

СПЕЦИАЛЬНОЕ И КОРРЕКЦИОННОЕ ОБРАЗОВАНИЕ В ДОУ

Киреева Елена Николаевна

воспитатель

МКДОУ «Детский сад № 2 «Тополек»

г. Михайловка, Волгоградская область

РАБОТА С ДЕТЬМИ, ИМЕЮЩИМИ НАРУШЕНИЕ ОПОРНО-ДВИГАТЕЛЬНОГО АППАРАТА

Аннотация: в статье поднимается проблема сохранения здоровья детей дошкольного возраста посредством проведения коррекционной работы по устранению нарушений опорно-двигательного аппарата. Описывается педагогический опыт автора по разработке специальных коррекционных упражнений и процедур с целью устранения нарушений опорно-двигательного аппарата детей.

Ключевые слова: нарушения опорно-двигательного аппарата, сохранение здоровья детей, коррекционная работа, специальные упражнения, методы и формы работы с детьми.

Согласно исследованиям специалистов 75% болезней взрослых уходят корнями в детство, а по данным статистики 80–95% детей имеют нарушения опорно-двигательного аппарата.

В июне к нам перевели из яслей детей трехлетнего возраста, часть детей поступили из дома и сразу же их обследовали врачи из физкультурного диспансера. Из 22 детей два ребенка имеют уплощение стоп, а остальные уже имеют плоскостопие и все 22 ребенка имеют нарушение осанки.

Так как наши дети имеют отклонения в осанке предусматриваем им оптимальный двигательный режим в течение дня.

Коррекционная работа начинается утром – еще до завтрака проводим утреннюю гимнастику, где обязательно включены упражнения для коррекции опорно-двигательного аппарата. Выполняем различные виды ходьбы: обычная ходьба, на носках, «по-медвежьи», т. е на краях стоп, а также упражнения для коррекции осанки.

Многократно, в течение дня, даем кратковременный отдых для позвоночника лежа на спине на коврике. При этом используем шутливые стишкы.

Используем периодические, повторяющиеся, специальные физические упражнения для позвоночника («кошечка»), а также кратковременные висы (1–10 сек) во время прогулок.

В индивидуальную работу с детьми часто включаем упражнения у вертикальной плоскости (стена без плинтуса, дверь). Ребенок становится к плоскости, прикасаясь к ней пятками, икрами, ягодицами, лопатками и затылком и выполняет различные динамические упражнения: отведение рук, ног в стороны, поднимания на носки, приседания.

Настольным документом стал паспорт здоровья группы. Проведенный, вместе с инструктором по физической культуре мониторинг физического развития детей помогает планировать индивидуальную работу с каждым ребенком по определенному виду деятельности.

Отрицательное влияние на формирование осанки оказывает излишне мягкая постель. У нас используется жесткий ватный матрац. Полезно для осанки спать на спине и животе. Многие дети у нас привыкли спать именно на животе и спине.

Из методов закаливания нами выбран – хождение босиком. Это единственный метод, является также хорошим средством укрепления сводов стопы и ее связок.

Начинаем бosoхождение при температуре пола не ниже +18 градусов. В течение недели дети ходят в носках, а затем босиком по 3–4 минуты. Каждый день увеличиваем время процедуры на 1 минуту и постепенно доводим до 15 минут. Помимо укрепления сводов стопы и ее связок главным смыслом хождения босиком является закаливание кожи стоп к воздействию пониженных температур, главным образом пола, земли.

Летом давали детям возможность ходить на прогулке босиком.

Оздоравливающие упражнения, укрепляющие своды стоп включаем как в утреннюю гимнастику, так и в корректирующую. Главное назначение корректирующих упражнений – активное пронирование стопы, т. е. положение стоп на

наружном крае, укрепление всего связочно-мышечного аппарата стопы. Поэтому подобрали специальные упражнения, которые служат фундаментом для строения локальной коррекции стоп. Это:

1. Ходьба на носках в среднем темпе в течение 1–3 мин.
2. Ходьба на наружных краях стоп – «по-медвежьи» под речитатив «Мишка косолапый...».
3. Ходьба на носках по наклонной плоскости – медленно от 5 раз.
4. Ходьба по гимнастической палке.
5. Катание мяча поочередно одной и другой ногой от 2 до 5 раз.
6. Приседания на гимнастической палке под поперечным сводом стопы. Выполняем медленно с опорой на стул.
7. Сгибание и разгибание стоп в положении сидя на стуле – от 10 раз. Это упражнение делали и летом после прогулки и мытья ног.
8. Очень хорошее и дети очень любят упражнение по захвату, подниманию и перекладыванию палочек, кубиков пальцами ног. Мы используем для этого бумажные салфетки.

Всю работу с детьми, имеющими нарушение опорно-двигательного аппарата строим в тесном контакте с родителями. Ведь нередко дети страдают плоскостопием по вине взрослых, которые рано начинают детей ставить на ноги и обучать ходьбе неокрепших детей.

Одной из причин также является неправильно подобранная обувь. Поэтому с первых дней посещения детьми нашей группы ведем индивидуальные беседы, а также консультации с родителями, избавляясь тем самым от «модельных туфель», обуви, взятой на вырост или донашивание, чтобы не выбрасывать. Объясняем, что обувь должна соответствовать форме, размеру стопы и иметь в носочной части припуск 5–7 мм. Недопустима зауженность в носочной части, поскольку это приводит к деформации большого пальца. Подошва должна быть гибкой и невысокой (2–4 см) и широкий каблук, высота которого не должна превышать 5–10 мм. В профилактике деформации стопы особое значение имеет

наличие фиксированного задника, который позволяет прочно удерживать пятую кость и предотвращает ее отклонение наружу. Важно, чтобы обувь имела вентиляцию.

На собрании, проведенном в сентябре, обучали родителей массажу стоп. Сначала подошву разминаем с помощью поглаживаний ладонью, затем – нажимом больших пальцев 10–20 повторных движений на каждую стопу, на примере схем показали направления движений при массаже стопы.

В ближайшее время проведем собрание с родителями по коррекции осанки с привлечением медперсонала.

Надеемся, что проделанная работа и работа в течение следующих 4 лет поможет устранить нарушение опорно-двигательного аппарата у детей.

Список литературы

1. Мастюкова Е.М. Двигательные нарушения и их оценка в структуре аномального развития. Е.М. Мастюкова. – М.: Просвещение, 1991.
2. Нагорнова С. Здоровые стопы – уверенный шаг. Нагорнова С. Вы и ваш ребенок. – 2008. – № 1.