

Современные представления о профилактике и коррекции функциональных нарушений опорно-двигательного аппарата детей старшего дошкольного возраста в процессе физического воспитания

Кашуба В.А., Бондарь Е.М.

Национальный университет физического воспитания и спорта Украины

Аннотации:

Разработана технология коррекции нарушений осанки у детей старшего дошкольного возраста с учетом пространственной организации их тела. Показаны возможности применения технологии в системе физического воспитания дошкольников и в лечебной физической культуре. Предложена технологическая схема организации занятий коррекционно-профилактического макроцикла. В схеме выделены втягивающий, корригирующий и поддерживающе-оздоровительный этапы.

Кашуба В.О., Бондар О.М. Сучасні уявлення про профілактику та корекцію функціональних порушень опорно-рухового апарату у дітей старшого дошкільного віку у процесі фізичного виховання. Розроблено технологію корекції порушень постави у дітей старшого дошкільного віку з урахуванням просторової організації їхнього тіла. Показано можливості застосування технології в системі фізичного виховання дошкільників і в лікувальній фізичній культурі. Запропоновано технологічну схему організації занять корекційно-профілактичного макроциклу. У схемі виділені три етапи: перший, що втягує; другий – корригуючий і третій – підтримуючий оздоровчий.

Kashuba V.A., Bondar E.M. Modern knowledge about prevention and correction of functional disorders of the supporting-motor apparatus of the senior preschool age children in the process of physical education. Technology of correction of violations of carriage is developed for the children of senior preschool age taking into account spatial organization of their body. Possibilities of application of technology are outlined in the system of physical education of child preschool age and in a medical physical culture. The flow-sheet of organization of employments is offered correction-prophylactic macrocycle. Pulling in is selected in a chart, correcting and supporting sanitary the stages.

Ключевые слова:

нарушения, опора, движение, дети, физическое воспитание.

порушення, опора, рух, діти, фізичне виховання.

violations, support, motion, children, physical education.

Введение.

Дошкольный возраст является важным этапом становления личности ребенка, формирования двигательных навыков, развития физических качеств, обеспечения условий нормального биологического развития. Данный возрастной период отличается, с одной стороны, интенсивным ростом и развитием детского организма, а с другой – низкой сопротивляемостью к неблагоприятным воздействиям внешней среды [1, 5].

Анализ состояния здоровья детей 5-6 лет, то есть старшего дошкольного возраста, за последние годы не дает оснований для оптимизма. Данные исследований [4, 5] свидетельствуют о том, что заболеваемость детей, посещающих дошкольные учреждения, продолжает оставаться высокой и имеет тенденцию к увеличению.

Тесная связь между состоянием опорно-двигательного аппарата (ОДА) и здоровьем человека доказана многочисленными исследованиями [2, 6], где отмечается, что отсутствие отклонений в состоянии ОДА является неременным условием нормального функционирования органов и систем, развития организма в целом, повышения работоспособности детей и укрепления их здоровья. Для сохранения нормальной осанки человека в процессе онтогенеза решающее значение имеют не размеры и сила мышц, а, в большей степени, адекватное соотношение мышечного тонуса, которое обеспечивает функциональную целесообразность строения человеческого тела [3, 5].

Теория и методика физического воспитания за последнее время обогатилась большим количеством научных данных, посвященных вопросу профилактики и коррекции нарушений осанки у детей старшего до-

школьного возраста.

Дифференцированный подход к диагностике и коррекции различных признаков нарушений осанки обоснован в работе Т.А. Гутерман [1]; Г.И. Нарский [4] на основе использования модульного подхода предложена технология профилактики и коррекции отклонений ОДА у детей дошкольного и младшего школьного возраста; с целью коррекции нарушений осанки и плоскостопия А.А. Потапчук [6] предлагает использовать как физические упражнения, так и гигиенические факторы, важная роль при этом отводится режиму дня и статодинамическому режиму; Е.В. Чичигиной [7] предлагается использование в занятии кроме комплексов корригирующей гимнастики и общеразвивающих упражнений медитации во вводной части занятия, игр разной подвижности, пальчиковый игротренинг, гимнастику для глаз.

Несмотря на значительное количество научно-методических разработок, в специальной литературе отсутствуют данные об особенностях организации оздоровительных мероприятий для детей старшего дошкольного возраста с нарушениями осанки с учетом показателей пространственной организации их тела, которые собственно и являются внешним видимым фактором той или иной осанки.

Данные положения объясняют актуальность поиска новых путей и неиспользованных резервов в организации и содержании занятий по физической культуре в дошкольных учреждениях детей старшего дошкольного возраста с нарушениями осанки с учетом показателей пространственной организации их тела.

Работа выполнена по плану НИР Национального университета физического воспитания и спорта Украины.

Цель, задачи работы, материал и методы.

Целью работы является обоснование и разработка технологии коррекции нарушений осанки у детей старшего дошкольного возраста с учетом пространственной организации их тела.

Для решения поставленной цели использовались следующие *методы исследования*: теоретический анализ и обобщение данных специальной научно-методической литературы.

Результаты исследования.

В настоящее время в Украине особенно актуальной становится проблема ухудшения состояния здоровья подрастающего поколения, и одна из ряда причин этого – наличие большого количества отклонений в состоянии ОДА, являющихся первопричиной многих болезней. Данные констатирующего эксперимента подтверждают данный факт.

В связи с этим возникает острая необходимость разработки технологии коррекционно-профилактических мероприятий для детей с функциональными нарушениями ОДА.

Большое количество выявленных нами функциональных нарушений ОДА детей дошкольного возраста обуславливает необходимость максимально раннего использования комплекса профилактических и коррекционных мероприятий в процессе физического воспитания. Вышесказанное обуславливает необходимость организации работы коррекционно-профилактической направленности непосредственно в дошкольном образовательном учреждении (ДОУ), где ребенок находится практически ежедневно и где, следовательно, имеется возможность обеспечить своевременность и регулярность воздействий.

Всесторонний анализ специальной научно-методической литературы свидетельствует о том, что в настоящее время система корригирующих мероприятий детей в условиях ДОУ не сформирована: отмечается разобщенность деятельности медицинского и педагогического персонала, наблюдается явно недостаточная осведомленность педагогов и родителей в вопросах организации коррекционно-профилактических мероприятий на основе учета показателей биогеометрического профиля осанки. Требуется дальнейшей разработки подходы обучения детей с позиций развивающей предметно-двигательной среды.

При создании технологии нами учитывалась необходимость тесной связи воспитательно-образовательного и воспитательно-оздоровительного направлений.

Воспитательно-образовательная работа направлена на формирование потребности в здоровом образе жизни и включает в себя накопление теоретических знаний о факторах, влияющих на здоровье человека, формирование установки на здоровый образ жизни, формирование позитивного отношения к занятиям физическими упражнениями, стимулирование ребенка активно включаться в процесс физического воспитания; а воспитательно-оздоровительная работа направлена на профилактику и коррекцию нарушений осанки детей.

Разрабатывая технологию коррекции нарушений осанки детей дошкольного возраста с учетом пространственной организации их тела, мы придерживались ряда условий:

- ✓ систематичности использования в урочных и неурочных формах занятий физическими упражнениями, направленными на формирование навыка правильной осанки;
- ✓ систематичности использования физических упражнений, направленных на коррекцию функциональных нарушений ОДА;
- ✓ организации рационального статодинамического режима дошкольников;
- ✓ регламентации и строгого дозирования нагрузок, адекватности их применения;
- ✓ информирования детей и их родителей о ходе коррекционных мероприятий.

Предложенная нами технология, состоящая из коррекционно-профилактического макроцикла, в котором выделены втягивающий, корригирующий и поддерживающе-оздоровительный этапы, по нашему мнению, позволит существенно повысить эффективность педагогических воздействий по коррекции нарушений осанки, а также откроет перспективы для своевременной её профилактики.

Интегрированные физкультурные занятия, проводимые на протяжении всего макроцикла, предусматривают комплексное использование средств физического воспитания: гигиенических факторов (гигиена места проведения занятий, гигиена обуви и одежды для занятий, целесообразное, с точки зрения режима дня, место и время проведение занятий в учебно-воспитательном процессе ДОУ), естественных оздоровительных факторов (воздух лесопарковой зоны, метеорологические факторы, естественный рельеф местности), физических упражнений (подвижных игр, прикладных, гимнастических и других спортивных упражнений).

Комплексную работу по профилактике и коррекции нарушений ОДА невозможно осуществлять без помощи родителей, поэтому нами также проводилась работа с родителями – для осуществления преемственности между детским садом и семьей по физическому воспитанию, так как воспитание у детей привычки к здоровому образу жизни возможно только в содружестве с родителями. С целью изучения семьи ребенка использовались анкетирование, беседы с членами семьи, составление родителями характеристики своего ребенка, что дает возможность целенаправленно организовать работу и наметить различные формы и содержание коллективной и индивидуальной работы с родителями, и сформировать у родителей интерес к физическому воспитанию ребенка. Проводилось ознакомление родителей с содержанием физкультурно-оздоровительной работы в дошкольном учреждении, направленной на профилактику и коррекцию функциональных нарушений ОДА, для чего организовывались родительские собрания, консультации, дни открытых дверей и практическая демонстрация форм работы с детьми. Для родителей организовывались семинары, на которых рассказывали о правильной

организации двигательной активности детей, как формировать правильную осанку у ребенка и как избежать плоскостопия, обучали родителей конкретным приемам и методам оздоровления (играм, корригирующей гимнастике, дыхательной гимнастике, разнообразным видам закаливания) для использования их в домашних условиях. Результаты контроля состояния ОДА и пространственной организации тела детей доводились до сведения каждого родителя, намечались пути профилактики и коррекции нарушений.

Для закрепления навыка правильной статодинамической осанки нами было предложено проведение праздника «Грациозная осанка». Проведение физкультурных праздников положительно влияет на совершенствование двигательных навыков, развитие физических и морально-волевых качеств детей, повышает их интерес к занятиям физическими упражнениями, благотворно влияет на здоровье, повышает самооценку, учит коммуникабельности.

Использование технологии коррекции нарушений осанки детей старшего дошкольного возраста с учетом индивидуальных особенностей пространственной организации тела в процессе физического воспитания открывает новые методические подходы к формированию навыка правильной статодинамической осанки. Приведенные результаты позволяют рекомендовать данный подход к организации занятий по физическому воспитанию детей старшего дошкольного возраста с функциональными нарушениями ОДА, что предопределяет дальнейшее совершенствование учебных программ по физическому воспитанию для детских образовательных учреждений.

Выводы

1. Данные многочисленных исследований, а также собственные экспериментальные исследования свидетельствуют о широком распространении функциональных отклонений со стороны ОДА среди детей старшего дошкольного возраста.
2. Нами была разработана и апробирована технология коррекции функциональных нарушений ОДА детей старшего дошкольного возраста с учетом пространственной организации тела, которая может использоваться как в системе физического воспитания дошкольников, так и в лечебной физической культуре.

3. Нами предложена технологическая схема организации занятий коррекционно-профилактического макроцикла, в которой выделены втягивающий, корригирующий и поддерживающе-оздоровительный этапы.

4. Внедрение разработанной технологии в процесс физического воспитания детей старшего дошкольного возраста достоверно улучшает показатели функционального состояния ОДА и пространственной организации биоэвентов тела относительно соматической системы координат.

Перспективы последующих исследований состоят в разработке программ занятий оздоровительной направленности с учетом пространственной организации суставных компонентов стопы детей старшего дошкольного возраста.

Литература

1. Гутерман Т.А. Дифференцированная коррекция нарушений осанки у детей 6-7 лет средствами оздоровительной физической культуры: автореф. дис. на соискание учен. степени канд. пед. наук. / Т.А. Гутерман – Краснодар, 2005. – 25 с.
2. Ловейко И.Д. Лечебная физкультура при заболеваниях позвоночника у детей / И.Д. Ловейко, М.П. Фонарева. – Л.: Медицина, 1988.
3. Мартинюк О.А. Характеристика просторової організації тіла студенток в процесі фізичного виховання / О.А. Мартинюк // Вісник Чернігівського державного педагогічного університету ім. Т.Г. Шевченка: зб. наук. пр. – Чернігів: ЧДПУ, 2008. - №54. - С. 140-147.
4. Нарский Г.И. Профилактика и коррекция отклонений в опорно-двигательном аппарате детей дошкольного и школьного возраста / Г.И. Нарский // Физическая культура, воспитание, образование, тренировка. - 2002. - №4. - С. 60-61.
5. Пенькова И.В. Состояние опорно-двигательного аппарата детей дошкольного возраста / И.В. Пенькова // Физическая культура: воспитание, образование, тренировка. - 2006. - №2. - С. 53-57.
6. Потапчук А.А. Бодрящая гимнастика как средство коррекции нарушений опорно-двигательного аппарата у дошкольников / А.А. Потапчук // Адаптивная физическая культура. – 2006. - №2. – С. 30-32.
7. Чичигина Е.В. Физическое воспитание детей дошкольного возраста с нарушениями опорно-двигательного аппарата / Е.В. Чичигина // Педагогіка, психологія та медико-біологічні проблеми фізичного виховання і спорту: зб. наук. пр. [ред. С.С. Єрмаков]. – Харків – Львів: ХДАДМ (ХХП), 2003. - №17. – С. 363-369.

Поступила в редакцию 12.11.2009г.
Кашуба Виталий Александрович
Бондарь Елена Михайловна
tyshko@mail.ru