

## **Аннотация к дополнительной общеразвивающей программе оздоровительной направленности «Топтыжка»**

Проблема профилактики и коррекции функциональных отклонений со стороны опорно-двигательного аппарата у детей приобрела особую актуальность. Это обусловлено, прежде всего, негативной тенденцией увеличения числа дошкольников, имеющих те или иные нарушения осанки и деформации стоп.

Всё чаще в детском саду стали встречаться дети с плоскостопием, а значит и вялой осанкой, так как эти заболевания взаимосвязаны. Плоскостопие чаще всего встречается среди ослабленных детей с пониженным физическим развитием и слабым мышечно-связочным аппаратом. Нередко нагрузка при ходьбе, беге, прыжках для сводов стоп таких детей оказывается чрезмерной.

В период дошкольного и младшего школьного возраста стопа находится в стадии интенсивного развития, её формирование ещё не завершено, поэтому в этот возрастной период организм отличается большой пластичностью, в связи с чем, можно сравнительно легко приостановить развитие плоскостопия или исправить его путём укрепления мышц и связок стоп. Успешная профилактика и коррекция плоскостопия возможны на основе комплексного использования всех средств физического воспитания: гигиенических факторов (гигиена обуви и правильный её подбор в соответствии с назначением), физических упражнений (специальные комплексы упражнений, направленные на укрепление мышц стопы и голени и формирование сводов стопы).

МБДОУ детский сад № 59 города Белово комбинированной направленности, поэтому одним из приоритетных направлений в работе кружка «Топтыжка» стало осуществление комплексной оздоровительной работы с детьми, имеющими нарушения речевого развития.

**Цель программы:** развитие общей и мелкой моторики, формирование правильной осанки и профилактика плоскостопия у детей дошкольного возраста в процессе оздоровительной работы.

**Задачи:**

1. Развивать общую и мелкую моторику.
2. Формировать навыки произвольного расслабления, снятие мышечного напряжения.
3. Способствовать формированию мышечно-двигательных навыков правильной осанки, увеличению подвижности суставов, эластичности мышц и связок, предупреждению плоскостопия.
4. Закреплять и совершенствовать навыки основных видов движений.
5. Воспитывать устойчивый интерес к процессу выполнения физических упражнений, целеустремлённости, настойчивости.