

**МУНИЦИПАЛЬНОЕ АВТОНОМНОЕ ДОШКОЛЬНОЕ  
ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ДЕТСКИЙ САД  
ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО ВИДА №161 «ЁЛОЧКА»**

Утверждаю:

Заведующий МАДОУ

Детский сад №161 «Ёлочка»

Банзаракцаева Е.В.

Приказ № 161/1 « 30 » 08 2017г.



Программа обсуждена и  
одобрена на заседании  
Педагогического совета  
Протокол № 1  
от 31.08.2017г.

**Модифицированная рабочая программа с учетом Федерального  
государственного образовательного стандарта дошкольного образования  
по освоению детьми образовательной области**

**Составлена на основе Основной образовательной программы МАДОУ  
Детский сад №161 «Ёлочка»**

**«Организация работы по профилактике плоскостопия в ДОУ с детьми  
среднего дошкольного возраста»**

Разработала: воспитатель  
Ябжанова Т.В.

г. Улан-Удэ  
2017 г.

## Пояснительная записка

### 2. Содержание

-Цель и задачи;	5 стр.
-Принципы;	5 стр.
-Методы и приёмы;	6 стр.
-Этапы реализации программы;	7 стр.
-Критерии оценки эффективности реализации программы;	8 стр.
-Основные блоки программы;	9 стр.
-Комплексный тематический план;	10-11 стр.
-Перспективный план занятий с детьми	12-14 стр.
<b>3. Список литературы</b>	15стр.

### Приложения.

**Стопа – это фундамент, на котором стоит здание – ваше тело.**

**Гиппократ.**

## **I. Пояснительная записка.**

Одним из важных вопросов улучшения физического воспитания детей дошкольного возраста является поиск эффективных средств и методов, с помощью которых достигается гармоничное развитие детского организма. С каждым годом возрастает процент детей, имеющих отклонения в здоровье (сердечнососудистые заболевания, ожирение, нарушения зрения, заболевания органов дыхания и т. д.) наблюдается тенденция непрерывного роста общего уровня заболевания среди дошкольников. Это связано с массой негативных явлений современной жизни: тяжелыми социальными потрясениями, экологическим неблагополучием, низким уровнем развития института брака и семьи; массовым распространением алкоголизма, курения, наркомании; слабой системой здравоохранения и воспитательной базы образовательного учреждения и семьи. На общем фоне увеличения количества детей с теми или иными заболеваниями растёт число детей, имеющих дефекты в развитии опорно-двигательного аппарата, поскольку среди функциональных отклонений они составляют наибольший удельный вес. Профилактическая работа, которая в последнее время стала использоваться в дошкольных образовательных учреждениях, является новой формой реабилитации детей, имеющих патологические и предпатологические состояния, так как ранее для профилактики различных заболеваний и поддержания здоровья детей применяли преимущественно различные физиотерапевтические средства. В связи с этим возрастает значение организации работы профилактической и коррекционной направленности в условиях дошкольного образовательного учреждения. В нашем учреждении сложилась своя определенная система здоровьесбережения и здоровьесформирования воспитанников, в основе которой лежит целевая программа по оздоровлению детей. На данный

момент в этом направлении мы достигли определенных положительных результатов. Но чтобы сформировать устойчивые мотивации здорового образа жизни у детей, необходимы определенный профессиональный уровень педагогов по здоровьесбережению, комплексный подход к решению указанных проблем.

Учитывая актуальность выдвинутых проблем, мы считаем, что важнейшим аспектом профилактической работы по оздоровлению детей дошкольного возраста в условиях детского сада является работа по профилактике плоскостопия.

Стопа по данным многих исследований - это сложный сводчатый орган, выполняющий опорную, локомотивную и амортизационную функции. Она является опорой, фундаментом тела, поэтому естественно, что нарушение этого фундамента обязательно отражается на формировании подрастающего организма. К сожалению, у современных детей с «фундаментом» возникают всё больше проблем. Стопу можно сравнить с картой всего организма: нет таких мышц, желез, органов, которые не имели бы своего «представительства» на ней. Современный ребёнок не имеет возможности ходить по неровной поверхности, а значит, не раздражаются, не массируются многочисленные нервные окончания, расположенные на стопе. Именно поэтому детям так важно предоставить возможность ходить по разнообразным поверхностям. Изменение формы стопы не только вызывает снижение её функциональных возможностей, но и, что особенно важно, изменяет положение позвоночника. Это отрицательно влияет на функции последнего и, следовательно, на осанку и общее состояние ребёнка. Ребёнок, страдающий плоскостопием, быстро утомляется во время ходьбы и стояния. При дальнейшем развитии плоскостопия появляются боли, которые ещё больше затрудняют ходьбу. В 2016-2017 учебном году из 14 детей, имеющих плоскостопие, 7 детей имеют ещё и нарушения осанки. Чем раньше выявлены признаки заболевания, чем меньше деформация стоп, тем более благоприятны условия для остановки прогрессирования плоскостопия и его коррекции. У всех детей до 2 лет свод стопы плоский. Такое состояние специалисты считают физиологичным, костная ткань у малышей мягкая и эластичная. Когда дети начинают ходить, функцию амортизатора берёт на себя «жировая подушечка», которая располагается под кожей. К 2-3 годам кости набирают достаточное количество минералов и суставные поверхности

приобретают нормальные очертания, связки становятся более прочными. Процесс формирования костей стопы заканчивается к 6 годам. Только в этот период можно говорить о наличии или отсутствии плоскостопия у ребёнка. Поэтому данная программа разработана для детей старшего дошкольного возраста и сочетается с ранее написанной программой по профилактике нарушений осанки.

Мониторинг показал следующие данные за последние 2 года:

2017-2018гг. – 62%

2018-2019гг. – 74%

Поэтому, было решено, что комплекс проводимых мероприятий необходимо расширить и систематизировать в программу.

Таким образом, разработанная программа на основе индивидуального подхода, учёта возрастных особенностей и особенностей физического развития детей позволит эффективно осуществить комплексную работу по профилактике и коррекции нарушений опорно-двигательного аппарата у дошкольников в условиях ДОО.

Данная программа создана на основе собственного педагогического опыта, анализа рекомендуемых Министерством программ и с использованием педагогической литературы. Программа рассчитана на два года работы с детьми среднего и старшего дошкольного возраста.

Программа разработана в соответствии со стратегическими направлениями модернизации образования в России:

- законом РФ «Об Образовании»;
- Указом Президента России «О неотложных мерах по обеспечению здоровья населения в РФ»;
- Конвенцией о правах ребенка;
- Концепцией дошкольного воспитания;
- СанПиН 2.4.2.1178-02 Гигиенические требования к условиям обучения в общеобразовательных учреждениях.

## **II. Содержание.**

### ***Цель:***

1. Разработать систему оздоровительных и профилактических мероприятий, направленных на профилактику плоскостопия у детей МДОУ, выработать комплексный подход к внедрению здоровьесберегающих технологий.

2. Активизировать консультационно-просветительскую работу с родителями по профилактике плоскостопия, повышения их санитарно-гигиенического уровня.
3. Модернизировать предметно-оздоровительную среду в ДОУ.

***Обучающая задача:***

1. Разработать и опробовать перспективный план работы с комплексами упражнений для укрепления мышц конечностей, свода стопы; игры и игровые упражнения, а также различные виды корригирующей ходьбы для профилактики плоскостопия.

***Развивающая задача:***

1. Развивать двигательные умения и навыки, психофизические качества: ловкость, гибкость, выносливость, силу.

***Воспитывающая задача:***

1. Воспитывать у детей и их родителей потребность в здоровом образе жизни.

***Принципы:***

- единство целей и задач воспитания здорового ребенка в ДОУ и семье;
- индивидуальный подход к каждому ребенку;
- систематичность и последовательность работы в течение всего периода пребывания ребенка в детском саду;
- взаимное доверие и взаимопомощь педагогов и родителей;
- оздоровительно-коррекционная направленность;
- доступность;
- повторяемость упражнений с их постепенным усложнением.

***Для решения поставленных задач были определены методы исследования:***

- *теоретические (изучение и анализ литературы по проблеме);*
- *эмпирические (анализ деятельности ДОУ по проблеме, наблюдение, анкетирование, методики, эксперимент, специальное медицинское обследование, анализ результатов педагогического воздействия на детей с плоскостопием);*

- игровой (спортивные, подвижные игры, игроритмика, игропластика, игрогимнастика, игротанец, игровой самомассаж, игры-путешествия);
- словесный (консультации, беседы, объяснения, указания, команды и т. д.);
- наглядный (показ, имитация, помощь и поддержка, использование ориентиров, просмотр слайдов);
- метод упражнений (танцевальные, общеразвивающие, основные виды движений);
- практический (изготовление нестандартного оборудования);
- метод соревнований (индивидуальные, командные).
- Специальное медицинское обследование;
- Анализ результатов педагогического воздействия на детей с плоскостопием.

***Приемы:***

- компенсаторно-нейтрализующие (физ.минутки, динамические паузы);
- стимулирующие (закаливание);
- информационно-обучающие (консультации, беседы и т.д.).

Используются средства двигательной направленности, оздоровительные силы природы, гигиенические факторы.

***Объект обследования:*** дети среднего и старшего дошкольного возраста МАДОУ, предрасположенные к плоскостопию и больные плоскостопием.

***Предмет исследования:*** процесс профилактической работы с детьми, предрасположенными и страдающими плоскостопием.

***Материально-техническая база:*** наличие физкультурного зала, оборудования (гимнастические палки, кегли, верёвки, скакалки, канаты, гимнастические стенки и скамейки, массажеры, степы, мячи разных размеров, различные массажные дорожки и т.д.)

***Перспективы использования:*** программа может быть использована инструкторами по физической культуре и воспитателями ДОУ, как в организованных формах двигательной активности, так и в свободной деятельности детей.

**Теоретическая значимость** исследования заключается в том, что в нем усилена актуальность проблемы формирования здорового образа жизни у детей среднего и старшего дошкольного возраста.

**Практическая значимость:** материалы, основные положения и выводы исследования могут быть использованы в практике работы современного ДОУ.

### **Этапы реализации программы:**

#### **I. Подготовительно-диагностический этап:**

1. Выявление проблемы – «Картина здоровья детей МАДОУ».
  - медицинский осмотр детей специалистами поликлиники;
  - выделение существующих факторов риска.
2. Разработка организационных подходов решения проблем:
  - определение цели, задач, форм и методов;
  - подготовка мероприятий.
3. Изучение социально-педагогической и медицинской литературы.

#### **II. Основной этап:**

1. Реализация программы:
  - осуществление комплекса разработанных мероприятий.

#### **III. Аналитико-результативный этап:**

1. Подведение итогов работы:
  - достигнуты ли поставленные цель и задачи;
  - анализ результатов внедрения программы, систематизация полученных данных;
  - анализ мониторинговых исследований
  - оценка эффективности реализации программы (предполагаемое понижение количества детей с плоскостопием).

### **Механизм реализации проекта:**

Работа по реализации проекта проводится в три этапа, которые представляют собой систему, где следующий этап строится на основе результатов предыдущего.

***Первый этап - подготовительно-диагностический (февраль - май 2017 года).***

Его цель - выявить уровень состояния физического здоровья детей среднего и старшего дошкольного возраста ДОО и степень здоровьесберегающей компетентности педагогов. Для этого проведён медицинский осмотр детей, мы использовали тесты, анкеты, диагностические методики для педагогов, направленные на определение общей картины.

***Второй этап - основной (организационный) (сентябрь 2018 года - апрель 2019года).***

Его цель - создать условия для укрепления физического здоровья детей, сохранить их физический потенциал и улучшить его посредством системы здоровьесберегающих мероприятий. Данная система включает: организацию профилактической работы с детьми старшего дошкольного возраста ДОО и коррекционную работу с детьми, имеющими плоскостопие. Для улучшения физического состояния детей в детском саду введены: коррекционные занятия с элементами степ-аэробики и фитнес-танца, корригирующая гимнастика, фитотерапия, массаж, витаминизация, походы, спортивные мероприятия и др.

***Третий этап - аналитико-результативный (май 2019 года).***

Его цель - выявление направленности динамики состояния физического здоровья детей через сравнительный мониторинг. На данном этапе подводится итог проделанной работы путем проведения мониторинга состояния здоровья детей за весь период работы, обобщение опыта работы.

***Критерии оценки эффективности реализации программы:***

- Мониторинг состояния опорно-двигательного аппарата у детей старшего дошкольного возраста ДОО сравнительный анализ количества детей, имеющих плоскостопие, уровень физического развития и заболеваемости детей;
- Анализ количества родителей, участвующих в различных формах работы по вопросам сохранения и укрепления здоровья детей (родительские собрания, консультации, открытые просмотры занятий для родителей, мастер-классы); повышение интереса и активности родителей,

проявляющихся в участии физкультурно-оздоровительных мероприятий вместе с детьми, проводимых в ДОУ

- Увеличение доли педагогов ДОУ, реализующих комплекс мероприятий по профилактике плоскостопия;
- Пополнение материально-технической базы ДОУ.

***Работа будет строиться по 3 направлениям:***

***-работа с детьми ДОУ;***

***-работа с родителями воспитанников ДОУ;***

***-работа с педагогами ДОУ.***

***Основные блоки программы.***

<b>Блоки</b>	<b>Задачи</b>	<b>Формы</b>
<b>Работа с детьми в МАДОУ.</b>	Профилактическая работа.	Медицинский осмотр детей. Физкультурные занятия 2 раза в неделю с обязательным включением упражнений для профилактики плоскостопия. Ежедневная утренняя гимнастика с обязательным включением упражнений для профилактики плоскостопия.
	Коррекционная работа.	Индивидуальная и групповая работа.
<b>Работа с родителями.</b>	Создание условий для включения родителей в деятельность МАДОУ. Формирование здорового образа жизни.	Родительские собрания. Занятие - практикум. Консультации о подборе правильной обуви для детей. Мастер-класс «Упражнения для профилактики плоскостопия». Оказание помощи в изготовлении

		и приобретении массажных дорожек. День открытых дверей, День здоровья.
<b>Участие педагога в ДОУ.</b>	Повышение педагогической компетентности в области здоровьесбережения детей дошкольного возраста в условиях ДОУ. Подготовить педагогов к практической реализации здоровьесберегающих технологий в образовательном процессе ДОУ.	Консультации. Открытые просмотры занятий.  Обновление содержания предметно-развивающей среды (изготовление массажных дорожек, оборудование физкультурных уголков в группах.)

**Комплексный тематический план по профилактике плоскостопия.**

<b>№</b>	<b>Блоки</b>	<b>Мероприятия</b>	<b>Место проведения</b>	<b>Дата</b>	<b>Ответственные</b>
<b>1.</b>	<b>Работа с детьми старшего дошкольного возраста ДОУ.</b>	1. Медицинский осмотр детей. 2. Утренняя гимнастика.  3. Физкультурные занятия . 4. Индивидуальные и групповые занятия по перспективному плану с элементами степ-аэробики, фитнес-танца. 5. Танцевально-игровая гимнастика «Са-Фи-Дансе». 6. Видео-лекторий о профилактике плоскостопия.  7. День Здоровья.	Медицинский кабинет.  Музыкальный и физкультурный залы.  Физкультурный зал. Физкультурный зал. Физкультурный зал.  Музыкальный зал.	Сентябрь.  Каждое утро.  2 раза в неделю. 2 раза в неделю.  1 раз в неделю.  Октябрь.    Ноябрь.  Февраль.	Медицинская сестра. Инструктор по ФК, воспитатели.  Инструктор по ФК. Воспитатели. Инструктор по ФК. Воспитатель, инструктор по ФК. Хореограф  Инструктор по ФК, воспитатели. Инструктор по ФК, воспитатели. Инструктор по

		8. День Открытых Дверей.	Физкультурный зал.	Май.	ФК, воспитатели.
<b>2.</b>	<b>Работа с родителями.</b>	1. Выступления на родительских собраниях в группах «Профилактика плоскостопия у детей старшего дошкольного возраста».	Групповое помещение.	Октябрь.	Инструктор по ФК, воспитатели.
		2. Занятие-практикум «Профилактика плоскостопия у детей дошкольного возраста».	Групповое помещение.	Ноябрь.	Инструктор по ФК, воспитатели.
		3. Оформление информационного стенда.			
		4. Индивидуальные беседы, рекомендации и консультации с родителями.	Фойе ДОУ.	Ноябрь.	Инструктор по ФК.
		5. День Здоровья.		В течение учебного года.	Инструктор по ФК.
		6. День Открытых Дверей.		Февраль.	Инструктор по ФК, воспитатели.
		7. Анкетирование.		Май.	Администрация ДОУ, инструктор по ФК, воспитатели.
				Май.	Инструктор по ФК, воспитатели.
<b>3.</b>	<b>Участие</b>	1. Консультация для	Методический	Октябрь.	Инструктор по

педагогов ДОУ.	педагогов «Система профилактических мероприятий МДОУ, направленных на коррекцию плоскостопия у детей». 2.Выпуск тематических газет о здоровом образе жизни. 3.Оборудование физкультурных уголков в группах. 4.Изготовление нестандартного оборудования (массажные дорожки и др.). 5.Подбор и приобретение необходимых пособий, оборудования, инвентаря, литературы.	кабинет.			ФК.
		Фойе ДОУ.	Ноябрь.	Воспитатели.	
		Групповые помещения.	Ноябрь.	Воспитатели.	
			В течение учебного года.	Воспитатели, инструктор по ФК, родители.	
			В течение учебного года.	Воспитатели, инструктор по ФК, администрация ДОУ.	

**Перспективный план работы по профилактике плоскостопия с детьми среднего и старшего дошкольного возраста.**

№	Содержание
<b>Октябрь</b>	
<b>Занятия №1,2</b>	<b>Цель:</b> упражнять в ходьбе и беге на пятках, переступая через кубики на полу, ходьбе по гимнастической палке вдоль и поперек. <b>Игровые упражнения</b> для коррекции свода стопы «Пройди по линии», Журавль на болоте», «Конькобежец».
<b>Занятия №3,4</b>	<b>Цель:</b> учить подтягивать пальцами ног дорожку с грузом весом 500 г; -упражнять в захватывании мяча и других предметов стопами ног и бросании.

Занятия № 5,6	<p><b>Цель:</b> учить захватывать пальцами ног карандаши и перекладывать их с места на место;</p> <p>-упражнять в сгибании и разгибании ног в коленях с зажатым между стопами мячом.</p>
Занятия №7,8	<p><b>Цель:</b> упражнять в ходьбе на четвереньках, подталкивая перед собой головой набивной мяч;</p> <p>-учить лазанию по гимнастической лестнице и ходьбе по ребристой доске.</p> <p><b>Игры:</b> «Пятнашки с мячом», «Мышеловка».</p>
<b>Ноябрь</b>	
Занятия №1,2	<p><b>Цель:</b> упражнять в ходьбе «гусиным шагом»;</p> <p>-учить массажу стопы.</p> <p><b>Игры:</b> «Ловкие ноги», «Барабан».</p>
Занятия №3,4	<p><b>Цель:</b> учить ходьбе на месте, не отрывая носков от пола;</p> <p>-упражнять в поднимании внутренних сводов стопы, опираясь при этом на нужные края стоп. <b>Игры</b> «Кто быстрее спрячет платочек», «Донеси</p>
Занятия №5,6	<p><b>Цель:</b> учить ползающим движением стоп вперед и назад с помощью пальцев;</p> <p>-упражнять в сведении и разведении пяток.</p> <p><b>Игровые упражнения</b> «Великан и карлик», «Пройди - не ошибись».</p>
Занятия №7,8	<p><b>Цель:</b> упражнять в разгибании и сгибании стоп (поочередно).</p> <p><b>Игры:</b> «Футболисты», «Удочка».</p>
<b>Декабрь</b>	
Занятия №1,2	<p><b>Цель:</b> упражнять ходьбе на наружном своде стопы;</p> <p>- закреплять умение ходить по гимнастической палке.</p> <p><b>Игровые упражнения</b> со скакалкой – перешагивания, прыжки.</p>
Занятия №3,4	<p><b>Цель:</b> закрепить умение ходьбы на месте с высоким подниманием бедра с «подошвенным сгибанием стопы».</p> <p><b>Игровые упражнения</b> на гимнастической стенке.</p>
Занятия №5,6	<p><b>Цель:</b> закреплять умение активного сгибания и разгибания стоп, катание подошвами округлого предмета.</p> <p><b>Игры</b> «Прокати мяч», «Быстро переложи».</p>
Занятия №7,8	<p><b>Цель:</b> упражнять прыжкам на месте и с небольшим продвижением вперед (на носках);</p> <p>- совершенствовать ходьбу по рейке гимнастической скамейки и ребристой доске.</p>
<b>Январь</b>	

<b>Занятия №1,2</b>	<p><b>Цель:</b> закрепление ходьбы по намеченной линии с приставлением пятки к носку;</p> <p>- совершенствование ходьбы на наружных краях стоп.</p> <p><b>Игры:</b> «Северный и южный ветер», «Ловишки на одной ноге».</p>
<b>Занятия №3,4</b>	<p><b>Цель:</b> закреплять круговые вращения стопы влево - вправо;</p> <p>- упражнять в собирании пальцами ног ткани, лежащей на полу.</p> <p><b>Игры:</b> «Ловишки парами», «Ловишки - перебежки».</p>
<b>Занятия №5,6</b>	<p><b>Цель:</b> совершенствовать в захвате, приподнимании и удерживании пальцами одной ноги легкого предмета;</p> <p>- сгибание и разгибание ног в коленях с зажатым между стопами мячом.</p> <p><b>Игры:</b> «Ноги от земли!», «Ловишка, бери ленту».</p>
<b>Занятия №7,8</b>	<p><b>Цель:</b> учить ходьбе на носках по наклонной плоскости, а также приставным шагом по рейке гимнастической скамейки (прямо и боком).</p> <p><b>Игры:</b> Стой!», «Кто выше?».</p>
<b>Февраль</b>	
<b>Занятия №1,2</b>	<p><b>Цель:</b> закрепление ходьбы на наружных сводах стопы и на носках по наклонной плоскости.</p> <p><b>Игры:</b> «Силачи», «Бой петухов».</p>
<b>Занятия №3,4</b>	<p><b>Цель:</b> отработка общеразвивающих упражнений: «Матрешки», «Красивые сапожки, резвые ножки», «Танец каблукочков».</p> <p><b>Игры:</b> «Мы весёлые ребята», «Караси и щука».</p>
<b>Занятия №5,6</b>	<p><b>Цель:</b> отработка общеразвивающих упражнений: «Гармошка», «Елочка».</p> <p><b>Игры:</b> «Лиса в курятнике», «Волк во рву».</p>
<b>Занятия №7,8</b>	<p><b>Цель:</b> отработка общеразвивающих упражнений: «Присядка», «Шаг с припаданием».</p> <p><b>Игры:</b> «Не оставайся на полу», «Два и три».</p>
<b>Март</b>	
<b>Занятия №1,2</b>	<p><b>Цель:</b> совершенствование ходьбы на наружных краях стоп по канату боковым приставным шагом.</p> <p><b>Игры:</b> «Река и ров», «Воробышки и кот».</p>
<b>Занятия №3,4</b>	<p><b>Цель:</b> закреплять умение захватывать мелкие предметы пальцами ног;</p> <p>- совершенствование круговых движений стопами по максимальной окружности.</p> <p><b>Игры:</b> «Спящая лиса», «Птички и кошка», «Зайцы и волк».</p>

<b>Занятия №5,6</b>	<b>Цель:</b> учить балансированию на набивном мяче. <b>Игры:</b> «Ну-ка вместе пересядем», «Зайчик и сторож».
<b>Занятия №7,8</b>	<b>Цель:</b> учить перепрыгиванию через скамейку с одной стороны на другую, опираясь обеими руками; - отработка ходьбы с постановкой ноги с носка на всю ступню. <b>Игры:</b> «Донеси, не урони», «Ели, ёлки, ёлочки».
<b>Апрель</b>	
<b>Занятия №1,2</b>	<b>Цель:</b> закрепление ходьбы на наружном своде стопы и с перекатом на носок. <b>Игры:</b> «Выпрями ноги», «Выполняй правильно».
<b>Занятия №3,4</b>	<b>Цель:</b> совершенствование ходьбы по гимнастической палке прямо и боком; - отработка общеразвивающих упражнений: «Эквилибристы», «Цыплята».
<b>Занятия №5,6</b>	<b>Цель:</b> отработка общеразвивающих упражнений: «Льжные тренировки», «Разминка». <b>Игры:</b> «Альпинист», «Маленький гимнаст».
<b>Занятия №7,8</b>	<b>Цель:</b> отработка общеразвивающих упражнений: «Куры на месте», «Раскатаем тесто». <b>Игры:</b> «Кто быстрее соберёт игрушки?», «Резвый мешочек».
<b>Май</b>	
<b>Занятия №1,2.</b>	<b>Цель:</b> совершенствование ходьбы на носках с высоким подниманием бедра и ходьбы по гимнастической палке прямо и боком. <b>Игры:</b> «Быстро возьми», «Полоса препятствий».
<b>Занятия № 3,4, 5</b>	<b>Цель:</b> отработка общеразвивающих упражнений из положения сидя. <b>Игры:</b> «Тик-так», «Кто быстрее».
<b>Занятия № 6, 7, 8</b>	<b>Цель:</b> совершенствование поворотов голени внутрь и наружу; - отработка прыжков с небольшим продвижением вперед (на носках). <b>Игры:</b> «Море волнуется», «Запрещённое движение».

### Список использованной литературы.

1. Анисимова Т. Г. Формирование правильной осанки и коррекция плоскостопия у дошкольников – Волгоград, Учитель, 2009.-146 с.
2. Бабенкова Е.А. Игры, которые лечат - М.: ТЦ Сфера, 2009.-64с.
3. Галанов А. С. М.: Аст-пресс, 2007-300с.
4. Дошкольное воспитание №8 2005г., с.18-20.
5. Дошкольная педагогика №5 2004г., с. 5-7.
6. Инструктор по физкультуре дошкольного образовательного учреждения Научно-практический журнал.-№4 2009г., с.56-60.
7. Картушина М.Ю. Быть здоровыми хотим – М: ТЦ Сфера, 2004.,384 с.
8. Красикова И. С. Плоскостопие у детей. Профилактика и лечение. Санкт-Петербург: Издательский центр «Учитель и ученик», 2004., 134 с.
9. Кудрявцев В.Т., Егоров Б.Б. Развивающая педагогика оздоровления. - М: - Линка-пресс, 2000.-296с.
10. Кузнецова М.Н. Система мероприятий по оздоровлению детей в ДОУ.- М: Айрис-пресс, 2007-112с.
11. Лосева В. С. Плоскостопие у детей 6-7 лет: профилактика и лечение. - М. :ТЦ Сфера, 2004.-64.
12. Наумов О. И. Плоскостопие-это не пустяк. - Санкт-Петербург: Издательство «Невский проспект», 2002.-78с.
13. Подольская Е. И. Комплексы лечебной гимнастики для детей 5-7 лет.- Волгоград: Учитель, 2010.-143с.
14. Фирилёва Ж.Е., Сайкина Е. Г. Танцевально - игровая гимнастика для детей.- Санкт-Петербург, Детство-пресс, 2003-321с.
15. Харитоновна Н. Работаем с детьми с нарушениями опорно-двигательного аппарата.// Дошкольное воспитание. – №3 2005г. с. 54-56.

16. Шилкова И.К., А.С. Большев и другие. Здоровьеформирующее физическое развитие – М: Гуманитарный издательский центр Владос, 2001. – 336 с.