

# АНАЛИЗ МЕТОДИЧЕСКИХ РАЗРАБОТОК ДЛЯ КОРРЕКЦИИ ОСАНКИ У ДЕТЕЙ С НАРУШЕНИЯМИ ЗРЕНИЯ

Составитель Бессонова Антонина Владиславовна

---

Статья посвящена актуальной проблеме: нарушения осанки у детей с проблемами офтальмологического характера. Рассмотрены и проанализированы методические разработки и программы ведущих специалистов по коррекции осанки у детей с проблемами зрения.

Известно, что нарушение осанки бывает у детей всех возрастов и физических данных. Причин для этого очень много. Это врожденные и наследственные так и приобретенные. Для детей инвалидов по зрению это доставляет большие проблемы, чем детям без физических недостатков, так как ввиду своего заболевания они более ограничены в активном движении, чем другие дети и занятия обычной физической культурой, в общем понимании этого слова для них не является возможным [3].

ЛФК при индивидуальном подходе к таким детям является наиболее приемлемой.

**Ключевые слова:** осанка, лечебная физическая культура, дети с ограниченными возможностями в состоянии здоровья, проблемы со зрением, методические разработки и программы для коррекции осанки детей.

---

**Актуальность исследования.** В современном мире, где практически из досуга детей исчезли активные виды игр, физический труд, где дети чуть ли не с пеленок «дружат» с телефонами и всевозможными гаджетами, проблема нарушения осанки и зрения у детей является одной из наиболее частых и трудных.

К сожалению, в наше время увеличивается число детей, имеющих проблемы со здоровьем, а значит с ограничениями в занятии обычной физкультурой, поэтому необходимость в профилактике нарушений осанки у детей и использование при этом ЛФК остается высокой [2].

**Цель работы:** Изучение литературных данных для коррекции осанки у детей с нарушениями зрения.

**Материалом** для статьи послужили научные исследования ряда специалистов (Д. А. Селантьев, 2001; Н. Мелентьева, 2004; А. Дьяченко, 2010; а также учебное пособие «Физкультурно – спортивная деятельность при нарушении зрения» (А.Е. Никитина и М. И. Сентизова). Их основное внимание сосредоточено на укреплении здоровья, коррекции недостатков физического развития и формировании компенсаторных функций организма детей с проблемами зрения.

Н. Н. Мелентьева, (2004) предлагает методику применения комплексов физических упражнений сочетанного действия для формирования осанки младших школьников с нарушениями зрения в процессе занятий физическими упражнениями (урок физической культуры, гимнастика до учебных занятий, физкультминутки) в специальных (коррекционных) школах. Разработано применение комплексов упражнений, что, по мнению автора, позволит повысить эффективность педагогических воздействий на формирование осанки у младших школьников с недостатками зрения.

Комплексы упражнений для формирования правильной осанки в процессе занятий физическими упражнениями, утверждает автор, необходимо осуществлять поэтапно: на первом этапе осуществляется ознакомления, на втором и третьем этапах соответственно - разучивание и тренировка [4].

Д. А. Силантьевым (2001) изучены особенности обучения плаванию и влияния занятий в воде на коррекцию вторичных заболеваний (одним из которых является нарушение осанки) детей с дефектами зрения. Плавание наиболее успешно исправляет нарушения телосложения и деформацию позвоночника человека. Автором разработана методика начального обучения плаванию слабовидящих детей, выяснено влияние плавания на кардиореспираторную систему и физическую работоспособность, а также на коррекцию осанки слабовидящих детей младшего школьного возраста [5].

А. А. Дяченко (2010) в своей работе разработала коррекционную технологию, позволяющую с помощью физических упражнений различной биомеханической направленности влиять на состояние осанки детей младшего школьного возраста. Как утверждает автор, биомеханика ходьбы детей с ослабленным зрением имеет ряд отличительных особенностей по сравнению с ходьбой практически здоровых детей. У детей с ослабленным зрением формируется двигательный стереотип, который проявляется в увеличенных значениях угла наклона туловища относительно вертикали. Автор разработала алгоритм организации оздоровительных занятий, который состоит из трех этапов: вступительного, коррекционного, поддерживающего [1].

В учебном пособии «Физкультурно – спортивная деятельность при нарушении зрения» авторы А.Е. Никитина и М. И. Сентизова раскрыли какие зрительные дисфункции бывают у детей школьного возраста, о психических, физических развитиях у детей с офтальмологическими проблемами [6].

Перечислили различные методики адаптивного физического воспитания детей с нарушениями зрения, какие бывают у них показания и противопоказания к физическим нагрузкам, про использование и развитие сохранных анализаторов. Отдельного внимания заслуживают главы про игры для слепых и слабовидящих детей. В конце авторы дают практические рекомендации о необходимости перед проведением игр различного характера, спортивных соревнований, тщательного изучения медицинских карт обследования детей дошкольного и школьного возраста, проверить наличие допуска.

## **Заключение**

Таким образом, при тщательном анализе методических разработок и научных работ по ЛФК для детей с нарушениями зрения и проблемами осанки выделила основные выводы:

1. При проведении комплексов упражнений необходим индивидуальный подход с учетом состояния зрения каждого ученика, клинической формы нарушения зрения и диагноза врача-окулиста и

дифференцированный подход с учетом типа нарушения осанки. Занятия должны обязательно проходить под присмотром учителя или врача.

2. Дефекты осанки у слабовидящих младших школьников часто является вторичным и сопутствующим нарушением осанки, поэтому такие дети требуют особого подхода при разработке и планировании уроков физического воспитания и лечебно-физкультурных занятий, направленных на коррекцию нарушений опорно-двигательного аппарата.

3. Проведя анализ научно-методической литературы, мы пришли к выводу, что существующие программы по коррекции осанки слабовидящих детей младшего школьного возраста в той или иной степени положительно влияют на опорно-двигательный аппарат и физическое развитие в целом у детей данной нозологической группы.

4. Особенностью коррекционных программ является то, что они направлены на укрепление мышечного корсета и мышечно-суставного чувства правильной осанки за счет использования различных средств (плавание, ЛФК, рекомендованные физические упражнения).

### **Литература:**

1. Дяченко А.А. Методика занятий физической культурой с детьми, имеющими нарушения зрения / А.А. Дяченко., А.В.Корнев //Научный поиск. - 2014. -№ 5. -С. 48-51.

2. Кротова В.Ю. Формирование и укрепление здоровья детей дошкольного возраста средствами лечебной физической культуры / В.Ю. Кротова ., О. А. Григорьев // Наука-2020.- 2016. - № 1 (7). - С. 147-152. – URL: <https://www.elibrary.ru/item.asp?id=29953504> ( дата обращения: 22/02/2020).

3. Марущак А.В. Методики адаптивной физической культуры для детей с нарушениями зрения / А.В. Марущак // Science Time. - 2019. - № 4 (64). - С. 37-41.

4. Мелентьева Н.Н. Формирование осанки у младших школьников с нарушением зрения в процессе занятий физическими упражнениями в специальной (коррекционной) школе»: Дис..канд.пед.наук;13.00.03 / Российский государственный педагогический университет им. А.И. Герцена г. - Санкт-Петербург, 2004 .

5. Силантьев Д. О. Коррекция физического развития слабовидящих детей средствами плавания: Дис... канд. пед. наук: 13.00.03 / Запорожский гос. ун-т. – Киев, 2001. - 273 л.

6. Физкультурно-спортивная деятельность при нарушении зрения: учебное пособие: [для студентов, обучающихся по специальности "Адаптивная физическая культура", педагогов специальных (коррекционных) образовательных учреждений III и IV видов] / М-во образования и науки Рос. Федерации, ФГАОУ ВПО "Сев. -Вост. федер. ун-т им. М. К. Аммосова", Ин-т физ. культуры и спорта; [сост.: А. Е. Никитина, к.п.н., М. И.Сентизова, к.п.н.]. - Якутск: ИД СВФУ, 2013. -91, [1] с.