**Тема: Коррекция опорно – двигательного аппарата детей дошкольного возраста, через профилактические игры и упражнения.**

Сохранение и укрепление здоровья дошкольников - одна из актуальнейших проблем нашего времени. Всем известно, что немалую часть времени дети проводят в статическом положении (за столом, у телевизора, компьютера.) образ жизни, который, оказывает наибольшее влияние на состояние здоровья, отклонения в опорно – двигательном аппарате (нарушение осанки и плоскостопие.) Проблема коррекции заболеваний детей является одной из самых актуальных.

Актуальными задачами физического воспитания является правильное формирование опорно – двигательного аппарата, а также профилактика и коррекция возможных нарушений.

Обусловлена негативной тенденцией увеличение числа дошкольников, имеющих те или иные нарушения осанки и деформации стоп.

В период дошкольного возраста стопа находится в стадии интенсивного развития ее формирование не завершено поэтому любые неблагоприятные воздействия могут приводить к возникновению функционального отклонения.

Эффективным путём решения данной проблемы должна стать целенаправленная работа по коррекции плоскостопия и нарушения осанки у дошкольников.

Ус­пешная коррекция пло­скостопия и нарушение осанки у детей возможны на основе комплексного подхода, который заклю­чается, с одной стороны, в использова­нии всех средств физического воспита­ния (гигиенических, природно-оздоровительных факторов и физических игр и уп­ражнений), с другой стороны - в преем­ственности различных его видов и форм.

**Цель:** коррекция и профилактика нарушений плоскостопия и осанки как средство укрепления опорно – двигательного аппарата, формирование ценностного отношения детей к здоровью.

Работу по коррекции опорно – двигательного аппарата строю через игры упражнения.

Игра - естественный спутник жизни ребенка и поэтому отвечает законам, заложенным самой природой в развивающемся организме ребенка, – неуемной потребности его в жизнерадостных движениях. Положительные эмоции, творчество – важнейшие факторы оздоровления.

С целью повышенного положительного эмоционального фона игры и упражнения провожу с музыкальным сопровождением, использую сюжетное содержание и наглядны пособия, а также художественное слово. Всё это способствует творческое инициативе в действиях, проявлению разнообразных двигательных навыков и увеличению интереса и активности детей, следовательно, более качественному выполнению упражнений.

Игровые упражнения провожу босиком в комфортной для детей обстановке и не требует использование специального оборудования. Их можно использовать, как компонент оздоровительной деятельности, а также в процессе режимных моментов (после сна, режимных моментах, перед прогулкой, в качестве индивидуальных заданий).

Многие игровые упражнения позволяют ребенку увидеть результаты своей деятельности, что немаловажно для ребенка дошкольного возраста.

Для комплексных игровые упражнения стараюсь применять разные пособия: мячи, обручи, канат, а также использование нестандартного оборудования: платочки, карандаши, камушки, бумагу, ленты, кубики т.д.

При выполнении упражнений использую разные исходные положение: сидя, стоя. Показ и объяснение дают положительные результаты. Дети легко воспроизводят изучаемое действие, а значит, выполняют его правильно.

Игровое упражнении «Стирка»

Цель: Коррекция опорного двигательного аппарата

Оборудование: платочки или салфетки

Ход: На полу перед детьми платочки. Пальцами ноги дети собирают платочек в гармошку и отпускают повторяют 2 раза.

Игровое упражнении «Нарисуй картину»

Цель: Коррекция опорного двигательного аппарата

Оборудование: карандаши, фломастеры.

Ход: Дети, стоя босиком, пальцами ног составляют разнообразные сюжеты, используя карандаши, фломастеры разного цвета и длины.

Упражнении Эстафета «Загрузи машину»

Цель: Коррекция опорного двигательного аппарата

Оборудование: карандаши, фломастеры, машина.

Ход: Дети, стоя босиком, руки на поясе, спина прямая пальцами ног поочередно берут карандаши, фломастеры передают друг другу по цепочке последний складывает в машину.

Игровое упражнения «Ёжик»

Цель: Коррекция опорного двигательного аппарата Оборудование: резиновыемячики с шипами.

Ход: Сидя на стуле, либо на полу резиновым мячиком с шипами массировать обе ступни ног: двигать ступнями вперед-назад, сильно нажимая на массажный мячик.

Игровое упражнения «Поймай рыбку»

Цель: Коррекция опорного двигательного аппарата

Оборудование: Таз с водой плавающие предметы (крышки, камешки.)

Ход игры: таз с водой опускают камешки и пробки, дети пальцами ног «ловят рыб» (крышки). Предмет отличающийся от камней формой и величиной. Ребенок ставит ноги в таз с водой и перебирая камешки, ищет спрятанный предмет.

Игровое упражнения «Сказочный бассейн»

Цель: Коррекция опорного двигательного аппарата

Оборудование: бассейн с горохом.

Ход: Ребенок садиться на стул, перед ним бассейн с горохом или камешками. Воспитатель рассказывает сказку, дети выполняют движение в соответствии с текстом. Рассказывает сказку.

Очень действенным методом является поощрение и анализ результата деятельности. Этим я стараюсь повысить эмоциональный настрой детей, желание сделать ещё лучше.

Для укрепления ослабленных мышц стопы использую различные виды ходьбы с постепенным усложнением и использованием нестандартного оборудования это следки, коврики из пробок, пуговиц, массажные дорожки.

С целью привлечения внимания родителей к состоянию здоровья детей. Я правила консультации, мастер – класс. Также разработала памятку для родителей.

В результате работы по профилактике и коррекции опорно – двигательного аппарата через игры и упражнения; а также работу с родителями положительно влияют на правильное формирование и коррекцию плоскостопия и осанки у детей дошкольного возраста.