

КОРРЕКЦИОННО–РАЗВИВАЮЩАЯ РАБОТА С ДЕТЬМИ ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА

Н.П. ПЕТРУКОВИЧ

*Государственное учреждение образования «Средняя школа № 15 г. Пинска»,
г. Пинск, Республика Беларусь*

Введение. Проблема здоровья детей в любом обществе и при любых социально–экономических и политических ситуациях актуальна, своевременна и достаточно сложна, так как она определяет будущее страны, генофонд нации, научный и экономический потенциал общества.

Многие ученые (И.С. Красикова, И.В. Милукова, Т.А. Евдокимова) отмечают, что на протяжении последних десятилетий сложилась тревожная тенденция ухудшения физического развития и состояния здоровья всего населения, в том числе и детей. Высок процент дошкольников с нарушениями телосложения и осанки. Практически здоровые дети составляют сегодня лишь 4% от всего детского населения. Количество детей с нарушениями осанки за последние 30 лет увеличилось в 3 раза и составляет, по данным исследований (М.Д. Дидур, А.А. Потапчук), от 60 до 80%, то есть в среднем четыре ребенка из пяти имеют видимые деформации опорно–двигательного аппарата. Нарушения осанки встречаются уже у детей раннего возраста, в 4 года– у 17%, а в 7 лет– у 30% (Л.В. Янковский). Нарушение осанки – это не болезнь, а пока лишь нарушения развития костно–мышечного аппарата. Однако на фоне этого, как многим кажется безобидного дефекта, развиваются такие серьезные заболевания, как сколиоз, кифоз, остеохондроз, которые уже с трудом поддаются лечению и способны отравить всю дальнейшую жизнь. Кроме того, деформации скелета, даже незначительные, самым неблагоприятным образом сказываются на развитии внутренних органов, приводят к различным расстройствам их деятельности [2].

Ученые (Т.Л. Богина, Г.П. Сердюковская, Б.Б. Егоров и др.) приходят к выводу, что главными причинами такого положения являются недостаточная двигательная активность, несвоевременный медицинский осмотр и нерегулярная лечебно–профилактическая работа, слабая организация закаливающих мероприятий и физкультурно–оздоровительной работы [5].

Воспитание правильной осанки у детей, в основном, проблема педагогическая, как и формирование всех жизненно необходимых двигательных навыков. Многие исследователи (М.В. Арсланов, Н.Т. Белякова, А.Н. Буровых, О.В. Козырева, А.Д. Дубогай и др.) приходят к единому мнению, что дошкольное учреждение и семья могут и должны быть местом профилактики нарушений осанки. Поэтому так важно отнестись к данной проблеме с максимальным вниманием и ответственностью [2].

Следует отметить тот факт, что в дошкольном возрасте нарушение осанки чаще наблюдается у детей со слабым физическим развитием, больных рахитом, имеющих плохое зрение и слух.

Появившиеся в дошкольном возрасте отклонения в осанке могут в дальнейшем привести к образованию стойких деформаций костной системы. Чтобы избежать этого, следует с раннего возраста осуществлять профилактические мероприятия, способствующие правильному развитию организма ребенка [1].

Наблюдая за детьми во время физкультурных занятий, в свободной деятельности, на общеразвивающих занятиях, мы обратили внимание на то, что у некоторых детей неправильная осанка. Это подтверждается врачебными диагнозами, которые зафиксированы в медицинских картах детей.

Родители не всегда обращают внимание на такие мелочи. Им кажется, что ребенок еще слишком мал, чтобы прививать ему красивую осанку. Однако именно сейчас, когда организм активно развивается, а позвоночник формируется и испытывает постоянные возрастающие нагрузки, начинается его искривление. В результате признаки сколиоза обнаружили у детей еще до школы. В пользу такого диагноза говорят круглая спина, сутулые плечи, шаркающая походка.

Многие родители считают, что с хорошей осанкой нужно родиться, забывая и не зная того, что ее можно и нужно выработать, даже если у ребенка есть наследственная предрасположенность к сколиозу или в младенчестве были проблемы с мышечным тонусом, из–за которых уже на 1–м году позвоночник приобретает неправильную форму. Ведь дефект осанки – частый спутник мно-

гих хронических недугов, признак общего неблагополучия, свидетельствующий о том, что детский организм по каким-то причинам ослаблен.

Известно, что к плохой осанке ведет лишний вес. Но немногие знают, что чрезмерная худощавость не менее опасна! У очень худых детей формируется так называемая вялая осанка – живот выпячен, плечи висят, лопатки оттопырены наподобие крыльев.

Актуальность данного исследования определяется тем, что перед дошкольным учреждением стоит задача по воспитанию физически, психически здорового и социально адаптированного ребенка.

Объект исследования: процесс формирования навыка правильной осанки.

Предмет исследования: система коррекционных упражнений по формированию правильной осанки у детей дошкольного возраста.

Цель исследования: изучить процесс формирования навыка правильной осанки в дошкольном возрасте.

Задачи исследования:

1. Теоретическое изучение специальной литературы и передового опыта по проблеме формирования осанки в дошкольном детстве;

2. Обеспечение положительной мотивации для достижения правильной осанки, т.е. воспитание сознательного отношения детей к формированию и закреплению навыка правильной осанки;

3. Формирование, закрепление и автоматизация способности длительного удержания тела в правильном положении;

4. Содействие развитию и укреплению основных мышечных групп спины, плечевого пояса, брюшного пресса, а также укреплению мышц, развивающих грудную клетку;

5. Содействие и закрепление навыков осанки в различных условиях деятельности при выполнении ОРУ, а также упражнений прикладного характера (ходьба, бег, лазание, прыжки, висы и упоры), упражнений ритмической гимнастики, аэробики, подвижных игр.

Методы исследования:

консультации авторов исследования с врачами–специалистами детской городской поликлиники;

поиск информации в специальных источниках (медицинская литература по профилактике сколиоза, по оздоровлению детей; методическая литература по проведению занятий по физическому развитию детей в детском саду).

Информационно–образовательная работа с детьми и родителями:

- первичный осмотр детей медсестрой детского сада и педиатром детской городской поликлиники при поступлении в детский сад;

- осмотр детей врачами–специалистами: хирургом, неврологом, ортопедом;

- тестовое обследование первых признаков сколиоза у детей всех возрастных категорий;

- комплексные мероприятия по профилактике и оздоровлению сколиоза (дневной и ночной сон на жесткой поверхности), разработка комплексов утренней гимнастики и профилактические упражнения после сна во всех возрастных группах с учетом группы здоровья и возрастных особенностей детей;

- взаимосвязь воспитателей медработника ДООУ, врачей–специалистов, администрации детского сада, с воспитателями и родителями в вопросах профилактики сколиоза;

- обследование детей, предварительная и итоговая диагностика;

- использование специальных упражнений на занятиях.

Все упражнения, направленные на закрепление осанки, распределены на четыре основные группы, которые классифицированы в зависимости от педагогических задач.

Упражнения, направленные на создание представления о правильной осанке и ее формирование.

Упражнения на укрепление мышц, формирование мышечного корсета и развитие спины.

Упражнения на закрепление и совершенствование навыка правильной осанки.

Коррекционные упражнения, направленные на исправление различных нарушений осанки.

Цели каждого занятия: сформировать правильную осанку у детей дошкольного возраста.

В течение всех занятий проходит сюжетная линия – дети помогают сказочному персонажу (игрушке) сделать спину ровной и красивой.

1. Что такое правильная осанка. Цель: дать представление о правильной осанке.

2. Береги свой позвоночник. Цель: развитие умения сохранять правильную осанку во время ходьбы.

3. Почему мы двигаемся. Цель: дать понятие об опорно–двигательной системе.

4. Попляши и покружись – самым ловким окажись. Цель: познакомить родителей с комплексом упражнений на профилактику сколиоза, предложить проводить этот комплекс ежедневно дома с детьми.

5. Солдатики. Цель: закрепление правильной осанки.

Дошкольный период является важнейшим и определяющим для развития человека в целом. В этот период формируются основы физического и психического развития ребенка, вырабатываются определенные черты характера, приобретаются жизненно важные умения и навыки.

В дошкольном возрасте осанка у детей еще неустойчива, она продолжает формироваться и приобретает индивидуальные особенности, которые определяются множеством факторов: ростом, весом, пропорциями туловища и конечностей, наличием врожденных нарушений опорно–двигательного аппарата, особенностями обмена веществ. На осанку негативно влияют и неполноценное питание, и общее неудовлетворительное состояние здоровья, и загрязнение окружающей среды, хронические и острые заболевания, и даже индивидуальные особенности характера.

Правильная форма позвоночника и хорошая осанка обеспечиваются в первую очередь развитым мышечным корсетом. Детям дошкольного возраста необходимы движения, в которых активно участвуют мышцы брюшного пресса, плечевого пояса и кисти. Самое эффективное средство профилактики нарушений осанки – это физические упражнения. Физические упражнения, усиливая ток крови во всех участках тела, увеличивают кровоснабжение в центральной нервной системе, повышая этим питание головного мозга и создавая лучшие условия для его работы.

Физические упражнения развивают и укрепляют опорно–двигательный аппарат, способствуя росту и правильному формированию детского организма.

Воспитание правильной осанки можно рассматривать как условия общего укрепления организма.

Коррекционная работа нашла свое отражение в поведении самих детей. Они стараются следить за своей осанкой во время занятий и игр, поправляют друг друга.

Конечно, за короткий срок трудно сформировать осанку, для этого необходимы постоянные занятия, направленные на исправление дефекта, поэтому мы будем продолжать с этими детьми коррекционную работу и дадим методические рекомендации родителям и воспитателям.

Литература

1. Чабовская, А.П. Основы педиатрии и гигиены детей дошкольного возраста./ А.П. Чабовская. – М.: Просвещение, 1980. – 221с.

2. Жеребцова, Ю.С. Осанка дошкольника: как ее исправить, проверить, сохранить. Опыт работы./ Ю.С. Жеребцова, М.А. Леонтьева, М.М. Борисова. – М., 2007. – 150с.

3. Кожухова, Н.Н. Воспитатель по физической культуре в дошкольных учреждениях: Учебное пособие для студентов высших и средних пед. учеб. заведений / Н.Н.Кожухова – М.: Издательский центр «Академия», 2002 – 302 с.

4. Велитченко, В.К. Физкультура для ослабленных детей./В.К. Велитченко. – М.Физкультура и спорт.1989. –110с.

5. Лебедева, Л.В. Формирование правильной осанки и профилактика плоскостопия у дошкольников. Опыт работы./ Л.В. Лебедева, М.А. Митрохина. – М., 2011. – 132с.

6. Шишкина, В.А. В детский сад – за здоровьем: пособие для педагогов, обеспечивающих получение дошкольного образования / В.А. Шишкина. – Минск : Зорны верасень, 2006. – 184с.

THE CORRECTIONAL AND DEVELOPING WORK WITH CHILDREN OF PRESCHOOL AGE

N.P. PETRUKOVICH

Summary

In article the system of correctional exercises on formation of a correct posture at children of preschool age is considered. Problems, methods and means of carrying out exercises, and also methods of formation of positive motivation for achievement of a correct posture and education conscious the relation of children to formation and fixing of skill of a correct posture are described. This article will be interesting to specialists of preschool institutions, parents, medical workers.

Статья поступила 10 апреля 2017г.