

©ГрГУ

МЕТОДИКА УКРЕПЛЕНИЯ СВОДА СТОПЫ У ДЕТЕЙ СТАРШЕГО ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА

Е. В. ЗНАТНОВА, В. А. БАРКОВ

The article gives a profound analysis of the literature on a problem of modern diagnostics and correction of foot deformation at the senior preschool age

Ключевые слова: дошкольный возраст, укрепление свода стопы

Согласно медицинской статистике плоскостопие наблюдается у 40 % детей 5–6-летнего возраста [1]. Учитывая столь высокий процент ортопедического отклонения, возникает необходимость именно в этом возрасте уделять самое пристальное внимание к профилактическим мероприятиям, направленным на поддержание нормального свода стопы.

Программа по физическому воспитанию дошкольных учреждений [2] в достаточной мере насыщена упражнениями, укрепляющими опорно-двигательный аппарат нижних конечностей (ходьба, бег, приседания, плавание и др.), что, несомненно, способствует повышению выносливости нижних конечностей. И все же, использование в ходе физкультурного занятия специальных комплексов физических упражнений, укрепляющих мышцы стопы, весьма необходимо.

Кроме того, очень важно вовремя определить, существует ли у ребенка деформация свода стопы. Сделать это достаточно сложно, так как внутренний свод стопы ребенка дошкольного возраста заполнен жировой клетчаткой. Это зачастую приводит к диагностическим ошибкам. Проблема точной диагностики деформации сводов стопы у детей 5–6-летнего возраста остается открытой. Это пред-

ставляет научный интерес и является актуальным аспектом для теории и методики физического воспитания.

Объект исследования: процесс физического воспитания детей старшего дошкольного возраста.

Цель: экспериментальное обоснование эффективности методики укрепления свода стопы у детей старшего дошкольного возраста.

Задачи:

1. Установить факторы, влияющие на формирование свода стопы у детей.
2. Выявить надежные методы диагностики деформации свода стопы у старших дошкольников и обосновать методику ее укрепления средствами физической культуры.
3. Экспериментально обосновать эффективность методики укрепления свода стопы у детей старшего дошкольного возраста.

Проведение исследования было основано на применении общепринятых научных методов исследования: анализ и обобщение научно-методической литературы; анкетирование; контрольные испытания (тестирование); педагогический эксперимент; методы математической статистики.

В результате выполненной работы была разработана методика укрепления свода стопы у детей старшего дошкольного возраста, основанная на применении специально составленных комплексов физических упражнений. Эффективность разработанной методики укрепления свода стопы выражается в улучшении состояния формирующейся стопы у детей старшего дошкольного возраста. Применение методики способствует профилактике и коррекции плоскостопия, улучшению состояния здоровья, более качественной подготовке к обучению в начальной школе.

Литература

1. Биомеханика стопы человека: материалы I Междунар. науч.-практ. конф., Гродно, 18–19 июня 2008г. / ГНУ НИЦПР НАНБ; редкол.: А.И. Свириденко (отв. ред.) [и др.] – Гродно: ГрГУ, 2008. – 171 с.
2. Пралеска: программа дошкольного образования / Л.А. Панько [и др.] – НИА; Аверсэв, 2007. – 312 с.