

Россия и Европа: связь культуры и экономики

**Материалы XXIII международной
научно-практической конференции**

Прага, Чешская республика
1 марта 2019 года

Прага
2019

Паутова Л.В., Труфанова Н.А., Голубева С.В., Кондакова Т.В. ОПТИМИЗАЦИЯ СИСТЕМЫ УПРАВЛЕНИЯ ДОШКОЛЬНОЙ ОРГАНИЗАЦИИ КАК УСЛОВИЕ ЭФФЕКТИВНОЙ РЕАЛИЗАЦИИ ФГОС ДО.....	116
Сайгашкина М.А., Купякова Л. М. ПРИНЦИПЫ ПЕДАГОГИЧЕСКОГО ВЗАИМОДЕЙСТВИЯ ПЕДАГОГОВ С ДЕТЬМИ С ОВЗ В УСЛОВИЯХ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО УЧРЕЖДЕНИЯ.....	118
Серебрякова В.В., Логинова Е.А., Шулятьева С.Б., Монастырева М.В., Лакман Е.И., Егорова Т.А., Протасова Т.В. ПСИХОЛОГО-ПЕДАГОГИЧЕСКОЕ ПРОСВЕЩЕНИЕ, ПОДДЕРЖКА И ПОМОЩЬ ЗАМЕЩАЮЩИМ СЕМЬЯМ В МЕЖВЕДОМСТВЕННОМ ВЗАИМОДЕЙСТВИИ И СОЦИАЛЬНОМ ПАРТНЕРСТВЕ В УСЛОВИЯХ ЗАМЕЩАЮЩЕЙ СЕМЕЙНОЙ ЗАБОТЫ.....	120
Соломкина А.К., Даянова А.Р. ИССЛЕДОВАНИЕ СОСТОЯНИЯ МЫШЕЧНОГО КОРСЕТА И ИХ ОТКЛОНЕНИЙ У ДЕТЕЙ СТАРШЕГО ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА.....	124
Тимошенко Ю.В. СОВРЕМЕННЫЕ ПРОБЛЕМЫ И ПЕРСПЕКТИВЫ ТЕХНОЛОГИЗАЦИИ ВОСПИТАТЕЛЬНОГО ПРОЦЕССА В УЧЕБНОМ ЗАВЕДЕНИИ (ПЕДАГОГИЧЕСКИЙ КОЛЛЕДЖ).....	127
Томенко И.Ф. ФОРМЫ ИСПОЛЬЗОВАНИЯ ИКТ В ДЕЯТЕЛЬНОСТИ МУЗЫКАЛЬНОГО РУКОВОДИТЕЛЯ ДОУ.....	129
Фомина Н.В. АКТУАЛЬНЫЕ НАПРАВЛЕНИЯ СОЦИАЛИЗАЦИИ ШКОЛЬНИКОВ 5 КЛАССОВ В СОВРЕМЕННОМ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОМ ПРОСТРАНСТВЕ.....	131
Цвирко О.Ю., Нечаева С.А. НЕЙРОПСИХОЛОГИЧЕСКОЕ СОПРОВОЖДЕНИЕ ДЕТЕЙ ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА С ОГРАНИЧЕННЫМИ ВОЗМОЖНОСТЯМИ ЗДОРОВЬЯ.....	133
Щипунова И.И., Васильева М.С., Пуляевская О.В. ФОРМИРОВАНИЯ ОСНОВ ЭТНОКУЛЬТУРНОЙ ТОЛЕРАНТНОСТИ У ДЕТЕЙ ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА.....	136
Янеева Л.Г. ОСОБЕННОСТИ ОБУЧЕНИЯ РУССКОМУ ЯЗЫКУ ДЕТЕЙ-БИЛИНГВОВ.....	138
СЕКЦИЯ СОЦИОЛОГИЯ. ПОЛИТОЛОГИЯ	
Киселева А.М. ФОРМИРОВАНИЕ ИНФОРМАЦИОННОЙ СРЕДЫ В СОВРЕМЕННОМ ОБЩЕСТВЕ.....	142
Кожевникова Л.М., Анисимова А.М. СОЦИОЛОГИЧЕСКИЙ АНАЛИЗ НАРКОМАНИИ И СУИЦИДА В СРЕДЕ МОЛОДЕЖИ.....	144

ИССЛЕДОВАНИЕ СОСТОЯНИЯ МЫШЕЧНОГО КОРСЕТА И ИХ ОТКЛОНЕНИЙ У ДЕТЕЙ СТАРШЕГО ДОШКОЛЬНОГО ВОРАСТА

Соломкина А.К., Даянова А.Р.

Башкирский институт физической культуры (филиал) ФГБОУ ВО «УралГУФК»

Ключевые слова: здоровье, дошкольный возраст, здоровая осанка, мышцы спины, опорно-двигательный аппарат.

Актуальность: Формирование правильной осанки - есть одна из базовых задач физического воспитания, которая особенно важна в начальном периоде возрастного развития. В данном периоде наиболее интенсивно проходит морфофункциональный рост организма, включая создание позвоночных изгибов и прочих структурных основ для осанки. От качественной выработки рационального навыка фиксации основных поз прямохождения, выработанных как единство в гармоничном развитии мышц и укрепления костно-связочного аппарата, в большой степени определяется статус осанки последующих лет [2].

Цель исследования – выявить уровень состояния мышц, участвующих в поддержке позвоночника у детей возраста 6-7 лет.

Методы и организация исследования: определение состояния мышц спины, участвующих в формировании осанки, проводилось при помощи тестов, автором которых является Е. К. Лейтан. Исследование проходило в г. Когалыме на базе МАДОУ «Сказка», принимали участие 60 воспитанников данного образовательного учреждения. Все исследования проходились с соблюдением принципов деонтологии.

Результаты исследования. Проводя данное исследование в г. Когалыме на базе МАДОУ «Сказка», по тестам Е.К. Лейтан были выявлены отклонения от нормы состояний мышц, поддерживающих позвоночник у дошкольников. Были проведены тесты: на определение силовой выносливости мышц спины, определение силовой выносливости мышц брюшного пресса в динамике, определение силовой выносливости мышц брюшного пресса в положении статики, определение подвижности суставов позвоночника.

Тест, определяющий силовую выносливость мышц спины показал, что у 60% детей мышцы поясничного отдела слабые и результат ниже нормы, у 35% детей мышцы поясничного отдела достаточно развиты и согласно тесту находятся в норме, у 5 % детей состояние мышц поясничного отдела находится выше нормы.

Тест, определяющий силовую выносливость мышц брюшного пресса в динамике, показал, у 60 % детей состояние мышц находится ниже нормы, у 30 % детей мышцы брюшного пресса находятся в норме, у 10 % детей состояние мышц выше нормы.

Тест, определяющий силовую выносливость мышц брюшного пресса в положении статики, показал у 60 % детей состояние мышц ниже нормы, у 35 % детей состояние мышц в норме, у 5 % детей выше нормы.

Тест, определяющий подвижность суставов позвоночника, показал 70 % детей результат ниже нормы и у 30 % детей подвижность суставов позвоночника в норме.

На наш взгляд, полученные данные свидетельствуют о слабости опорно-двигательного аппарата и мышечной системы детей старшего дошкольного возраста. Причин возникновения нездоровой осанки множество и некоторые из них - это высокие показатели рождаемости ослабленных детей, заболевания в период перинатального и более позднего периода развития ребенка, которые связаны с ограниченностью двигательной активности, неблагоприятные условия окружающей среды, факторы социально-гигиенического характера, включая факторы длительного пребывания в неправильном положении человека. Как результат неправильности положения тела формируется образование навыка в отношении неправильного установления тела. [5].

Рассматривая некоторые особенности анатомо-физиологических функции организма детей 6-летнего возраста, отметим, что этот возраст предполагает продолжение интенсивного формирования опорно-двигательного аппарата, притом, что практически каждая из 206 костей значительно изменяется по форме, размеру и внутреннему строению. Зоны роста костей выражаются отчетливым появлением новых окостенительных центров. Позвоночник, который несет сложную опорную функцию, почти целиком составляется хрящевыми тканями. [1]

Характерными чертами нормальной осанки детей являются: голова несколько наклонена вперед, незначительно смещается вперед плечевой пояс. Линия грудной клетки переходит плавно в линию живота, выступающего на 1-2 см, изгибы позвоночника выражаются слабо, при незначительном угле наклона таза.[3] Таким образом, мы можем прийти к выводу о том, что формирование правильной осанки дошкольника представляет собой одну из базовых задач физического воспитания, которая в особенности важна для начального периода возрастного развития, при котором наиболее интенсивно происходит становление организма морфофункционального типа, включая создание изгиба позвоночника и прочей структурной базы осанки. То, насколько качественным в данное время вырабатывается рациональный навык фиксации базовой позы в прямостоянии к единству гармоничного развития мышц и укрепления костно-связочного аппарата, по многим аспектам формирует, по мнению Н.И. Пономарева (1998 г.), статусы осанки в последующих годах. [4]

Вывод: выявлено, что большинство детей имеют посредственные показатели по данным тестам, также есть результаты, которые указывают, что у обследуемых детей так же встречаются случаи с ослабленным мышечным корсетом и малой подвижностью суставов позвоночника.

Определено, что необходима разработка эффективной методики, направленной на укрепление опорно-двигательного аппарата и мышечной системы детей старшего дошкольного возраста.

Список источников:

1. Антонова О. А. Возрастная анатомия и физиология. Электронный ресурс: <https://coollib.com> (обращение 29.01.2019)
2. Назаренко Л. Д. Развитие двигательного-координационных качеств как фактор оздоровления детей и подростков. М.: Изд. «Теория и практика физической культуры». 2001. 24с., 332 с.
3. Панькова И. В. Профилактика нарушений осанки у детей. [Текст]: Омск. 1998. 144-220 с.
4. Пономарева Н. И. Методика формирования у детей навыков правильной осанки. Электронный ресурс: <http://aneks.spb.ru> (обращение 29.01.2019)
5. Чоговадзе А. В. Нефиксированные изменения опорно-двигательного аппарата. Лечебная физическая культура. [Текст]: справочник. М.: Медицина. 1987. 407 с.
6. Шарманова С.Б. Формирование правильной осанки в процессе физического воспитания детей дошкольного и младшего школьного возраста [Текст]: учебное пособие. Челябинск: УралГАФК. 1999. 208 с.

STUDY OF THE STATE OF MUSCULAR CORSET AND THEIR DEFINITIONS IN CHILDREN OF THE SENIOR PRESCHOOL AGE

Key words: health, preschool age, healthy posture, back muscles, musculoskeletal system.