

Муниципальное дошкольное образовательное учреждение детский сад «Дельфин» комбинированного вида городского поселения поселка Чистые Боры Буйского муниципального района Костромской области.

«Развитие сетевых форм взаимодействия детского сада и учреждения здравоохранения в рамках реализации дополнительной общеразвивающей программы дошкольного образования».

Составила: воспитатель
по физической культуре
Дребезгова В.Н.

г. п. п. Чистые Боры 2020 г.

Дошкольный возраст – время интенсивного формирования и роста организма, развитие всех его функций. Это очень благоприятный период для положительного воздействия на развитие детей средствами физкультуры. К большому сожалению, большинство детей, приходящих в наш детский сад «Дельфин», уже имеют ряд заболеваний, среди которых преобладают заболевания опорно-двигательного аппарата (нарушение осанки, плоскостопие, вальгусная деформация ног, снижение свода стопы). Эти дети отстают в физическом развитии. У них слабо развиты такие физические качества как: сила, гибкость, выносливость, ловкость. Понимая, выше обозначенные проблемы, в 2017 году мною была разработана программа кружка корригирующей гимнастики по профилактике плоскостопия и нарушения осанки **«Здоровые дети»**.

Дополнительная общеразвивающая программа **«Здоровые дети»** составлена с учетом требований ФГОС дошкольного образования (на основе примерной основной общеобразовательной программы дошкольного образования «От рождения до школы» под редакцией Н.Е. Вераксы) и может быть использована в любом дошкольном учреждении благодаря простоте большинства рекомендуемых средств и методов, отсутствию необходимости в приобретении дорогостоящей аппаратуры.

Цель программы – профилактика нарушения осанки и плоскостопия, как средство укрепления опорно-двигательного аппарата детей дошкольного возраста.

Задачи для коррекции и предупреждения нарушений осанки:

- Создать условия для коррекции нарушений осанки у детей;
- Формировать у детей привычку сохранять правильную осанку в различных видах деятельности;
- Научить детей упражнениям, оказывающим положительное влияние на развитие мышечного корсета спины и формирование правильной осанки

Задачи для коррекции и профилактики плоскостопия:

- Создать условия для коррекции и предупреждения плоскостопия у детей;
- Дать представление о необходимости закаливания стоп посредством естественных природных условий;
- Научить простейшим приемам самомассажа стоп;
- Научить детей комплексу упражнений для тренировки мышц стопы;
- Формировать потребность использовать имеющиеся условия для тренировки мышц стопы и формирования правильного свода стопы.

Для родителей воспитанников:

- Дать информацию о важности формирования правильной осанки ребенка, предупредить о возможных последствиях нарушений осанки при не соблюдении условий и требований развития ребенка;
- Обеспечить семьи детей, имеющих озвученные проблемы со здоровьем, всей имеющейся информацией о передовых и эффективных технологиях и методиках по коррекции заболеваний осанки и плоскостопия
- Познакомить с комплексами упражнений для улучшения (коррекции) осанки и предупреждения (коррекции плоскостопия) в домашних условиях;
- Познакомить с пособиями, необходимыми для занятий по предупреждению (коррекции плоскостопия) в домашних условиях;
- Познакомить с комплексами самомассажа стоп.

Педагог, имеющий дело с детьми с различного вида патологий, сталкивается с проблемами, решение которых возможно при консолидации усилий медиков и педагогов. Поэтому особенностью реализации дополнительной общеразвивающей программы «Здоровые дети» является использование сетевой формы взаимодействия детского сада и Буйской центральной районной больницы с использованием ресурсов данного учреждения здравоохранения.

Набор детей на занятия по корригирующей гимнастики осуществляется на основе медицинского мониторинга:

- ✓ комиссионного осмотра врача – специалиста (хирурга – ортопеда);
- ✓ осмотра педиатра.

Медицинская сестра предоставляет анамнез каждого ребенка, дает оценку состояния здоровья и физического развития детей. На основании заключения медицинских работников мною проводится диагностика физической подготовленности детей, которая также осуществляется совместно с работником ОГБУЗ Буйская ЦРБ. Все показатели заносятся в диагностическую карту для отслеживания проблем в физическом развитии детей старшего дошкольного возраста.

В начале учебного года в процессе обследования дается оценка состояния здоровья, физического развития (по антропометрическим показателям); определяются функциональные возможности организма ребенка (статическое равновесие, сила мышц спины и живота, подвижность позвоночника). Совместно с медицинской сестрой проводится метод планетографии, позволяющей определить плоскостопие у ребенка. После повторного обследования (в конце учебного года) проводится анализ эффективности воздействия различных средств физического воспитания по тем же самым показателям.

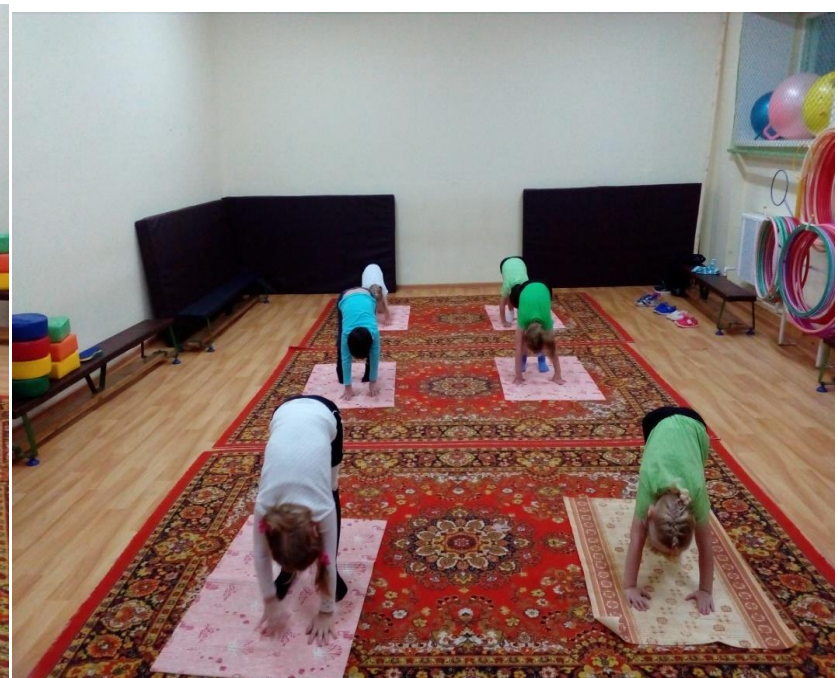
Работу по реализации программы осуществляю в сотрудничестве с медицинской сестрой детской поликлиники Центральной районной больницы. Совместно корректируем план работы, проводим занятия кружка, где медицинский работник ведет контроль за состоянием здоровья детей (измеряет частоту пульса до занятия, после занятия, после вводной части, общеразвивающих упражнений, основных видов движений, общей подвижной игры).

По результатам совместных обследований (про которые я говорила выше) проводится набор детей в кружковую группу. Так же в кружок могут быть зачислены здоровые дети по их желанию и с письменного согласия и желания законного представителя. Занятия проводятся 1 раз в неделю по 25 минут, во второй половине дня. В учебном году должно быть проведено 32 занятия с октября по май. В группе от 6 до 10 человек. Все дети на занятия приходят в физкультурной форме. Занятия проводятся в хорошо проветриваемом помещении или на открытой площадке, где по возможности отсутствовало бы все, что может отвлекать детей (шум, разговоры).

В свою очередь мною проводятся беседы, игры, занятия-путешествия. Часто на занятиях использую спортивный инвентарь: мячи – хоппы, гимнастические палки, обручи и др. С данным оборудованием дети выполняют упражнения на развитие мелкой моторики, быстроты, ловкости, гибкости, корригирующие упражнения. Регулярно на занятиях использую музыкальное сопровождение.

Каждое занятие по дополнительной общеразвивающей программе «Здоровые дети» имеет четкую структуру:

1. **Вводная часть** - подготовка детей к успешному выполнению физических упражнений и подготовка организма к основной части тренировки (2-3 минуты). Вводная часть включают различные виды ходьбы, оздоровительный бег, упражнения на формирование правильной осанки, дыхательные упражнения, позволяющие подготовить организм ребенка к нагрузке. Темп выполнения – медленный, умеренный и средний. Главная роль в данной части занятия отведена педагогу, а медицинский работник ведет контроль за состоянием здоровья детей (измеряет частоту пульса по окончании вводной части).
2. **Основная часть** - дает максимальную нагрузку на организм ребенка. Ее продолжительность составляет 17-20 минут. Основная часть занятия включает упражнения, обеспечивающие развитие общей и силовой выносливости мышц спины, брюшного пресса и грудной клетки, упражнения для создания мышечного корсета, корригирующие упражнения в сочетании с общеобразовательными. В конце основной части проводится игра, правила которой предусматривают сохранение правильной осанки. Ведущая роль принадлежит и педагогу, и медицинскому работнику. Педагог разучивает с детьми упражнения, а медицинская сестра ведет контроль за точным выполнением упражнений и за общим состоянием здоровья детей (измеряет частоту пульса после подвижной игры).
 - Упражнения на формирование мышечного корсета туловища и коррекцию осанки.



Слайд № 12

- Упражнения на коррекцию и профилактику плоскостопия.



3. **Заключительная часть** способствует улучшению восстановительных процессов и расслаблению организма. Ее продолжительность 3-6 минут. Данная часть строится из упражнений на расслабление, выполняемых в исходных положениях лежа на спине, дыхательных и специальных упражнений на ощущение правильной осанки. В конце занятия проводится эмоциональная разгрузка – релаксационные упражнения, различные виды массажа, дыхательная гимнастика, ходьба по дорожке здоровья. В заключительной части занятия медицинский работник не только контролирует общее состояние детей, но и обучает их совместно с педагогом массажу стопы, дыхательной гимнастике и другим упражнениям.

- Самомассаж стоп



- Ходьба по дорожке препятствий (массажной дорожке).



В результате проведения систематических занятий корригирующей гимнастики у детей повышается выносливость мышц, усиливается их тонус и увеличивается сила, что приводит к созданию мышечного корсета и укреплению мышц ног, повышается уровень физической подготовленности; происходит сформированность осознанной потребности в выполнении упражнений дома.

В результате совместной работы с медицинской сестрой Буйской ЦРБ для улучшения качества работы с детьми:

- ✓ направляем этих детей вместе с родителями в физио-кабинет, для проведения с детьми физио-процедур: УВЧ, электорофарез, магнит.
- ✓ Направляем их в ОРЦ «Лесная сказка», где они пройдут специальный массаж и лечение медицинскими работниками.

Таким образом, объединение усилий педагога детского сада и медицинского работника учреждения здравоохранения дает возможность формировать потребность у детей старшего дошкольного возраста в сохранении своего здоровья.

