

## **Консультация для родителей.**

### **Воспитатели: Остапенко Т.В. Попова Е.В.**

#### **Профилактика плоскостопия у дошкольников**

Плоскостопие – это деформация (расплющивание, опускание) свода стопы. Активное формирование функции опорно-двигательного аппарата ребенка происходит до шести лет. После этого плоскостопие у детей вылечить намного сложнее. Именно по этой причине необходимо проводить профилактику плоскостопия у дошкольников. Данное заболевание всё чаще встречается у детей дошкольного возраста. Стопа является опорой, фундаментом всего организма. Поэтому изменение её формы влияет не только на функцию стопы, но и изменяет положение позвоночника. Деформация стоп, скорее всего, приведёт к нарушению осанки детей. Это отрицательно скажется на общем состоянии ребёнка и может привести к различным тяжёлым заболеваниям.

Активное формирование функции опорно-двигательного аппарата ребенка происходит до шести лет. После этого плоскостопие у детей вылечить намного сложнее. Именно по этой причине необходимо проводить профилактику плоскостопия у дошкольников. Начиная с того момента, когда ребёнок начинает вставать на ножки, необходимо укреплять мышечно-связочный аппарат голени и стопы, воспитывать навык правильной ходьбы (не разводя носков). Поэтому необходимо знакомить родителей и педагогов с методами профилактики плоскостопия. Включить игры и упражнения для профилактики плоскостопия в план оздоровительной работы ДОУ.

Объяснять родителям (памятки в группы раннего возраста, консультации и беседы, информация на стендах групп и сайте ДОУ) и педагогам значение проведения работы по профилактике плоскостопия. Все упражнения и игры проводятся без обуви. В своей группе мы проводим эту работу в игровой форме, что очень нравится детям. Предлагаем нашим родителям проводить ту работу с детьми дома.

