

**СОВРЕМЕННЫЕ КОРРЕКЦИОННЫЕ
ТЕХНОЛОГИИ, ИСПОЛЬЗУЕМЫЕ
В ФИЗИЧЕСКОМ ВОСПИТАНИИ
ДЕТЕЙ СТАРШЕГО ДОШКОЛЬНОГО
ВОЗРАСТА С НАРУШЕНИЯМИ ОСАНКИ**



Виталий Кашуба, Елена Бондарь

Национальный университет физического воспитания и спорта Украины

Анотація

На основі даних констатуючого експерименту отримані характеристики біогеометричного профілю постави дітей старшого дошкільного віку, які в подальшому лягли в основу корекційної технології. Розроблена технологія включає корекційно-профілактичний макроцикл, якій складається з трьох етапів: втягуючого, коригуючого, підтримуючо-оздоровчого. Складовою частиною корекційної технології є фізкультурне свято «Граційна постава».

Ключові слова: порушення опорно-рухового апарату, діти старшого дошкільного віку, фізичне виховання.

Annotation

The characteristics of biogeometrical profile of senior preschool child's posture were obtained on the basis of the ascertaining experimental data. They formed later the ground of corrective technology which we worked out. This technology involves the corrective and preventive macrocycle which consists of three stages: pulling in, corrective, wellness-supporting. The physical cultural "Graceful posture" holiday is the part of the correctional technology.

Key words: disorders of the supporting-motor apparatus, children of the senior preschool age, physical education.

Постановка проблеми. Дошкільний вік являється найважливішим етапом в формуванні здоров'я ребенка, забезпечуючого єдинство фізичного, духовного, психического і інтелектуального розвитку. Состояние здоров'я ребенка относится к ведущим факторам, в значительной мере определяющим его способность успешно справляться со всеми предъявляемыми к нему требованиями [6, 10].

С каждым годом в Украине увеличивается количество детей с отклонениями в состоянии здоровья, в том числе с нарушениями опорно-двигательного аппарата (ОДА) [2, 7, 11].

Анализ последних исследований и публикаций. Тесная связь между состоянием ОДА и здоровьем человека доказана многочисленными исследованиями [5, 7, 8], в которых отмечается, что отсутствие отклонений в состоянии ОДА является непременным условием нормального функционирования органов и систем, развития организма в целом, повышения работоспособности детей и укрепления их здоровья.

Теория и методика физического воспитания за последнее время обогатилась большим количеством научных данных, посвященных вопросу профилактики и коррекции нарушений осанки у детей старшего дошкольного возраста [2, 4, 8, 10].

Несмотря на значительное количество научно-методических разработок, в специальной литературе отсутствуют данные об особенностях организации коррекционно-профилактических 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 [7, 9].

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.

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

Задачи исследования:

1. Изучить и обобщить представленные в специальной научной литературе данные по вопросам использования технологий профилактики и коррекции нарушений осанки у детей старшего дошкольного возраста в процессе физического воспитания.



2. Разработать технологию коррекции нарушений осанки у детей старшего дошкольного возраста средствами физического воспитания

Для решения поставленной цели использовались следующие методы исследования: теоретический анализ и обобщение данных специальной научно-методической литературы, педагогические наблюдения, видеосъемка и биомеханический анализ осанки с использованием программы «ТО-RSO» [5], методы математической статистики.

Результаты исследования и их обсуждение. Многие ученые обращают особое внимание на то, что проблему коррекции функциональных отклонений в состоянии ОДА детей старшего дошкольного возраста необходимо решать, используя возможности оздоровительной физической культуры [2, 8, 10].

Существует большое количество научных работ, посвященных профилактике и коррекции нарушений осанки, которые можно выделить в следующие группы: на основе сюжетно-ролевых игр, с использованием средств физической реабилитации, с использованием основных средств физического воспитания, с использованием тренажерных устройств (рис. 1).

Среди технологий, в основе которых лежат сюжетно-ролевые игры, можно выделить работу А.А. Потапчук [10]. Автор акцентирует внимание на том, что использование их с музыкальным сопровождением заметно повышает интерес детей к занятиям.

В работе Л.М. Тимошенко, С.Г. Лавренюк, Т.П. Жуковской [11] обоснована система мероприятий, направленных на профилактику и коррекцию нарушений ОДА у детей дошкольного возраста. При составлении сюжетно-ролевых игр, комплексов утренней гимнастики и комплексов ЛФК авторы опирались на программу

Коррекционно-профилактические технологии

на основе сюжетно-ролевых игр



с использованием тренажерных устройств



с использованием средств физической реабилитации



с использованием основных средств физического воспитания



Рис. 1. Коррекционно-профилактические технологии, используемые в процессе физического воспитания детей старшего дошкольного возраста

«Будь здоровим, малюк», Государственную базовую программу, Базовый компонент.

Коррекционно-оздоровительная программа физического воспитания на основе дифференцированного подхода к диагностике и коррекции различных признаков нарушений осанки у детей 6-7 лет разработана Т.А. Гутерман [2]. Автором предложен учет 15 признаков нарушений осанки и их градация по степени развития дефекта.

Использовать средства лечебной гимнастики и гидрокинезотерапии при коррекции нарушений осанки предлагают специалисты: А. Ибрагим [3], С.А. Кастюхин [4].

В экспериментальном исследовании И.С. Красиковой [6] рассмотрены проблемы формирования осанки у детей дошкольного возраста. Специалистом предлагаются авторские комплексы

гимнастических упражнений, направленных на формирование правильной осанки, способствующих формированию навыков необходимых в повседневной жизни, а также развития физических качеств.

Представляет интерес система профилактики и коррекции отклонений опорно-двигательного аппарата у детей средствами физического воспитания научно обоснованная Г.И. Нарскиным [8]. Специалистом разработан алгоритм, состоящий из 4 модулей: анализа, коррекции, контроля и профилактики.

С целью коррекции нарушений осанки и плоскостопия А.А. Потапчук [7] предлагает помимо физических упражнений использовать и гигиенические факторы. В своей концепции автор отводит важную роль статодинамическому режиму детей, как в дошкольном учреждении, так и дома.



Методику физической реабилитации средствами физического воспитания с использованием тренажерных устройств для детей с нарушениями ОДА разработал Н.А. Гросс [1]. Физические упражнения выполняются детьми на тренажерах в комплексе с дыхательной гимнастикой и физиотерапией.

Анализ научно-методической литературы свидетельствует о том, что в настоящее время существует множество подходов к построению физкультурно-оздоровительных программ для детей старшего дошкольного возраста с нарушениями осанки, которые, как правило, учитывают особенности физиологических изгибов позвоночного столба. В то же время неуклонный рост нарушений осанки свидетельствует о том, что предлагаемые технологии, средства и методы коррекции функциональных нарушений ОДА требуют дальнейшей модернизации.

Результаты проведенного нами констатирующего эксперимента свидетельствуют, что наиболее распространенным видом нарушений является нарушение осанки во фронтальной плоскости – у 47,5 % обследованных. Далее полученные результаты ранжируются следующим образом: комбинированные нарушения осанки во фронтальной и сагиттальной плоскостях - 13,75 % обследованных, круглая спина – у 11,25 %, кругловогнутая спина – 7,5 %, плоская – у 5 %, плоско-вогнутая – у 2,5 %.

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 корректирующих 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. Требуют 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.

При разработке технологии коррекции функциональных нарушений ОДА мы учитывали пространственную организацию тела детей, которая предполагает единство морфологической и функциональной организации человека, отражающееся в «габитусе», индивидуальных особенностях биогеометрического профиля осанки, функциональном

состоянии ОДА и морфологическом статусе.

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;

- регламентации и строгого дозирования нагрузок, адекватности их применения;

- информирования детей и их родителей о ходе коррекционных мероприятий.

Предложенная нами технология (рис. 2), состоящая из коррекционно-профилактического макроцикла, в котором выделены втягивающий, корректирующий 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, место и время проведения 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).



Втягивающий этап (сентябрь-октябрь)

<p style="text-align: center;">Задачи</p> <p>Диагностика состояния ОДА детей Адаптация организма к физическим нагрузкам Создание оптимальных условий для функционирования систем организма детей Повышение уровня физической подготовленности Формирование мышечного корсета Нормализация мышечного тонуса Формирование интереса к регулярным занятиям физической культурой</p>	<p style="text-align: center;">Методы</p> <p>Рассказ, объяснение Демонстрация упражнений Метод расчлененного упражнения Метод целостного упражнения, игровой метод</p> <hr/> <p style="text-align: center;">Формы</p> <p>Физкультурные занятия, оздоровительно-профилактическая гимнастика, коррекционно-профилактические занятия, утренняя гигиеническая гимнастика, физкультминутки, упражнения после дневного сна, прогулки</p>
--	--

Результат: Высокий интерес детей к занятиям. Формирование первичных представлений о правильной осанке и ее важности для организма человека

Предварительный контроль (измерение и анализ состояния ОДА и пространственной организации тела), уточнение и внесение корректив в программу занятий

Корректирующий этап (ноябрь-апрель)

<p style="text-align: center;">Задачи</p> <p>Коррекция функциональных нарушений ОДА Стабилизация процесса нарушения осанки путем формирования оптимального двигательного стереотипа Обеспечение требуемой пространственной организации биозвеньев тела Осуществление профилактики функциональных нарушений ОДА детей средствами физического воспитания Формирование навыка правильной статодинамической осанки</p>	<p style="text-align: center;">Методы</p> <p>Рассказ, объяснение Демонстрация упражнений, рисунков и схем Метод расчлененного упражнения Метод целостного упражнения, игровой метод</p> <hr/> <p style="text-align: center;">Формы</p> <p>Физкультурные занятия, оздоровительно-профилактическая гимнастика, коррекционно-профилактические занятия, утренняя гигиеническая гимнастика, физкультминутки, упражнения после дневного сна, прогулки</p>
---	---

Результат: Формирование понимания смысла коррекционно-профилактических занятий. Обучение детей навыкам использования коррекционно-профилактических средств в повседневной деятельности. Закрепление навыка правильной статодинамической осанки

Текущий контроль (получение информации на любом этапе коррекции и выявление особенностей влияния средств и методов физического воспитания на пространственную организацию тела детей), уточнение и внесение корректив в программу занятий

Поддерживающе-оздоровительный этап (апрель- май)

<p style="text-align: center;">Задачи</p> <p>Поддержание достигнутого уровня функционального состояния ОДА и развития физических качеств Закрепление навыка правильной статодинамической осанки Профилактика фиксированных нарушений ОДА</p>	<p style="text-align: center;">Формы</p> <p>Физкультурные занятия, оздоровительно-профилактическая гимнастика, коррекционно-профилактические занятия, утренняя гигиеническая гимнастика, физкультминутки, упражнения после дневного сна,</p>	<p style="text-align: center;">Методы</p> <p>Рассказ, объяснение Демонстрация упражнений Метод расчлененного упражнения Метод целостного упражнения Соревновательный метод Игровой метод</p>
---	---	---

Результат: Улучшение показателей пространственной организации тела и функционального состояния ОДА детей. Формирование знаний о правильной осанке, дети овладевают практическими навыками самоконтроля за своей осанкой, знакомятся с основными правилами профилактики нарушений осанки

Этапный контроль (оценка эффективности комплекса коррекционно-профилактических мероприятий) с определением показателей функционального состояния ОДА и измерением пространственной организации тела детей (измерение биогеометрического профиля осанки; локализации ОЦТ тела; показателей степени устойчивости тела детей)

Рис. 2. Технологическая схема коррекционно-профилактического макроцикла



Профилактику и коррекцию функциональных 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.

Праздник «Грациозная осанка» направлен на укрепление физического и психического здоровья ребенка, развитие творческих способностей, формирование физической культуры, органично связанной с другими элементами культуры личности – нравственной, эстетической.

Целью физкультурного праздника «Грациозная осанка» является привлечение детей в игровой форме к физкультурно-оздоровительным занятиям.

На протяжении праздника у детей формируются знания о правильной осанке, детям дают практические навыки самоконтроля за своей осанкой, знакомят с основными правилами по профилактике нарушений осанки.

Выводы

1. Дошкольный период является этапом становления личности ребенка, формирования двигательных навыков, развития физических качеств, обеспечения условий нормального биологического развития. Анализ научно-методической литературы свидетельствует о том, что за последнее десятилетие существенно увеличилось число детей дошкольного возраста имеющих различные отклонения в состоянии здоровья. Особую тревогу вызывают данные о распространенности среди дошкольников различных функциональных нарушений ОДА – нарушения осанки в сагиттальной плоскости с увеличением и уменьшением физиологических изгибов позвоночного столба, нарушения осанки во фронтальной плоскости.

2. В настоящее время специалистами разработаны различные технологии профилактики и коррекции нарушений осанки, которые, как правило, учитывают особенности физиологических изгибов позвоночного столба. В то же время, предложенные технологии до настоящего времени не позволяют эффективно справиться с неуклонно растущим количеством детей с различными нарушениями осанки, что сохраняет актуальность данной проблемы.

3. Данные констатирующего эксперимента свидетельствуют, что наиболее распространенными функциональными нарушениями ОДА у детей старшего дошкольного возраста являются: нарушения осанки во фронтальной плоскости, которые наблюдаются у 47,5 % детей; нарушения осанки в сагиттальной плоскости с увеличением физиологических изгибов позвоночного столба - у 18,75 %, с уменьшением физиологических изгибов позвоночного столба – у 7,5 %, комбинированные нарушения осанки – у 13,75 %.

4. Полученные данные позволили обосновать и разработать технологию коррекции нарушений осанки для детей старшего дошкольного возраста с учетом пространственной организации их тела, учитывая фундаментальные разработки теории и методики физического воспитания, кинезиологии, лечебной физической культуры, а также необходимость тесной связи воспитательно-образовательного и воспитательно-оздоровительного направлений. Технология состоит из коррекционно-профилактического макроцикла, включающего три этапа – втягивающий, корригирующий, поддерживающе-оздоровительный, и предусматривает применение специальных физических упражнений в исходных положениях, способствующих разгрузке позвоночного столба, комплексы коррекционных физических



упражнений, учитывающих отклонения в показателях гониометрии тела детей, а также упражнения, направленные на формирование навыка статодинамической осанки.

5. 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.

Литература:

1. Гросс Н.А. Физическая реабилитация детей с нарушениями функций опорно-двигательного аппарата: монография / Н.А. Гросс, Н.В. Гросс. – М.: Советский спорт, 2000. – С. 3-60.
2. 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 / Гутерман Т.А. – Краснодар, 2005. – 25 с.
3. Ибрагим А. Коррекция нарушений осанки старших дошкольников средствами плавания / А. Ибрагим // Молодая спортивная наука Украины: зб. наук. праць з галузі фізичної культури і спорту. – Львів: НВТ „Українські технології”, 2003. – Том 2, №7 – С. 141-143.
4. Кастюхин С.А. Лечебная физкультура и плавание при сколиозе (из опыта работы) / С.А. Кастюхин // Адаптивная физическая культура. – 2003. – №1. – С. 24-27.
5. Кашуба В.А. Профилактика и коррекция нарушений пространственной организации тела человека в процессе физического воспитания: монография / Кашуба В.А., А. Бенжедду. – К.: Знання України, 2005. – 158 с.
6. Красикова И.С. Осанка: Воспитание правильной осанки. Лечение нарушений осанки: [монография] / Красикова И.С. – СПб.: Корона-Век, 2008. – 176 с: ил.
7. Мартынюк О.А. Коррекция нарушений пространственной организации тела студенток в процессе физического воспитания: автореф. дис. на соискание учен. степени канд. физическому воспитанию и спорту: спец. 24.00.02 / Мартынюк О.А. – К., 2011. – 21 с.
8. 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.
9. Носова Н.Л. Контроль пространственной организации тела школьников в процессе физического воспитания: дис. ... канд. наук по физ. воспитанию и спорту: 24.00.02. / Н.Л. Носова. – К., 2008. – 199 с.
10. 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.
11. Тимошенко Л.М. Система роботи з профілактики і корекції порушень опорно-рухового апарату у дітей дошкільного віку: матеріали досвіду роботи ДНЗ № 54 м. Макіївка для дітей із порушенням опорно-рухового апарату. Комплекс загальнорозвивальних вправ до конспектів занять із фізичної культури з дошкільниками / Тимошенко Л.М., Лавренюк С.Г., Жуковська Т.П. – Запоріжжя: ТОВ „ЛПКС” ЛТД, 2008. – 308 с.

