В настоящее время под влиянием многочисленных факторов социально - экономического и экологического характера здоровье населения России, детей и подростков в особенности, ухудшилось и находится в критическом состоянии (Китайкина Н.А., Сетяева Н.Н.).  Проведенные еще в конце XX столетия обследования школьников показали, что от 30 до 60% имеют нарушения функции опорно-двигательного аппарата, т.е. разного рода искривления позвоночника, и как следствие – неправильную осанку. Через 10 лет эти цифры возросли до 50–90%.

Распространенность искривлений позвоночника растет от младших классов к старшим. Даже в детских спортивных школах обнаружено немало учащихся с нарушениями осанки и сопутствующими им заболеваниями. Осанка портится по нескольким причинам (Котишева И.А.). Это и неправильное расположение тела в ходе различной, часто повторяющейся, деятельности: сидения за столом, сгорбившись; передвижения, ссутулившись, либо когда одна рука находится в кармане (налицо искусственный перекос плечевого пояса и нарушенная осанка). Это и различные врождённые заболевания, как внутренних органов, так и опорно-двигательного аппарата, при наличии которых осанка оказывается далека от идеальной [1, 2].

Средства оздоровительной физической культуры в настоящее время приобретают все большую популярность, в том числе при проведении оздоровительных мероприятий с детьми, имеющими нарушения осанки. В практике коррекционной гимнастики используются ушу, работа на кардио и силовых тренажерах, аквафитнес, фитбол гимнастики, элементы оздоровительной аэробики (Калугина Г., Федорова А., Шарманова С.). Анализ научно-методической литературы показывает, что победители конкурсов педагогического мастерства все чаще обращаются к методикам фитнеса в процессе физического воспитания и укрепления позвоночника в том числе.

Профилактический и лечебный эффект при дозированной тренировке возможен при соблюдении ряда принципов: систематичности, регулярности, длительности, дозировки нагрузки, индивидуализации [3, 4, 5].

**Объект исследования.** Процесс коррекции нарушений осанки младших школьников в условиях реабилитационного центра.

**Предмет исследования.** Применение средств оздоровительной физической культуры в коррекции нарушений осанки младших школьников.

**Гипотеза.**Предполагается, что применение средств оздоровительной физической культуры в рамках коррекции осанки позволит разнообразить и повысить эффективность занятий в реабилитационном центре. Использование фитбол гимнастики, гантельной гимнастики, элементов ушу и аэробики будет способствовать укреплению мышц спины и мышечного корсета в целом, возрастут показатели координации движений и интереса к лечебной физической культуре.

**Цель исследования.**Совершенствование процесса коррекции осанки средствами оздоровительной физической культуры.

**Задачи исследования.**

1. Изучить инновационный педагогический опыт занятий по лечебной физической культуре, по данным литературы.
2. Разработать содержание занятий в группе лечебной физкультуры с использованием средств ОФК для коррекции нарушений осанки.
3. Определить эффективность реабилитационных занятий по показателям силы мышц спины, пресса и физических качеств.