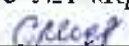
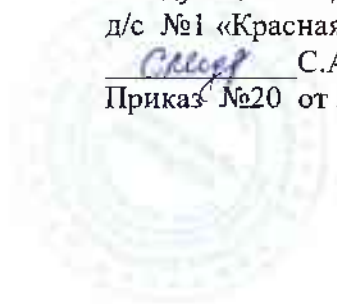


Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение
детский сад №1 «Красная шапочка»

Принято
Педагогическим советом
МБДОУ д/с №1 «Красная шапочка»
Протокол № 1 от 31.08.2018 г.

Утверждаю:
заведующий МБДОУ
д/с №1 «Красная шапочка»
 С.А. Медведева
Приказ №20 от 31.08.2018г



ПРОГРАММА
по физическому развитию
«ЗДОРОВИШКА»
для воспитанников
МБДОУ д/с №1 «Красная шапочка»
с особыми образовательными потребностями
(профилактика плоскостопия и нарушения осанки)
2018-2023 уч.год

Составитель: Ивакина Е.Н.
инструктор по физической культуре,
высшей квалификационной категории

«Чтобы сделать ребенка умным и рассудительным, сделайте его крепким и здоровым»

Ж.Ж.Руссо

Дополнительная программа оздоровительной направленности

Пояснительная записка

Дошкольный возраст является решающим в формировании фундамента физического и психического здоровья человека. Именно в этот период идет интенсивное развитие органов и становление функциональных систем организма, закладываются основные черты личности, отношение к своему здоровью.

В соответствии с важнейшим законом развития ведущей системой в организме ребенка является скелетно-мышечная («энергетическое правило скелетной мускулатуры»), сформулированное физиологом, профессором И. А. Аршавским), а все остальные системы развиваются коррелятивно, т.е. в прямой зависимости от нее. Поэтому в настоящее время программы физического воспитания с комплексной коррекцией здоровья детей, учитывающих ведущие нарушения моторной сферы, медицинские показания и противопоказания по усвоению определенных движений, а также уровень общего развития детей являются очень актуальными.

В этом возрасте происходит формирования структуры костей. Скелет ребенка в большей степени состоит из хрящевой ткани, кости недостаточно крепкие, в них мало минеральных солей. Мышцы-разгибатели развиты недостаточно, поэтому осанка у детей этого возраста неустойчива, легко нарушается под влиянием неправильного положения тела.

Осанка - это привычная поза человека, которая зависит от формы позвоночника и развития мускулатуры – «опорного корсета».

Нарушения осанки возникают и прогрессируют чаще всего в связи со снижением двигательной активности в период интенсивного роста ребенка.

При всех формах нарушениях осанки затрудняется в той или иной степени работа сердца, легких, диафрагмы. Нагрузка на позвоночник распределяется неправильно, а в дальнейшем могут появиться боли. Раннее выявление нарушений осанки важно, чтобы своевременно начатое комплексное лечение могло дать положительные результаты.

Отчего может нарушиться осанка?

В большинстве случаев причины двигательных нарушений являются приобретенными в результате:

- ослабления здоровья детей;
- уменьшения двигательной активности детей,
- ограничений пребывания на свежем воздухе,
- сидячего образа жизни;
- информационных перегрузок (игр на компьютере, просмотра телепередач);
- асоциальной среды, окружающей детей;
- некомпетентности родителей в вопросах здоровья и др.

Настоящая программа оздоровительной направленности по ЛФК направлена на профилактику, коррекцию (исправление), нарушений опорно – двигательного аппарата у детей старшего дошкольного возраста.

Цель: Обеспечение детям дошкольного возраста возможности сохранения своего здоровья за период нахождения в детском саду, формирование физически интеллектуально и социально зрелой личности дошкольника, формирование правильной осанки.

Задачи:

1. Провести диагностику исходной ситуации, выделить существующие проблемы по организации коррекционно-оздоровительной деятельности с детьми;
2. Разработать мониторинговое сопровождение Программы, в случае необходимости, своевременно корректировать физкультурно-оздоровительную деятельность;
3. Активизировать обратную связь с родителями, направленную на повышение эффективности коррекционно-оздоровительного процесса;
4. Выработать систему эффективных форм и методов коррекционно-оздоровительной и образовательной работы с воспитанниками, обеспечивающей индивидуально-дифференцированный подход;
5. Формировать потребность детей в здоровом образе жизни.

1. Методологическая основа Программы

В основе «Программы оздоровительной направленности по лечебной физкультуре» лежит «Программа по лечебной физкультуре для дошкольников» О.В. Козыревой.

Принципиальное значение в настоящей Программе имеют теории о сущности и формировании понятий о здоровом образе жизни (Н.А. Амосов, В.И. Белов, И.И. Брехман, Э.Н. Вайнер, М.Я. Виленский, Г.К. Зайцев), научные исследования Л.С.Выготского, Н.А.Бернштейна, С.А.Бортфельда, Е.М.Мастюковой, Л.О.Бадаляна, Л.Т.Журба, И.С.Перхуровой, В.М. Лузинович, практические разработки и рекомендации: В.И.Дубровского, М.И. и Т.А. Фонаревых, А.Е.Штеренгерц и др. (по ЛФК и массажу); Е.М.Мастюковой, Н.Н.Ефименко, Б.В.Сермеева, В.Л.Страховской и др.

1.1. Основные направления Программы

Оздоровительно-профилактическое, обеспечивающее укрепление здоровья средствами физической культуры;

Коррекционно-развивающее, обеспечивающее коррекцию нарушений деятельности опорно-двигательного аппарата (исправление нарушений осанки, плоскостопия);

1.2. Принципы реализации Программы

В основу написания Программы легли следующие принципы:

1. Принцип индивидуализации в методике и дозировке физических упражнений в зависимости от особенностей нарушений ребёнка.
2. Принцип системности воздействия с обеспечением определённого подбора упражнений и последовательности их применения.
3. Принцип регулярности воздействия, которое обеспечивает развитие и восстановление функциональных возможностей организма.
4. Принцип длительности применения физических упражнений, поскольку восстановление нарушенных функций возможно лишь при условии длительного и упорного повторения упражнений.
5. Принцип разнообразия и новизны в подборе и применении физических упражнений.
6. Принцип умеренности воздействия физических упражнений, продолжительность занятий 25-30 мин. в сочетании с дробной физической нагрузкой.
7. Принцип цикличности при выполнении физической нагрузки в соответствии с показаниями, чередование упражнений с отдыхом, упражнениями на расслабление.

2. Организация оздоровительной работы для детей старшего дошкольного возраста

Основное средство профилактики, коррекции имеющихся у детей двигательных нарушений является **лечебная физическая культура (ЛФК)**.

В состав лечебной физической культуры входят:

- корригирующие упражнения при нарушениях осанки;
- упражнения на расслабление;
- корригирующие упражнения при деформации стоп;
- комплексы на коррекцию нарушений осанки.

Составной частью лечебной физической культуры является лечебная гимнастика

В занятия ЛФК включаются:

- циклические упражнения (ходьба, бег, ползание, лазанье).
- упражнения у стены без плинтуса,
- упражнения на равновесие (статическое и динамическое)
- дыхательные упражнения (статические и динамические).
- упражнения на расслабление разных групп мышц из разных исходных положениях.

3. Этапы реализации Программы

Реализация Программы предполагается на протяжении одного года и включает в себя несколько этапов, которые отражены в таблице

1. Направления работы	Содержание деятельности	Срок исполнения
1. Подготовительный этап		
Создание развивающего пространства	1. Диагностика физического развития детей, выделение детей, нуждающихся в ЛФК. 2. Разработка календарно-тематического планирования занятий ЛФК с детьми 3. Разработка индивидуальных маршрутов	Сентябрь.
2. Основной этап		
Работа с детьми	1. Проведение занятий ЛФК с детьми по разработанному календарно-тематическому планированию 2. Проведение мониторинга физического развития детей с целью коррекции Программы, индивидуальных маршрутов развития детей 3. Расширение двигательной активности детей с учетом индивидуально-физических особенностей и в соответствии с разработанными индивидуальными маршрутами развития	Октябрь - май
3. Заключительный (оценочно-аналитический) этап		
1. Итоговый мониторинг физических качеств детей 2. Анализ коррекционно-оздоровительной деятельности в оздоровительной группе		май - июнь

4. Перспективный план занятий

Месяц	Основные направления работы	Содержание работы
сентябрь	1. Диагностика физического развития детей 2. Совершенствование выполнения дыхательных упражнений. 3. Укрепление мышц стоп и ног.	Беседа о здоровье. Упражнения для коррекции свода стопы Комплекс дыхательных упражнений. Коррекционное упражнение «Поиграем с платочком»
октябрь	1. Укрепление мышц спины и брюшного пресса.	Упражнение в исходном положении лежа на спине и животе комплекс «Будь здоров»
ноябрь	1. Развитие выносливости, ловкости 2. Формирование навыков правильной осанки во время выполнения комплексов	Ходьба с правильной осанкой в разных направлениях. Комплекс упражнений по коррекции осанки.
декабрь	1. Формирование навыков правильной ходьбы 2. Укрепление мышц стоп	Комплексы для коррекции плоскостопия Упражнения на гимнастической стенке
январь	1. Закрепление выполнения коррекционных упражнений для профилактики осанки	Коррекционные упражнения для профилактики и коррекции осанки
Февраль	1. Формирование навыков правильной осанки во время выполнения комплексов	Корректирующие упражнения при нарушениях осанки
март	1. Формирование умения двигаться в заданном направлении с правильной осанкой 2. Упражнения в ползании, лазании	Упражнения для коррекции нарушений осанки в ходьбе по гимнастическим снарядам ползание с опорой на колени и кисти, лазание по гимнастической стенке.
апрель	1. Укрепление мышц ног	Комплексы упражнений для коррекции плоскостопия и нарушений осанки
май	1. Итоговая диагностика физического развития детей 2. Формирование навыков правильной осанки во время выполнения комплексов 3. Закрепление выполнения комплекса дыхательных упражнений	Комплекс коррекционных упражнений при нарушении осанки Комплекс дыхательных упражнений Релаксационные упражнения

5. Мониторинг отслеживания результатов

Для определения эффективности работы по Программе оздоровительной направленности по ЛФК для детей старшего дошкольного возраста был разработан мониторинг, включающий в себя контрольные тесты, которые проводятся 2 раза в год и диагностируют следующие показатели:

1. Для этого оценивают способность малыша к длительному напряжению *мышц спины*. Ребенка укладывают на кушетку вниз лицом так, чтобы часть тела выше бедер находилась вне кушетки на весу, руки на поясе (ноги ребенка удерживаются взрослым). В норме дети 5-6 лет могут удержать горизонтальное положение туловища 30-60 сек.

2. Развитие *мышц брюшного пресса*, определяется числом непрерывного повторения перехода из положения лежа в положение сидя и обратно (при фиксации ног) в медленном темпе, не более 16 раз в минуту. Норма для дошкольников - 10-15 раз.

3. Упражнение на гибкость ребенок встает на гимнастическую скамейку наклоняется вперед - вниз тянется руками ниже уровня верхней части скамейки, ноги в коленях, не сгибая. Результат измеряется в см. на сколько ребенок опустил руки ниже уровня своих стоп. Высокий уровень: 8-15см; средний уровень: 1-8 см, низкий уровень: 0 см.

Также для проведения диагностики предлагаются примерные вопросы к беседе с ребенком:

1. Что такое правильная осанка?
2. Назови основные правила, которые необходимо соблюдать для профилактики нарушений осанки?
3. Почему возникает плоскостопие?
4. Что нужно делать, чтобы не было плоскостопия?

6. Ожидаемые результаты внедрения программы

1. Положительная динамика в коррекции двигательных нарушений у 90 % детей;
2. Развитие и совершенствование физических качеств у 80 % детей;
3. Формирование у детей осознанного отношения к своему здоровью у 100 % воспитанников.
4. Снижение уровня заболеваемости детей на 7-10 %.
5. Выработаны привычки правильной осанки;

Предполагаемый результат:

- развитие выносливости «мышечного корсета»;
- коррекция мышц голеностопного сустава.

Литература

1. Гаврючина Л.В «Здоровьесберегающие технологии в ДОУ», «Сфера», 2008г;
2. Красикова И.С. Осанка: Воспитание правильной осанки. Лечение нарушений осанки. -СПб.: КОРОНА принт, 2001.
3. Красикова И.С. Плоскостопие у детей. - СПб.: "Учитель и ученик", 2002.
4. Козырева О.В. «Лечебная физкультура для дошкольников» М – Просвещение, 2005г.
5. Кочетова Л.В «Оздоровление детей в условиях детского сада», «Сфера», 2008
6. Кудрявцев В.Т., Егоров Б.Б. Развивающая педагогика оздоровления (дошкольный возраст): Программно-методическое пособие. - М.: ЛИНКА - ПРЕСС, 2000.
7. Мартынова О.В. Профилактика плоскостопия // Ребенок в детском саду

Месяц	Задачи	Содержание деятельности
Сентябрь	<ul style="list-style-type: none"> - Провести беседу: «Что такое здоровье?» - Проверить осанку у гимнастической стенки. - Совершенствовать выполнение дыхательных упражнений. - Закреплять правильность выполнения упражнений для глаз - Укреплять мышцы стоп и ног. 	<p>1 неделя. Проверка осанки у гимнастической стенки. Разные виды корригирующей ходьбы ОРУ с элементами ЛФК без предметов. Упражнения для коррекции свода стопы Коррекционное упражнение «Поиграем платочками»</p> <p>2 неделя. Проверка осанки. Разные виды корригирующей ходьбы. ОРУ с элементами ЛФК без предметов. Упражнения динамического характера по круговому методу: ребристая доска, туннель, гимнастическая скамейка, обручи, дуга. Упражнения для глаз. Коррекционное упражнение «Корзинка»</p> <p>3 неделя. Проверка осанки у гимнастической стенки, шаг вперёд сохранить осанку. ОРУ с элементами ЛФК без предметов. Различные виды корригирующей ходьбы. Упражнения для коррекции свода стопы Коррекционное упражнение «Поиграем платочками»</p> <p>4 неделя. Проверка осанки у гимнастической стенки, шаг вперёд сохранить осанку. Различные виды корригирующей ходьбы. ОРУ с элементами ЛФК без предметов Упражнения для коррекции свода стопы Коррекционное упражнение «Корзиночка»</p>
Октябрь	<ul style="list-style-type: none"> -Провести беседу о правильной осанке -Проверить осанку в различных И.П. при выполнении упражнений. -Совершенствовать навык правильной осанки в положении лёжа при различных движениях рук и ног. Укрепление мышц спины и 	<p>1 неделя. Проверка осанки. Разные виды ходьбы ОРУ с элементами ЛФК с гимнастическими палками. Корригирующая ходьба: по канату, наклонной лестнице, тренажеру. Коррекционное упражнение «Качалочка»</p> <p>2 неделя. Проверка осанки у гимнастической стенки Корригирующая ходьба. ОРУ с элементами ЛФК - с гимнастическими палками.</p> <p>3 неделя.</p>

	<p>брюшного пресса. Формирование стереотипа правильной походки</p>	<p>Проверка осанки на месте и в движении Разные виды корригирующей ходьбы. ОРУ с элементами ЛФК - с мячами. Ходьба: по верёвке прямо, боком приставным шагом. Комплекс дыхательных упражнений. Коррекционное упражнение «Кач-кач» 4 неделя. Проверка осанки с проговариванием Различные виды корригирующей ходьбы. ОРУ с элементами ЛФК с мячами. Ходьба по наклонной лестнице. Коррекционное упражнение «Кошечка»</p>
<p>Ноябрь</p>	<p>Проверка осанки в различных исходных положениях. Формирование стереотипа правильной осанки и походки. - Укрепление мышц брюшного пресса и спины. - Закрепить приёмы массажа стоп. - Обучение правильной походке в сочетании с дыханием</p>	<p>1 неделя Проверка осанки с проговариванием Различные виды корригирующей ходьбы. ОРУ с элементами ЛФК - с гимнастической палкой. Корригирующая ходьба: - по канату приставными шагами - по канату «ёлочкой» Лазание по гимнастической стенке с переходом на другой пролёт. Лечебная гимнастика для глаз Коррекционное упражнение «Ножницы» 2 неделя. Проверка осанки. Коррекционная ходьба. ОРУ с элементами ЛФК - с гимнастической палкой. Упражнения на дыхание. Коррекционное упражнение «Жучок на спине» 3 неделя. Проверка осанки с проговариванием. Корригирующая ходьба на внешней стороне стопы. ОРУ с элементами ЛФК – без предметов. Ходьба по верёвке прямо. Упражнения на тренажёрах для стоп. Коррекционное упражнение «Кошечка» 4 неделя. Проверка осанки у гимнастической стенки. Корригирующая ходьба. ОРУ с элементами ЛФК – без предметов.</p>

		<p>Комплекс упражнений на дыхание. Массаж точечный для профилактики ОРЗ Коррекционное упражнение: «Поиграем с платочком»</p>
Декабрь	<p>- Продолжать обучать правильной ходьбе в сочетании с дыханием. - Обучение правильному выполнению упражнений с гимнастическими палками и мячами. - Укрепление мышц спины и брюшного пресса.</p>	<p>1 неделя. Проверка осанки. Различные виды корригирующей ходьбы. ОРУ с Элементами ЛФК – с гимнастическими палками. Упражнения для брюшного пресса из И.П. – лёжа. Корригирующие упражнения для стоп сидя на скамейке. Коррекционное упражнение «Рыбка»</p> <p>2 неделя. Проверка осанки у гимнастической стенки. Различные виды корригирующей ходьбы. ОРУ с элементами ЛФК - с гимнастическими палками. Упражнения для коррекции. плоскостопия с предметами. Коррекционное упражнение: «Кач-кач»</p> <p>3 неделя. Проверка осанки. Различные корригирующей ходьбы. ОРУ с элементами ЛФК – с мячами. Корригирующая ходьба по наклонной доске. Коррекционное упражнение «Рыбка»</p> <p>4 неделя. Проверка осанки. Различные виды корригирующей ходьбы. ОРУ с элементами ЛФК – с мячами. Ходьба по искусственной тропе здоровья. Силовые упражнения, для мышц спины и брюшного пресса Коррекционное упражнение: «Жучок на спине»</p>
Январь	<p>- Развитие координации движений, формирование правильной осанки. - Совершенствование правильному выполнению упражнений с мячами. - Укрепление мышечного корсета и мышц ног.</p>	<p>1 неделя. Проверка осанки. Корригирующая ходьба. ОРУ с элементами ЛФК без предметов Коррекционное упражнение «Ножницы»</p> <p>2 неделя Проверка осанки. Корригирующая ходьба. ОРУ с элементами ЛФК без предметов. Упражнения для профилактики плоскостопия. Коррекционное упражнение «Колобок»</p> <p>3 неделя.</p>

		<p>Проверка осанки. Корректирующая ходьба. ОРУ с элементами ЛФК – с гимнастической палкой. Упражнения для коррекции плоскостопия с предметами. Коррекционное упражнение: «Кач-кач» 4 неделя. Проверка осанки. Различные виды корректирующей ходьбы. ОРУ с элементами ЛФК – с гимнастической палкой. Ходьба с правильной осанкой с мешочком на голове. Комплекс дыхательных упражнений. Коррекционное упражнение «Корзинка»</p>
<p>Февраль</p>	<p>Воспитание сознательного и активного отношения к важности правильного положения тела. Укрепление мышечного корсета. Укрепление мышц стоп Разучивание комплекса упражнений с обручем.</p>	<p>1 неделя Проверка осанки. Различные виды корректирующей ходьбы. ОРУ с обручем. Ходьба по канату боком приставными шагами. Лазание по гимнастической стенке. Упражнения для глаз. Коррекционное упражнение «Лодочка» 2 неделя. Проверка осанки у гимнастической стенки. Различные виды корректирующей ходьбы. ОРУ с обручем. Ходьба с правильной осанкой по канату, наклонной поверхности. Коррекционное упражнение «Корзинка» 3 неделя. Проверка осанки. Различные виды корректирующей ходьбы. ОРУ без предметов. Ходьба с правильной осанкой и мешочком на голове Ходьба по массажным коврикам. Комплекс дыхательных упражнений. Коррекционное упражнение «Кошечка» 4 неделя. Проверка осанки. Различные виды корректирующей ходьбы. ОРУ без предметов Ходьба с правильной осанкой по наклонной поверхности. Упражнения для коррекции и профилактики плоскостопия. Упражнения для глаз Коррекционное упражнение «Рыбка»</p>

<p>Март</p>	<p>Совершенствование координации движений. Развитие гибкости и подвижности позвоночника Закрепление упражнений с мячами и гимнастической палкой. - Укрепление мышц спины и брюшного пресса - Совершенствование навыка правильной походки .</p>	<p>1 неделя. Проверка осанки у гимнастической стенки. Различные виды корригирующей ходьбы. ОРУ с мячами. Лазанье по гимнастической стенке с переходом на другой пролет. Коррекционное упражнение «Колобок»</p> <p>2 неделя. Проверка осанки у гимнастической стенки. Различные виды корригирующей ходьбы. ОРУ с мячами Упражнения на дыхание. Коррекционное упражнение: «Поиграем с платочком»</p> <p>3 неделя. Проверка осанки у гимнастической стенки. Различные виды корригирующей ходьбы. ОРУ без предметов. Упражнения для глаз. Коррекционное упражнение «Лодочка»</p> <p>4 неделя. Проверка осанки у гимнастической стенки. Различные виды корригирующей ходьбы. ОРУ без предметов Ходьба с правильной осанкой с мешочком на голове. Упражнения для профилактики плоскостопия стоя, сидя. Массаж стоп, мячами массажёрами. Коррекционное упражнение «Кошечка»</p>
<p>Апрель</p>	<p>Укрепление мышц нижних конечностей при помощи специальных корригирующих упражнений Разучивание комплекса упражнений с набивными мячами. Совершенствовать навык лазания по гимнастической стенке</p>	<p>1 неделя. Проверка осанки у гимнастической стенки. Различные виды корригирующей ходьбы. ОРУ с элементами ЛФК с набивными мячами. Упражнения для профилактики и коррекции плоскостопия в разных и.п. Коррекционное упражнение «Самолёты»</p> <p>2 неделя. Проверка осанки у гимнастической стенки. Различные виды корригирующей ходьбы. ОРУ с элементами ЛФК с набивными мячами. Комплекс дыхательных упражнений. Лазание по гимнастической стенке с переходом на другой пролёт Коррекционное упражнение «Рыбка»</p>

		<p>3 неделя. Проверка осанки. Различные виды корригирующей ходьбы. ОРУ без предметов Ходьба по наклонной леснице. Лазание по гимнастической стенке с переходом на другой пролёт Упражнения для глаз Массаж стоп на массажерах</p> <p>4 неделя Проверка осанки. Различные виды корригирующей ходьбы. Бег змейкой. ОРУ без предметов Коррекционное упражнение: «Ножницы» Лазание по гимнастической стенке с переходом на другой пролёт Упражнения для глаз Массаж стоп на массажерах</p>
<p>Май</p>	<p>Продолжать формировать навык правильной осанки Укрепление мышц верхнего плечевого пояса и спины. Упражнять в ходьбе по наклонной доске, лазанье по гимнастической стенке Совершенствовать выполнение упражнений с мячами и гимнастической палкой.</p>	<p>1 неделя. Проверка осанки у гимнастической стенки. Различные виды корригирующей ходьбы. ОРУ с гимнастической палкой. Ходьба по наклонной доске. Массаж стоп массажными мячами Коррекционное упражнение «Рыбка»</p> <p>2 неделя Проверка осанки. Различные виды корригирующей ходьбы. ОРУ с мячами. Упражнения динамического характера по круговому методу: -ходьба по ребристым доскам -ходьба по канату - ходьба по тренажерам Коррекционное упражнение «Самолёты»</p> <p>3 неделя. Проверка осанки. Различные виды корригирующей ходьбы. ОРУ с мячами. Ходьба с правильной осанкой с мешочком на голове Упражнения для глаз Коррекционное упражнение «Кошечка»</p> <p>4 неделя. Проверка осанки у гимнастической стенки. Различные виды корригирующей</p>

		<p> ходьбы. ОРУ с мячами. Ходьба с правильной осанкой по лестнице. Упражнения дыхательные. Упражнения на профилактику плоскостопия сидя на скамейке, на коврик. Коррекционное упражнение «Корзинка» </p>
--	--	----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

Индивидуальный образовательный маршрут инструктора по физкультуре и лечебной гимнастике Ивакиной Екатерины Николаевны для ребенка старшей группы по профилактике плоскостопия. В ходе диагностики, выяснилось, что ребенок испытывает значительные трудности в сохранении правильной осанки, которые могут привести к серьезным заболеваниям позвоночника и внутренним органам, ухудшению кровоснабжения головного мозга и, как следствие, к плоскостопию.

Для коррекции имеющихся у ребенка трудностей в развитии предлагается данный индивидуальный образовательный маршрут по профилактике плоскостопия.

Маршрут рассчитан на 35 недель: с сентября по май. Занятие проводится два раза в неделю. Длительность занятия 30 минут.

Индивидуальный образовательный маршрут 2018--2019 уч. год

Фамилия, имя ребёнка Дима Б.

Возраст 6 лет

Характеристика нарушений развития плоскостопие

Месяц	Основные направления работы	Содержание работы	Результат
сентябрь	1. Диагностика физического развития; 2. Совершенствование выполнения дыхательных упражнений; 3. Укрепление мышц стоп и ног и опорно-двигательного аппарата.	Беседа о здоровье. <input type="checkbox"/> Упражнения для коррекции свода стопы <input type="checkbox"/> Комплекс дыхательных упражнений. <input type="checkbox"/> Массаж ног резиновыми мячиками. <input type="checkbox"/> Коррекционное упражнение «Поиграем платочком»	Контроль за положением головы, вертикальным, симметричным положением туловища с опорой на полную ступню (у гимнастической стенке) Стоять, сохраняя равновесие. Опора на полную ступню.
октябрь	1. Укрепление мышц стопы и голеностопного сустава 2. Развитие внимания 3. Укрепление мышц спины и брюшного пресса.	<input type="checkbox"/> Упражнения на укрепление мышц стопы и голеностопного сустава <input type="checkbox"/> Игровое упражнение «Подними платок» <input type="checkbox"/> Упражнения на тренажёрах.	1. Перенос тяжести тела с ноги на ногу. 3. Поочередно стоять на одной ноге. 4. Поочередное выставление правой и левой ступни на нижнюю планку гимнастической стенки с постепенным подъемом на следующую планку. 5. Сохранение равновесия у гимнастической стенки с открытыми и закрытыми глазами поочередно.
ноябрь	1. Развитие выносливости, ловкости 2. Формирование навыков правильной осанки во время выполнения комплексов ОРУ	<input type="checkbox"/> Ходьба с правильной осанкой и постановкой стопы в разных направлениях. <input type="checkbox"/> ОРУ с элементами ЛФК	1. Ходьба по ребристой доске. 2. Ходьба по массажной дорожке. 3. Ходьба с препятствиями, перешагивая через палочки.

декабрь	1. Формирование навыков правильной ходьбы 2. Укрепление мышц стоп	<input type="checkbox"/> Комплексы для коррекции плоскостопия <input type="checkbox"/> Укрепление «мышечного корсета».	1. Ходьба по прямой с мешочком на голове, сохраняя правильное положение тела. 2. Ходьба по следочкам (на коврик). 3. Ходьба по ребристой поверхности.
январь	1. Закрепление выполнения коррекционных упражнений для профилактики осанки 2. Упражнение в профилактике плоскостопия	<input type="checkbox"/> Коррекционные упражнения для профилактики и коррекции осанки <input type="checkbox"/> Коррекционные упражнения для профилактики плоскостопия.	1. Шаговые движения по канату, наклонной лестнице. Наклонной доске. 2. Отработка движений в ходьбе на носках, на пятках, перекатом с пятки на носок. 3. Самостоятельная ходьба с минимальной страховкой.
Февраль	1. Укрепление мышц голеностопного сустава. 2. Укрепление «мышечного корсета».	<input type="checkbox"/> Корректирующие упражнения при плоскостопии <input type="checkbox"/> Корректирующие упражнения на наклонной доске, наклонной лестнице, канате.	1. Степень выраженности положительного эффекта лечебной гимнастики в ДОУ 2. Мотивации к становлению движений, наличия функциональных или органических контрактур в суставах конечностей (особенно голеностопных),
март	1. Формирование умения двигаться в заданном направлении с правильной осанкой 2. Упражнение в различных видах ходьбы, ползании, лазании.	<input type="checkbox"/> Упражнения для коррекции нарушений осанки в ходьбе <input type="checkbox"/> Упражнения в профилактике плоскостопия по наклонной доске и пособиям.	Оценка эффективности производится по объективным и субъективным критериям: клиническим признакам улучшения здоровья (улучшение настроения, самочувствия, повышение эмоционального тонуса); происходит нормализация осанки, коррекция движений; увеличение показателей роста стоя и сидя; увеличение объема движений в конечностях (гониометрия); увеличение мышечной силы (динамометрия); появление и развитие ранее отсутствующих

			движений; приобретение новых навыков самообслуживания.
апрель	<p>1. Развитие подвижности позвоночника</p> <p>2. Укрепление мышц голеностопного сустава.</p>	<p><input type="checkbox"/> Упражнения на гимнастической палке</p> <p><input type="checkbox"/> Комплексы упражнений для коррекции плоскостопия.</p>	<p>1. Внедрение в практику заданий, которые позволяют достичь положительных результатов в коррекционной работе.</p> <p>2. Внедрение комплексного подхода оздоровления дошкольников.</p>
май	<p>1. Итоговая диагностика физического развития детей.</p> <p>2. Формирование навыков правильной осанки во время выполнения комплексов ОРУ.</p> <p>3. Закрепление выполнение комплекса дыхательных упражнений.</p>	<p><input type="checkbox"/> Комплекс коррекционных упражнений при плоскостопии;</p> <p><input type="checkbox"/> Комплекс дыхательных упражнений;</p> <p><input type="checkbox"/> Релаксационные упражнения.</p>	<p>1. Полученные ребенком знания и представления о себе, своем здоровье и физической культуре позволят найти способы укрепления и сохранения здоровья.</p> <p>2. Данная программа позволит сформировать умения детей произвольно управлять телом.</p>

Индивидуальный образовательный маршрут 2018-2019 уч. год

Фамилия, имя ребёнка Кирилл К.

Возраст 6 лет

Характеристика нарушений развития плоскостопие

Месяц	Основные направления работы	Содержание работы	Результат
сентябрь	1. Диагностика физического развития; 2. Совершенствование выполнения дыхательных упражнений; 3. Укрепление мышц стоп и ног и опорно-двигательного аппарата.	Беседа о здоровье. <input type="checkbox"/> Упражнения для коррекции свода стопы <input type="checkbox"/> Комплекс дыхательных упражнений. <input type="checkbox"/> Массаж ног резиновыми мячиками. <input type="checkbox"/> Коррекционное упражнение «Поиграем платочком»	Контроль за положением головы, вертикальным, симметричным положением туловища с опорой на полную ступню (у гимнастической стенке) Стоять, сохраняя равновесие. Опора на полную ступню.
октябрь	1. Укрепление мышц стопы и голеностопного сустава 2. Развитие внимания 3. Укрепление мышц спины и брюшного пресса.	<input type="checkbox"/> Упражнения на укрепление мышц стопы и голеностопного сустава <input type="checkbox"/> Игровое упражнение «Подними платок» <input type="checkbox"/> Упражнения на тренажёрах.	1. Перенос тяжести тела с ноги на ногу. 3. Поочередно стоять на одной ноге. 4. Поочередное выставление правой и левой ступни на нижнюю планку гимнастической стенки с постепенным подъемом на следующую планку. 5. Сохранение равновесия у гимнастической стенки с открытыми и закрытыми глазами поочередно.
ноябрь	1. Развитие выносливости, ловкости 2. Формирование навыков правильной осанки во время выполнения комплексов ОРУ	<input type="checkbox"/> Ходьба с правильной осанкой и постановкой стопы в разных направлениях. <input type="checkbox"/> ОРУ с элементами ЛФК	1. Ходьба по ребристой доске. 2. Ходьба по массажной дорожке. 3. Ходьба с препятствиями, перешагивая через палочки.
декабрь	1. Формирование навыков правильной ходьбы 2. Укрепление мышц стоп	<input type="checkbox"/> Комплексы для коррекции плоскостопия <input type="checkbox"/> Укрепление «мышечного	1. Ходьба по прямой с мешочком на голове, сохраняя правильное положение тела.

		корсета».	2. Ходьба по следочкам (на коврик). 3. Ходьба по ребристой поверхности.
январь	1. Закрепление выполнения коррекционных упражнений для профилактики осанки 2. Упражнение в профилактике плоскостопия	<input type="checkbox"/> Коррекционные упражнения для профилактики и коррекции осанки <input type="checkbox"/> Коррекционные упражнения для профилактики плоскостопия.	1. Шаговые движения по канату, наклонной лестнице. Наклонной доске. 2. Отработка движений в ходьбе на носках, на пятках, перекатом с пятки на носок. 3. Самостоятельная ходьба с минимальной страховкой.
Февраль	1. Укрепление мышц голеностопного сустава. 2. Укрепление «мышечного корсета».	<input type="checkbox"/> Корректирующие упражнения при плоскостопии <input type="checkbox"/> Корректирующие упражнения на наклонной доске, наклонной лестнице, канате.	1. Степень выраженности положительного эффекта лечебной гимнастики в ДОУ 2. Мотивации к становлению движений, наличия функциональных или органических контрактур в суставах конечностей (особенно голеностопных),
март	1. Формирование умения двигаться в заданном направлении с правильной осанкой 2. Упражнение в различных видах ходьбы, ползании, лазании.	<input type="checkbox"/> Упражнения для коррекции нарушений осанки в ходьбе <input type="checkbox"/> Упражнения в профилактике плоскостопия по наклонной доске и пособиям.	Оценка эффективности производится по объективным и субъективным критериям: клиническим признакам улучшения здоровья (улучшение настроения, самочувствия, повышение эмоционального тонуса); происходит нормализация осанки, коррекция движений; увеличение показателей роста стоя и сидя; увеличение объема движений в конечностях (гониометрия); увеличение мышечной силы (динамометрия); появление и развитие ранее отсутствующих движений; приобретение новых навыков самообслуживания.

апрель	<p>1. Развитие подвижности позвоночника 2. Укрепление мышц голеностопного сустава.</p>	<p><input type="checkbox"/> Упражнения на гимнастической палке <input type="checkbox"/> Комплексы упражнений для коррекции плоскостопия.</p>	<p>1. Внедрение в практику заданий, которые позволяют достичь положительных результатов в коррекционной работе. 2. Внедрение комплексного подхода оздоровления дошкольников.</p>
май	<p>1. Итоговая диагностика физического развития детей. 2. Формирование навыков правильной осанки во время выполнения комплексов ОРУ. 3. Закрепление выполнения комплекса дыхательных упражнений.</p>	<p><input type="checkbox"/> Комплекс коррекционных упражнений при плоскостопии; <input type="checkbox"/> Комплекс дыхательных упражнений; <input type="checkbox"/> Релаксационные упражнения.</p>	<p>1. Полученные ребенком знания и представления о себе, своем здоровье и физической культуре позволят найти способы укрепления и сохранения здоровья. 2. Данная программа позволит сформировать умения детей произвольно управлять телом.</p>

Индивидуальный образовательный маршрут 2019-2020 уч. год

Фамилия, имя ребёнка Артём Г.

Возраст 6 лет

Характеристика нарушений развития плоскостопие

Месяц	Основные направления работы	Содержание работы	Результат
сентябрь	1. Диагностика физического развития; 2. Совершенствование выполнения дыхательных упражнений; 3. Укрепление мышц стоп и ног и опорно-двигательного аппарата.	Беседа о здоровье. <input type="checkbox"/> Упражнения для коррекции свода стопы <input type="checkbox"/> Комплекс дыхательных упражнений. <input type="checkbox"/> Массаж ног резиновыми мячиками. <input type="checkbox"/> Коррекционное упражнение «Поиграем платочком»	Контроль за положением головы, вертикальным, симметричным положением туловища с опорой на полную ступню (у гимнастической стенке) Стоять, сохраняя равновесие. Опора на полную ступню.
октябрь	1. Укрепление мышц стопы и голеностопного сустава 2. Развитие внимания 3. Укрепление мышц спины и брюшного пресса.	<input type="checkbox"/> Упражнения на укрепление мышц стопы и голеностопного сустава <input type="checkbox"/> Игровое упражнение «Подними платок» <input type="checkbox"/> Упражнения на тренажёрах.	1. Перенос тяжести тела с ноги на ногу. 3. Поочередно стоять на одной ноге. 4. Поочередное выставление правой и левой ступни на нижнюю планку гимнастической стенки с постепенным подъемом на следующую планку. 5. Сохранение равновесия у гимнастической стенки с открытыми и закрытыми глазами поочередно.
ноябрь	1. Развитие выносливости, ловкости 2. Формирование навыков правильной осанки во время выполнения комплексов ОРУ	<input type="checkbox"/> Ходьба с правильной осанкой и постановкой стопы в разных направлениях. <input type="checkbox"/> ОРУ с элементами ЛФК	1. Ходьба по ребристой доске. 2. Ходьба по массажной дорожке. 3. Ходьба с препятствиями, перешагивая через палочки.
декабрь	1. Формирование навыков правильной ходьбы 2. Укрепление мышц стоп	<input type="checkbox"/> Комплексы для коррекции плоскостопия <input type="checkbox"/> Укрепление «мышечного	1. Ходьба по прямой с мешочком на голове, сохраняя правильное положение тела.

		корсета».	2. Ходьба по следочкам (на коврик). 3. Ходьба по ребристой поверхности.
январь	1. Закрепление выполнения коррекционных упражнений для профилактики осанки 2. Упражнение в профилактике плоскостопия	<input type="checkbox"/> Коррекционные упражнения для профилактики и коррекции осанки <input type="checkbox"/> Коррекционные упражнения для профилактики плоскостопия.	1. Шаговые движения по канату, наклонной лестнице. Наклонной доске. 2. Отработка движений в ходьбе на носках, на пятках, перекатом с пятки на носок. 3. Самостоятельная ходьба с минимальной страховкой.
Февраль	1. Укрепление мышц голеностопного сустава. 2. Укрепление «мышечного корсета».	<input type="checkbox"/> Корректирующие упражнения при плоскостопии <input type="checkbox"/> Корректирующие упражнения на наклонной доске, наклонной лестнице, канате.	1. Степень выраженности положительного эффекта лечебной гимнастики в ДОУ 2. Мотивации к становлению движений, наличия функциональных или органических контрактур в суставах конечностей (особенно голеностопных),
март	1. Формирование умения двигаться в заданном направлении с правильной осанкой 2. Упражнение в различных видах ходьбы, ползании, лазании.	<input type="checkbox"/> Упражнения для коррекции нарушений осанки в ходьбе <input type="checkbox"/> Упражнения в профилактике плоскостопия по наклонной доске и пособиям.	Оценка эффективности производится по объективным и субъективным критериям: клиническим признакам улучшения здоровья (улучшение настроения, самочувствия, повышение эмоционального тонуса); происходит нормализация осанки, коррекция движений; увеличение показателей роста стоя и сидя; увеличение объема движений в конечностях (гониометрия); увеличение мышечной силы (динамометрия); появление и развитие ранее отсутствующих движений; приобретение новых навыков самообслуживания.

апрель	<p>1. Развитие подвижности позвоночника 2. Укрепление мышц голеностопного сустава.</p>	<p><input type="checkbox"/> Упражнения на гимнастической палке <input type="checkbox"/> Комплексы упражнений для коррекции плоскостопия.</p>	<p>1. Внедрение в практику заданий, которые позволяют достичь положительных результатов в коррекционной работе. 2. Внедрение комплексного подхода оздоровления дошкольников.</p>
май	<p>1. Итоговая диагностика физического развития детей. 2. Формирование навыков правильной осанки во время выполнения комплексов ОРУ. 3. Закрепление выполнения комплекса дыхательных упражнений.</p>	<p><input type="checkbox"/> Комплекс коррекционных упражнений при плоскостопии; <input type="checkbox"/> Комплекс дыхательных упражнений; <input type="checkbox"/> Релаксационные упражнения.</p>	<p>1. Полученные ребенком знания и представления о себе, своем здоровье и физической культуре позволят найти способы укрепления и сохранения здоровья. 2. Данная программа позволит сформировать умения детей произвольно управлять телом.</p>

Индивидуальный образовательный маршрут 2019-2020 уч. год

Фамилия, имя ребёнка Ярослав К.

Возраст 6 лет

Характеристика нарушений развития плоскостопие

Месяц	Основные направления работы	Содержание работы	Результат
сентябрь	1. Диагностика физического развития; 2. Совершенствование выполнения дыхательных упражнений; 3. Укрепление мышц стоп и ног и опорно-двигательного аппарата.	Беседа о здоровье. <input type="checkbox"/> Упражнения для коррекции свода стопы <input type="checkbox"/> Комплекс дыхательных упражнений. <input type="checkbox"/> Массаж ног резиновыми мячиками. <input type="checkbox"/> Коррекционное упражнение «Поиграем платочком»	Контроль за положением головы, вертикальным, симметричным положением туловища с опорой на полную ступню (у гимнастической стенке) Стоять, сохраняя равновесие. Опора на полную ступню.
октябрь	1. Укрепление мышц стопы и голеностопного сустава 2. Развитие внимания 3. Укрепление мышц спины и брюшного пресса.	<input type="checkbox"/> Упражнения на укрепление мышц стопы и голеностопного сустава <input type="checkbox"/> Игровое упражнение «Подними платок» <input type="checkbox"/> Упражнения на тренажёрах.	1. Перенос тяжести тела с ноги на ногу. 3. Поочередно стоять на одной ноге. 4. Поочередное выставление правой и левой ступни на нижнюю планку гимнастической стенки с постепенным подъемом на следующую планку. 5. Сохранение равновесия у гимнастической стенки с открытыми и закрытыми глазами поочередно.
ноябрь	1. Развитие выносливости, ловкости 2. Формирование навыков правильной осанки во время выполнения комплексов ОРУ	<input type="checkbox"/> Ходьба с правильной осанкой и постановкой стопы в разных направлениях. <input type="checkbox"/> ОРУ с элементами ЛФК	1. Ходьба по ребристой доске. 2. Ходьба по массажной дорожке. 3. Ходьба с препятствиями, перешагивая через палочки.
декабрь	1. Формирование навыков правильной ходьбы 2. Укрепление мышц стоп	<input type="checkbox"/> Комплексы для коррекции плоскостопия <input type="checkbox"/> Укрепление «мышечного	1. Ходьба по прямой с мешочком на голове, сохраняя правильное положение тела.

		корсета».	2. Ходьба по следочкам (на коврик). 3. Ходьба по ребристой поверхности.
январь	1. Закрепление выполнения коррекционных упражнений для профилактики осанки 2. Упражнение в профилактике плоскостопия	<input type="checkbox"/> Коррекционные упражнения для профилактики и коррекции осанки <input type="checkbox"/> Коррекционные упражнения для профилактики плоскостопия.	1. Шаговые движения по канату, наклонной лестнице. Наклонной доске. 2. Отработка движений в ходьбе на носках, на пятках, перекатом с пятки на носок. 3. Самостоятельная ходьба с минимальной страховкой.
Февраль	1. Укрепление мышц голеностопного сустава. 2. Укрепление «мышечного корсета».	<input type="checkbox"/> Корректирующие упражнения при плоскостопии <input type="checkbox"/> Корректирующие упражнения на наклонной доске, наклонной лестнице, канате.	1. Степень выраженности положительного эффекта лечебной гимнастики в ДОУ 2. Мотивации к становлению движений, наличия функциональных или органических контрактур в суставах конечностей (особенно голеностопных),
март	1. Формирование умения двигаться в заданном направлении с правильной осанкой 2. Упражнение в различных видах ходьбы, ползании, лазании.	<input type="checkbox"/> Упражнения для коррекции нарушений осанки в ходьбе <input type="checkbox"/> Упражнения в профилактике плоскостопия по наклонной доске и пособиям.	Оценка эффективности производится по объективным и субъективным критериям: клиническим признакам улучшения здоровья (улучшение настроения, самочувствия, повышение эмоционального тонуса); происходит нормализация осанки, коррекция движений; увеличение показателей роста стоя и сидя; увеличение объема движений в конечностях (гониометрия); увеличение мышечной силы (динамометрия); появление и развитие ранее отсутствующих движений; приобретение новых навыков самообслуживания.

<p>апрель</p>	<p>1. Развитие подвижности позвоночника 2. Укрепление мышц голеностопного сустава.</p>	<p><input type="checkbox"/> Упражнения на гимнастической палке <input type="checkbox"/> Комплексы упражнений для коррекции плоскостопия.</p>	<p>13. 1. Внедрение в практику заданий, которые позволяют достичь положительных результатов в коррекционной работе. 2. Внедрение комплексного подхода оздоровления дошкольников.</p>
<p>май</p>	<p>1. Итоговая диагностика физического развития детей. 2. Формирование навыков правильной осанки во время выполнения комплексов ОРУ. 3. Закрепление выполнение комплекса дыхательных упражнений.</p>	<p><input type="checkbox"/> Комплекс коррекционных упражнений при плоскостопии; <input type="checkbox"/> Комплекс дыхательных упражнений; <input type="checkbox"/> Релаксационные упражнения.</p>	<p>1. Полученные ребенком знания и представления о себе, своем здоровье и физической культуре позволят найти способы укрепления и сохранения здоровья. 2. Данная программа позволит сформировать умения детей произвольно управлять телом.</p>

Индивидуальный образовательный маршрут 2020-2021 уч. год

Фамилия, имя ребёнка Никита П.

Возраст 6 лет

Характеристика нарушений развития плоскостопие

Месяц	Основные направления работы	Содержание работы	Результат
сентябрь	1. Диагностика физического развития; 2. Совершенствование выполнения дыхательных упражнений; 3. Укрепление мышц стоп и ног и опорно-двигательного аппарата.	Беседа о здоровье. <input type="checkbox"/> Упражнения для коррекции свода стопы <input type="checkbox"/> Комплекс дыхательных упражнений. <input type="checkbox"/> Массаж ног резиновыми мячиками. <input type="checkbox"/> Коррекционное упражнение «Поиграем платочком»	Контроль за положением головы, вертикальным, симметричным положением туловища с опорой на полную ступню (у гимнастической стенке) Стоять, сохраняя равновесие. Опора на полную ступню.
октябрь	1. Укрепление мышц стопы и голеностопного сустава 2. Развитие внимания 3. Укрепление мышц спины и брюшного пресса.	<input type="checkbox"/> Упражнения на укрепление мышц стопы и голеностопного сустава <input type="checkbox"/> Игровое упражнение «Подними платок» <input type="checkbox"/> Упражнения на тренажёрах.	1. Перенос тяжести тела с ноги на ногу. 3. Поочередно стоять на одной ноге. 4. Поочередное выставление правой и левой ступни на нижнюю планку гимнастической стенки с постепенным подъемом на следующую планку. 5. Сохранение равновесия у гимнастической стенки с открытыми и закрытыми глазами поочередно.
ноябрь	1. Развитие выносливости, ловкости 2. Формирование навыков правильной осанки во время выполнения комплексов ОРУ	<input type="checkbox"/> Ходьба с правильной осанкой и постановкой стопы в разных направлениях. <input type="checkbox"/> ОРУ с элементами ЛФК	1. Ходьба по ребристой доске. 2. Ходьба по массажной дорожке. 3. Ходьба с препятствиями, перешагивая через палочки.
декабрь	1. Формирование навыков правильной ходьбы 2. Укрепление мышц стоп	<input type="checkbox"/> Комплексы для коррекции плоскостопия <input type="checkbox"/> Укрепление «мышечного	1. Ходьба по прямой с мешочком на голове, сохраняя правильное положение тела.

		корсета».	2. Ходьба по следочкам (на коврик). 3. Ходьба по ребристой поверхности.
январь	1. Закрепление выполнения коррекционных упражнений для профилактики осанки 2. Упражнение в профилактике плоскостопия	<input type="checkbox"/> Коррекционные упражнения для профилактики и коррекции осанки <input type="checkbox"/> Коррекционные упражнения для профилактики плоскостопия.	1. Шаговые движения по канату, наклонной лестнице. Наклонной доске. 2. Отработка движений в ходьбе на носках, на пятках, перекатом с пятки на носок. 3. Самостоятельная ходьба с минимальной страховкой.
Февраль	1. Укрепление мышц голеностопного сустава. 2. Укрепление «мышечного корсета».	<input type="checkbox"/> Корректирующие упражнения при плоскостопии <input type="checkbox"/> Корректирующие упражнения на наклонной доске, наклонной лестнице, канате.	1. Степень выраженности положительного эффекта лечебной гимнастики в ДОУ 2. Мотивации к становлению движений, наличия функциональных или органических контрактур в суставах конечностей (особенно голеностопных),
март	1. Формирование умения двигаться в заданном направлении с правильной осанкой 2. Упражнение в различных видах ходьбы, ползании, лазании.	<input type="checkbox"/> Упражнения для коррекции нарушений осанки в ходьбе <input type="checkbox"/> Упражнения в профилактике плоскостопия по наклонной доске и пособиям.	Оценка эффективности производится по объективным и субъективным критериям: клиническим признакам улучшения здоровья (улучшение настроения, самочувствия, повышение эмоционального тонуса); происходит нормализация осанки, коррекция движений; увеличение показателей роста стоя и сидя; увеличение объема движений в конечностях (гониометрия); увеличение мышечной силы (динамометрия); появление и развитие ранее отсутствующих движений; приобретение новых навыков самообслуживания.

<p>апрель</p>	<p>1. Развитие подвижности позвоночника 2. Укрепление мышц голеностопного сустава.</p>	<p><input type="checkbox"/> Упражнения на гимнастической палке <input type="checkbox"/> Комплексы упражнений для коррекции плоскостопия.</p>	<p>1. 1. Внедрение в практику заданий, которые позволяют достичь положительных результатов в коррекционной работе. 2. Внедрение комплексного подхода оздоровления дошкольников.</p>
<p>май</p>	<p>1. Итоговая диагностика физического развития детей. 2. Формирование навыков правильной осанки во время выполнения комплексов ОРУ. 3. Закрепление выполнение комплекса дыхательных упражнений.</p>	<p><input type="checkbox"/> Комплекс коррекционных упражнений при плоскостопии; <input type="checkbox"/> Комплекс дыхательных упражнений; <input type="checkbox"/> Релаксационные упражнения.</p>	<p>1. Полученные ребенком знания и представления о себе, своем здоровье и физической культуре позволят найти способы укрепления и сохранения здоровья. 2. Данная программа позволит сформировать умения детей произвольно управлять телом.</p>

Индивидуальный образовательный маршрут 2020-2021 уч. год

Фамилия, имя ребёнка Дарина К.

Возраст 6 лет

Характеристика нарушений развития плоскостопие

Месяц	Основные направления работы	Содержание работы	Результат
сентябрь	1. Диагностика физического развития; 2. Совершенствование выполнения дыхательных упражнений; 3. Укрепление мышц стоп и ног и опорно-двигательного аппарата.	Беседа о здоровье. <input type="checkbox"/> Упражнения для коррекции свода стопы <input type="checkbox"/> Комплекс дыхательных упражнений. <input type="checkbox"/> Массаж ног резиновыми мячиками. <input type="checkbox"/> Коррекционное упражнение «Поиграем платочком»	Контроль за положением головы, вертикальным, симметричным положением туловища с опорой на полную ступню (у гимнастической стенке) Стоять, сохраняя равновесие. Опора на полную ступню.
октябрь	1. Укрепление мышц стопы и голеностопного сустава 2. Развитие внимания 3. Укрепление мышц спины и брюшного пресса.	<input type="checkbox"/> Упражнения на укрепление мышц стопы и голеностопного сустава <input type="checkbox"/> Игровое упражнение «Подними платок» <input type="checkbox"/> Упражнения на тренажёрах.	1. Перенос тяжести тела с ноги на ногу. 3. Поочередно стоять на одной ноге. 4. Поочередное выставление правой и левой ступни на нижнюю планку гимнастической стенки с постепенным подъемом на следующую планку. 5. Сохранение равновесия у гимнастической стенки с открытыми и закрытыми глазами поочередно.
ноябрь	1. Развитие выносливости, ловкости 2. Формирование навыков правильной осанки во время выполнения комплексов ОРУ	<input type="checkbox"/> Ходьба с правильной осанкой и постановкой стопы в разных направлениях. <input type="checkbox"/> ОРУ с элементами ЛФК	1. Ходьба по ребристой доске. 2. Ходьба по массажной дорожке. 3. Ходьба с препятствиями, перешагивая через палочки.
декабрь	1. Формирование навыков правильной ходьбы 2. Укрепление мышц стоп	<input type="checkbox"/> Комплексы для коррекции плоскостопия <input type="checkbox"/> Укрепление «мышечного	1. Ходьба по прямой с мешочком на голове, сохраняя правильное положение тела.

		корсета».	2. Ходьба по следочкам (на коврик). 3. Ходьба по ребристой поверхности.
январь	1. Закрепление выполнения коррекционных упражнений для профилактики осанки 2. Упражнение в профилактике плоскостопия	<input type="checkbox"/> Коррекционные упражнения для профилактики и коррекции осанки <input type="checkbox"/> Коррекционные упражнения для профилактики плоскостопия.	1. Шаговые движения по канату, наклонной лестнице. Наклонной доске. 2. Отработка движений в ходьбе на носках, на пятках, перекатом с пятки на носок. 3. Самостоятельная ходьба с минимальной страховкой.
Февраль	1. Укрепление мышц голеностопного сустава. 2. Укрепление «мышечного корсета».	<input type="checkbox"/> Корректирующие упражнения при плоскостопии <input type="checkbox"/> Корректирующие упражнения на наклонной доске, наклонной лестнице, канате.	1. Степень выраженности положительного эффекта лечебной гимнастики в ДОУ 2. Мотивации к становлению движений, наличия функциональных или органических контрактур в суставах конечностей (особенно голеностопных),
март	1. Формирование умения двигаться в заданном направлении с правильной осанкой 2. Упражнение в различных видах ходьбы, ползании, лазании.	<input type="checkbox"/> Упражнения для коррекции нарушений осанки в ходьбе <input type="checkbox"/> Упражнения в профилактике плоскостопия по наклонной доске и пособиям.	Оценка эффективности производится по объективным и субъективным критериям: клиническим признакам улучшения здоровья (улучшение настроения, самочувствия, повышение эмоционального тонуса); происходит нормализация осанки, коррекция движений; увеличение показателей роста стоя и сидя; увеличение объема движений в конечностях (гониометрия); увеличение мышечной силы (динамометрия); появление и развитие ранее отсутствующих движений; приобретение новых навыков самообслуживания.

апрель	<p>1. Развитие подвижности позвоночника 2. Укрепление мышц голеностопного сустава.</p>	<p><input type="checkbox"/> Упражнения на гимнастической палке <input type="checkbox"/> Комплексы упражнений для коррекции плоскостопия.</p>	<p>1. 1. Внедрение в практику заданий, которые позволяют достичь положительных результатов в коррекционной работе. 2. Внедрение комплексного подхода оздоровления дошкольников.</p>
май	<p>1. Итоговая диагностика физического развития детей. 2. Формирование навыков правильной осанки во время выполнения комплексов ОРУ. 3. Закрепление выполнение комплекса дыхательных упражнений.</p>	<p><input type="checkbox"/> Комплекс коррекционных упражнений при плоскостопии; <input type="checkbox"/> Комплекс дыхательных упражнений; <input type="checkbox"/> Релаксационные упражнения.</p>	<p>1. Полученные ребенком знания и представления о себе, своем здоровье и физической культуре позволят найти способы укрепления и сохранения здоровья. 2. Данная программа позволит сформировать умения детей произвольно управлять телом.</p>

Индивидуальный образовательный маршрут 2021-2022 уч. год

Фамилия, имя ребёнка Александр К.

Возраст 6 лет

Характеристика нарушений развития плоскостопие

Месяц	Основные направления работы	Содержание работы	Результат
сентябрь	1. Диагностика физического развития; 2. Совершенствование выполнения дыхательных упражнений; 3. Укрепление мышц стоп и ног и опорно-двигательного аппарата.	Беседа о здоровье. <input type="checkbox"/> Упражнения для коррекции свода стопы <input type="checkbox"/> Комплекс дыхательных упражнений. <input type="checkbox"/> Массаж ног резиновыми мячиками. <input type="checkbox"/> Коррекционное упражнение «Поиграем платочком»	Контроль за положением головы, вертикальным, симметричным положением туловища с опорой на полную ступню (у гимнастической стенке) Стоять, сохраняя равновесие. Опора на полную ступню.
октябрь	1. Укрепление мышц стопы и голеностопного сустава 2. Развитие внимания 3. Укрепление мышц спины и брюшного пресса.	<input type="checkbox"/> Упражнения на укрепление мышц стопы и голеностопного сустава <input type="checkbox"/> Игровое упражнение «Подними платок» <input type="checkbox"/> Упражнения на тренажёрах.	1. Перенос тяжести тела с ноги на ногу. 3. Поочередно стоять на одной ноге. 4. Поочередное выставление правой и левой ступни на нижнюю планку гимнастической стенки с постепенным подъемом на следующую планку. 5. Сохранение равновесия у гимнастической стенки с открытыми и закрытыми глазами поочередно.
ноябрь	1. Развитие выносливости, ловкости 2. Формирование навыков правильной осанки во время выполнения комплексов ОРУ	<input type="checkbox"/> Ходьба с правильной осанкой и постановкой стопы в разных направлениях. <input type="checkbox"/> ОРУ с элементами ЛФК	1. Ходьба по ребристой доске. 2. Ходьба по массажной дорожке. 3. Ходьба с препятствиями, перешагивая через палочки.
декабрь	1. Формирование навыков правильной ходьбы 2. Укрепление мышц стоп	<input type="checkbox"/> Комплексы для коррекции плоскостопия <input type="checkbox"/> Укрепление «мышечного	1. Ходьба по прямой с мешочком на голове, сохраняя правильное положение тела.

		корсета».	2. Ходьба по следочкам (на коврик). 3. Ходьба по ребристой поверхности.
январь	1. Закрепление выполнения коррекционных упражнений для профилактики осанки 2. Упражнение в профилактике плоскостопия	<input type="checkbox"/> Коррекционные упражнения для профилактики и коррекции осанки <input type="checkbox"/> Коррекционные упражнения для профилактики плоскостопия.	1. Шаговые движения по канату, наклонной лестнице. Наклонной доске. 2. Отработка движений в ходьбе на носках, на пятках, перекатом с пятки на носок. 3. Самостоятельная ходьба с минимальной страховкой.
Февраль	1. Укрепление мышц голеностопного сустава. 2. Укрепление «мышечного корсета».	<input type="checkbox"/> Корректирующие упражнения при плоскостопии <input type="checkbox"/> Корректирующие упражнения на наклонной доске, наклонной лестнице, канате.	1. Степень выраженности положительного эффекта лечебной гимнастики в ДОУ 2. Мотивации к становлению движений, наличия функциональных или органических контрактур в суставах конечностей (особенно голеностопных),
март	1. Формирование умения двигаться в заданном направлении с правильной осанкой 2. Упражнение в различных видах ходьбы, ползании, лазании.	<input type="checkbox"/> Упражнения для коррекции нарушений осанки в ходьбе <input type="checkbox"/> Упражнения в профилактике плоскостопия по наклонной доске и пособиям.	Оценка эффективности производится по объективным и субъективным критериям: клиническим признакам улучшения здоровья (улучшение настроения, самочувствия, повышение эмоционального тонуса); происходит нормализация осанки, коррекция движений; увеличение показателей роста стоя и сидя; увеличение объема движений в конечностях (гониометрия); увеличение мышечной силы (динамометрия); появление и развитие ранее отсутствующих движений; приобретение новых навыков самообслуживания.

апрель	<p>1. Развитие подвижности позвоночника 2. Укрепление мышц голеностопного сустава.</p>	<p><input type="checkbox"/> Упражнения на гимнастической палке <input type="checkbox"/> Комплексы упражнений для коррекции плоскостопия.</p>	<p>1. 1. Внедрение в практику заданий, которые позволяют достичь положительных результатов в коррекционной работе. 2. Внедрение комплексного подхода оздоровления дошкольников.</p>
май	<p>1. Итоговая диагностика физического развития детей. 2. Формирование навыков правильной осанки во время выполнения комплексов ОРУ. 3. Закрепление выполнение комплекса дыхательных упражнений.</p>	<p><input type="checkbox"/> Комплекс коррекционных упражнений при плоскостопии; <input type="checkbox"/> Комплекс дыхательных упражнений; <input type="checkbox"/> Релаксационные упражнения.</p>	<p>1. Полученные ребенком знания и представления о себе, своем здоровье и физической культуре позволят найти способы укрепления и сохранения здоровья. 2. Данная программа позволит сформировать умения детей произвольно управлять телом.</p>

Индивидуальный образовательный маршрут 2021-2022 уч. год

Фамилия, имя ребёнка Тимур Ю.

Возраст 6 лет

Характеристика нарушений развития плоскостопие

Месяц	Основные направления работы	Содержание работы	Результат
сентябрь	1. Диагностика физического развития; 2. Совершенствование выполнения дыхательных упражнений; 3. Укрепление мышц стоп и ног и опорно-двигательного аппарата.	Беседа о здоровье. <input type="checkbox"/> Упражнения для коррекции свода стопы <input type="checkbox"/> Комплекс дыхательных упражнений. <input type="checkbox"/> Массаж ног резиновыми мячиками. <input type="checkbox"/> Коррекционное упражнение «Поиграем платочком»	Контроль за положением головы, вертикальным, симметричным положением туловища с опорой на полную ступню (у гимнастической стенке) Стоять, сохраняя равновесие. Опора на полную ступню.
октябрь	1. Укрепление мышц стопы и голеностопного сустава 2. Развитие внимания 3. Укрепление мышц спины и брюшного пресса.	<input type="checkbox"/> Упражнения на укрепление мышц стопы и голеностопного сустава <input type="checkbox"/> Игровое упражнение «Подними платок» <input type="checkbox"/> Упражнения на тренажёрах.	1. Перенос тяжести тела с ноги на ногу. 3. Поочередно стоять на одной ноге. 4. Поочередное выставление правой и левой ступни на нижнюю планку гимнастической стенки с постепенным подъемом на следующую планку.

			5. Сохранение равновесия у гимнастической стенки с открытыми и закрытыми глазами поочередно.
ноябрь	1. Развитие выносливости, ловкости 2. Формирование навыков правильной осанки во время выполнения комплексов ОРУ	<input type="checkbox"/> Ходьба с правильной осанкой и постановкой стопы в разных направлениях. <input type="checkbox"/> ОРУ с элементами ЛФК	1. Ходьба по ребристой доске. 2. Ходьба по массажной дорожке. 3. Ходьба с препятствиями, перешагивая через палочки.
декабрь	1. Формирование навыков правильной ходьбы 2. Укрепление мышц стоп	<input type="checkbox"/> Комплексы для коррекции плоскостопия <input type="checkbox"/> Укрепление «мышечного корсета».	1. Ходьба по прямой с мешочком на голове, сохраняя правильное положение тела. 2. Ходьба по следочкам (на коврик). 3. Ходьба по ребристой поверхности.
январь	1. Закрепление выполнения коррекционных упражнений для профилактики осанки 2. Упражнение в профилактике плоскостопия	<input type="checkbox"/> Коррекционные упражнения для профилактики и коррекции осанки <input type="checkbox"/> Коррекционные упражнения для профилактики плоскостопия.	1. Шаговые движения по канату, наклонной лестнице. Наклонной доске. 2. Отработка движений в ходьбе на носках, на пятках, перекатом с пятки на носок. 3. Самостоятельная ходьба с минимальной страховкой.
Февраль	1. Укрепление мышц голеностопного сустава. 2. Укрепление «мышечного корсета».	<input type="checkbox"/> Корректирующие упражнения при плоскостопии <input type="checkbox"/> Корректирующие упражнения на наклонной доске, наклонной лестнице, канате.	1. Степень выраженности положительного эффекта лечебной гимнастики в ДОУ 2. Мотивации к становлению движений, наличия функциональных или органических контрактур в суставах конечностей (особенно голеностопных),

март	<p>1. Формирование умения двигаться в заданном направлении с правильной осанкой</p> <p>2. Упражнение в различных видах ходьбы, ползании, лазании.</p>	<p><input type="checkbox"/> Упражнения для коррекции нарушений осанки в ходьбе</p> <p><input type="checkbox"/> Упражнения в профилактике плоскостопия по наклонной доске и пособиям.</p>	<p>Оценка эффективности производится по объективным и субъективным критериям: клиническим признакам улучшения здоровья (улучшение настроения, самочувствия, повышение эмоционального тонуса); происходит нормализация осанки, коррекция движений; увеличение показателей роста стоя и сидя; увеличение объема движений в конечностях (гониометрия); увеличение мышечной силы (динамометрия); появление и развитие ранее отсутствующих движений; приобретение новых навыков самообслуживания.</p>
апрель	<p>1. Развитие подвижности позвоночника</p> <p>2. Укрепление мышц голеностопного сустава.</p>	<p><input type="checkbox"/> Упражнения на гимнастической палке</p> <p><input type="checkbox"/> Комплексы упражнений для коррекции плоскостопия.</p>	<p>5. 1. Внедрение в практику заданий, которые позволяют достичь положительных результатов в коррекционной работе.</p> <p>2. Внедрение комплексного подхода оздоровления дошкольников.</p>
май	<p>1. Итоговая диагностика физического развития детей.</p> <p>2. Формирование навыков правильной осанки во время выполнения комплексов ОРУ.</p> <p>3. Закрепление выполнение комплекса дыхательных упражнений.</p>	<p><input type="checkbox"/> Комплекс коррекционных упражнений при плоскостопии;</p> <p><input type="checkbox"/> Комплекс дыхательных упражнений;</p> <p><input type="checkbox"/> Релаксационные упражнения.</p>	<p>1. Полученные ребенком знания и представления о себе, своем здоровье и физической культуре позволят найти способы укрепления и сохранения здоровья.</p> <p>2. Данная программа позволит сформировать умения детей произвольно управлять телом.</p>

Индивидуальный образовательный маршрут 2022-2023 уч. год

Фамилия, имя ребёнка Иван Б.

Возраст 6 лет

Характеристика нарушений развития плоскостопие

Месяц	Основные направления работы	Содержание работы	Результат
сентябрь	1. Диагностика физического развития; 2. Совершенствование выполнения дыхательных упражнений; 3. Укрепление мышц стоп и ног и опорно-двигательного аппарата.	Беседа о здоровье. <input type="checkbox"/> Упражнения для коррекции свода стопы <input type="checkbox"/> Комплекс дыхательных упражнений. <input type="checkbox"/> Массаж ног резиновыми мячиками. <input type="checkbox"/> Коррекционное упражнение «Поиграем платочком»	Контроль за положением головы, вертикальным, симметричным положением туловища с опорой на полную ступню (у гимнастической стенке) Стоять, сохраняя равновесие. Опора на полную ступню.
октябрь	1. Укрепление мышц стопы и голеностопного сустава 2. Развитие внимания 3. Укрепление мышц спины и брюшного пресса.	<input type="checkbox"/> Упражнения на укрепление мышц стопы и голеностопного сустава <input type="checkbox"/> Игровое упражнение «Подними платок» <input type="checkbox"/> Упражнения на тренажёрах.	1. Перенос тяжести тела с ноги на ногу. 3. Поочередно стоять на одной ноге. 4. Поочередное выставление правой и левой ступни на нижнюю планку гимнастической стенки с постепенным подъемом на следующую планку. 5. Сохранение равновесия у гимнастической стенки с открытыми и закрытыми глазами поочередно.
ноябрь	1. Развитие выносливости, ловкости 2. Формирование навыков правильной осанки во время выполнения комплексов ОРУ	<input type="checkbox"/> Ходьба с правильной осанкой и постановкой стопы в разных направлениях. <input type="checkbox"/> ОРУ с элементами ЛФК	1. Ходьба по ребристой доске. 2. Ходьба по массажной дорожке. 3. Ходьба с препятствиями, перешагивая через палочки.
декабрь	1. Формирование навыков правильной ходьбы 2. Укрепление мышц стоп	<input type="checkbox"/> Комплексы для коррекции плоскостопия <input type="checkbox"/> Укрепление «мышечного	1. Ходьба по прямой с мешочком на голове, сохраняя правильное положение тела.

		корсета».	2. Ходьба по следочкам (на коврик). 3. Ходьба по ребристой поверхности.
январь	1. Закрепление выполнения коррекционных упражнений для профилактики осанки 2. Упражнение в профилактике плоскостопия	<input type="checkbox"/> Коррекционные упражнения для профилактики и коррекции осанки <input type="checkbox"/> Коррекционные упражнения для профилактики плоскостопия.	1. Шаговые движения по канату, наклонной лестнице. Наклонной доске. 2. Отработка движений в ходьбе на носках, на пятках, перекатом с пятки на носок. 3. Самостоятельная ходьба с минимальной страховкой.
Февраль	1. Укрепление мышц голеностопного сустава. 2. Укрепление «мышечного корсета».	<input type="checkbox"/> Корректирующие упражнения при плоскостопии <input type="checkbox"/> Корректирующие упражнения на наклонной доске, наклонной лестнице, канате.	1. Степень выраженности положительного эффекта лечебной гимнастики в ДОУ 2. Мотивации к становлению движений, наличия функциональных или органических контрактур в суставах конечностей (особенно голеностопных),
март	1. Формирование умения двигаться в заданном направлении с правильной осанкой 2. Упражнение в различных видах ходьбы, ползании, лазании.	<input type="checkbox"/> Упражнения для коррекции нарушений осанки в ходьбе <input type="checkbox"/> Упражнения в профилактике плоскостопия по наклонной доске и пособиям.	Оценка эффективности производится по объективным и субъективным критериям: клиническим признакам улучшения здоровья (улучшение настроения, самочувствия, повышение эмоционального тонуса); происходит нормализация осанки, коррекция движений; увеличение показателей роста стоя и сидя; увеличение объема движений в конечностях (гониометрия); увеличение мышечной силы (динамометрия); появление и развитие ранее отсутствующих движений; приобретение новых навыков самообслуживания.

апрель	<p>1. Развитие подвижности позвоночника 2. Укрепление мышц голеностопного сустава.</p>	<p><input type="checkbox"/> Упражнения на гимнастической палке <input type="checkbox"/> Комплексы упражнений для коррекции плоскостопия.</p>	<p>1. 1. Внедрение в практику заданий, которые позволяют достичь положительных результатов в коррекционной работе. 2. Внедрение комплексного подхода оздоровления дошкольников.</p>
май	<p>1. Итоговая диагностика физического развития детей. 2. Формирование навыков правильной осанки во время выполнения комплексов ОРУ. 3. Закрепление выполнение комплекса дыхательных упражнений.</p>	<p><input type="checkbox"/> Комплекс коррекционных упражнений при плоскостопии; <input type="checkbox"/> Комплекс дыхательных упражнений; <input type="checkbox"/> Релаксационные упражнения.</p>	<p>1. Полученные ребенком знания и представления о себе, своем здоровье и физической культуре позволят найти способы укрепления и сохранения здоровья. 2. Данная программа позволит сформировать умения детей произвольно управлять телом.</p>

Индивидуальный образовательный маршрут 2022-2023 уч. год

Фамилия, имя ребёнка Ксюша Ч.

Возраст 6 лет

Характеристика нарушений развития плоскостопие

Месяц	Основные направления работы	Содержание работы	Результат
сентябрь	1. Диагностика физического развития; 2. Совершенствование выполнения дыхательных упражнений; 3. Укрепление мышц стоп и ног и опорно-двигательного аппарата.	Беседа о здоровье. <input type="checkbox"/> Упражнения для коррекции свода стопы <input type="checkbox"/> Комплекс дыхательных упражнений. <input type="checkbox"/> Массаж ног резиновыми мячиками. <input type="checkbox"/> Коррекционное упражнение «Поиграем платочком»	Контроль за положением головы, вертикальным, симметричным положением туловища с опорой на полную ступню (у гимнастической стенке) Стоять, сохраняя равновесие. Опора на полную ступню.
октябрь	1. Укрепление мышц стопы и голеностопного сустава 2. Развитие внимания 3. Укрепление мышц спины и брюшного пресса.	<input type="checkbox"/> Упражнения на укрепление мышц стопы и голеностопного сустава <input type="checkbox"/> Игровое упражнение «Подними платок» <input type="checkbox"/> Упражнения на тренажёрах.	1. Перенос тяжести тела с ноги на ногу. 3. Поочередно стоять на одной ноге. 4. Поочередное выставление правой и левой ступни на нижнюю планку гимнастической стенки с постепенным подъемом на следующую планку. 5. Сохранение равновесия у гимнастической стенки с открытыми и закрытыми глазами поочередно.
ноябрь	1. Развитие выносливости, ловкости 2. Формирование навыков правильной осанки во время выполнения комплексов ОРУ	<input type="checkbox"/> Ходьба с правильной осанкой и постановкой стопы в разных направлениях. <input type="checkbox"/> ОРУ с элементами ЛФК	1. Ходьба по ребристой доске. 2. Ходьба по массажной дорожке. 3. Ходьба с препятствиями, перешагивая через палочки.
декабрь	1. Формирование навыков правильной ходьбы 2. Укрепление мышц стоп	<input type="checkbox"/> Комплексы для коррекции плоскостопия <input type="checkbox"/> Укрепление «мышечного	1. Ходьба по прямой с мешочком на голове, сохраняя правильное положение тела.

		корсета».	2. Ходьба по следочкам (на коврик). 3. Ходьба по ребристой поверхности.
январь	1. Закрепление выполнения коррекционных упражнений для профилактики осанки 2. Упражнение в профилактике плоскостопия	<input type="checkbox"/> Коррекционные упражнения для профилактики и коррекции осанки <input type="checkbox"/> Коррекционные упражнения для профилактики плоскостопия.	1. Шаговые движения по канату, наклонной лестнице. Наклонной доске. 2. Отработка движений в ходьбе на носках, на пятках, перекатом с пятки на носок. 3. Самостоятельная ходьба с минимальной страховкой.
Февраль	1. Укрепление мышц голеностопного сустава. 2. Укрепление «мышечного корсета».	<input type="checkbox"/> Корректирующие упражнения при плоскостопии <input type="checkbox"/> Корректирующие упражнения на наклонной доске, наклонной лестнице, канате.	1. Степень выраженности положительного эффекта лечебной гимнастики в ДОУ 2. Мотивации к становлению движений, наличия функциональных или органических контрактур в суставах конечностей (особенно голеностопных),
март	1. Формирование умения двигаться в заданном направлении с правильной осанкой 2. Упражнение в различных видах ходьбы, ползании, лазании.	<input type="checkbox"/> Упражнения для коррекции нарушений осанки в ходьбе <input type="checkbox"/> Упражнения в профилактике плоскостопия по наклонной доске и пособиям.	Оценка эффективности производится по объективным и субъективным критериям: клиническим признакам улучшения здоровья (улучшение настроения, самочувствия, повышение эмоционального тонуса); происходит нормализация осанки, коррекция движений; увеличение показателей роста стоя и сидя; увеличение объема движений в конечностях (гониометрия); увеличение мышечной силы (динамометрия); появление и развитие ранее отсутствующих движений; приобретение новых навыков самообслуживания.

апрель	<p>1. Развитие подвижности позвоночника</p> <p>2. Укрепление мышц голеностопного сустава.</p>	<p><input type="checkbox"/> Упражнения на гимнастической палке</p> <p><input type="checkbox"/> Комплексы упражнений для коррекции плоскостопия.</p>	<p>1. Внедрение в практику заданий, которые позволяют достичь положительных результатов в коррекционной работе.</p> <p>2. Внедрение комплексного подхода оздоровления дошкольников.</p>
май	<p>1. Итоговая диагностика физического развития детей.</p> <p>2. Формирование навыков правильной осанки во время выполнения комплексов ОРУ.</p> <p>3. Закрепление выполнение комплекса дыхательных упражнений.</p>	<p><input type="checkbox"/> Комплекс коррекционных упражнений при плоскостопии;</p> <p><input type="checkbox"/> Комплекс дыхательных упражнений;</p> <p><input type="checkbox"/> Релаксационные упражнения.</p>	<p>1. Полученные ребенком знания и представления о себе, своем здоровье и физической культуре позволят найти способы укрепления и сохранения здоровья.</p> <p>2. Данная программа позволит сформировать умения детей произвольно управлять телом.</p>

Работа по коррекции плоскостопия проводилась в период с сентября 2021 г. по май 2022 года. В этот период разработана индивидуальная образовательная программа по коррекции нарушений ребенка. Созданы условия, подобраны и систематизированы упражнения по укреплению мышечного корсета.

У воспитанника сформирована потребность в ежедневной двигательной активности и способности ее регулировать. Посредством коррекционных упражнений укрепился свод стопы ребенка.

Достигнутые результаты убедили меня в том, что формирование правильной осанки возможно при проведении воспитательно - оздоровительной работы с в комплексе, при условии строго научного подхода к ее планированию и проведению. Кроме того, профилактическая работа нашла свое отражение в поведении ребенка. А... старается следить за постановкой стоп, своей осанкой во время занятий и игр. Конечно, за короткий срок трудно исправить дефект, для этого необходима постоянная и длительная работа, направленная на коррекцию. Поэтому я буду продолжать профилактическую и коррекционную деятельность и оформлю методические рекомендации родителям и воспитателям.