

УДК 615.825:616.071.8-053.2/.5

ФІЗИЧНА ТЕРАПІЯ У РАЗІ ПОРУШЕННЯ ПОСТАВИ В ДІТЕЙ

Ірина КУДРИЧ

*Львівський державний університет фізичної культури
імені Івана Боберського,
м. Львів, Україна*

Вступ. Сучасні наукові дослідження вказують на наявність несприятливих тенденцій щодо здоров'я дітей і підлітків. За даними офіційної статистики МОЗ України, частка абсолютно здорових дітей у дошкільних закладах та школах постійно зменшується. Саме поширення порушення постави у дітей шкільного віку зумовлює актуальність і збільшує потребу удосконалення профілактичної і корекційної роботи в дошкільних закладах. Ураховуючи закономірності потенційних можливостей дитини кожного вікового періоду, методика фізичної терапії передбачає науково обґрунтовані програми, засвоєння яких забезпечує корекцію постави та профілактику щодо її порушень.

Мета дослідження – вивчити вплив засобів фізичної терапії на корекцію постави дітей старшого дошкільного віку.

Методи дослідження: узагальнення науково-теоретичної і методичної літератури з проблеми фізичної терапії дітей із порушенням постави (планування аналізу, методи реконструкції, аспектний аналіз).

Результати дослідження. Під дією фізичних вправ, рухової активності в організмі зростає синтез біологічно активних сполук, які поліпшують сон, сприятливо впливають на настрій дітей, підвищують їх розумову і фізичну працездатність. Незважаючи на підвищення абсолютної м'язової сили у віці 4–5 років, відносна сила майже не змінюється, оскільки зростає і вага тіла дитини. Це було враховано під час розроблення програми фізичної терапії дітей із порушенням постави. Комплекси вправ, вибірковий масаж, вправи для профілактики та корекції плоскостопості розроблено з урахуванням вікових особливостей, фізичного розвитку, рухової активності. Розроблення програми фізичної терапії дітей 4–5 років із порушенням постави багато в чому визначалася рівнем наукової обґрунтованості засобів та методів з урахуванням віку дитини. Доцільність програми фізичної терапії можна визначити, досліджуючи показники рухової активності, її інтенсивності, стану м'язів, показників функціонального стану хребта.

Висновки. Доведено, що оптимальні умови для досягнення позитивних результатів у розвитку рухів дитини створюються за умови поєднання конкретних рухових завдань у формі рухливих ігор, ігрових вправ, спрямованих на укріплення м'язів спини, грудної клітки та живота, у процесі яких рухи, засвоєні дітьми раніше, вдосконалюються в різних умовах.

Ключові слова: діти, порушення постави, програма, фізична терапія.