

Муниципальное автономное дошкольное образовательное учреждение

Детский сад №332

Проект «Здоровые ножки шагают по дорожке!»

Воспитатель: Чупина Е.В

Г. Екатеринбург 2025

Тип проекта: физкультурно - оздоровительный.

Участники: дети средней группы, воспитатели, медицинский работник, инструктор по физической культуре, родители, музыкальный руководитель.

Сроки: месяц.

Цель проекта: сохранение и укрепление здоровья детей. Формирование у детей и их родителей практических навыков по профилактике плоскостопия.

Задачи проекта: создание условий для освоения детьми представлений о здоровье стопы человека; о гигиены ног. Обучение элементарным приемам профилактики плоскостопия. Формировать желание заботиться о своей осанке, красивой ходьбе. Углубить знания родителей о профилактических мероприятиях по предупреждению плоскостопия и приобщить к коррекционной работе в домашних условиях.

Ожидаемые результаты: повышение степени двигательной активности, укрепление общего состояния организма детей путем создания в группе необходимых условий для профилактики плоскостопия и нарушения осанки. Сформированность осознанной потребности в выполнении упражнений, предупреждающих развитие плоскостопия. Повышение родительской компетентности по вопросам здоровьесбережения, а также сформированное желание и интерес к проведению профилактики самостоятельно.

Содержание проектной деятельности:

1. Подготовительный этап

- Изучение учебно- методической литературы по профилактике плоскостопия у дошкольников.
- Разработка перспективного плана работы.
- Информирование родителей о начале проекта.
- Диагностическое обследование стоп детей.
- Подбор спортивного инвентаря и изготовление нетрадиционного оборудования.
- Подбор картотеки игр и физических упражнений по профилактике плоскостопия.
- Подбор художественного слова.
- Разработка комплексов специальных упражнений, направленных на укрепление и формирование свода стопы.
- Подбор музыкального сопровождения.

1. Организационный этап

- Беседы с детьми: «Главная опора моего тела», «Осанка – стройная спина», «Как движутся части тела?», «Правила ухода за ногами».
- Чтение стихов, отгадывание загадок.
- Обучение детей приемам самомассажа.
- Музыкально-игровые упражнения.
- Физкультурные занятия.
- Подвижные игры
- Просмотр презентации «Как убежать от плоскостопия?»
- Консультации для родителей: «Профилактика плоскостопия у ребенка», «Как правильно выбрать ребенку обувь?», «Пальчиковая зарядка для ног», «Ходьба босиком, польза хождения босиком», «Массаж ног- эффективный вид закаливания».
- Оформление папок-передвижек: «Здоровые ножки», «Игры и упражнения по профилактике плоскостопия».
- Создание фотоальбома педагогами совместно с родителями о выполнении профилактических упражнений с детьми.
- Проведение конкурса по изготовлению массажных ковриков из бросового материала родителями.
- Семинар-практикум для педагогов «Игровые упражнения по профилактике плоскостопия».

1. Заключительный этап

- Открытое физкультурное занятие «Здоровые ножки ходят по дорожке!»
- Фотоальбом «Будем здоровы!»
- Подведение итогов конкурса родителей «Самый классный массажный коврик!»

