

**Zdravý chrbát v MŠ**

V posledných rokoch sa stále zhoršuje situácia s vývinovými poruchami chrbtice o detí. Je to spôsobené nedostatočným pohybom, častým používaním počítačov, tabletov a sedením detí. Túto situáciu sa snažíme riešiť zapojením sa do projektu „Zdravý chrbát v MŠ“. V uplynulom období sa učiteľky zúčastnili odborných školení. V tomto školskom roku majú možnosť zavádzať svoje vedomosti do praktickej práce s deťmi. V priebehu hier a činností detí, či v priebehu ranného cvičenia budeme zakomponovávať do cvičení také prvky, ktoré priamo pozitívne ovplyvnia správny vývin chrbtice u detí. Deti budú mať možnosť cvičiť na fitloptách, so špeciálnou gumou, ale aj s inými certifikovanými pomôckami. Pod odborným vedením našich učiteliek sa budeme snažiť eliminovať nesprávne návyky pri držaní tela.