

## Консультация для родителей

### «Нарушение опорно двигательного аппарата у детей!»

Инструктор по физической культуре:  
Шматкова Е.Н.

В 3 года дети приходят в детский сад уже с нарушениями координации движений и неправильной осанкой, что обусловлено неправильным двигательным режимом дома.

Отставание в развитии двигательных функций начинается уже в 5 – 6 месяцев, когда матери при попустительстве педиатра начинают присаживать малыша, который ещё не научился поворачиваться самостоятельно. В 6 месяцев, когда ребёнок пытается вставать на четвереньки, его необходимо выкладывать на застеленный одеялом пол.

Нельзя разрешать ребёнку вставать в манеже, если он не научился ползать. Ползание – самая прекрасная активная подготовка ребёнка к вертикальному положению. Только после периода ползания у ребёнка развивается правильная координация, так как все движения активные, то есть ребёнок делает их сам, а не мать, не массажист. Дети, которые, не ползая, научились ходить в манеже, первое время ходят приставным шагом, выставив одно плечо вперёд с резко увеличенным поясничным лордозом, который усугубляется слабыми мышцами брюшного пресса. Ползание не только способствует формированию правильной координированной походки, но и укрепляет мышцы спины и живота. Если ребёнок начал рано в 6 – 7 месяцев вставать в кроватке или манеже за счёт силы рук, а с 8

месяцев начал ходить без обуви вдоль барьера, фиксирующей голеностопный сустав, у малыша

развивается компенсаторная «вальгусная» установка стоп, для увеличения площади опоры.

Практически никто из родителей не выполняет обязательного правила: ползать ребёнок должен в пинетках, а учиться ходить только в ботинках со шнуровкой и высоким задником, а не каблуком, как иногда рекомендуют.. До 80% детей не умеют ползать в 7 – 9 месяцев, а сразу пошли к удовольствию родителей, не подозревая о пагубных последствиях такого процесса формирования двигательных навыков ребёнка, то есть отсутствие необходимого для правильного формирования позвоночника и правильной координации навыка – ползания.

Таким образом, дети приходят в ДОУ с нарушенной осанкой и с неправильной установкой стоп.