

**Влияние физкультурно-
оздоровительных
мероприятий на
формирование правильной
осанки у старших
дошкольников**

Курлыкина Н.М.

Исследования, проведенные НИИ гигиены и охраны здоровья детей и подростков Научного центра здоровья детей РАМН, показали, что за последние 10 лет количество детей с хронической патологией увеличилось в 2 раза, а детей, не имеющих отклонений в здоровье, снизилось в 3 раза. Среди хронической патологии ведущими являются нарушения опорно-двигательного аппарата, в том числе и нарушения осанки.

Цель исследования -
теоретическое и практическое
обоснование влияния
физкультурно-оздоровительных
мероприятий на процесс
формирования правильной
осанки у старших дошкольников.

Объект исследования - процесс формирования правильной осанки у детей дошкольного возраста.

Предмет исследования -
физкультурно - оздоровительные
мероприятия в ДОУ как средство
формирования правильной
осанки у старших дошкольников.

Задачи исследования:

1. Изучить литературу по проблеме исследования.
2. Провести диагностику уровня сформированности навыка правильной осанки у старших дошкольников.
3. Выявить и апробировать влияние физкультурно-оздоровительных мероприятий в ДОУ на формирование правильной осанки.

Гипотезой нашего исследования является предположения о том, что формирование правильной осанки будет эффективнее при следующих условиях:

1. Использования физкультурно-оздоровительных мероприятий в работе со старшими дошкольниками.
2. Ежедневного включения физкультурно-оздоровительных мероприятий в режим дня старших дошкольников.

Методы исследования:

- анализ научно - методической литературы;
- педагогический эксперимент;
- наблюдения;
- математическая обработка данных.

Теоретической основой
работы являются
исследования

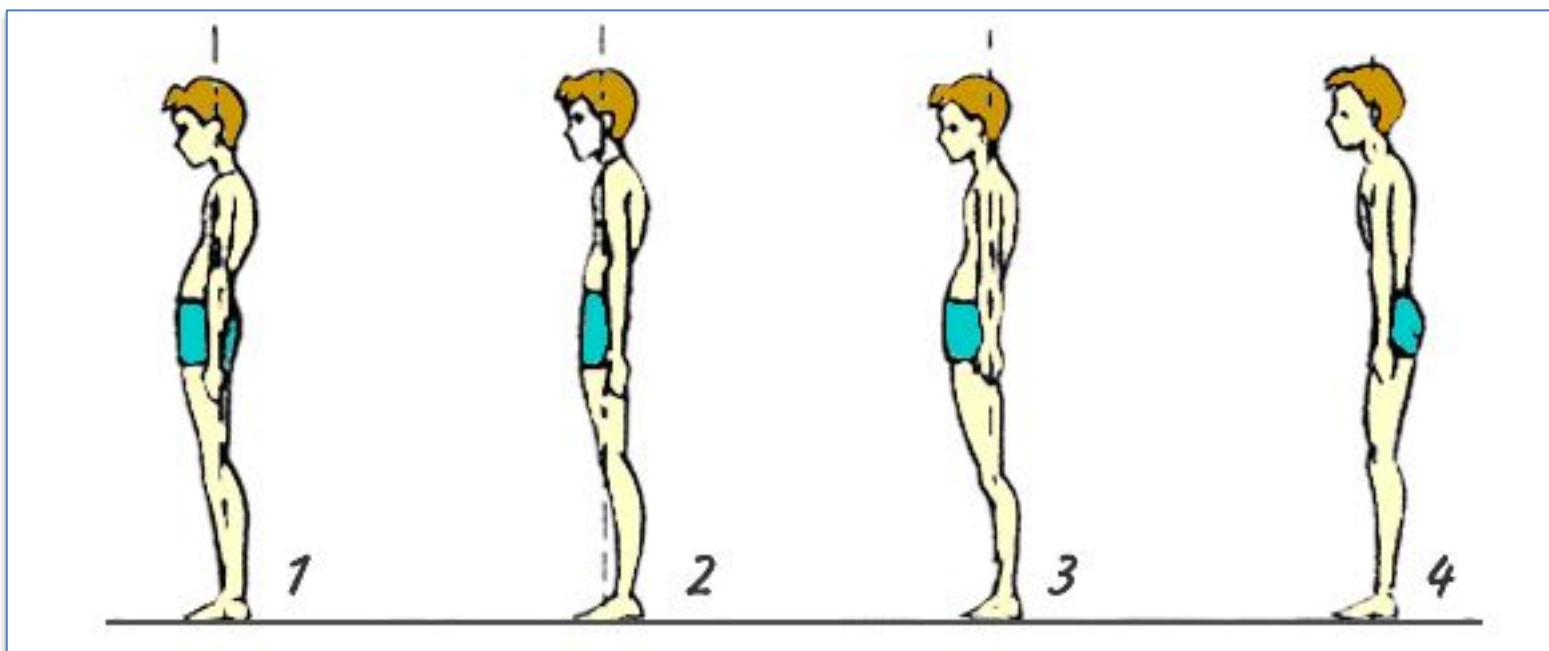
Г.А.Халемского, В.К.
Велитченко, В.В.Иковой, М.Е.
Клюева, О.В.Козыревой, И.Д.
Ловейко.

*База практики: МДОУ
«Березовский детский сад»,
Борисовского района,
старшая группа.*

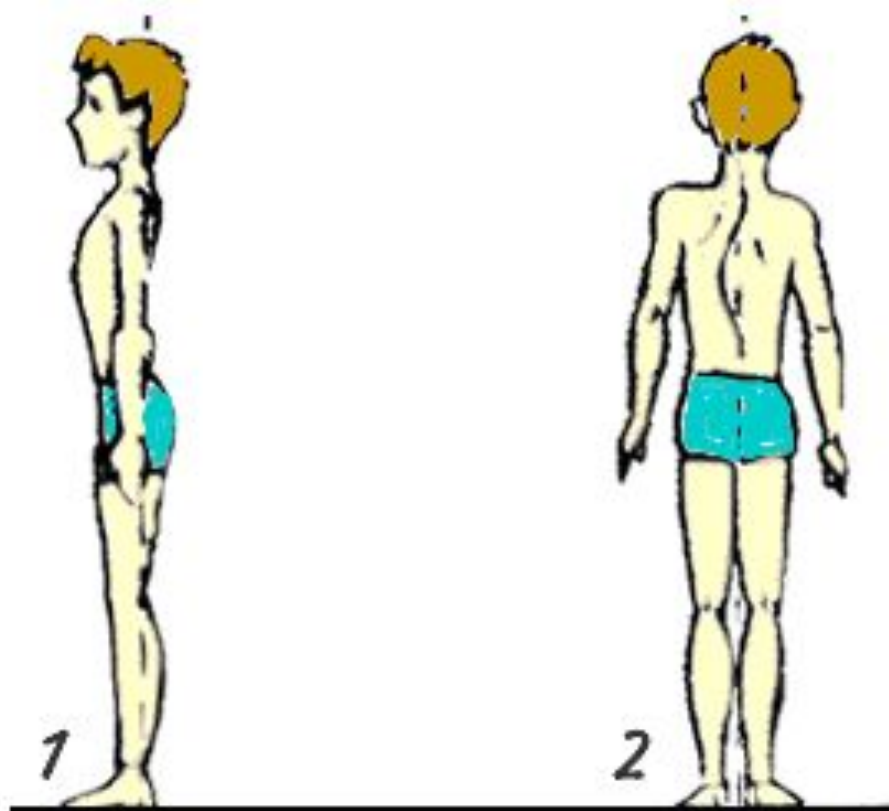
Осанка – это привычная поза непринужденно стоящего человека, держащего туловище и голову прямо без активного напряжения мышц.

Возможны следующие дефекты осанки:

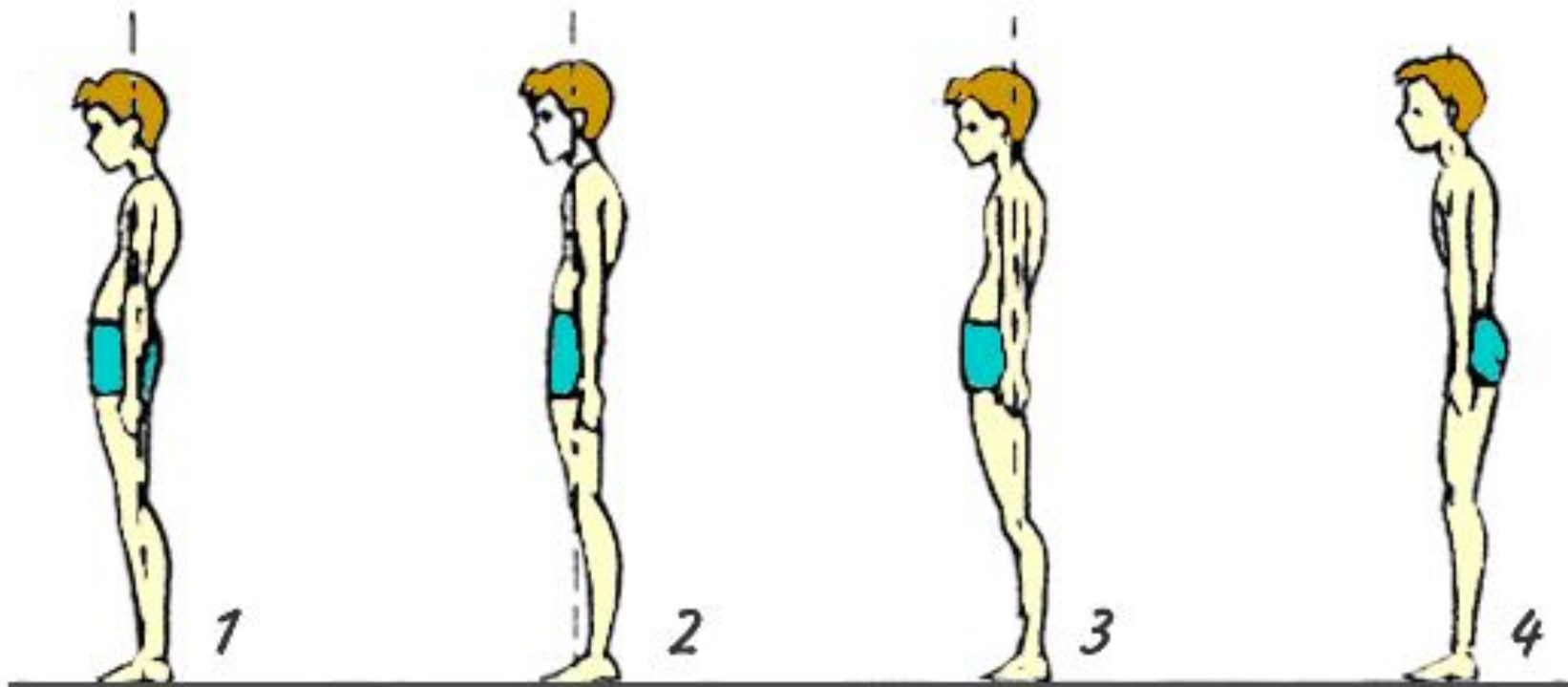
- Круглая осанка



Сутулая осанка



Лордотическая осанка



Этапы формирования осанки:

- На первом этапе необходимо создать целостное представление о рациональной осанке.
- На втором этапе углубленного разучивания двигательного действия необходимо уточнить правильность выполнения деталей техники разучиваемого движения, постепенно исправить имеющиеся ошибки и добиться правильного выполнения двигательного действия в целом.
- На третьем этапе реализуется конечная цель обучения - образование прочного двигательного навыка, доведенного до определенной степени совершенства.

Систематическое использование таких форм физкультурно-оздоровительной работы в ДОУ как утренняя гимнастика, коррекционно – развивающие занятия по физической культуре, двигательная разминка во время перерыва между занятиями, физкультминутка, гимнастика после сна в сочетании с контрастными воздушными ваннами, подвижные игры и физические упражнения на прогулке способствует развитию у ребят правильной осанки, тренирует и усиливает деятельность всех органов и систем.

Исследование проводилось в старшей группе МДОУ «Березовский детский сад» Борисовского района в 3 этапа:

1 Констатирующий этап.

- выявить уровень сформированности навыка правильной осанки у детей старшего дошкольного возраста;
- подобрать содержание физкультурно-оздоровительных мероприятий.

2. Формирующий этап.

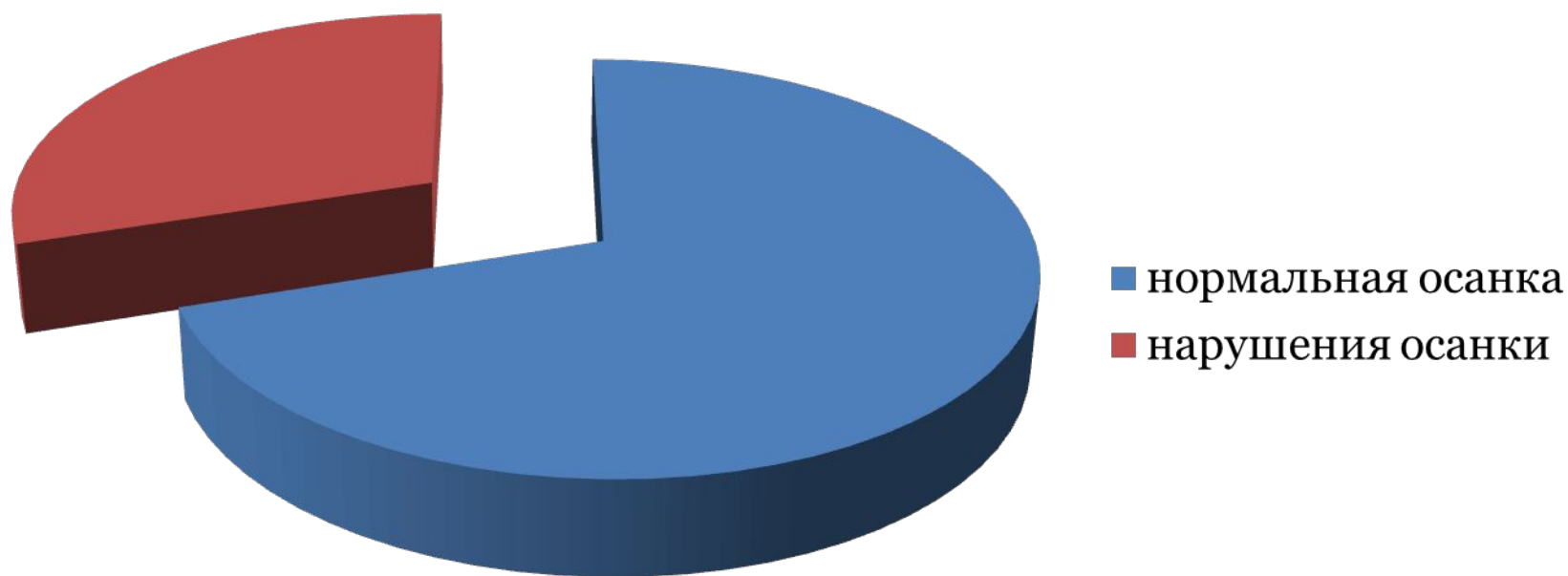
- спроектировать и провести с детьми физкультурно-оздоровительные мероприятия с целью формирования правильной осанки.

3. Контрольный этап.

- провести повторную диагностику с детьми для выявления эффективности проведенной работы.

Констатирующий этап

% соотношение



Формирующий этап



Формирующий этап



Формирующий этап

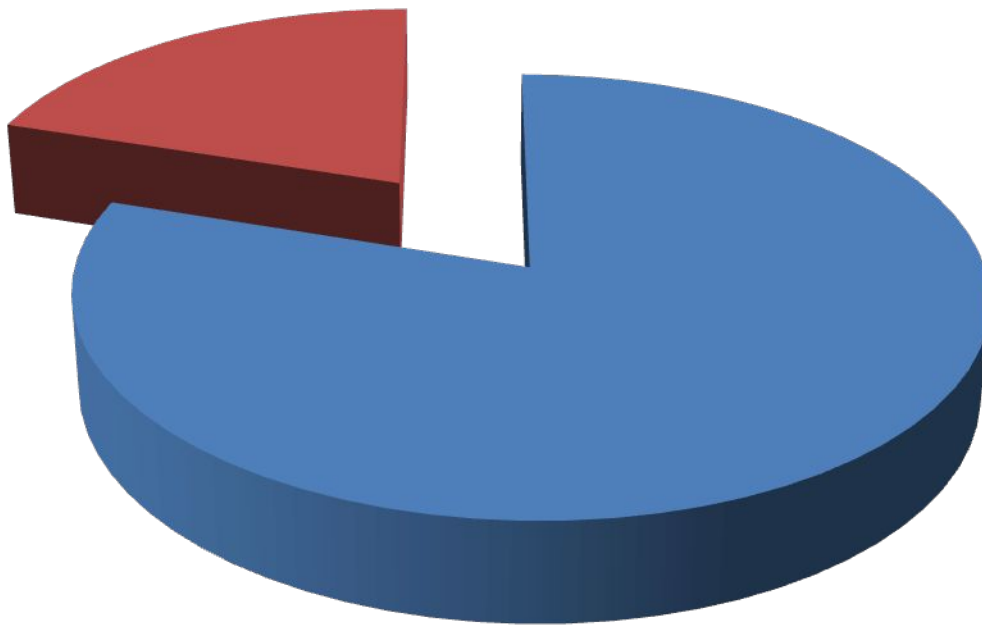


Формирующий этап



Контрольный этап

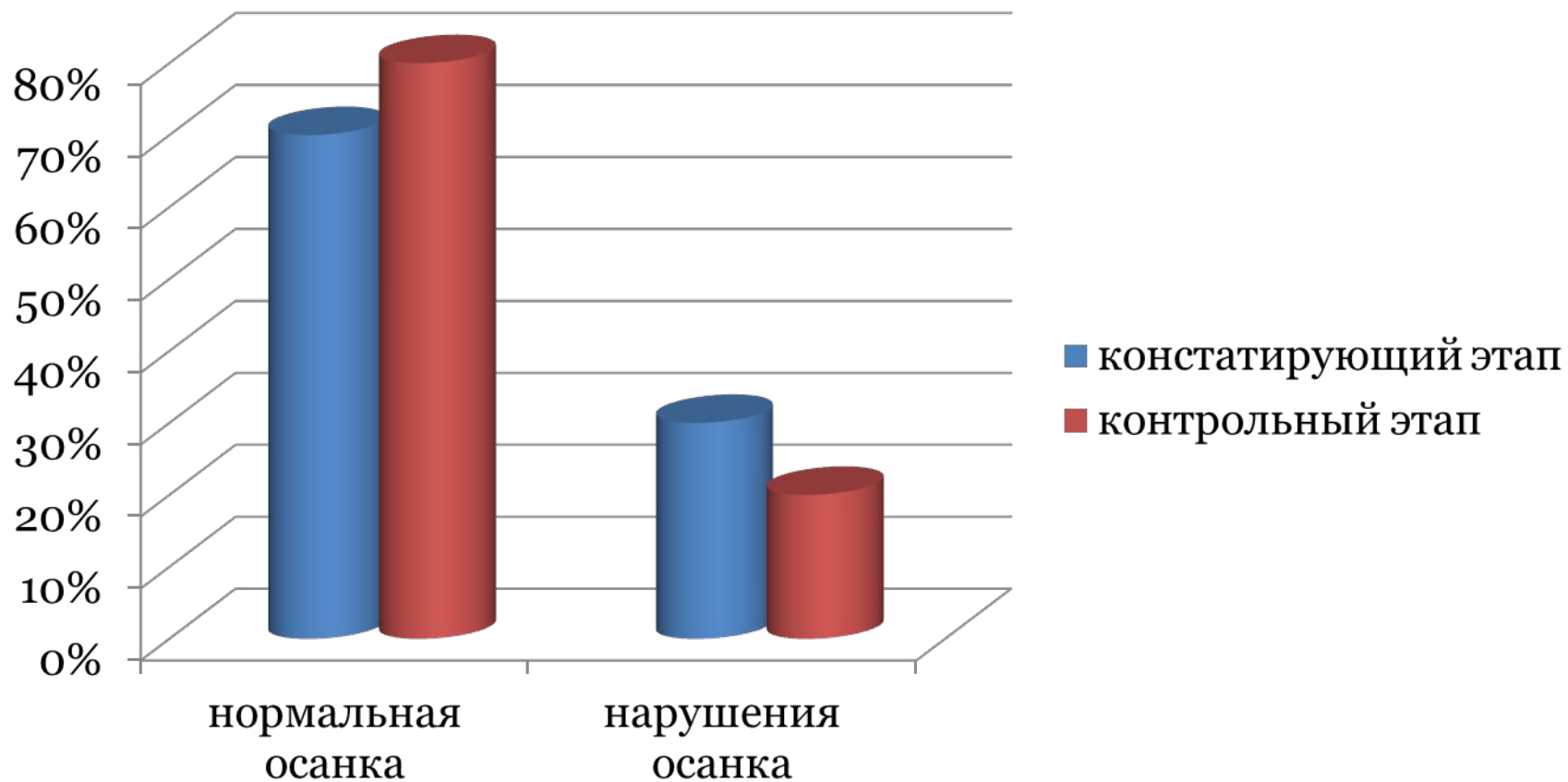
% соотношение



■ нормальная осанка

■ нарушения осанки

Сравнительный анализ



Спасибо за
внимание!