

Мастер-класс для родителей и детей младшего дошкольного возраста по профилактике плоскостопия (фотоотчет)

(группы "Пчелки" и "Ромашка")

Путешествие по тропинкам здоровья

Где – то далеко – далеко существует волшебная тропинка, пройдя по которой люди никогда не будут болеть. А называется она «Тропинка Здоровья»!

Так, родители вместе с детьми, отправились в увлекательное путешествие на остров с необычным названием: "Здоровая стопа". Все вместе произнеся заветные слова: "Я здоровье сберегу, сам себе я помогу" и поехали по станциям.



Первая станция: «Танцевальная»

Под музыкальное сопровождение наши ножки немножко потанцевали.



Вторая станция: "Массажная"

Здесь каждый ребенок сам с помощью предметов (массажного мячика, гантели) массировал и разогревал свою стопу для дальнейшего выполнения упражнений.



Третья станция: "Укрепляющая"

На этой станции родители выполняли разнообразные задания: вначале собирали пальцами ног платочки в корзинку.



А затем дети помогали родителям пальцами ног, собрать мелкие предметы в обруч (карандаши, маленькие мячики, игрушки).



Четвертая станция: "Художников"

- Раскрась стопу. Дети должны были закрасить рисунок ногой.



А родители им в этом помогали.



Рисование при помощи ног способствует гармонизации работы обоих полушарий мозга.



В заключительной части мастер - класса родителям были вручены не только рисунки детей, а также буклеты: "Профилактика плоскостопия", из которых они узнают, как предупредить плоскостопие и какие упражнения можно выполнять дома.

Фото на память.



Ваше здоровье – в ваших ногах!