, реализация их двигательных возможностей, формирование правильной осанки, профилактика плоскостопия;
- развитие таких физических качеств, как координация и гибкость; способствующих правильному формированию опорно-двигательной системы организма, развитию равновесия, координации движения;
- формирование осознанного отношения к своему здоровью.



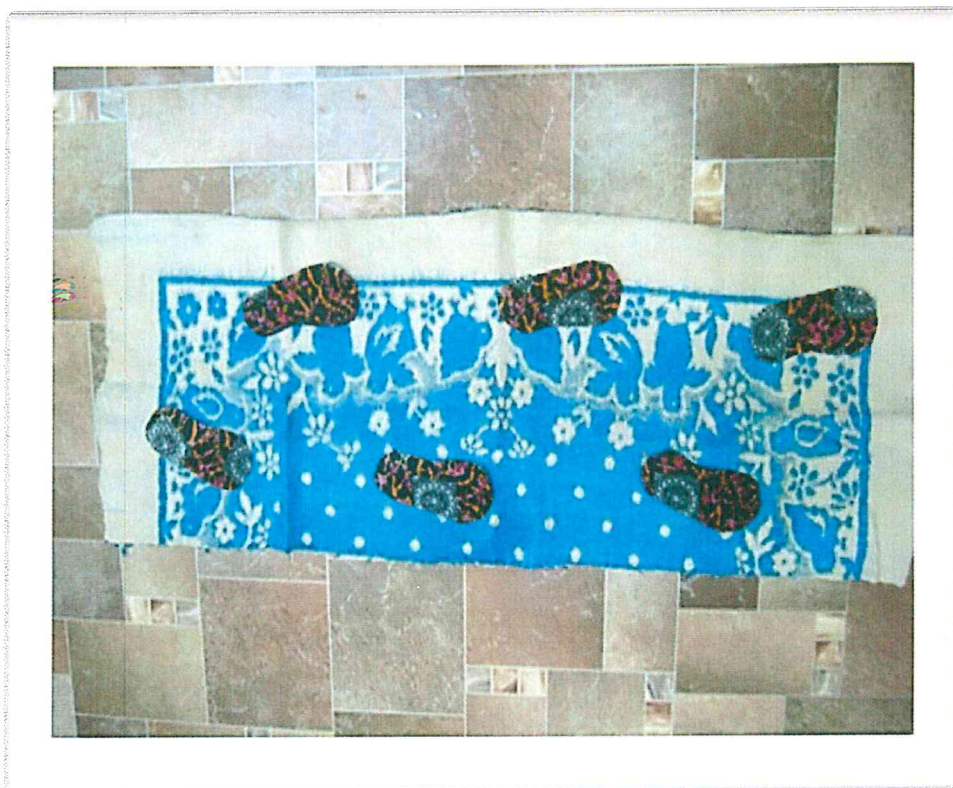


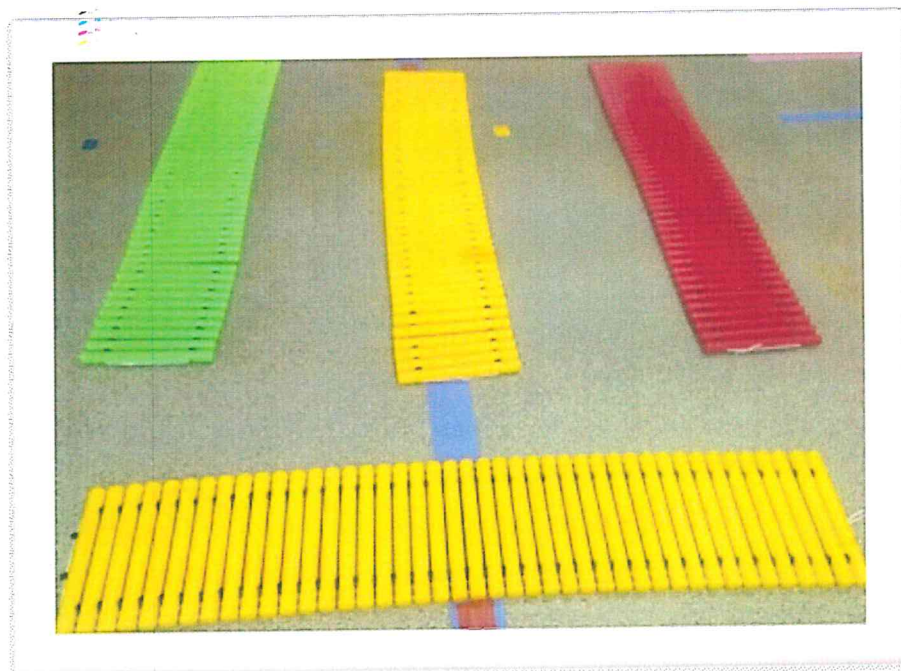


Перечень оборудования:

Переносное оборудование:

Коврики массажные и со следочками





Цель: сохранение и укрепления здоровья детей; профилактика и коррекция плоскостопия, массаж ног.

Шнур короткий (плетеный) – длина 75 см. (по кол-ву детей).



Цель: укрепление мышечного корсета, тренировка координационной устойчивости, профилактика плоскостопия.

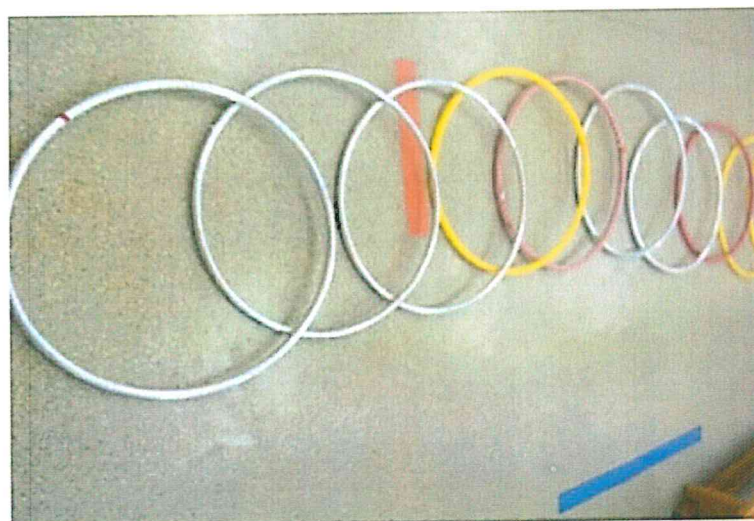


Платки цветные 40*40 см (по кол-ву детей)



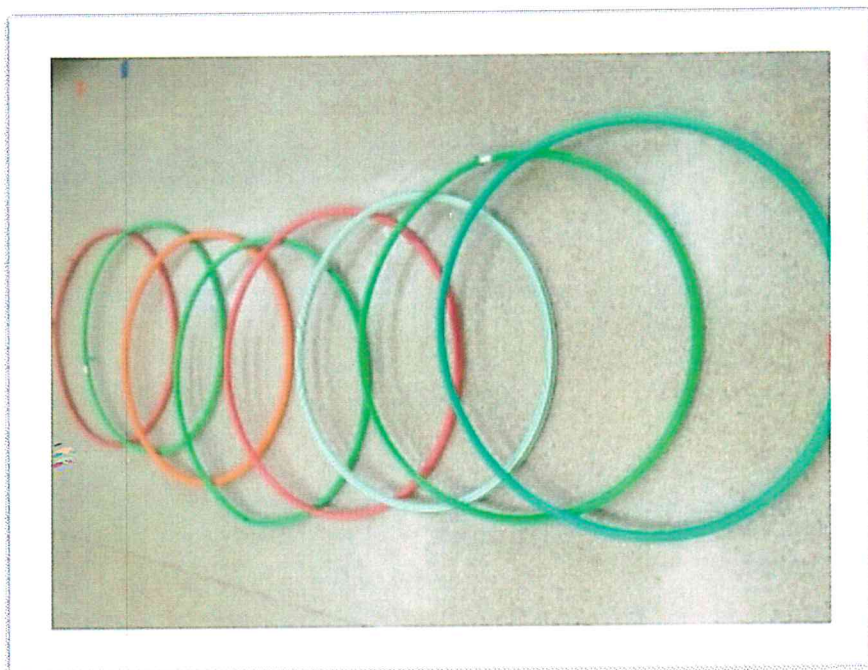
Цель: формировать навыки правильной осанки, укреплять мышечную систему. Укреплять мышцы и связки стоп с целью профилактики плоскостопия; развивать координацию движения.

Обруч малый (диаметр 55-60 см) - 25 шт.



Цель: формирование навыков правильной осанки, укрепление мышечного корсета, тренировка координационной устойчивости.

Обруч большой (диаметр 100см) – 20 шт.



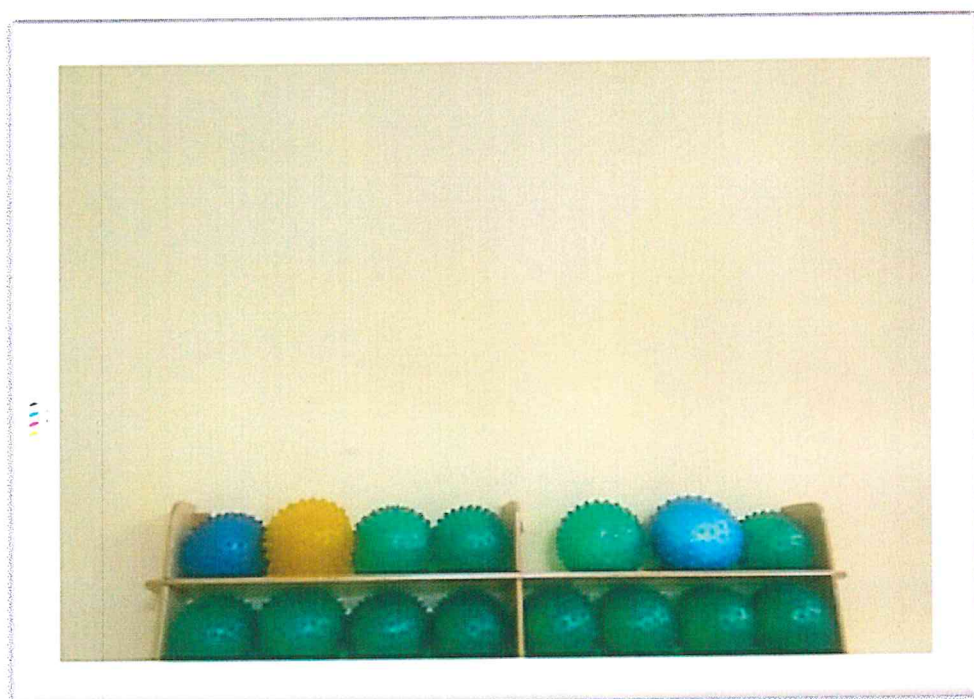
Цель: формировать навыки правильной осанки, укреплять мышечную систему, развивать координацию движения. Воспитывать осознанное отношение к своему здоровью.

Массажный диск (мягкий) – 2 шт.



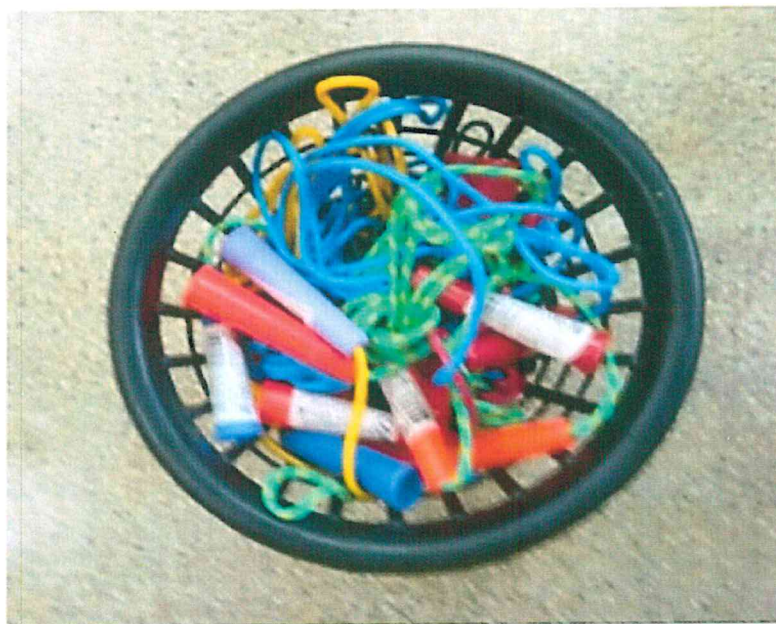
Цель: массаж ног, укрепление связочно-мышечного аппарата туловища и нижних конечностей.

Комплект мячей - массажеров



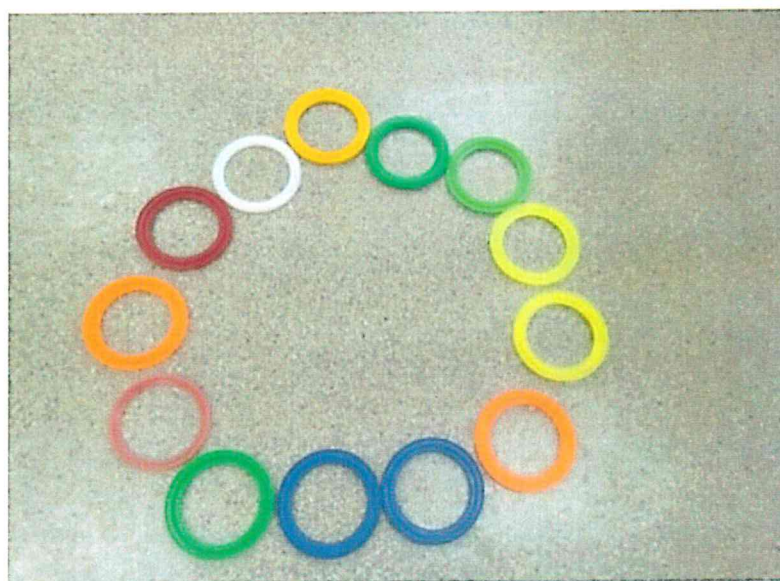
Цель: массаж, способствовать улучшению кровообращения; развитие мелкой моторики.

Скакалка короткая (длина 100-120) – 25 шт.



Цель: формировать навыки правильной осанки, укрепление мышечной системы туловища, развитие координации движений, чувства равновесия, быстроты реакции.

Кольцо малое (диаметр 13 см) – 20 шт.



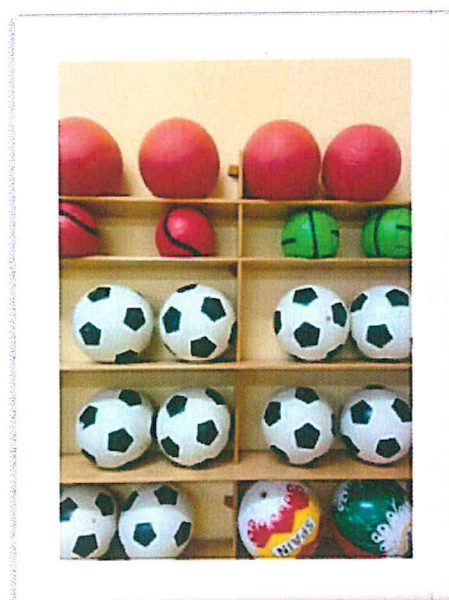
Цель: формирование правильной осанки; развивать координацию движений одновременно крупные и мелкие мышцы рук и верхнего плечевого пояса.

Лента короткая (длинна 50-60 см) 30 -шт



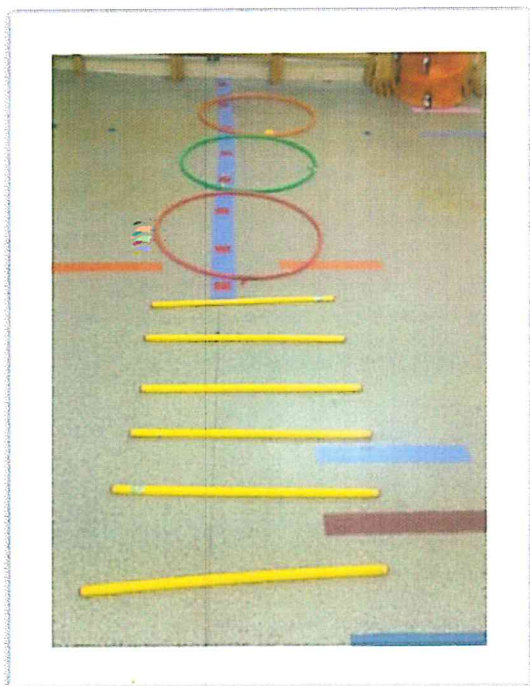
Цель: формирование навыков правильной осанки, укрепление мышечной системы; развитие координации движения, укрепление мышц и связок стоп с целью профилактики плоскостопия.

Мяч средний (диаметр 10-12 см) – 20 шт.



Цель: формирование правильной осанки; развивать координацию движений одновременно крупные и мелкие мышц рук и верхнего плечевого пояса.

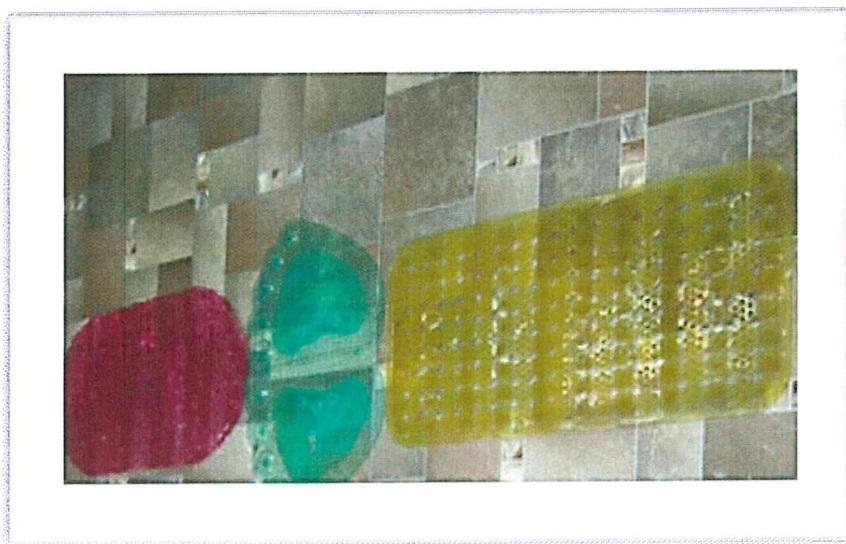
Палки гимнастические короткие (длина 80 см) – 35 шт.



Цель: формирование навыков правильной осанки, укрепление мышечного корсета; развитие координации движений. Укрепления мышц и связок стоп с целью профилактики плоскостопия.

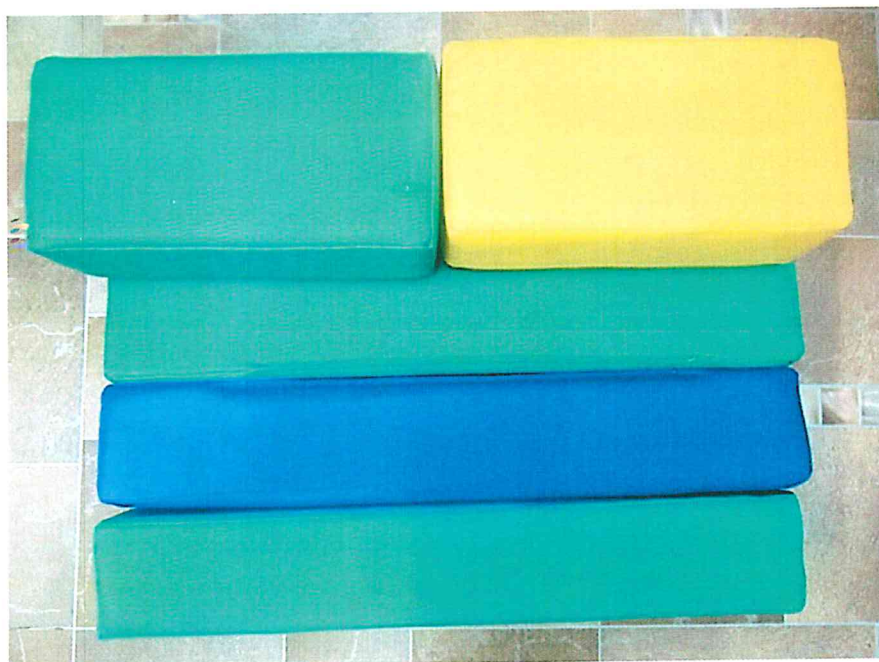


Комплект тактильных ковриков – 5 шт.



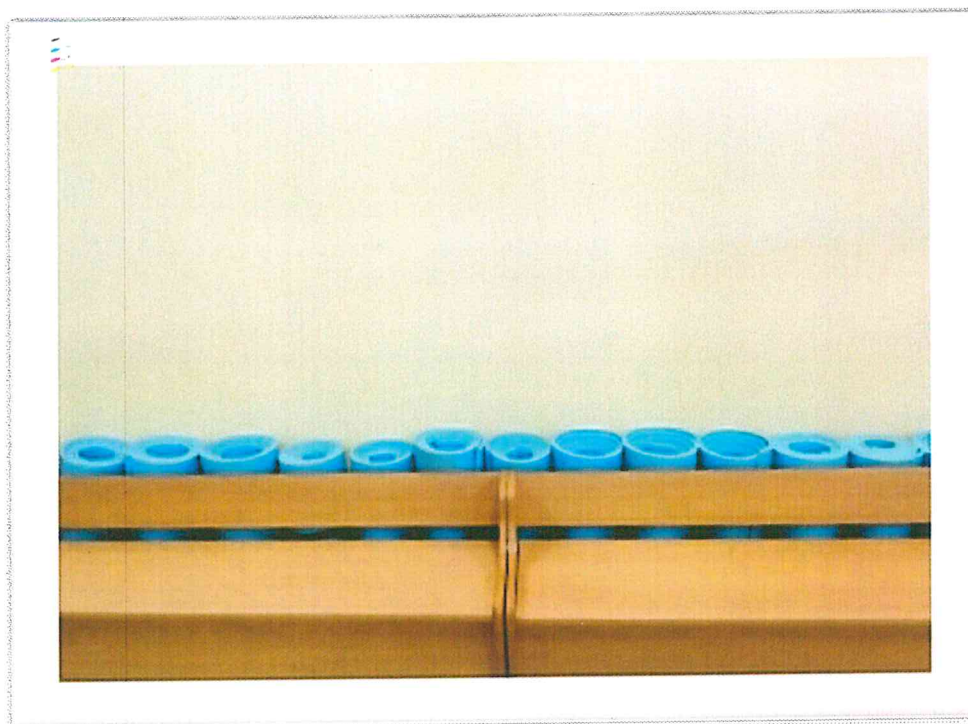
Цель: сохранение и укрепления здоровья детей; профилактика и коррекция плоскостопия, массаж стопы.

Мягкие модули



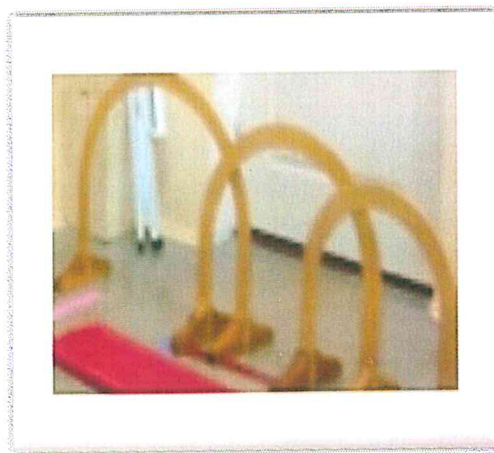
Цель: формирование навыков правильной осанки, укрепление мышечного корсета; развитие координации движений.

Коврики гимнастические (22-шт)



Цель: формирование навыков правильной осанки, укрепление мышечного корсета; развитие координации движений

Дуги для подлезания и набор шагайка



Цель: формирование правильной осанки, улучшение координации движений.

Мешочки с песком (20 – шт.)



Цель: формирование правильной осанки, улучшение координации движений.

Балансир (2-шт.)



Цель: улучшение функции вестибулярного аппарата, укрепление связочно-мышечного аппарата туловища и конечностей.

Массажер – 1 шт.



Цель: массаж ног, укрепление связочно-мышечного аппарата туловища и нижних конечностей.

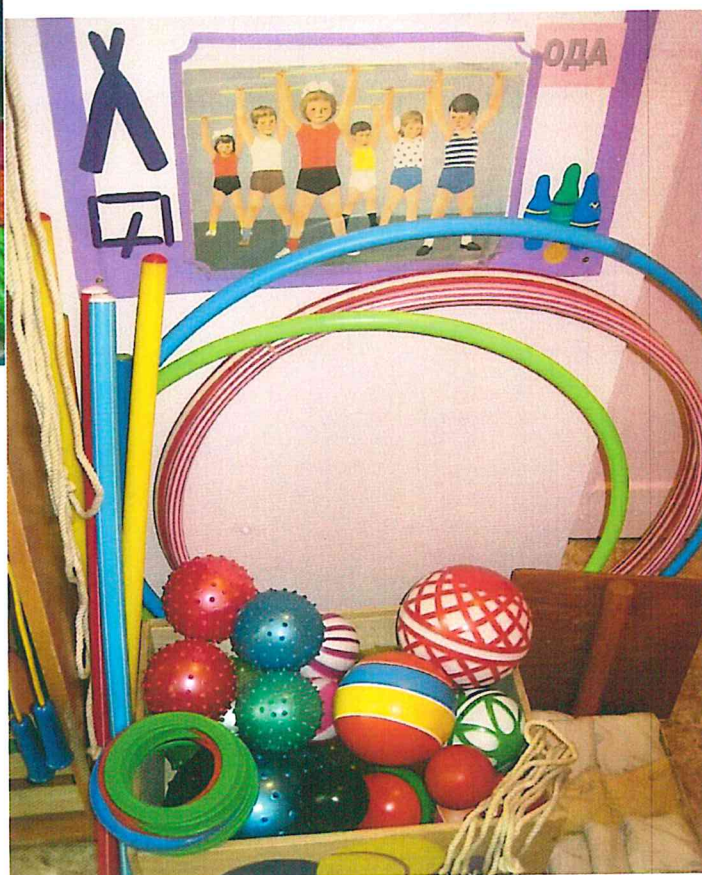
Мелкое оборудование переносное оборудование (карандаши, фломастеры, салфетки, каштаны, мелкие игрушки, мячики, пластиковые фишки)



Цель: Формирование двигательных умений и навыков ребенка в соответствии с его индивидуальными особенностями для профилактики и коррекции плоскостопия; осознанное овладение движениями, развитие самоконтроля и самоанализа при выполнении физических упражнений. Укрепления мышц и связок стоп с целью профилактики плоскостопия.

Развивающая предметно - пространственная среда по профилактике нарушений опорно - двигательного аппарата у воспитанников вторых младших групп

Цель: Создание условий, способствующих профилактике и коррекции ОДА у детей младшего дошкольного возраста в соответствии с их возрастными и индивидуальными особенностями, оздоровление детей, реализация их двигательных возможностей, формирование правильной осанки и коррекции её нарушений, профилактика и коррекция плоскостопия.



Перечень оборудования:

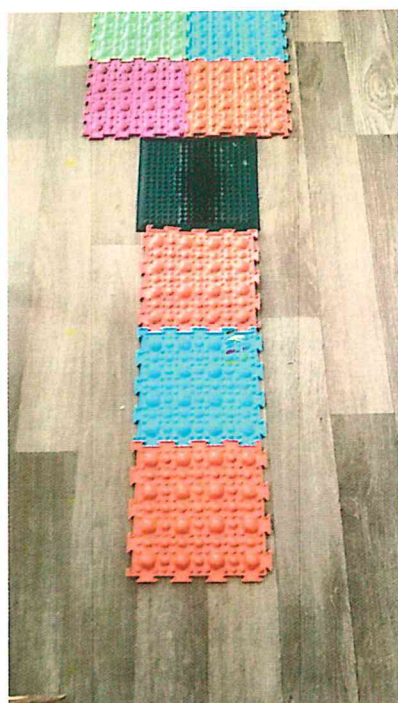
Доска с ребристой поверхностью Массажная дорожка

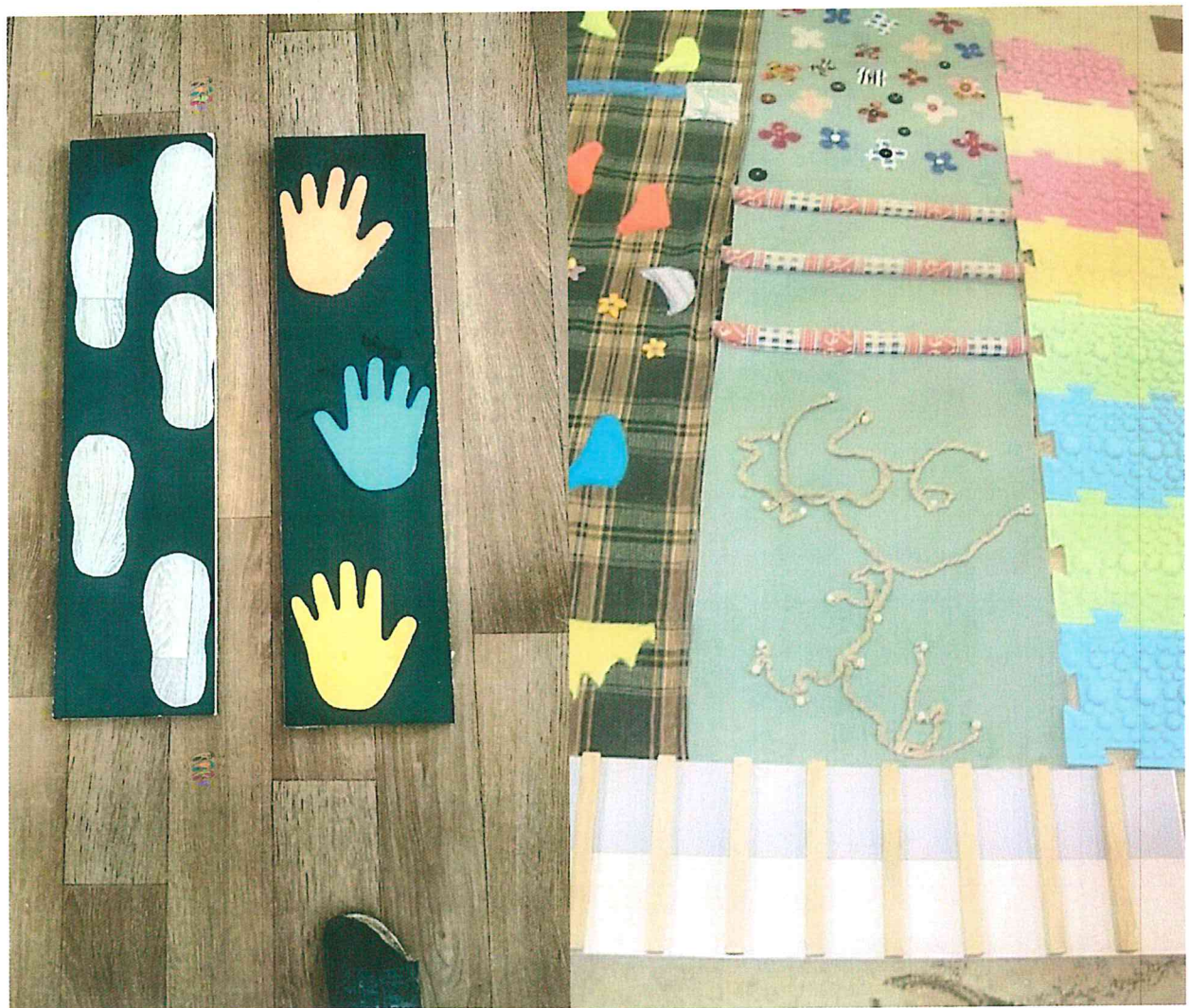
Цель: формировать навыки правильной осанки, укреплять мышечную систему, укреплять мышцы и связки стоп с целью профилактики плоскостопия, воспитывать сознательное отношение к правильной осанке.



Коврики, дорожки массажные, со следочками

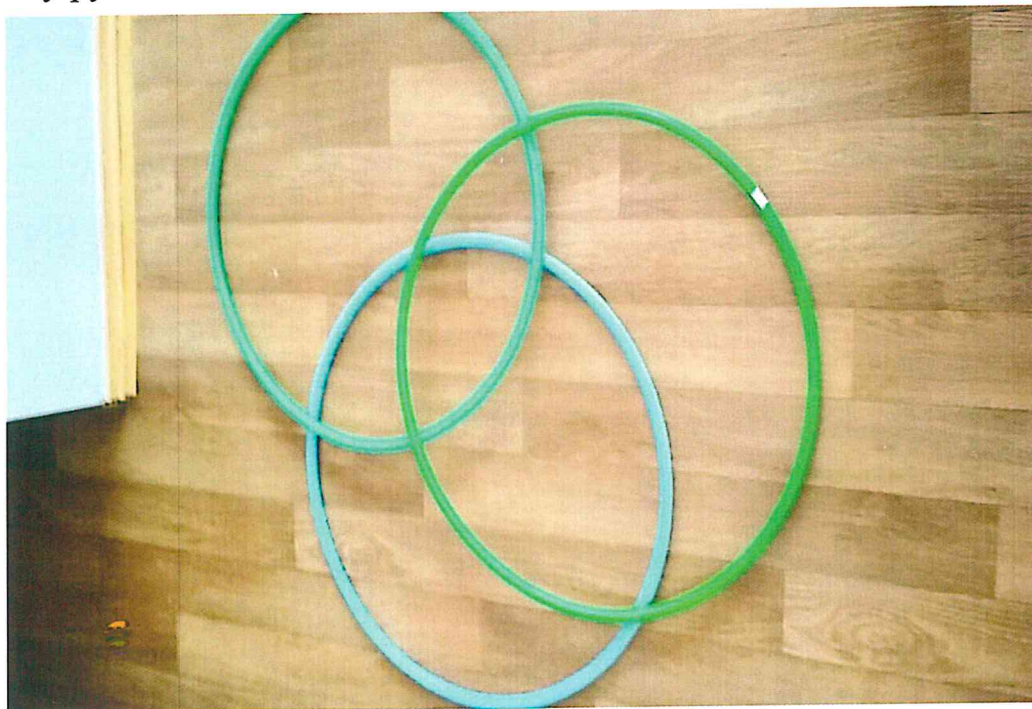
Цель: сохранение и укрепления здоровья детей; профилактика и коррекция плоскостопия, массаж стопы.





Обруч большой и обруч малый

Цель: формировать навыки правильной осанки, укреплять мышечную систему рук и плечевого пояса.



Мячи – массажные

Цель: укрепление мышц пальцев стопы и голеностопного сустава.



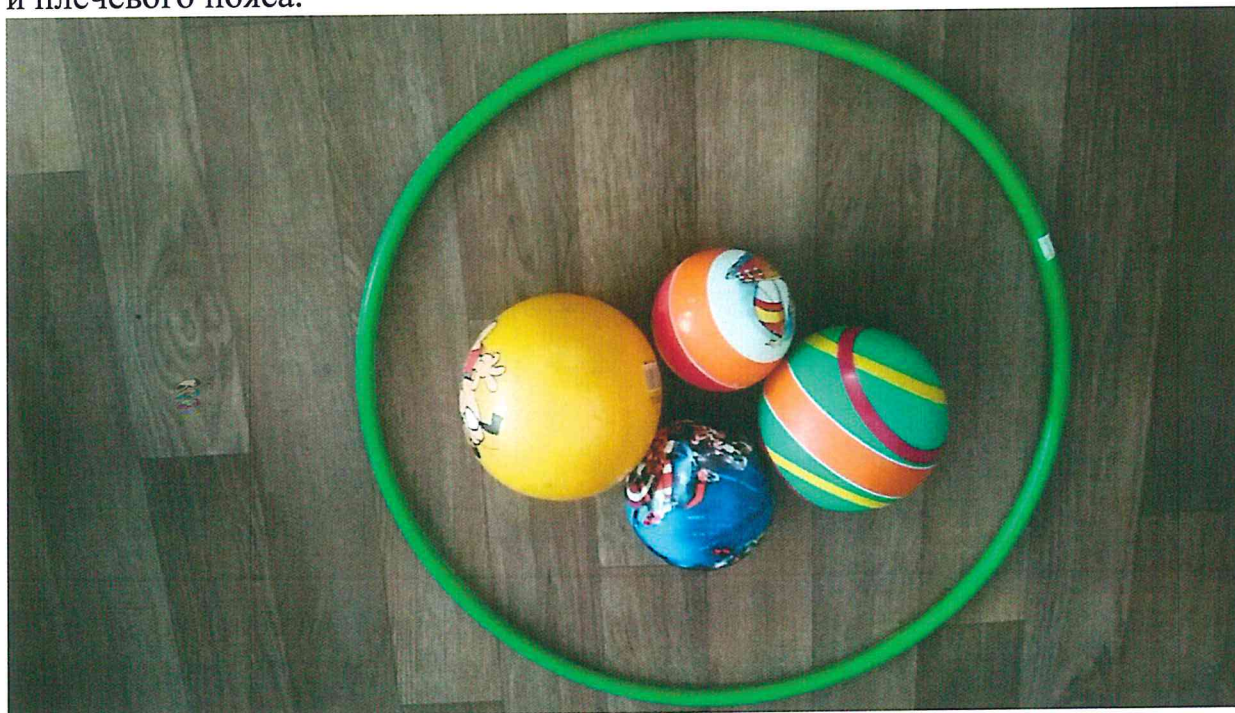
Кольцо малое

Цель: формировать навыки правильной осанки, укреплять мышечную систему рук и плечевого пояса.



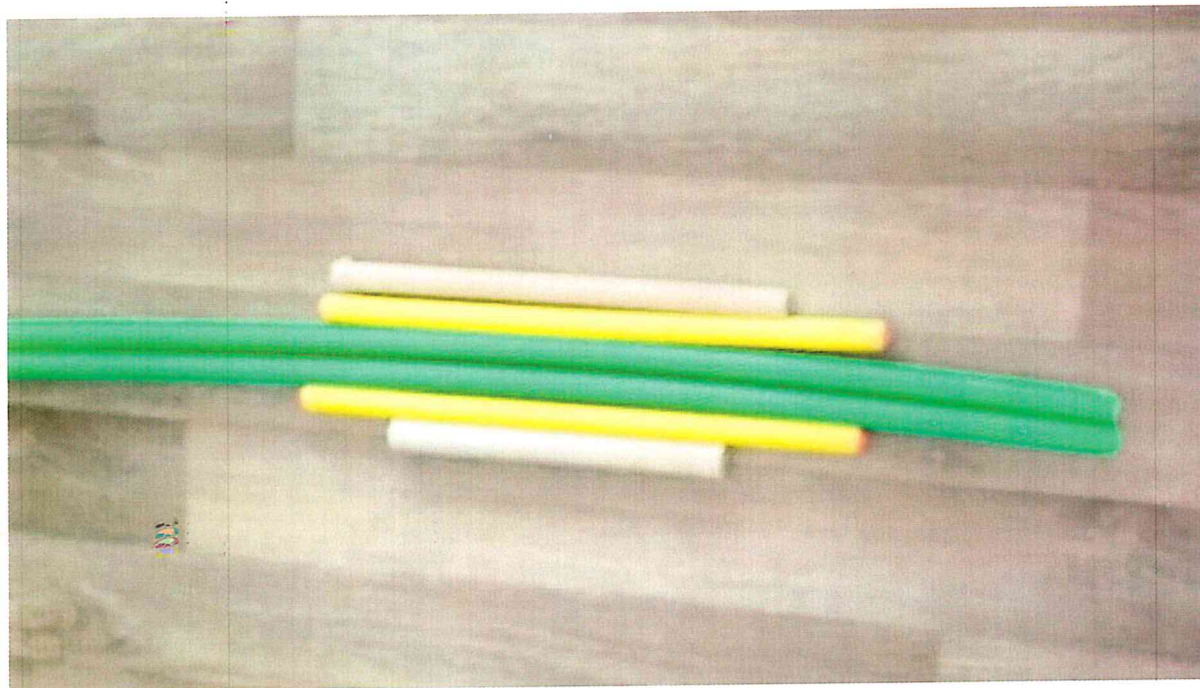
Мячи резиновые

Цель: укрепление мышц пальцев стопы и голеностопного сустава, формировать навыки правильной осанки, укреплять мышечную систему рук и плечевого пояса.



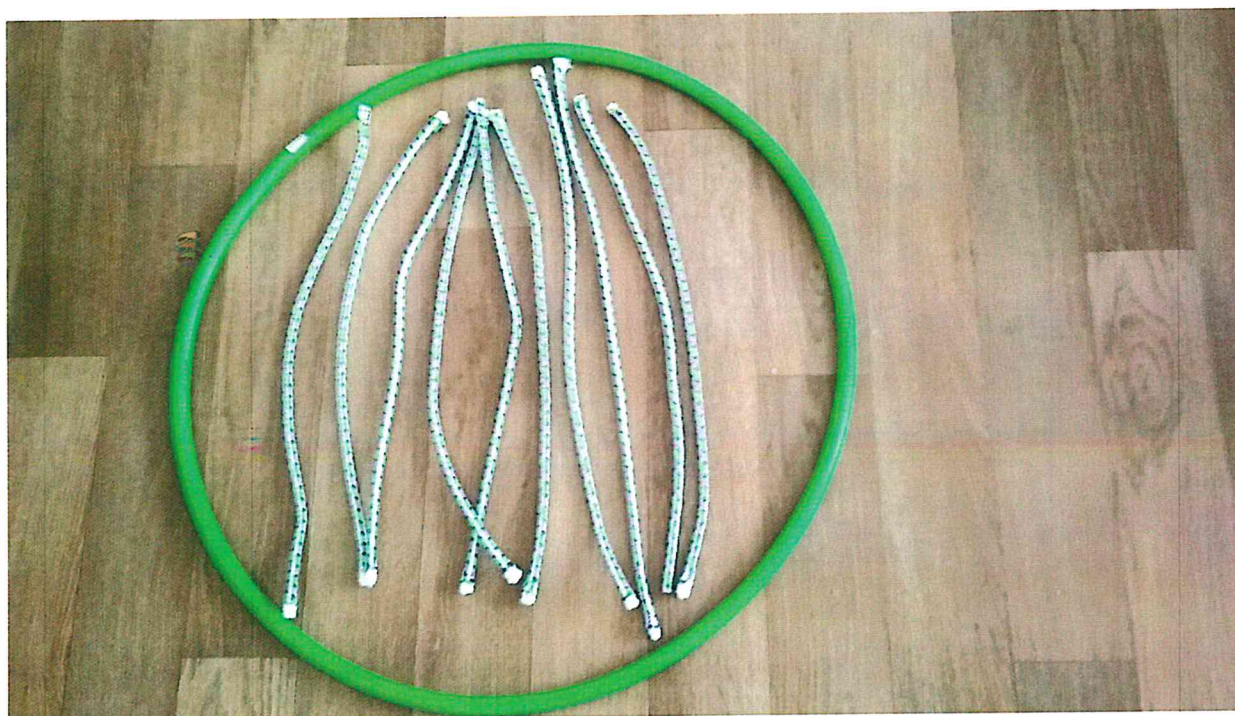
Палка гимнастическая короткая

Цель: укрепление мышечного корсета позвоночника, связочно-мышечного аппарата ног и рук.



Шнур короткий

Цель: укрепление мышечного корсета позвоночника, связочно-мышечного аппарата ног и рук.



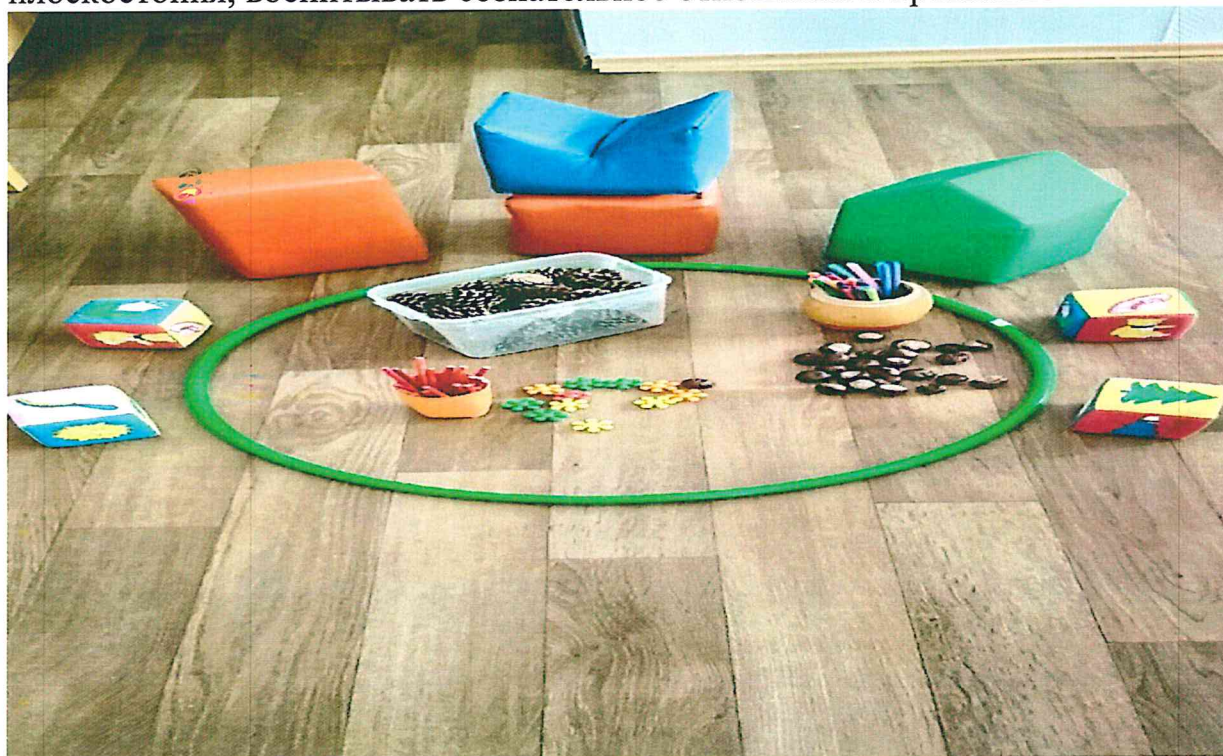
Мешочки

Цель: формирование правильной осанки, улучшение координации движений.



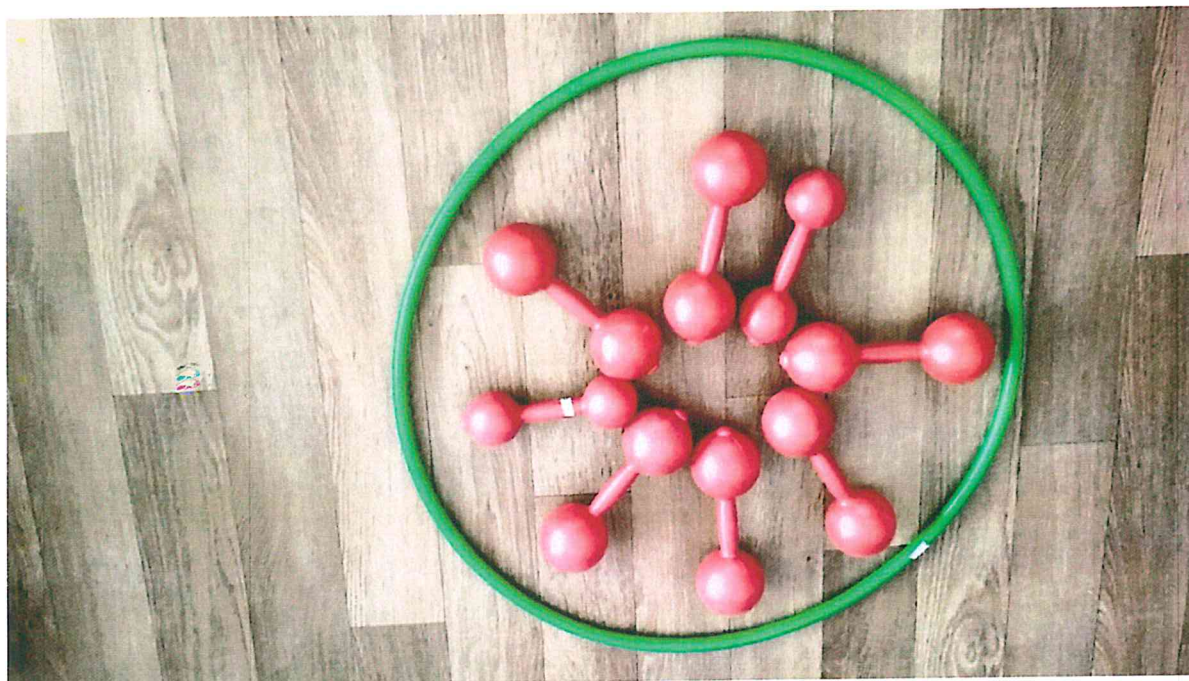
Мелкие предметы (карандаши, фломастеры, мягкие модули, кубики, каштаны, шишки, мелкие игрушки, крышки)

Цель: формировать навыки правильной осанки, укреплять мышечную систему, укреплять мышцы и связки стоп с целью профилактики плоскостопия, воспитывать сознательное отношение к правильной



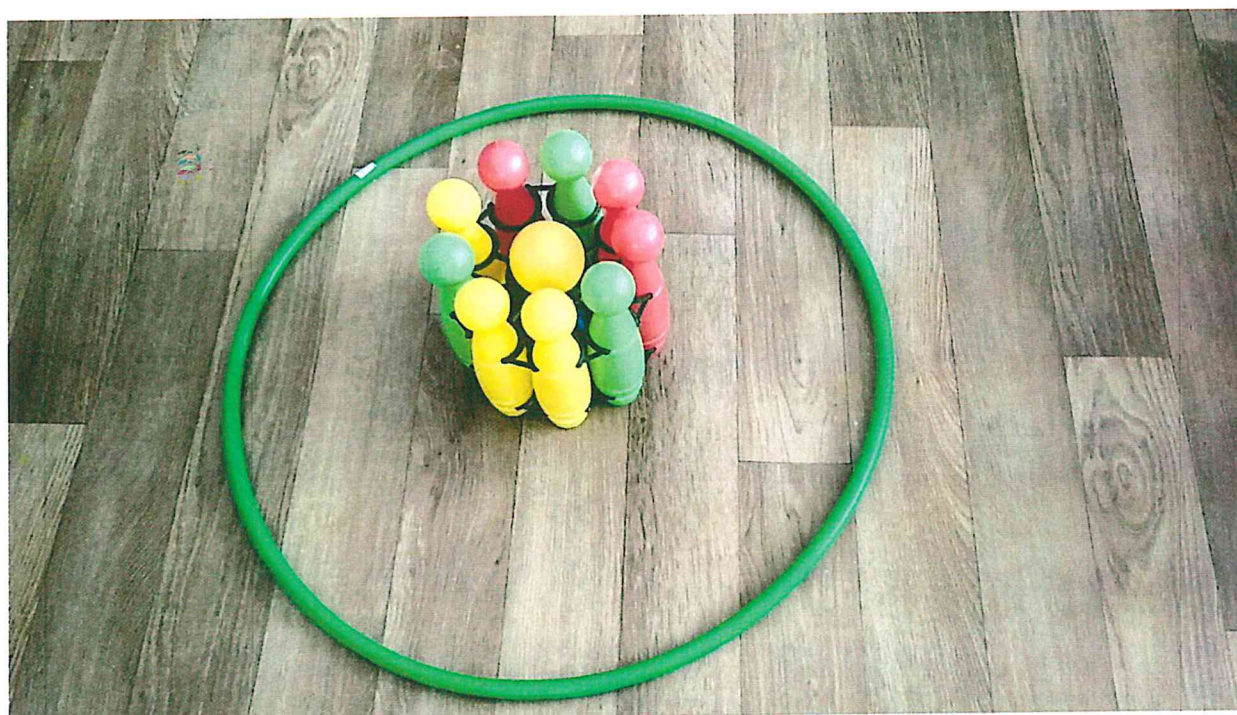
Гантели

Цель: формирование правильной осанки, улучшение координации движений.



Кегли разного размера

Цель: укрепление мышечного корсета позвоночника, связочно-мышечного аппарата ног и рук.



Султанчики

Цель: формирование правильной осанки, улучшение координации движений.



Солнышко для перешагивание

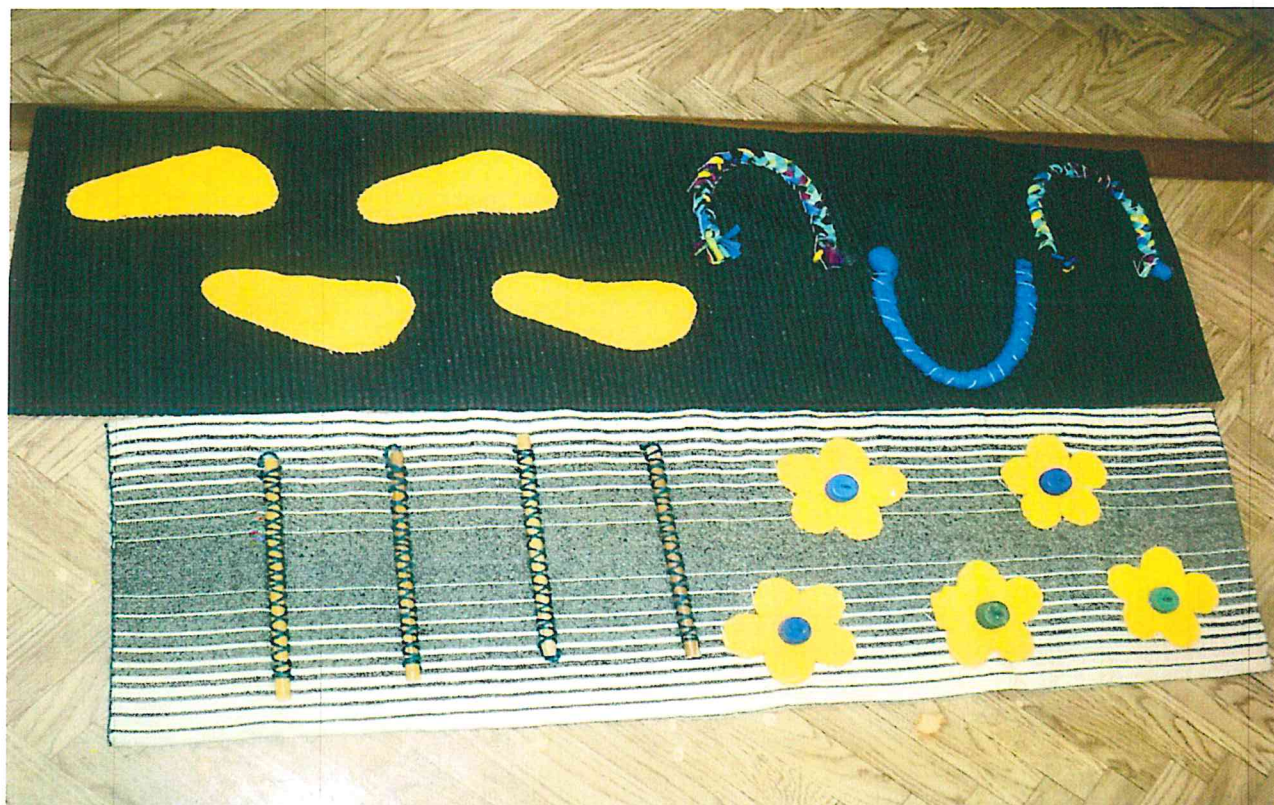
Цель: Укреплять мышцы и связки стоп с целью профилактики плоскостопия, воспитывать сознательное отношение к правильной осанке.



Развивающая предметно - пространственная среда по профилактике нарушений опорно - двигательного аппарата в средних группах

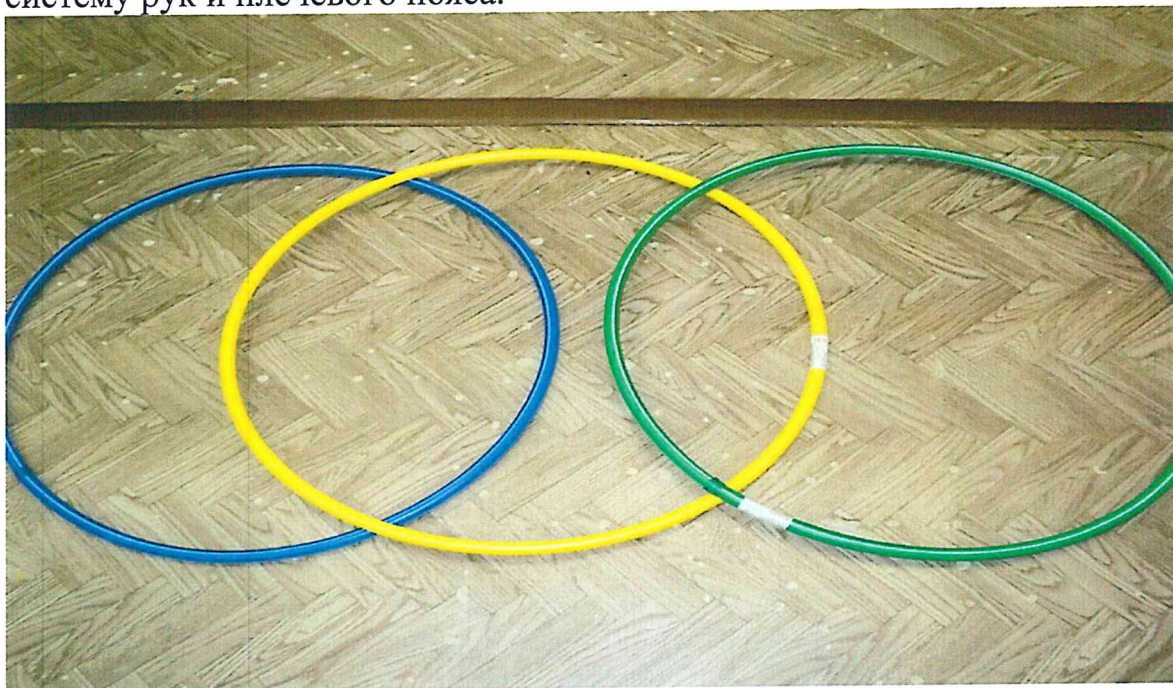
Цель: Создание условий, способствующих профилактике и коррекции ОДА у детей дошкольного возраста в соответствии с их возрастными и индивидуальными особенностями, оздоровление детей, реализация их двигательных возможностей, формирование правильной осанки и коррекции её нарушений, профилактика и коррекция плоскостопия.





Обруч малый

Цель: формировать навыки правильной осанки, укреплять мышечную систему рук и плечевого пояса.



Мячи – массажные

Цель: укрепление мышц пальцев стопы и голеностопного сустава.



Кольцо малое

Цель: формировать навыки правильной осанки, укреплять мышечную систему рук и плечевого пояса.



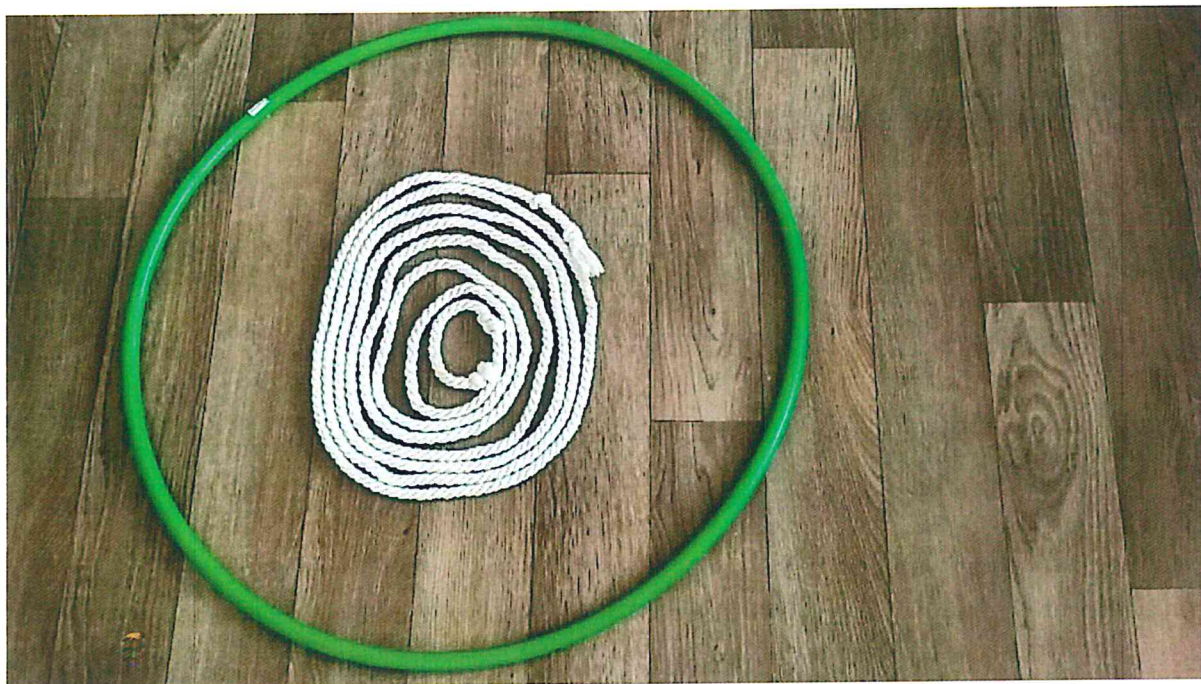
Мячи резиновые

Цель: укрепление мышц пальцев стопы и голеностопного сустава, формировать навыки правильной осанки, укреплять мышечную систему рук и плечевого пояса.



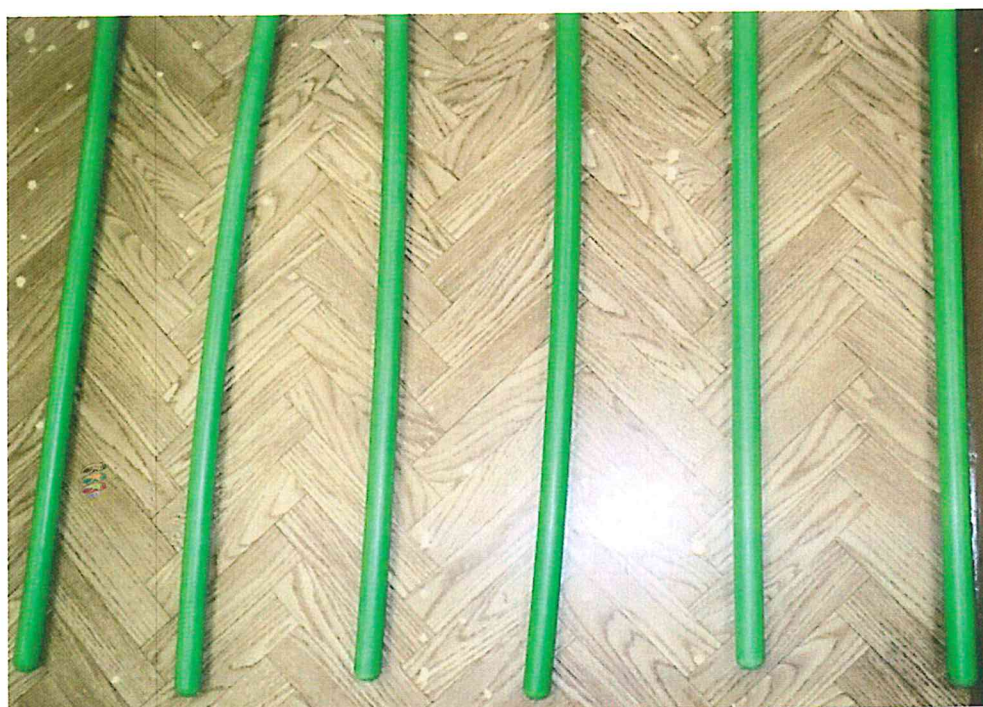
Длинный шнур

Цель: развитие умения сохранять равновесие, формирование правильной осанки, укрепление связочно-мышечного аппарата туловища и конечностей.



Палка гимнастическая короткая

Цель: укрепление мышечного корсета позвоночника, связочно-мышечного аппарата ног и рук.



Шнур короткий

Цель: укрепление мышечного корсета позвоночника, связочно-мышечного аппарата ног и рук.



Мешочки

Цель: формирование правильной осанки, улучшение координации движений.



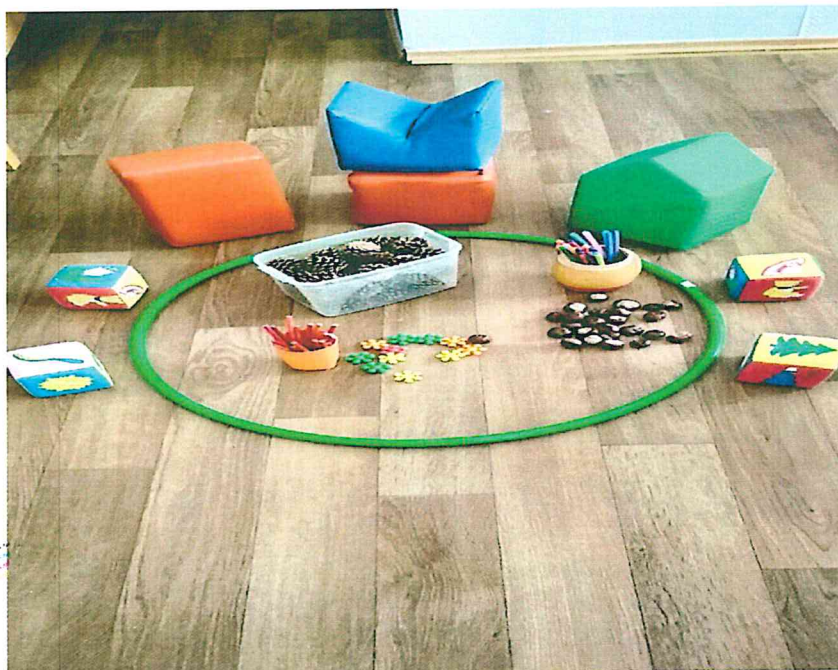
Мячики, гантели, гири

Цель: формирование правильной осанки, улучшение координации движений.



Мелкие предметы (карандаши, фломастеры, мягкие модули, кубики, каштаны, шишки, мелкие игрушки, крышки)

Цель: формировать навыки правильной осанки, укреплять мышечную систему, укреплять мышцы и связки стоп с целью профилактики плоскостопия, воспитывать сознательное отношение к правильной



Платочки

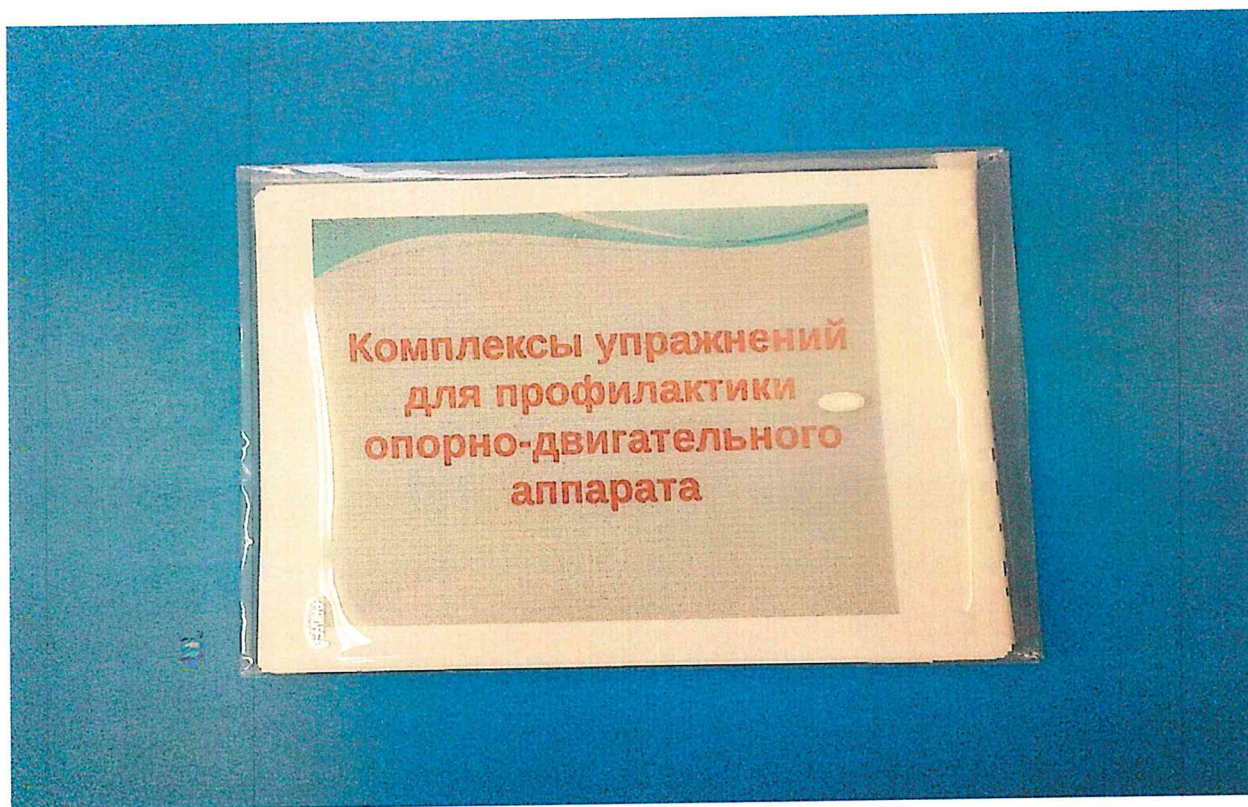
Цель: формировать навыки правильной осанки, укреплять мышечную систему. Укреплять мышцы и связки стоп с целью профилактики плоскостопия; развивать координацию движения.



Предметно- пространственная развивающая среда опорно-двигательного аппарата в ДОУ № 40 в старших группах



Картотека упражнений для проведения гимнастики.

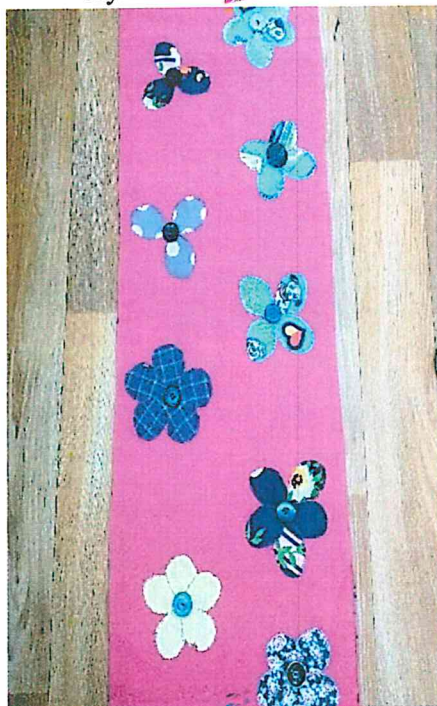


Цели: совершенствовать навыки правильной осанки в различных исходных положениях, с различными движениями рук; укреплять мышцы спины и брюшного пресса; совершенствовать координацию движений.

Массажные коврики и дорожки

Цель: развитие мышц нижних конечностей, координации, внимания, массаж рефлекторных зон стопы; формирование навыков различных видов ходьбы; развивать чувство равновесия; способствовать профилактике плоскостопия; массаж стоп и укрепление свода стоп; упражнять в ходьбе с правильным разворотом стопы.

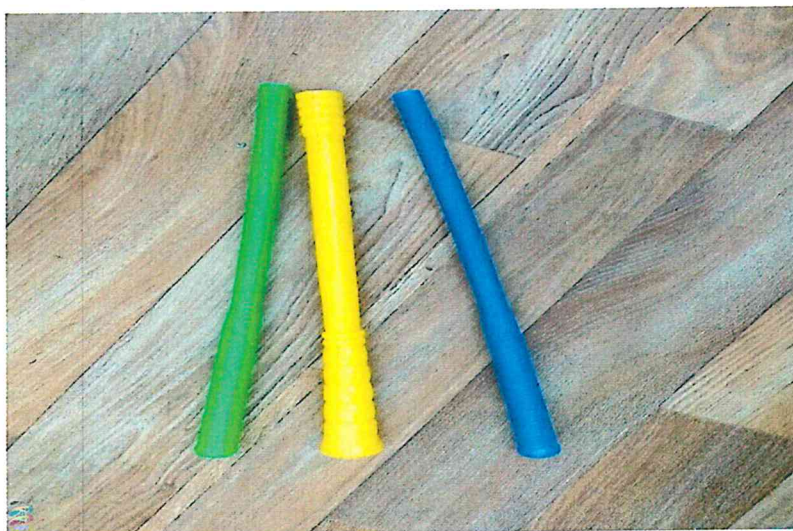




«Палки гимнастические короткие»

Цель: развитие мышц плечевого пояса и рук.

Материал: пластиковые бутылочки из под сока, песок.



«Мешочки с песком»

Цель: закреплять навыки бросания в горизонтальную и вертикальную цель.

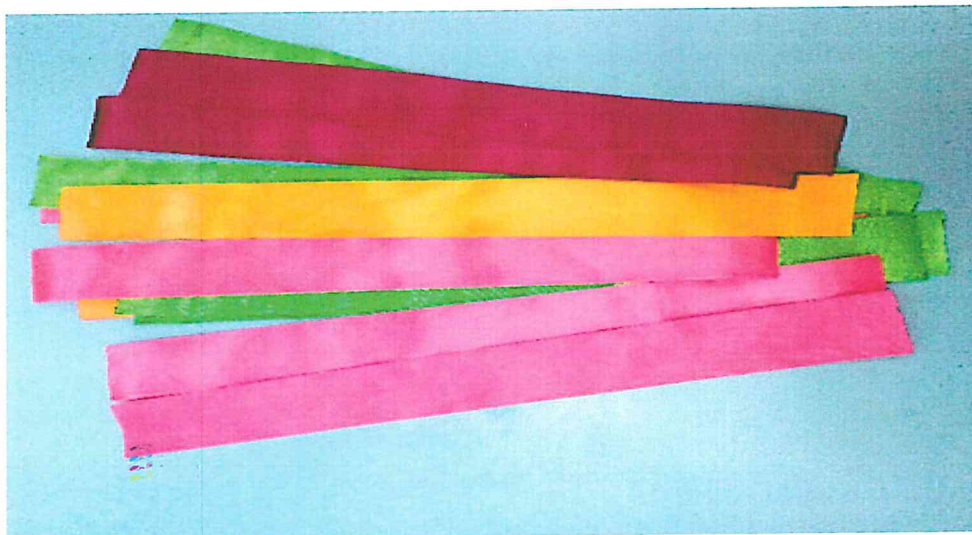
Материал: разноцветная ткань, песок.



«Ленты»

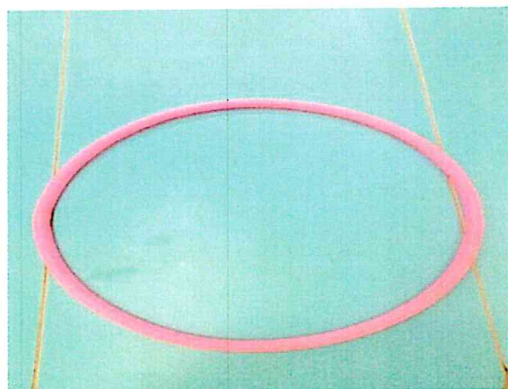
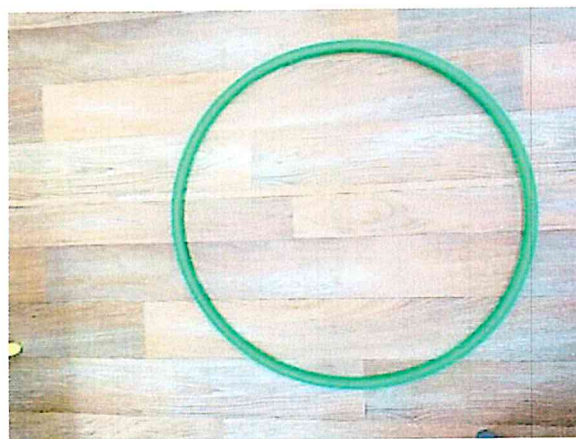
Цель: способствовать укреплению здоровья детей и пробуждению организма для нормальной жизнедеятельности.

Материал: цветные ленты.



«Обручи»

Цель: Способствовать развитию умения манипулировать обручем в различных спортивных упражнениях и эстафетах. Совершенствовать двигательные умения и навыки детей. Обогащать эмоциональный опыт детей



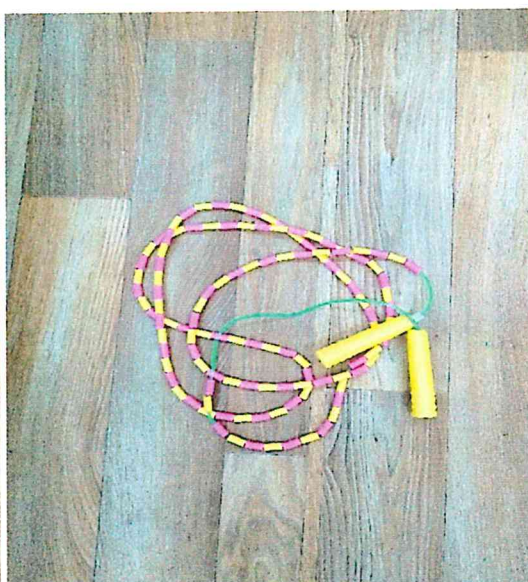
«Мячи»

Цели: используется при реабилитации после различных травм и заболеваний опорно-двигательного аппарата. Упражнения верхом на мяче способствуют лечению таких заболеваний, как остеохондроз, сколиоз, невралгия т. д. Лечебный эффект обусловлен биомеханическими факторами. Занятия футболом укрепляют мышцы спины и брюшного пресса, создают хороший мышечный корсет, но главное – формируют сложно и длительно вырабатываемый в обычных условиях навык правильной осанки.



«Массажёры»

Материал: капсулы от шоколадных яиц, шнур, шило.
Задачи: укреплять мышцы спины, груди и ног



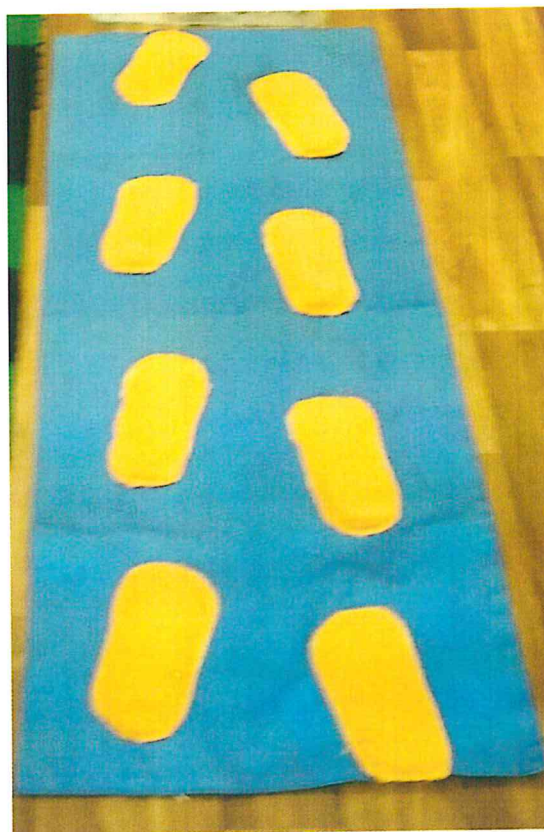
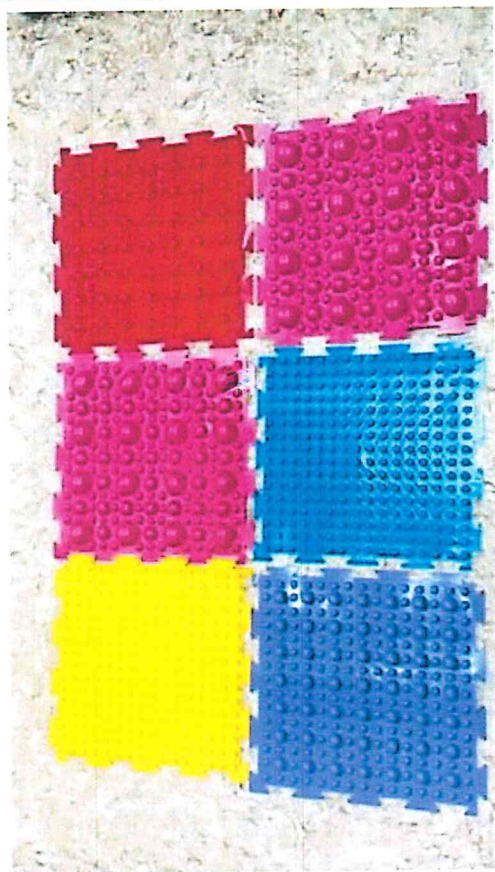
Развивающая предметно - пространственная среда по профилактике нарушений опорно - двигательного аппарата в подготовительных группах

Цель:

- создание условий, способствующих профилактике нарушений опорно – двигательного аппарата у детей старшего дошкольного возраста в соответствии с их возрастными и индивидуальными особенностями, оздоровление детей, реализация их двигательных возможностей, формирование правильной осанки, профилактика плоскостопия;
- развитие таких физических качеств, как координация и гибкость; способствующих правильному формированию опорно-двигательной системы организма, развитию равновесия, координации движения;
- формирование осознанного отношения к своему здоровью.



Перечень оборудования
Переносное оборудование:
Коврик массажный со следочками .



Цель: укрепление здоровья детей; профилактика и коррекция плоскостопия, массаж ног.

Шнур короткий (плетеный) – длина 75 см.



Цель: укрепление мышечного корсета, тренировка координационной устойчивости, профилактика плоскостопия.

Платки цветные 40*40 см



Цель: формировать навыки правильной осанки, укреплять мышечную систему. Укреплять мышцы и связки стоп с целью профилактики плоскостопия; развивать координацию движения.

Обруч большой и малый



Цель: формирование навыков правильной осанки, укрепление мышечного корсета, тренировка координационной устойчивости.

Комплект мячей- массажеров.



Цель: массаж, способствовать улучшению кровообращения; развитие мелкой моторики

Массажный диск (мягкий)

Цель: массаж ног, укрепление связочно-мышечного аппарата туловища и нижних конечностей.



Цель: массаж ног, укрепление связочно-мышечного аппарата туловища и нижних конечностей.

Скакалка



Цель: формировать навыки правильной осанки, укрепление мышечной системы туловища, развитие координации движений, чувства равновесия, быстроты реакции.

Кольцо малое (диаметр 13 см)



Цель: формирование правильной осанки; развивать координацию движений одновременно крупные и мелкие мышцы рук и верхнего плечевого пояса.

Лента короткая (длина 50-60 см)



Цель: формирование навыков правильной осанки, укрепление мышечной системы; развитие координации движения, укрепление мышц и связок стоп с целью профилактики плоскостопия.

Мяч средний (диаметр 10-12 см)



Цель: формирование правильной осанки; развивать координацию движений одновременно крупные и мелкие мышцы рук и верхнего плечевого пояса.

Палки гимнастические короткие (длина 80 см)



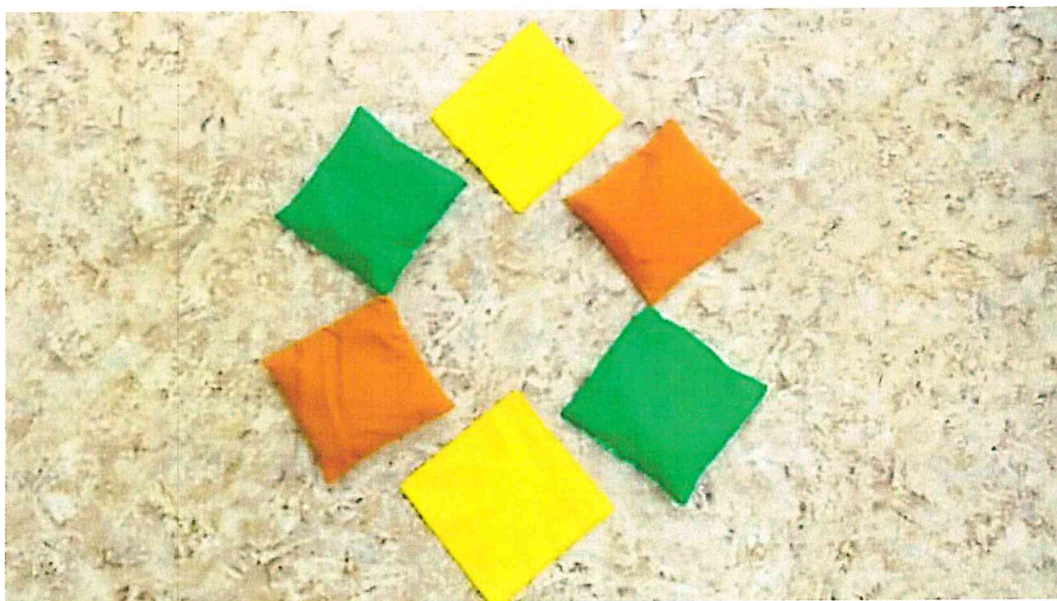
Цель: формирование навыков правильной осанки, укрепление мышечного корсета; развитие координации движений. Укрепления мышц и связок стоп с целью профилактики плоскостопия.

Комплект тактильных ковриков



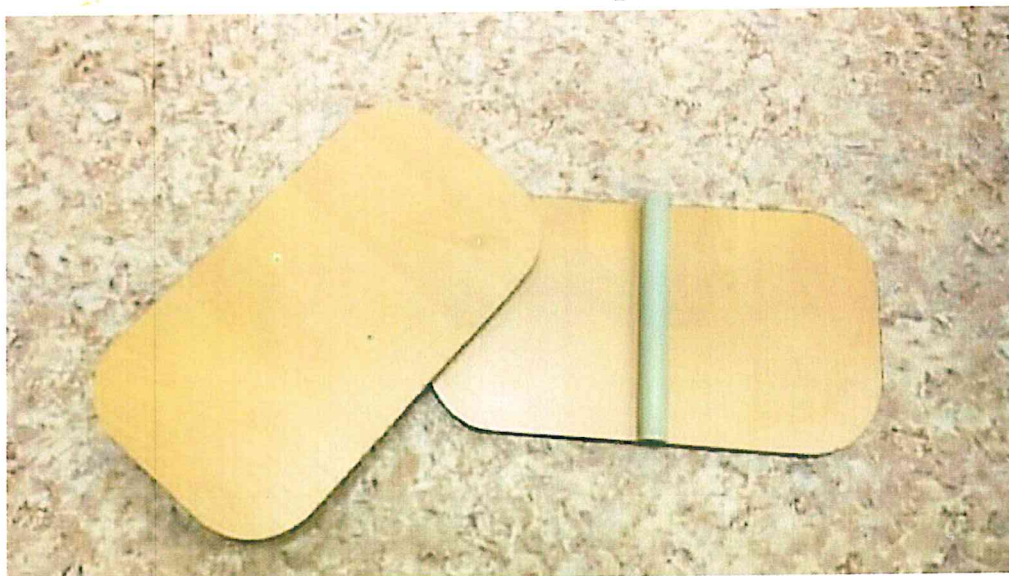
Цель: сохранение и укрепления здоровья детей; профилактика и коррекция плоскостопия, массаж стопы.

Мешочки с песком



Цель: формирование правильной осанки, улучшение координации движений.

Балансир



Цель: улучшение функции вестибулярного аппарата, укрепление связочно-мышечного аппарата туловища и конечностей.

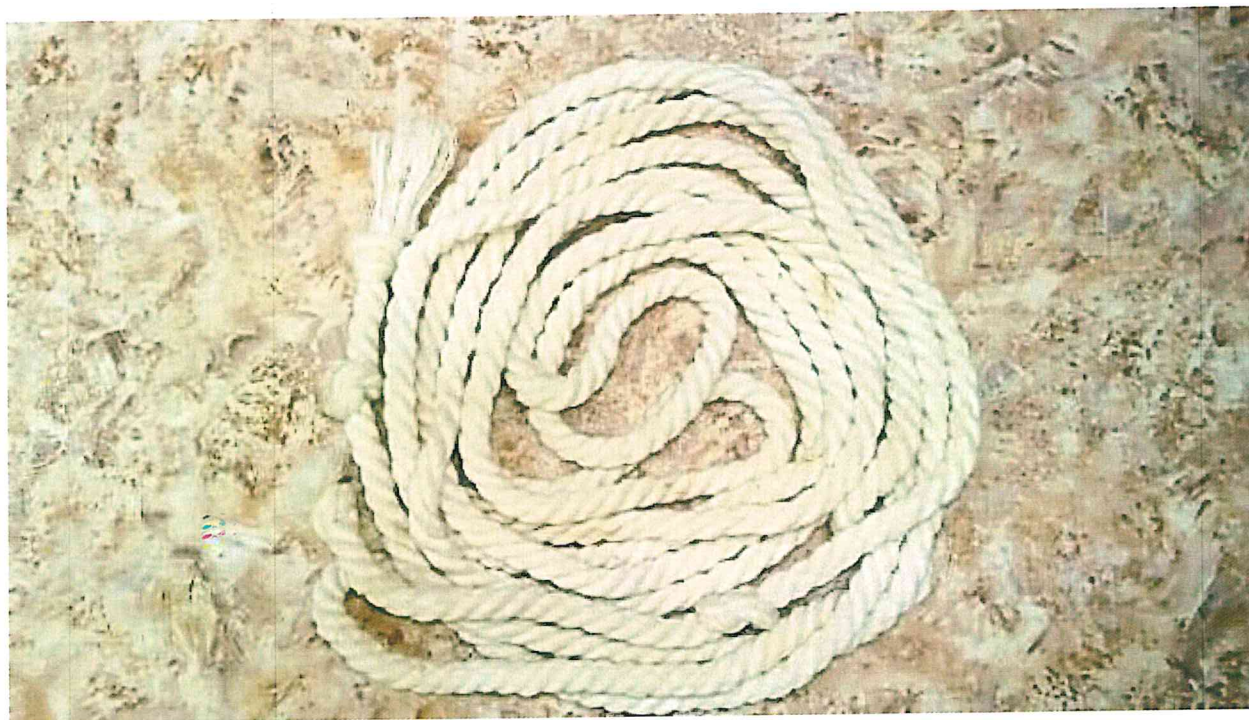
Мелкое переносное оборудование (карандаши, фломастеры, салфетки, каштаны, мелкие игрушки, мячики)



Цель: формировать навыки правильной осанки, укреплять мышечную систему, укреплять мышцы и связки стоп с целью профилактики плоскостопия, воспитывать сознательное отношение к правильной осанке.

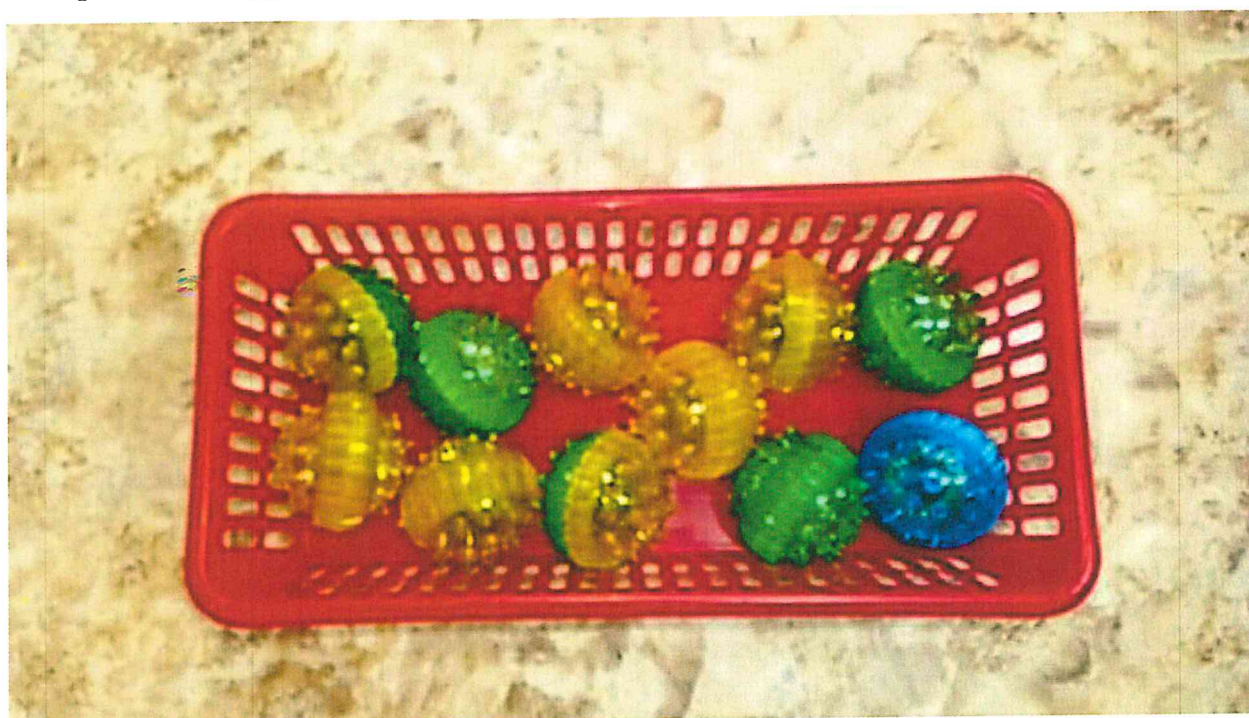
Длинный шнур

Цель: развитие умения сохранять равновесие, формирование правильной осанки, укрепление связочно-мышечного аппарата туловища и конечностей.



Су-джок

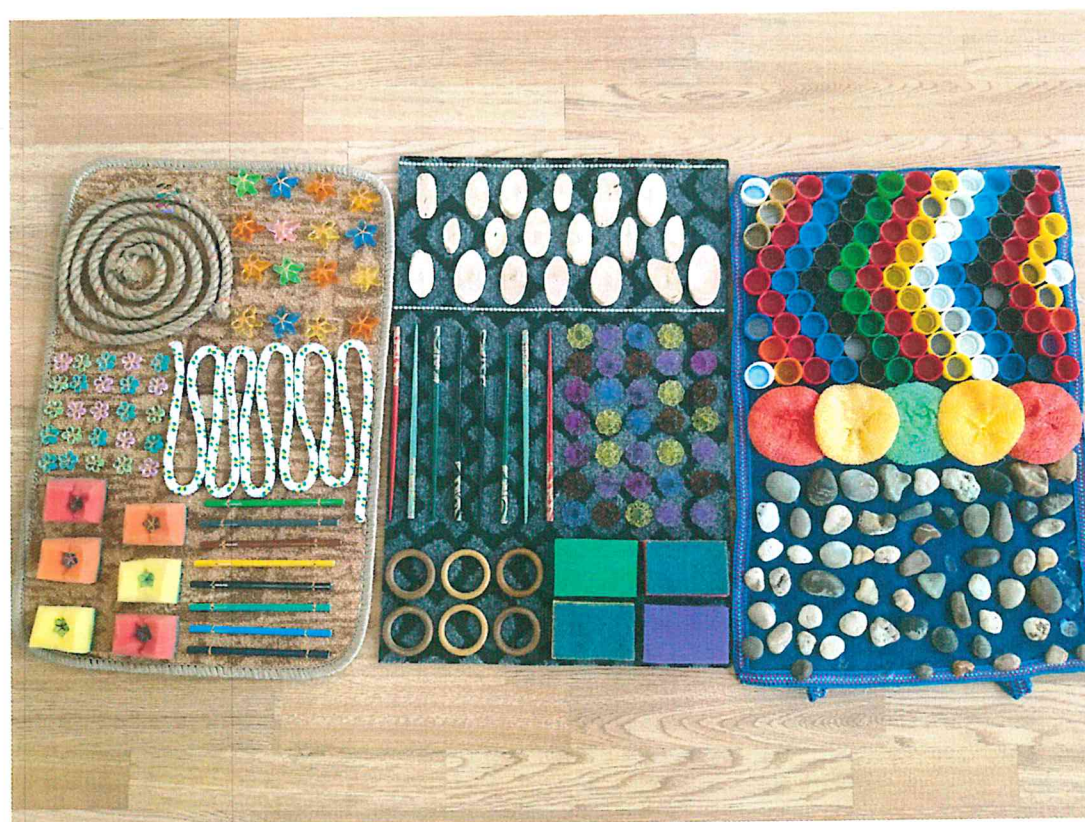
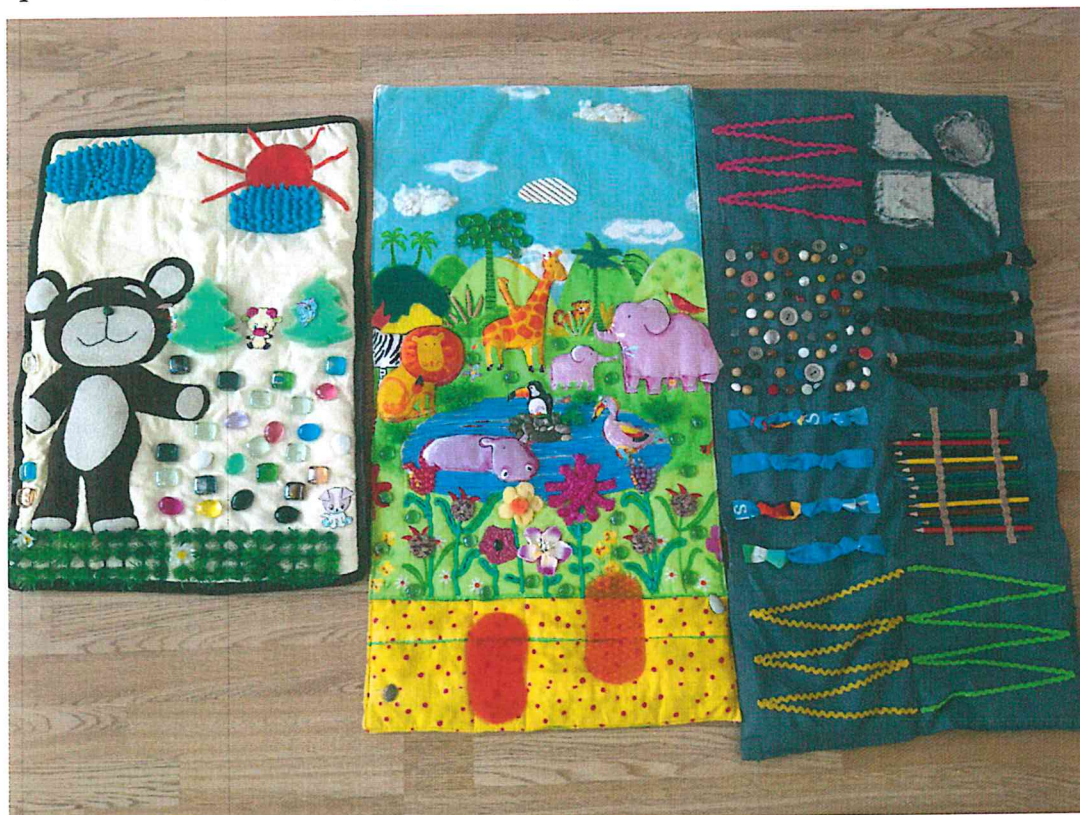
Цель: укрепление мышечного корсета позвоночника, связочно-мышечного аппарата ног и рук.

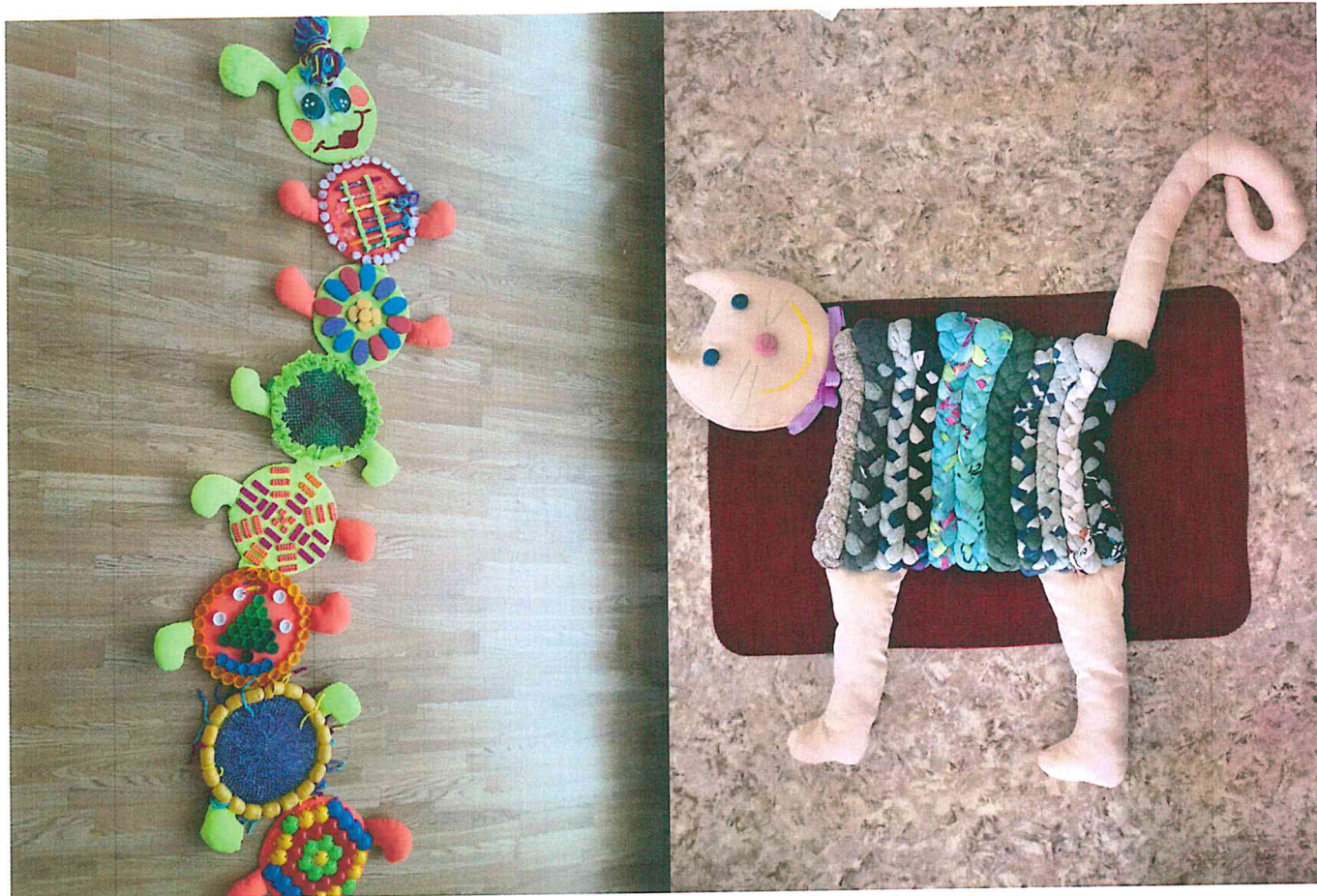


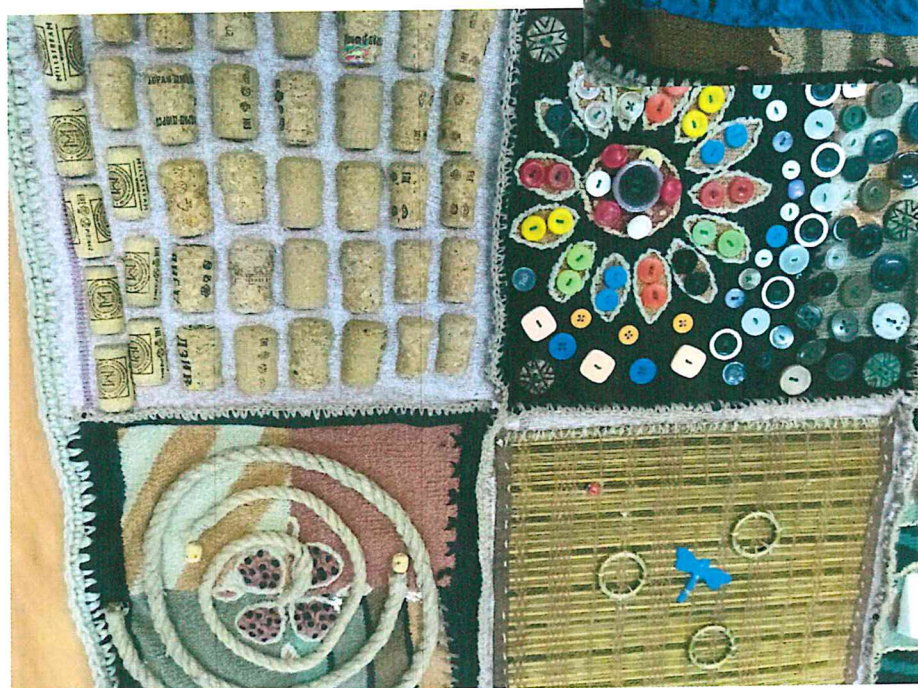
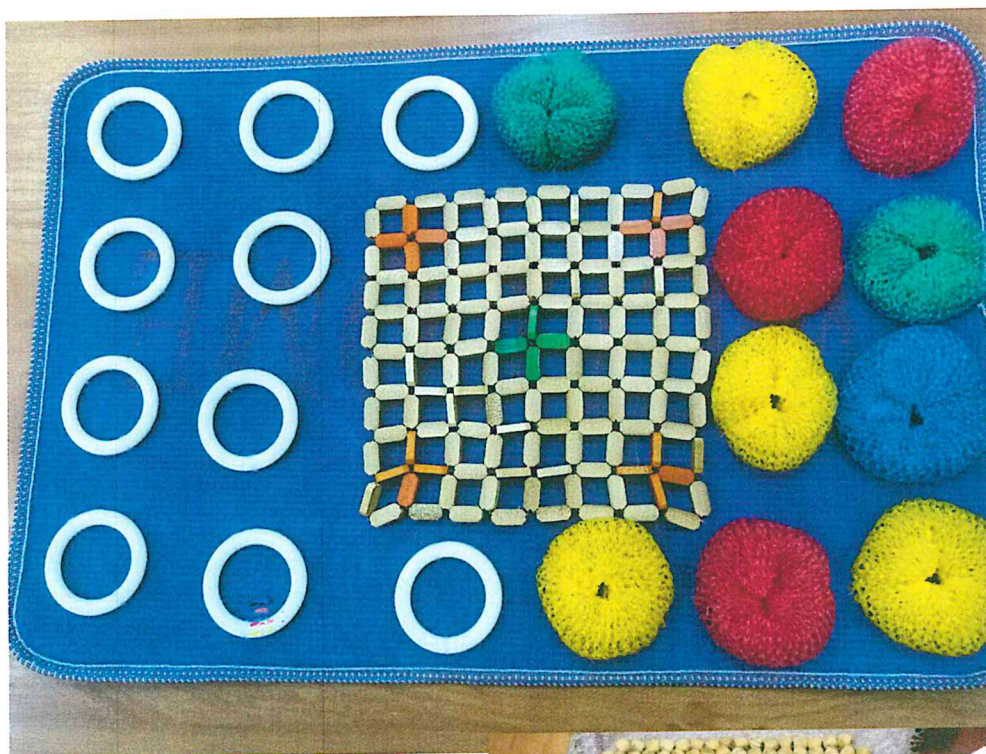
Развивающая предметно - пространственная среда по профилактике нарушений опорно - двигательного аппарата, изготовленное совместно с родителями (нестандартное оборудование)

«Коррекционно – оздоровительные дорожки»

Цель: способствовать правильному формированию свода стопы и всего опорно-двигательного аппарата; стимулировать рефлекторные зоны стоп и укреплять своды стоп; улучшать координацию движений.



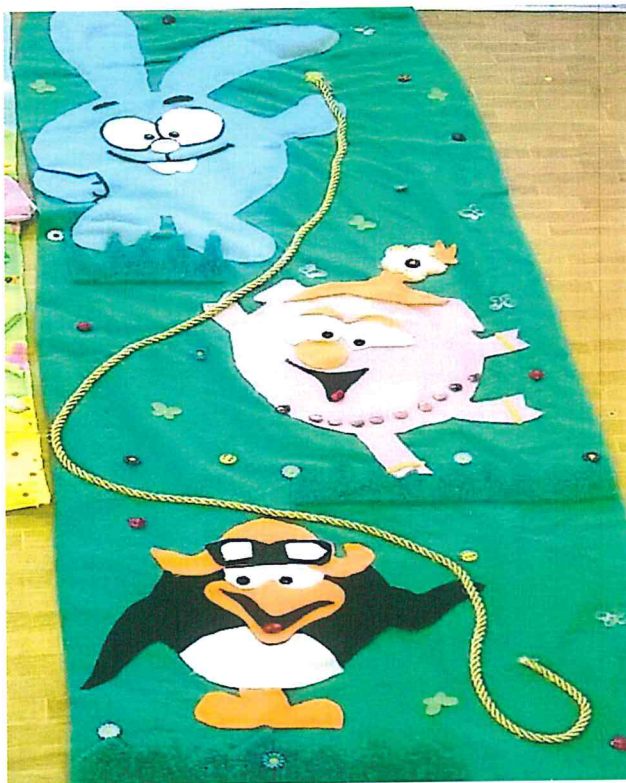




Лушпа Лидия Алексеевна



Левшина Надежда Петровна

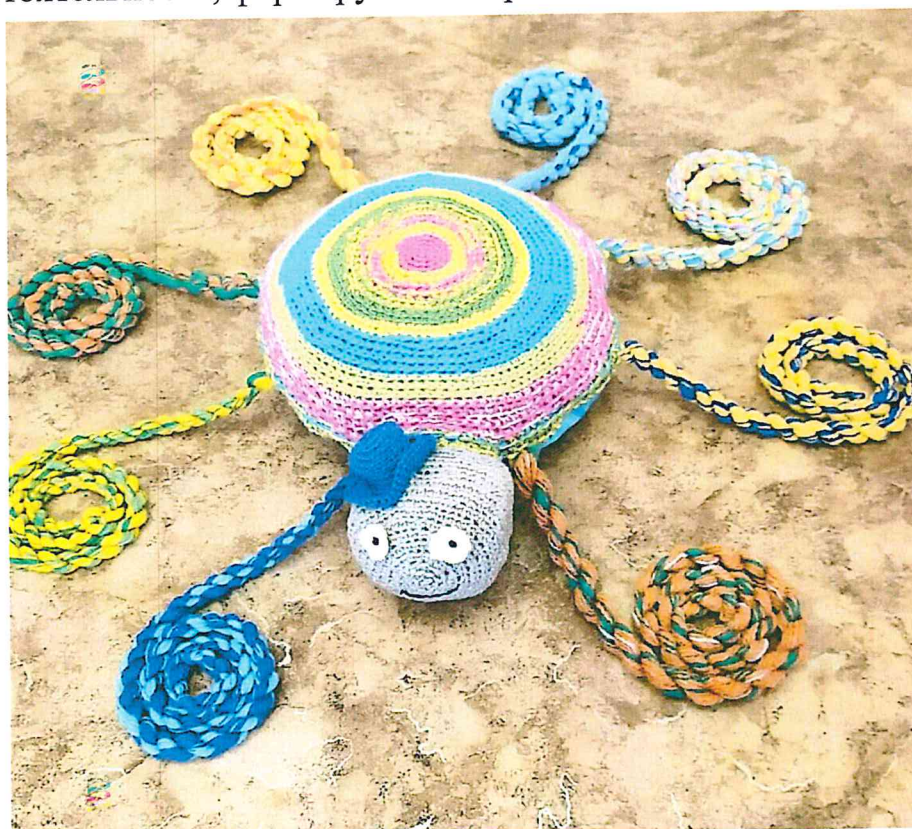


Игрушка «Паук в обруче»

Цель: укреплять мышцы и связки стопы, развивать мелкую моторику рук, способствовать формированию физических качеств и двигательных умений детей.



«Забавный паучок» используется для профилактики и коррекции плоскостопия, развития чувства равновесия и координации движений, формирование правильной осанки, сохранение и укрепление здоровья детей, формирование привычки к здоровому образу жизни, развивается самостоятельность, формируется потребность в движении.



Работа с детьми по профилактике нарушений опорно-двигательного аппарата у детей в ДОУ







Лушпа Лидия Алексеевна



Левшина Надежда Петровна



Лушпа Лидия Алексеевна

Левшина Надежда Петровна







Приложение №4

Примерный список оборудования по профилактике и коррекции заболеваний ОДА.

В рамках реализации мероприятий, предусмотренного п. 4.1.6. проекта «Профилактика опорно-двигательного аппарата у воспитанников ДОО г.Белгорода» подготовлен список оборудования по профилактике нарушений ОДА для дошкольных образовательных организаций, реализующих основную образовательную программу дошкольного образования на основе Федерального Государственного Образовательного стандарта.

Стопа является опорой, фундаментом тела, поэтому естественно, что нарушение этого фундамента обязательно отражается на формировании подрастающего организма.

Создание полноценной физкультурно-оздоровительной среды предусматривает наличие оборудования и инвентаря, способствующего укреплению мышц стопы и голени и оказывающего положительное влияние на формирование сводов стопы:

Вторая младшая группа (3-4 года)

Наименование	Размеры, масса	Кол-во на группу
Валик мягкий	длина 150 см, диаметр 20 см	1
Доска с ребристой поверхностью	длина 200 см, ширина 20 см, высота 4 см	1
Модуль «Змейка»	длина 100 см высота 15 см	2
Коврик, дорожки массажные, со следочками		4
Кольцо мягкое	диаметр 120 см, высота 30 см, диаметр отверстия 60 см	1
Обруч большой	диаметр 95-100 см	1
Обруч малый	диаметр 50-55 см	5
Шнур короткий	длина 75 см	5
Мяч резиновый	диаметр 10 см	5
Мяч массажный	диаметр 8-10 см	10
Обруч плоский	диаметр 40 см	10
Палка гимнастическая	длина 75-80 см	10

Средняя группа (4-5 лет)

Наименование	Размеры, масса	Кол-во на группу
Коврик массажный	длина 75 см, ширина 70 см	10
Шнур длинный	длина 150-см, диаметр 2 см	1
Мяч-попрыгунчик	диаметр 50 см	2
Обруч плоский	диаметр 40 см	3
Палка гимнастическая короткая	длина 75-80 см	10
Скакалка короткая	длина 120-150 см	3
Обруч большой	диаметр 100 см	2
Мяч-шар (цветной, прозрачный)	диаметр 10-12 см	5
Обруч малый	диаметр 55-65 см	10
Шнур короткий	длина 75 см	10

Старшая и подготовительная к школе группы (5-7 лет)

Наименование	Размеры, масса	Кол-во на группу
Коврик массажный со следочками		10
Шнур короткий (плетеный)	длина 75 см	5
Обруч малый	диаметр 55-65 см	5
Скакалка короткая	длина 100-120 см	10
Мяч-массажер		2
Обруч большой	диаметр 100 см	2
Кольцо малое	диаметр 13 см	10
Лента короткая	длина 50-60 см	10
Мяч средний	диаметр 10-12 см	10
Палка гимнастическая короткая	длина 80 см	12
Комплект мячей-массажеров	4 мяча разного диаметра	10
Платки цветные	40x40 см	10
Массажный диск (мягкий)		2
Комплект тактильных ковриков		6

Разновозрастная группа

Наименование	Количество
Мяч-физиорол (цилиндр)	1
Мяч-фитбол	1
Мяч массажный	5
Сенсорный мат-трансформер	1
Обруч пластмассовый (малый)	6
Набор герметичных элементов с тактильными поверхностями для динамического балансирования	1
Набор объемных элементов, которые вкладываются друг в друга, с наклонной рабочей поверхностью и тактильными деталями для балансировки	1
Двухсторонний многофункциональный коврик-трансформер с элементами-вкладышами для обозначения направления движения	1
Коврик массажный со следочками	1
Набор протяженных объемных элементов с волнистой рабочей поверхностью и тактильными деталями для балансировки	1
Мячи резиновые (комплект)	2
Палка гимнастическая	6
Набор мягких модулей	1
Набор соединительных деталей для фиксирования между собой элементов наборов: «Набор объемных элементов, которые вкладываются друг в друга, с	1

Оборудование физкультурного зала для профилактики ОДА

Вид	Название оборудования	Назначение
Стационарное	Шведская стенка	Укрепление свода стопы, мышц туловища.
	Гимнастическая скамейка	Укрепление мышечного корсета. Удержание равновесия.
	Стена осанки (сюжетно	Контроль правильной осанки.
	«Дорожка шагов»	Правильная постановка стопы.

Вид	Название оборудования	Назначение
Переносное	Массажные дорожки	Профилактика плоскостопия,
	Роликовые массажеры	массаж ног.
	Бревнышки для перешагивания	Укрепление мышц ног и стопы, тренировка равновесия.
	Полусферы и балансиры	Укрепление мышечного корсета, тренировка равновесия.
	Ортопедические мячи	Укрепление мышечного корсета, развитие силы.
Мелкое оборудование	Обручи, гимнастические палки, косички.	Укрепление мышечного корсета.
	Массажные мячики	Массаж.
	Кубики, косички, шнуры и др. для перешагивания и ходьбы	Профилактика плоскостопия, тренировка координационной устойчивости.
	Разнообразные самодельные массажеры (варежковые и спинные роликовые)	Массаж туловища и конечностей.
	Самодельные мешочки для удержания на голове	Тренировка координационной устойчивости.

При работе по профилактике и коррекции плоскостопия большую роль играет нетрадиционное оборудование - веточки ели, степы, дорожки с мелкими различными предметами - палочки, веревочки, косички, камешки, шишки и т.д.

Кроме того, в теплое время года необходимо обеспечить возможность систематического использования природно-оздоровительных факторов, например, оборудовать на групповых участках естественные грунтовые дорожки.

К нестандартному оборудованию относится «Стена осанки», которая выполнена в виде схематичной фигуры с изображением точек касания пяток, икр, ягодиц, плеч и затылка ребенка и места постановки стоп. Чем больше детей в группе, тем стена длиннее.

Также в группах рекомендуется иметь зеркало для самостоятельного наблюдения детей за осанкой.

Оборудование и инвентарь комплектуются таким образом, чтобы в каждой группе они были различными и, меняя их, можно было разнообразить воздействия при наименьших экономических затратах.