**Бубела Олексій-Олег Юліанович. Оптимізація процесу формування постави у дітей молодшого шкільного віку з використанням комп'ютерних технологій : Дис... канд. наук з фіз. виховання і спорту: 24.00.02 / Львівський держ. ін-т фізичної культури. — Л., 2002. — 196арк. — Бібліогр.: арк. 154-171**

|  |  |
| --- | --- |
| |  | | --- | | **Бубела О-О. Ю. Оптимізація процесу формування постави у дітей молодшого шкільного віку з використанням комп’ютерних технологій. – Рукопис.**  Дисертація на здобуття наукового ступеня кандидата наук з фізичного виховання і спорту за спеціальністю 24.00.02 – Фізична культура, фізичне виховання різних груп населення. – Львівський державний інститут фізичної культури, Львів, 2002.  Узагальнено та проаналізовано досвід теорії і практики щодо формування постави у фізичній культурі і спорті. Розроблено комп’ютерні програми “Тест 2000”, “Постава”, “Діагностика” для використання в умовах школи та дому. Оптимізовано методику формування постави з використанням комп’ютерних технологій. Встановлено, що ефективність формування постави значною мірою залежить від рівномірного розвитку м’язів статичного да динамічного характеру, які беруть участь у зберіганні правильного положення хребта. Запропоновано методику формування постави з використанням комп’ютерних технологій, що дозволяє покращити стан постави у дітей молодшого шкільного віку на основі індивідуального підходу та вирівнювання показників розвитку фізичних якостей. Доведено ефективність розробленої методики формування постави у дітей молодшого шкільного віку. Основні результати дослідження впроваджені у практику роботи загальноосвітніх шкіл м. Львова. | |
| |  | | --- | | 1. Аналіз спеціальної, науково-методичної літератури і власних експериментальних даних показав, що проблема формування постави у дітей молодшого шкільного віку все ще далека від оптимального її вирішення. Проведені дослідження показали, що процес формування постави має проходити через усі заняття фізичного виховання і здійснюватися у всіх розділах навчального матеріалу за допомогою як спеціальних вправ, так і загальних вправ масового та індивідуального характеру в умовах школи та дому. 2. Аналіз практичної роботи з учнями молодшого шкільного віку показав обмежену кількість та недостатню різноманітність фізичних вправ, що застосовуються вчителями на уроках фізичного виховання з метою формування постави. Структурно-логічний аналіз фізичних вправ, що застосовуються вчителями для формування постави, дозволив провести їх систематизацію за впливом на розвиток якостей, за дією на організм дитини, за формою та організацією проведення. 3. У результаті досліджень було встановлено, що батьки, вчителі фізичного виховання та вчителі початкових класів недостатньо володіють знаннями щодо формування постави у дітей молодшого шкільного віку, а саме: 7% учителів і 3% батьків показали ґрунтовні знання, 11% учителів і 6% батьків виявили рівень знань вище середнього, 26% учителів і 18% батьків – середній рівень, 49% учителів і 53% батьків - нижче середнього, і 7% учителів і 20% батьків - низький рівень знань. 4. Розроблена комп’ютерна програма “Тест - 2000” дозволяє здійснювати контроль і самоконтроль та підвищувати рівень знань з питань формування постави та профілактики її порушень. 5. У процесі досліджень було встановлено, що стан опорно-рухового апарату дітей молодшого шкільного віку є незадовільним. З обстежених 124 учнів 1-3 класів виявлено лише 13% дітей із нормальною поставою, 87% дітей мають одне або декілька порушень постави. Серед дітей, у яких були виявлені відхилення у поставі, у 84% спостерігалась асиметрія частин тіла та збільшення або зменшення вигинів хребта, 16% мали порушення, пов’язані з вадами положень лопаток, форм ніг та форми ступні. Рівень розвитку показників фізичних якостей дітей молодшого шкільного віку складає 53% від норми. Результати контрольних вимірювань фізичних якостей свідчать про те, що показники гнучкості розвинуті на рівні 70% від норми, показникисили м’язів - на рівні 45%, швидкісна сила - на рівні 66,7%, спритність - на рівні 53% від норми, статична витривалість - на рівні 47,4%, статична рівновага розвинута на рівні 34% . Все це засвідчує нерівномірність розвитку фізичних якостей, що є однією з причин виникнення дефектів постави. 6. Комп’ютерні програми “Постава і “Діагностика” дозволяють учителям і батькам проводити діагностику стану постави та фізичної підготовленості дітей молодшого шкільного віку в умовах школи та дому і оптимізувати та індивідуалізувати процес формування їх постави. 7. Проведений педагогічний експеримент показав, що використання методики формування постави у дітей молодшого шкільного віку з використанням комп’ютерних технологій дозволило покращити стан опорно-рухового апарату на 12,3% (р<0,05), а саме: кількість випадків сколіотичної постави зменшилась на 31%, вигнутої постави - на 8%, сутулої постави - на 12%, плоскої постави - на 3%, кругло-вигнутої постави - на 4%, крилоподібних лопаток - на 11%, деформації ніг - на 4%, сплощеної стопи - на 25%; оптимізувати та покращити розвиток фізичних якостей на 36,4%, а саме: гнучкість покращилась на 15,8%, сила - на 48%, швидкісна сила - на 29,2%, спритність - на 39,9%, статична витривалість - на 30,7%, статична рівновага - на 57,8%. 8. Запропонована методика формування постави з використанням комп’ютерних технологій дозволяє покращити стан постави у дітей молодшого шкільного віку на основі індивідуального підходу та оптимізації показників розвитку фізичних якостей. | |