Конспект мастер-класса

«Взаимодействие ДОУ с семьями воспитанников, посещающих группу коррекционной гимнастики»

Цель.

Продолжать повышать эффективность профилактической и коррекционной деятельности ДОУ за счет выработки единой стратегии педагогического коллектива и родителей воспитанников, посещающих группу коррекционной гимнастики.

Задачи.

1. Дать родителям знания о причинах возникновения плоскостопия и нарушения осанки у детей дошкольного возраста.
2. Сформировать у родителей представление о коррекционно-профилактической работе ДОУ по данной проблеме.
3. Обучить родителей технике выполнения упражнений и самомассажу стоп.
4. Выработать единую стратегию взаимодействия родителей и ДОУ по коррекции и профилактике плоскостопия.

Ход.

Здравствуйте, уважаемые родители!

Решая задачи организации физкультурно-оздоровительной работы в условиях ДОУ, особое внимание уделяется профилактике и коррекции нарушений со стороны опорно-двигательного аппарата (дефектов осанки и плоскостопия). Поэтому, два раза в год дети, начиная со старшей группы, диагностируются медицинской сестрой учреждения с использованием объективных методов исследования (плантографа). С воспитанниками, у которых выявляется уплощение стоп, плоскостопие, проводятся коррекционные занятия в физкультурном зале 3 раза в неделю после дневного сна. Занятия провожу я, инструктор по физической культуре, т.к. прошла обучение в 2003 и в 2006 годах по программе «Коррекция и

профилактика плоскостопия у детей дошкольного возраста». В этом учебном году в сентябре по результатам диагностики было выявлено уплощение стоп у ваших детей.

Плоскостопие рассматривается как нарушение функции стопы, которое внешне проявляется в опущении сводов стопы, что вызвано ослаблением мышц и растяжением ее связок. Стопа – опора, фундамент тела, поэтому естественно, что нарушение этого фундамента обязательно отражается на формировании подрастающего организма. Изменение формы стопы вызывает снижение положения таза, позвоночника, что влечет за собой нарушение осанки, влияет на состояние ребенка. Он быстро устает, ощущает боль в стопах. Как следствие – недостаточное развитие многих движений ребенка, снижение двигательной активности. Плоскостопие и его последствия могут стать серьезным препятствием к занятиям многими видами спорта и даже привести к инвалидизации.

Причин возникновения деформации стоп может быть несколько:

- это наследственная предрасположенность (если у кто-то из родителей диагностировано плоскостопие);
- нарушенная биомеханика стоп, вследствие неправильной походки;
- систематическое перенапряжение связок и мышц стоп у ослабленных, физически слабо развитых детей;
- неправильно подобранная обувь;

Начиная с середины сентября, ваши дети начали заниматься в группе коррекционной гимнастики. В группу входят 10 детей. На занятиях ребята занимаются босиком. Занятия проводятся под музыку, включают в себя корригирующую ходьбу, ходьбу по массажным и коррекционным дорожкам. Далее ребятами выполняется совместно с педагогом и под его контролем самомассажа стоп и голеней. В занятия включаются лазания по гимнастической стенке, ходьба по канату, прыжки через скакалку, балансирования, упражнения на тренажерах. Ребята обучаются специальным упражнениям в игровой, занимательной форме. Также занятия включают в

себя беседы по валеологическому образованию, проводятся специальные игровые задания с использованием разнообразных ярких атрибутов (массажных мячиков, палок, платочков, кубиков, гантелек, резиновых лепешек и т.д.). Обязательно в каждом занятии проводится подвижная игра. Заканчивается занятие дыхательными упражнениями.

Комплексное использование средств физического воспитания в работе с детьми в коррекционной группе ежегодно показывает положительную динамику. Однако практикой доказано, что наиболее эффективна методика сотрудничества ДОУ и семьи в занятиях по коррекции плоскостопия. Дети быстрее овладевают способами выполнения упражнений, повышается их качество. Ребята еще с большей заинтересованностью и отдачей занимаются в коррекционной группе, так как чувствуют поддержку и помощь со стороны близких, любящих людей.

Предлагаю вашему вниманию фрагменты презентации занятия с детьми в коррекционной группе (презентация).

А теперь я приглашаю Вас выполнить со мной коррекционные упражнения и самомассаж стоп, чтобы вы могли освоить технику их выполнения. Эти знания позволят вам помочь своим детям в условиях дома выполнять игровые коррекционные упражнения, и я уверена, вместе мы добьемся больших успехов!

Присаживайтесь вместе со мной в круг на тренировочные коврики. Я познакомлю Вас **с комплексом упражнений «Утята».** Смелее повторяйте за мной. Все упражнения повторяются 8-10 раз.

1. «Утята шагают по реке»

И.п.: сидя, согнув ноги, руки в упоре сзади.

Ходьба на месте без отрыва носков от пола.

2. «Утка ходит вразвалочку-спотыкалочку»

И.п.: то же.

1-2- поднимая внутренние своды, опереться на наружные края стоп.

3-4-и.п.

3. «Утята встретили на тропинке гусеницу».

И.п.: то же.

Ползающие движения стоп вперед и назад с помощью пальцев.

4. «Утка крякает».

И.п.: то же.

1-2- отрывая пятки от пола, развести их в стороны, «клюв открылся», произнести «кря-кря».

3-4-и.п.

5. «Утята учатся плавать».

И.п.: сидя, носки оттянуть, руки в упоре сзади.

1- согнуть правую стопу выставить вперед.

2- разгибая правую стопу, согнутую левую стопу выставить вперед.

6. «Утята сушат перышки».

И.п.: сидя, согнув ноги, руки в упоре сзади.

1- повернуть стопы друг к другу.

2- 4-потереть стопы одну об другую.

5-и.п.

Молодцы! У Вас все отлично получается. А теперь я думаю, мы легко справимся и с приемами самомассажа**.**

Самомассаж стоп и голеней.

«Поиграем с ножками»

1. **Подготовительный этап.**

Удобно сесть и расслабиться.

Мы ходили, мы скакали.
Наши ноженьки устали.
Сядем все мы, отдохнем
И массаж для стоп начнем.

2. **Основная часть.**

а) одной рукой, образуя «вилку» из большого и остальных пальцев, обхватить лодыжку и зафиксировать стопу. Другой рукой погладить стопу от пальцев до щиколотки;

Проведем по ножке нежно,
Будет ноженька прилежной.
Ласка всем, друзья нужна.
Это помни ты всегда!

б) сделать разминание стопы всеми пальцами;

Разминка тоже обязательна,
Выполняй ее старательно.
Растирай, старайся
И не отвлекайся.

в) погладить стопу граблеобразным движением руки по направлению к пальцам;

По подошве, как граблями,
Проведем сейчас руками.
И полезно, и приятно –
Это всем давно понятно.

г) похлопать стопу ладонью;

Рук своих ты не жалей
И по ножкам бей сильней.
Будут быстрыми они,
Потом попробуй, догони!

д) сгибать стопу вверх, произвольно разгибать;

Гибкость тоже нам нужна,
Без нее мы никуда.
Раз – сгибай, два – выпрямляй
Ну, активнее давай!

е) покатать стопами палку, насильно нажимая на нее;

Вот работа, так работа,

Палочку катать охота.

Веселее ты катай

Да за нею поспевай.

ж) растереть подушечкой большого пальца руки закаливающую зону, расположенную в центре подошвы.

В центре зону мы найдем,

Хорошенько разотрем.

Будем с нею мы дружить,

Чтобы всем здоровым быть.

3. Заключительный этап.

а) погладить стопу от пальцев до щиколотки;

Скажем все: «Спасибо»!

Ноженькам своим.

Будем их беречь их

И всегда любить!

Вот вы и познакомились с техникой выполнения упражнений и самомассажа стоп. Как видите, все упражнения проводятся в занимательной, игровой форме. Если вы вместе со своими детьми будите их выполнять, то успех нам обеспечен. Мы совместно достигнем желаемого результата. Я приготовила вам в подарок папки с несколькими комплексами упражнений и комплекс самомассажа для стоп. Желаю Вам удачи, до свидания.