Муниципальное бюджетное дошкольное учреждение

«Детский сад №25»

**Проектная деятельность педагога на тему: «Профилактика нарушений осанки у детей дошкольного возраста посредствам работы с родителями».**

Выполнила инструктор по ФК :Зюзина Н.А. 1КК

Осанка – это привычная, непринужденная манера держать свое тело. Если она правильная, то фигура человека выглядит красивой, стройной, а походка легкой и упругой.

**Задачи:**

-Формировать у детей навыки ухода за телом;

-Дать детям основные представления о строении и функциях тела;

-Систематически закреплять навыки правильной осанки у детей;

-Вызвать у детей интерес и желание выполнять статические позы и упражнения, направленные на улучшение осанки;

-Работу по формированию правильной осанки у детей проводить в тесном сотрудничестве с родителями. Родителям дома следить за правильной осанкой детей, вместе заниматься спортом.

-Провести мастер –класс с родителями, какие упражнения можно использовать и как сделать занятие интересным.

Актуальность:

Именно в дошкольном возрасте ребенок начинает познавать окружающий мир. В этот период легко вырабатываются гигиенические навыки, привычка к ежедневной гимнастике и правильному держанию тела во время занятий, приема пищи, стояние и ходьбе. Поэтому формирование правильной осанки должно осуществляться главным образом в дошкольном и младшем школьном возрасте и продолжаться в течение всей жизни.

К сожалению, родители не всегда уделяют внимание формированию у ребенка правильной осанки. А ведь именно семья несет основную ответственность за формирование правильной осанки, являясь своеобразным «архитектором» фигуры ребенка.

На сегодняшний день многие родители интересуются только тем, что ребёнок кушал на обед, как его одели на прогулку. Считают, что детский сад — это место, где за детьми присматривают, пока родители на работе, и только.

В последнее время наблюдается снижение уровня здоровья, увеличивается количество ослабленных детей, детей с нарушением осанки. Как изменить такое положение, как заинтересовать родителей в значимости физического воспитания не только в стенах детского сада, но и дома?

В работе с родителями используют разные формы, которые помогают сблизить детский сад и семью, например:

- беседы с родителями;

- тематические консультации;

- совместные досуги;

- открытые занятия с детьми для родителей

Одним из ведущих средств исправления нарушения осанки у детей является лечебная физкультура. Физические упражнения должны служить укреплению основных мышц групп, поддерживающих позвоночник.

Главным средством предупреждения нарушений осанки в дошкольном возрасте являются физические упражнения. Следует использовать словесные указания, показ, контроль за осанкой как со стороны взрослого, так и со стороны самого ребенка.

В условиях семьи необходимо стремиться соблюдать тот же четкий распорядок дня и занятий детей, что и в детском саду.

Важно заинтересовать родителей, вовлечь их в процесс оздоровления их детей. Родителей необходимо знакомить с процессом выполнения упражнений, давать педагогические знания, которые в дальнейшем они смогут применять на практике. Ведь многие родители недооценивают пользу от занятий физкультурой.

Работа с родителями начинается с бесед, в которых мы стараемся разъяснить проблемы формирования правильной осанки, причины возникновения плоскостопия и пути их решения. Так же родителям был предложен комплекс упражнений дома для совместного их выполнения. Когда родители с детьми ввели в домашнюю практику рекомендованные упражнения, то смогли поделиться с нами видео, где дети самостоятельно выполняют упражнения.

После домашней практики мы вместе с воспитателем пригласили родителей на занятие, где родители были сначала зрителями, а дети выполняли комплекс упражнений. Потом и родители были привлечены к выполнению упражнений, направленных на предупреждение нарушений осанки, которые они так же совместно со своими детьми смогут практиковать в домашних условиях.

