

Особенности формирования опорно-двигательного аппарата ребенка

Скелет дошкольника состоит преимущественно из хрящевой ткани, что обуславливает возможность дальнейшего роста. Однако кости ребенка мягкие, гибкие, не обладают достаточной прочностью, легко поддаются искривлению и приобретают неправильную форму под влиянием неблагоприятных внешних факторов (физические упражнения, не соответствующие функциональным и возрастным возможностям детей, не соответствующие росту ребенка одежда и обувь, мебель и т. д.). Процесс окостенения скелета происходит постепенно, на протяжении всего периода детства. Формирование физиологических изгибов позвоночника в шейном, грудном, поясничном отделах начинается на первом году жизни и продолжается до 6–7 лет.

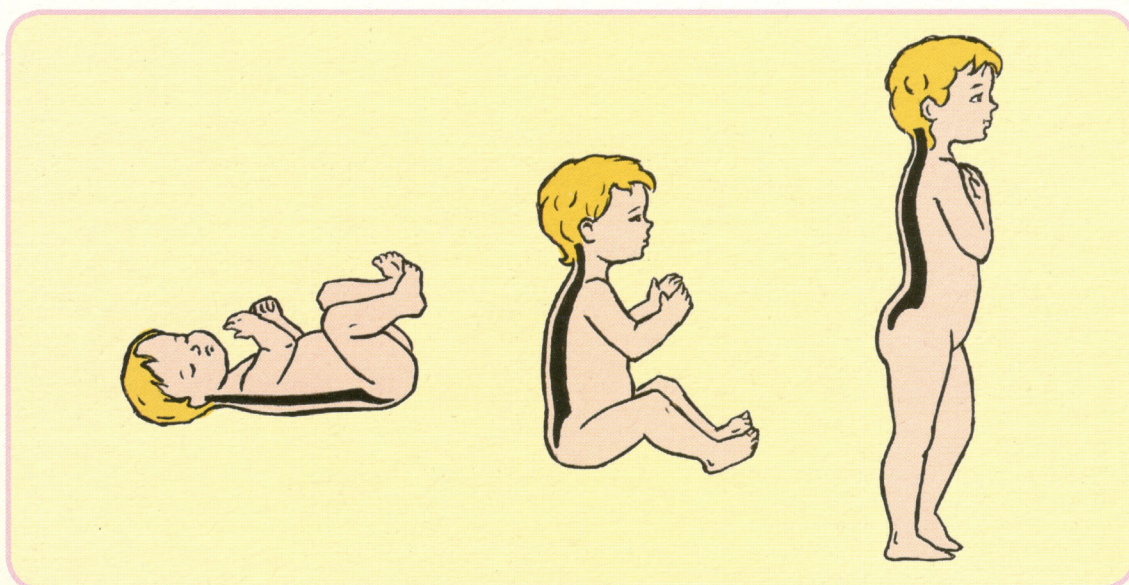


Рис. 1. Появление изгибов позвоночника в связи с сидением и стоянием

Позвоночник детей отличается подвижностью, физиологические изгибы его неустойчивы и сглаживаются, когда ребенок лежит, вновь изгибы появляются и усиливаются к концу дня под влиянием сидения и ходьбы. Для детей дошкольного возраста характерна чрезвычайная гибкость туловища, что объясняется большой толщиной и податливостью межпозвоночных хрящей и поздним окостенением позвонков. Изгибы позвоночника образуются, а впоследствии закрепляются под влиянием давления со стороны верхних частей тела. Направление давления зависит от осанки, т. е. позы при сидении, стоянии, ходьбе.