

I. ФІЗИЧНЕ ВИХОВАННЯ РІЗНИХ ГРУП НАСЕЛЕННЯ

СУЧАСНІ ОЗДОРОВЧІ ТЕХНОЛОГІЇ У ФІЗИЧНОМУ ВИХОВАННІ ДІТЕЙ СТАРШОГО ДОШКІЛЬНОГО ВІКУ

Віталій Кацуба, Олена Бондар

Національний університет фізичного виховання і спорту України



Анотація

На основі аналізу науково-методическої літератури та власних досліджень розроблена технологія корекції порушень опорно-двигательного апарату дітей старшого дошкільного віку.

Annotation

On the establishment of analysis of the express scientific-methodical literature and natural examination the technology of correction disorders of the supporting-motor apparatus.

Постановка проблеми. Дошкільний вік є найважливішим етапом у формуванні здоров'я дитини, що забезпечує єдність фізичного, духовного, психічного і інтелектуального розвитку [2, 5]. Стан здоров'я дитини відноситься до головних чинників, які значною мірою визначають її здатність успішно справлятися зі всіма вимогами, що пред'являються до неї.

Система фізичного виховання дошкільнят повинна здійснюватися у суворій відповідності зі станом здоров'я, враховувати рівень індивідуального фізичного розвитку і фізичної підготовленості, їх біологічну зрілість [2, 4].

Узагальнення даних спеціальної науково-методичної літератури показує, що просторова організація тіла найоб'єктивніше відображає морфофункціональний стан дитини. Особливого значення набуває та обставина, що багато фахівців [1, 3] відзначають, що функціональні порушення опорно-рухового апарату (ОРА) виникають саме із-за зміни просторової організації тіла людини.

Аналіз останніх публікацій. Останніми роками рядом авторів зроблена спроба по впровадженню інноваційних технологій в процес фізичного виховання дітей дошкільного віку.

Як оригінальну і позитивну можна виділити роботу Г.І. Нарскіна [2]. У своїй роботі автор пропонує систему профілактики і корекції відхилень ОРА у дітей засобами фізичного виховання, яка дозволяє не лише усунути

більшість наявних відхилень, але і поліпшити стан здоров'я дітей. Проте, на жаль, запропонована корекційно-профілактична система не враховує показники просторової організації тіла дітей дошкільного віку.

Для дітей дошкільного віку з порушеннями ОРА О.В. Чичигіною [5] пропонується методика ортопедична азбука «Дорога до здоров'я». Окрім комплексів коригуючої гімнастики і загальнорозвиваючих вправ автором пропонується використання медитації у ввідній частині заняття, ігор різної рухливості, пальчиковий ігротренінг, гімнастику для очей. У той же час О.В. Чичигіна [5] пропонує використовувати методику в дитячих лікувальних закладах, що спеціалізуються на відновленні рухових функцій дітей дошкільного віку з фіксованими порушеннями ОРА.

Звертає на себе увагу та обставина, що роботи по вивченню просторової організації тіла дітей дошкільного віку є одиничними. Фактично лише робота Е.В. Макарової [4] присвячена визначенню геометрії мас тіла дітей 3-6 років і розробці програми фізичної реабілітації з врахуванням геометрії мас їхнього тіла. Проте дослідження Е.В. Макарової [4] стосуються лише дітей з початковими проявами сколіозу в спеціалізованих дошкільних установах.

З вищевикладеного можна зробити висновок, що багато інноваційних програм не враховують особливості фізичного розвитку, а існуючі програми коригуючої



спрямованості не враховують показників просторової організації тіла дітей.

Виходячи з вищесказаного, **метою роботи** є розробка технології корекції функціональних порушень ОРА дітей старшого дошкільного віку з урахуванням просторової організації їхнього тіла.

Для вирішення поставленої мети використовувалися наступні **методи дослідження**: аналіз даних спеціальної науково-методичної літератури, педагогічні спостереження, методи математичної статистики.

Результати дослідження. Спираючись на дані аналізу спеціальної науково-методичної літератури та власні експериментальні дослідження, нами розроблено технологію корекції функціональних порушень ОРА дітей, що уявляє необхідність тісного зв'язку виховно-освітнього та виховно-оздоровчого напрямків.

Під час розробки технології корекції порушень постави дітей старшого дошкільного віку з урахуванням просторової організації їхнього тіла ми виходили з основних педагогічних принципів та дотримувалися таких умов: систематичності використання фізичних вправ, спрямованих на корекцію функціональних порушень ОРА дітей; організації раціонального статодинамічного режиму дошкільнят; регламентації та суворого дозування навантажень, адекватності їх застосування; інформування дітей та їхніх батьків про хід корекційних заходів.

Розроблена технологія складається з корекційно-профілактичного макроциклу, що включає утягуючий, коригуючий та підтримуючо-оздоровчий етапи (рис. 1).

Під час відбору найефективніших оздоровчих засобів для дітей дошкільного віку використовувалися критерії доступності, відповідності віковим спроможностям, найбільшій ефективності, відповідності видам діяльності корекційно-профілактичних заходів, простоти

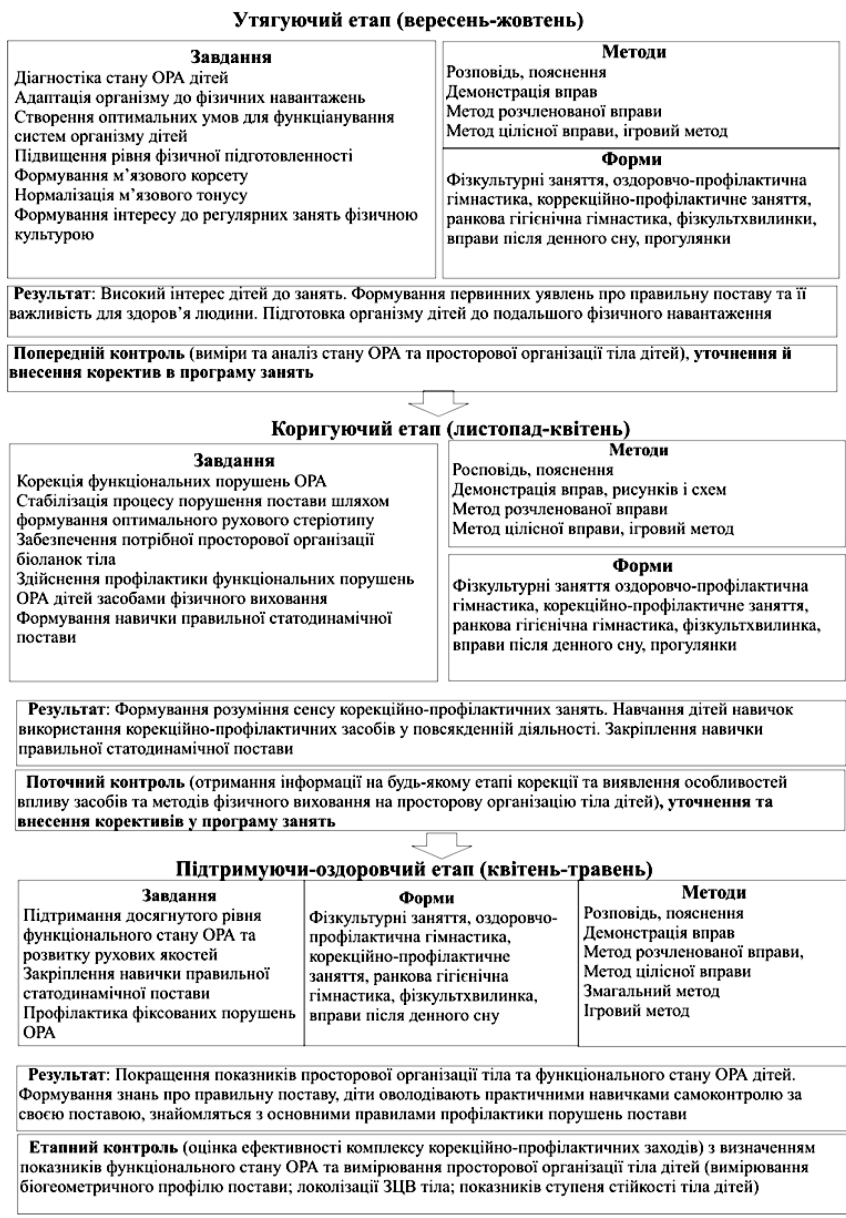


Рис. 1. Технологічна схема корекційно-профілактичного макроциклу

виконання та найменших витрат часу в процесі навчання.

Однією з основних умов добору коригуючих вправ був вплив функціональних порушень ОРА на просторову організацію тіла дітей старшого дошкільного віку. Так, порушення постави у фронтальній площині характеризуються нахилом голови вправо або вліво, асиметрією у положенні надпліч, лопаток, порушенням середнього розташування лінії остистих відростків хребців і зміщенням її у вертикальній позі дитини на певному рівні у фронтальній площині, тому основну роль відіграють си-

метричні вправи, що забезпечують вирівнювання сил м'язової тяги та усунення асиметрії м'язового тону.

Ми приділяли особливу увагу формуванню навички правильної постави: набутті правильних поз дітей – під час вертикального положення, ходьби, сидючи й уві сні.

Інтегровані фізкультурні заняття, що проводилися у нашому дослідженні, передбачають комплексне використання засобів фізичного виховання: гігієнічних чинників (гігієна місця проведення занять, взуття та одягу для занять, доцільне, з огляду на розпорядок



дня, місце і час проведення занять у навчально-виховному процесі дошкільного навчального закладу), природних оздоровчих чинників (повітря лісопаркової зони, метеорологічні чинники, природний рельєф місцевості), фізичних вправ (рухливих ігор, прикладних, гімнастичних та інших спортивних вправ).

Для закріплення навички правильної статодинамічної постави нами було запропоновано проведення свята «Граціозна постава». Проведення фізкультурних свят позитивно впливає на удосконалення рухових навичок, розвиток фізичних та морально-вольових якостей дітей, підвищує інтерес до занять фізичними вправами, позитивно впливає на здоров'я дітей, підвищує самооцінку, вчить комунікабельності.

Складовою частиною розробленої технології є педагогічний моніторинг, що дозволяє спостерігати, вимірювати та оцінювати показники біогеометричного профілю постави, функціонального стану ОРА, а також біостатичні показники тіла дітей старшого дошкільного віку у процесі фізичного виховання.

Використання технології корекції порушень постави дітей старшого дошкільного віку з урахуванням індивідуальних особливостей просторової організації тіла у процесі фізичного виховання відкриває нові методичні підходи до формування навички правильної статодинамічної постави.

Висновки.

1. Погіршення екологічних умов, зниження рівня життя, соціальні потрясіння, що відмічаються останнім часом, не дають підстав очікувати позитивних змін у формуванні здоров'я дітей. Нині спостерігається тенденція збільшення кількості корекційних груп для дітей із різними

функціональними порушеннями ОРА. Викладене дозволяє вважати, що дослідження, присвячене розробці технології корекції порушень постави у дітей старшого дошкільного віку з урахуванням просторової організації їхнього тіла, дасть змогу прискорити вирішення означеної проблеми.

2. На підставі констатуючого експерименту розроблена технологія корекції порушень постави дітей старшого дошкільного віку з урахуванням просторової організації їхнього тіла, керуючись фундаментальними розробками теорії та методики фізичного виховання, кінезіології, лікувальної фізичної культури, а також необхідністю тісного зв'язку виховно-освітнього та виховно-оздоровчого напрямків. Технологія складається з корекційно-профілактичного макроциклу, що включає три етапи – утягуючий, коригуючий, підтримуюче-оздоровчий, й передбачає застосування спеціальних фізичних вправ у вихідних положеннях, сприяючих розвантаженню хребта, комплексу корекційних фізичних вправ, враховуючих відхилення у показниках гоніометрії тіла дітей, а також вправи, спрямовані на формування навички статодинамічної постави.

3. Отримані результати дозволяють рекомендувати даний підхід до організації занять з фізичного виховання дітей старшого дошкільного віку з функціональними порушеннями ОРА, що визначає подальше удосконалення навчальних програм з фізичного виховання для дошкільних навчальних закладів.

Перспективи подальших досліджень складаються з розробки програм занять оздоровчої спрямо-

ваності з урахуванням просторової організації сутлобних компонентів стопи дітей старшого дошкільного віку.

СПИСОК ЛІТЕРАТУРИ

1. Кашуба В.А. Профилактика и коррекция нарушений пространственной организации тела человека в процессе физического воспитания / В.А. Кашуба, Адель Бенжедду. – К.: Знання, 2005. – 158 с.
2. 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.
3. Носова Н.Л. Контроль пространственной организации тела школьников в процессе физического воспитания: дис ... канд. наук по физ. воспитанию и спорту: 24.00.02 / Носова Наталья Леонидовна. – К., 2008. – 199 с.
4. Макарова Э.В. Физическая реабилитация детей со сколиозом I степени в специализированных дошкольных учреждениях: автореф. дис. на соискание учен. степени канд. по физ. воспитанию и спорту: спец. 24.00.02 «Физическая культура, физическое воспитание разных групп населения» / Э.В. Макарова. – Киев, 2003. – 22 с.
5. Чичигина Е.В. Физическое воспитание детей дошкольного возраста с нарушениями опорно-двигательного аппарата / Е.В. Чичигина // Педагогика, психология та медико-біологічні проблеми фіз. виховання і спорту: зб. наук. пр. [ред. С.С. Єрмаков]. – 2003. – №17. – С. 363-369.

