

достатній рівень розвитку всіх фізичних здібностей, проте кожний із стилів має свої особливості впливу на рівень фізичної підготовленості.

3. Отримані дані, свідчать про те, що заняття різними стилями одноборств впливають на розвиток певних фізичних якостей, які переважають саме для даного стилю. Отже для одноборців стилю шотокан характерним є вищий розвиток швидкісних і швидко-силових фізичних якостей. Для спортсменів кудо характерним є вищий розвиток витривалості, силової витривалості та гнучкості. Для каратистів стилю годзю-рю пріоритетним є розвиток сили.

#### ЛІТЕРАТУРА

1. Апанасенко Г.Л. Физическое развитие детей и подростков. – К. : Здоров'я, 1985. – 79 с.
2. Арефев В.Г., Едінак Г.А. Фізична культура в школі. Кам'янець – Подільський. : "Абетка - нова", 2001, – 383с.
3. Бишоп М. Окинавское каратэ : учителя, стили, тайные традиции и секретная техника школ воинского искусства /Пер. с англ. А. Кратенкова. – М. : ФАИР-ПРЕСС, 2001, – 304 с.
4. Волков Л.В. Теория и методика детского и юношеского спорта / Л.В. Волков. – К. : Олимп. лит, 2002. – 394 с.
5. Накаяма М., Дрэгер Донн Ф. Практическое карате /Ред. Е. Гупало. – М. : ФАИР-пресс, 1999, – 178 с.
6. M. Nakayama scriptor Optimus Karate . In XI -m. V.5 . Heany , Tekki - Moscuа LLC " Publishing ACT » , « Ladomir " , MMI - CLXXXVIII p .
7. Directory bellicis artibus et ludis . / Ed . Taras AE - Minsk , 2002. – CCCLVI p .
8. Trusov OV Shotokan Karate Do - , Vol . 1. - М . : Futurum Telluris 2005. - CCCXLII p .
9. M. Oyama . / It - Karate .// Moscow : Fair - Teubneri, 2000. - LXXXVII p .
10. A. Gorbylëv . // Institutione School Kyokushin dojo : militaris artes Japan , MM , № IV , – S. 17– 38 .

УДК 796.011.1

**Бабич Н.Л.**

**Полтавський національний технічний університет  
імені Юрія Кондратюка м. Полтава**

### **ПСИХОФІЗІОЛОГІЧНЕ ОБҐРУНТУВАННЯ МОЖЛИВОСТІ КОРЕКЦІЇ ПОРУШЕНЬ ЕМОЦІЙНО-ВОЛЕВОЇ СФЕРИ ОСІБ ІЗ ВАДАМИ РОЗУМОВОГО РОЗВИТКУ В ПРОЦЕСІ СПОРТИВНОЇ ДІЯЛЬНОСТІ**

У статті визначено фізіологічне та психологічне підґрунтя корекції недоліків психічного та фізичного розвитку розумово відсталих осіб. Узагальнено недоліки діяльності розумово відсталих та підтверджено думку про необхідність впливу на емоційно-вольову сферу особистості із вадами розумового розвитку в умовах корекційно спрямованої діяльності. Визначено специфіку впливу спортивної діяльності на особистість. Доведено, що заняття адаптивною фізичною культурою, в основі якої лежать фізичні вправи, є засобом фізичного розвитку, корекції та компенсації наявних психічних та рухових порушень в осіб з інтелектуальною недостатністю. Охарактеризовано особливості організації навчально-тренувального процесу спортсменів із вадами розумового розвитку.

**Ключові слова:** емоції, воля, інтелектуальна недостатність, розвиток, корекція, діяльність, адаптивний спорт.

**Бабич Н. Л. Психофизиологические обоснование возможности коррекции нарушений эмоционально-волевой сферы лиц с недостатками умственного развития в процессе спортивной деятельности.** В статье определено физиологическое и психологическое основание коррекции недостатков психического и физического развития умственно отсталых лиц. Рассмотрены недостатки деятельности умственно отсталых и подтверждено мнение о необходимости воздействия на эмоционально-волевую сферу личности с недостатками умственного развития в условиях коррекционно направленной деятельности. Определена специфика влияния спортивной деятельности на личность. Доказано, что занятия адаптивной физической культурой, в основе которой лежат физические упражнения, является средством физического развития, коррекции и компенсации имеющихся психических и двигательных нарушений у лиц с интеллектуальной недостаточностью. Охарактеризованы особенности организации учебно-тренировочного процесса спортсменов с недостатками умственного развития.

**Ключевые слова:** эмоции, воля, интеллектуальная недостаточность, развитие, коррекция, деятельность, адаптивный спорт.

**Babych N. Psychophysiological study the possibility of correction of disorders of emotional and volitional persons with mental disabilities in sports activities.** The article found that the physiological basis of correcting deficiencies of mental and physical development of mentally retarded persons is the doctrine of the plasticity of the central nervous system and compensation for defects. Psychological basis of correcting defects of mentally retarded children is a provision for the possibility of their development, the unity of the laws of normal and mentally retarded children. We consider the views of scientists about the possible mental and physical development of children with intellectual disabilities. The shortcomings activity of mentally retarded and confirmed the view of the possibility of impact on the emotional and volitional person with mental disabilities in a remedial courses of action. The most motivated activity is sports activity, which is characterized by the constant observance of the sport mode, the systematic implementation of mandatory training tasks, the introduction of the training process more obstacles to overcome which requires athletes mobilization and manifestation of willpower and emotional stability. The specificity of the effect of sports activities on the individual. We prove that the class of adaptive physical education, which is based on physical exercise, a means of physical development, correction and compensation of existing mental and motor disorders in persons with intellectual

*disabilities. It is envisaged that the correctional orientation of sports training of athletes with mental disabilities should be based on the theory of the anomalous zones of proximal development of the child. Precise objectives of adaptive sports and characterized the specificity of the organization of the training process of athletes with mental disabilities.*

**Key words:** emotions, will, mental disabilities, development, compensation, activities, adaptive sports.

**Постановка проблеми.** Історія адаптивного спорту інвалідів із вадами розумового розвитку в світі бере свій початок ще з 60-х років ХХ ст. В Україні формування спортивного руху осіб з порушеннями інтелекту почалося з 90-х років минулого століття. Спортсмени з інтелектуальною недостатністю на сьогодні залучені до участі в спортивних змаганнях різних рівнів. Спортивна діяльність осіб із вадами розумового розвитку відбувається під егідою міжнародних організацій: Special Olympic International і INAS-FID (Міжнародна спортивна федерація осіб із вадами інтелекту).

Науковими дослідженнями у галузі корекційної педагогіки та спеціальної психології доведено, що розумова відсталість проявляється в неузгодженості взаємодії між інтелектуальними та афективними процесами [3-5]. Особи з вадами розумового розвитку характеризуються низькою здатністю до вольової регуляції поведінки, високою залежністю від ситуації та власної афективності, нездатністю до подолання труднощів і перешкод, неможливістю протидіяти найменшій спокусі внаслідок слабкості спонукань, недостатньою ініціативністю, сугестивністю й емоційною незрілістю [3]. Однак зазначені недоліки діяльності розумово відсталих є лише проявами своєрідної діяльності при відсутності внутрішньої готовності таких осіб до вирішення поставлених завдань, що підтверджує думку про можливість впливу на їхню емоційно-вольову сферу в умовах корекційно спрямованої діяльності.

**Аналіз останніх наукових досліджень і публікацій.** Особливості розвитку емоційно-вольової сфери осіб із вадами розумового розвитку розглядаються в роботах Л. С. Виготського, С. П. Євсєєва, Н. Л. Літош, Н. М. Стадненко, О. П. Хохліної, М. Царидзе та ін. Авторами зазначено, що незважаючи на емоційну незрілість осіб із вадами інтелекту, в них досить чітко виражені позитивні або негативні емоції, але вони не завжди вмотивовані.

Вплив фізичних навантажень на функціональний стан серцево-судинної, дихальної та ін. систем організму осіб з інтелектуальною недостатністю вивчали Коштур Я.Є., Талицька О. В., [Ilker Yilmaz](#), [Nevin Ergu](#), Ergun N., Baltacı G. та ін. У наукових доробках Fernhall B., Pitetti K. розглянуто проблему удосконалення фізичної підготовленості спортсменів із вадами розумового розвитку. З позиції нашого дослідження цікавими є праці Бойко Г.М., в яких представлено систему психологічного супроводу спортсменів із вадами психофізичного розвитку. Однак, враховуючи численні дослідження, присвячені проблемі корекції емоційно-вольових порушень розумово відсталих, можемо констатувати недостатню увагу науковців до вивчення можливостей використання методів і засобів фізичної культури з метою впливу на емоційно-вольову сферу таких осіб.

**Метою статті є** теоретичне обґрунтування необхідності і можливості корекції порушень емоційно-вольової сфери осіб із вадами розумового розвитку у процесі спортивної діяльності.

**Виклад основного матеріалу дослідження.** Під корекцією недоліків психічного та фізичного розвитку розумово відсталих розуміють виправлення або послаблення цих недоліків, сприяння максимальному наблизенню розвитку розумово відсталих осіб до рівня розвитку здорових однолітків [5]. Фізіологічним підґрунтям корекції недоліків психічного та фізичного розвитку розумово відсталих дітей є вчення про пластичність функцій центральної нервової системи та компенсацію дефектів. Процеси компенсації розумово відсталих дітей мають специфічні особливості. В умовах спеціального навчання та виховання під впливом цілеспрямованих педагогічних дій виявляються потужні можливості розвитку функцій центральної нервової системи у дітей. Ці функції посідають значне місце у компенсаторній перебудові. У зв'язку з цим виникають якісні зміни пізнавальної діяльності [3].

Психологічним підґрунтям корекції дефектів розумово відсталих дітей є положення про можливості їхнього розвитку, про єдність законів розвитку нормальної та розумово відсталої дитини, вперше висунуте Л. С. Виготським. У всіх дітей, у тому числі й у розумово відсталих, під впливом середовища (передусім, навчання) формуються складні види психічної діяльності ("психологічні функції").

Серед науковців і фахівців-практиків у галузі корекційної педагогіки та психології існують два погляди на можливості розвитку дітей із вадами інтелекту. Зокрема, деякі вчені вважають, що діти із вадами розумового та фізичного розвитку достатньо успішно засвоюють просте, елементарне, але не можуть досягти вищих рівнів узагальнення та абстракції, а також вершин моральної культури. Однак переважна більшість науковців поділяють погляди Л. С. Виготського [3] щодо закономірностей розвитку психіки розумово відсталих дітей. Розглядаючи розвиток як єдиний процес, де наступний етап залежить від досягнутого раніше, автор указує на необхідність відокремлення первинного дефекту та вторинних ускладнень розвитку, наголошує на помилковості виділення симптомів та особливостей розвитку психіки дітей з вадами інтелекту із головної причини їх відсталості – факту органічного ураження мозку.

Як і свідомість в цілому, відношення між інтелектуальними та емоційно-вольовими процесами формується у розумово відсталих у процесі діяльності [2,5]. При цьому розуміється, що провідна роль у формуванні емоційно-вольової сфери належить корекційній роботі, що спрямована на виправлення недоліків особистості. У науковій літературі широкого розповсюдження набули теорії, що в основі розумової відсталості лежить недостатність волі та уваги. Головну трудність у процесі навчання таких дітей Штрамайер вбачає у невмінні зосереджувати увагу на потрібному об'єкті. Е. Сеген зауважує, що розумово відсталі не проявляють наполегливості під час виконання завдання тому, що він передусім «не хоче». Однак, науковці одностайні в думці, що воля і увага повністю залежать від умов виховання та навчання і змінюються в процесі розвитку людини [1, 4].

А.Д. Виноградовою [4] узагальнено недоліки діяльності розумово відсталих:

- порушення цілеспрямованості під час виконання поставленого завдання внаслідок низького орієнтування в його умовах, невміння долати труднощі, некритичного ставлення до результатів діяльності;

- труднощі переносу минулого досвіду в нові умови;
- короткість мотивації внаслідок низького усвідомлення мотивів і мети діяльності;
- недостатнє розуміння словесної інструкції, низька довільна увага, нездатність до усвідомлення змісту всієї інструкції в цілому.

Зазначені недоліки діяльності розумово відсталих на думку [5] та ін. не є ні вродженими, ні не змінними властивостями волі, а лише проявами своєї діяльності при відсутності внутрішньої готовності таких осіб до вирішення поставлених завдань. Указане підтверджує думку про можливість впливу на емоційно-вольову сферу особистості із вадами розумового розвитку в умовах корекційно спрямованої діяльності. Основними видами діяльності підлітків із вадами розумового розвитку є навчальна, трудова, ігрова та спортивна [7].

Найбільш свідомо та цілеспрямовано вольові дії проявляються саме у процесі спортивної діяльності. Ю. Я. Горбунов вказує, що вольову активність, як здібність, можна цілеспрямовано формувати в процесі навчально-тренувальної діяльності з урахуванням виду спорту, рівня спортивної кваліфікації та індивідуально-психологічних особливостей особистості спортсмена. Специфіка впливу спортивної діяльності на особистість проявляється у:

- спеціалізованому розвитку психічних функцій і якостей, можливості формування компенсацій та взаємозаміну одних психічних утворень іншими;
- найвищій мотивації, що передбачає максимальний прояв вольових зусиль і розвиток вольових якостей;
- розвитку пізнавальних психічних процесів (відчуття, сприймання, пам'ять, мислення увага), які тісно взаємопов'язані з волею;
- можливості самореалізації, самовдосконалення, підвищення комунікативної активності, соціалізації спортсменів-інвалідів [6 та ін.].

Дослідження [8-10 та ін.] підтвердили, що заняття адаптивною фізичною культурою та спортом, в основі яких лежать фізичні вправи, є засобом фізичного розвитку, корекції та компенсації наявних психічних та рухових порушень в осіб з інтелектуальною недостатністю. Принагідно передбачити, що корекційна спрямованість підготовки спортсменів із вадами розумового розвитку буде базуватися на теорії Л. В. Виготського про зони найближчого розвитку аномальної дитини.

Є. С. Черник відмічає, що виконання розумово відсталими великого об'єму тренувальної роботи, яка потребує прояву вольових зусиль та емоційної стійкості, лімітовано недорозвитком вищих психічних функцій. Водночас, сила нервової системи є предметом виховання і може розвинути в умовах систематичного корекційно спрямованого педагогічного впливу. Отже, у процесі формування емоційно-вольової сфери спортсменів із вадами розумового розвитку предметом корекційного впливу виступає передусім інтелектуальна сфера.

Передумовою корекції емоційно-вольової сфери, спираючись на дослідження О.П. Хохліної, ми вважаємо становлення суб'єкта діяльності, здатного до її свідомого здійснення та регуляції. На думку автора це передбачає опанування діяльності, її інтелектуального та практичного компонентів з урахуванням змістової, організаційно-процесуальної та мотиваційної сторін, а також розумових дій, необхідних для її усвідомлення (осмислення та вербалізації).

Особливості застосування психокорекції в системі психолого-педагогічного забезпечення підготовки спортсменів, специфічні методи та засоби психокорекційного впливу дістали розробки в роботах А.В. Алексєєва, Б.А. Вяткіна, Г.Д. Горбунова, О.В. Дашкевич, В. П. Некрасова, Є. М. Хекалова, О. А. Черникової. На думку науковців, використання адекватних методів психологічної підготовки та психокорекції, забезпечує збереження психологічного здоров'я спортсменів, підвищує їхню емоційну стійкість, стабілізує витрати нервово-психічної енергії, полегшує досягнення високих спортивних результатів, формує необхідні умови для успішної самореалізації в спорті особистісні якості спортсменів.

Мету спорту інвалідів Ю.А. Бріскін конкретизував у загальних і нозологічно детермінованих корекційних завданнях.

- забезпечення гармонійного розвитку особистості;
- задоволення комунікативних потреб особи, підвищення комунікативної активності;
- корекція рухових, емоційних, соціальних відхилень;
- виявлення і стимулювання резервних можливостей організму;
- підготовка до професійної реабілітації;
- нормалізація соціального статусу;
- формування мотивації та усвідомленого ставлення до занять спортом;
- забезпечення постійності та безперервності спортивних занять на оптимальному рівні рухової активності;
- забезпечення можливості співставлення результатів спортивної діяльності в умовах впорядкованого суперництва у відповідності із нозологічно обумовленими руховими можливостями;
- забезпечення розповсюдження знань про зміст та результати спортивної діяльності інвалідів;
- пропагування спорту як засобу соціальної реабілітації інвалідів.

Тренувальна та змагальна діяльність спортсменів із вадами розумового розвитку лімітується ступенем ураження вищих психічних функцій і залежить від сукупності психолого-педагогічних і соціальних факторів впливу, умов спрямованості корекційного навчання та виховання [6].

Передбачаємо, що специфічність організації навчально-тренувального процесу спортсменів із вадами розумового розвитку полягатиме в допомозі з боку тренера:

- у формуванні мотивації на основі врахування індивідуальних потреб;
- у керуванні спортсменами в своїх діях мотивами, що породжені власними потребами та інтересами;

- орієнтуванні спортсмена у поставленому завданні;
- у використанні можливості спілкування для уточнення завдання та намічення шляхів його вирішення;
- виправленні помилковості дій при подоланні труднощів і перешкод;
- формування самостійності під час виконання завдання та надання дозованої індивідуальної допомоги;
- співставлення результатів діяльності із вимогами завдання.

Найбільш популярними видами спорту у спортсменів із вадами розумового розвитку є легка атлетика, плавання, теніс. Спортсмени із вадами розумового розвитку беруть участь у спортивних змаганнях різних рівнів. Однак, визнаним пріоритетним напрямом розвитку фізичної культури і спорту інвалідів із вадами інтелекту на сьогодні вважається адаптивна фізична культура, що передбачає організацію рухової активності, проведення масових і видовищних спортивних-оздоровчих заходів, що покликані привернути увагу громадськості до проблем інвалідів, забезпечити особистісну самореалізацію осіб із вадами розумового та фізичного розвитку, підвищити якість їхнього життя [7-10].

Принадібно передбачити, що ефективність виправлення недоліків розвитку розумово відсталих спортсменів буде залежати від правильної постановки всього навчально-тренувального процесу та від застосування специфічних прийомів тренування.

**ВИСНОВКИ.** Можливість корекційного впливу на емоційно-вольову сферу підлітків із вадами розумового розвитку у процесі спортивної діяльності обґрунтована тим, що емоційно-вольова сфера формується у процесі активної діяльності і залежить від сформованості мотивів, стійкості мети, здатності долати труднощі об'єктивного і суб'єктивного характеру. Найбільш вмотивованим видом діяльності є спортивна діяльність, що характеризується постійним дотриманням спортивного режиму, систематичним обов'язковим виконанням тренувальних завдань, введення у навчально-тренувальний процес додаткових перешкод, подолання яких потребує від спортсменів мобілізації і прояву вольових зусиль та емоційної стійкості.

#### ЛІТЕРАТУРА

- 1.Бабич Н.Л. Характеристика педагогічних прийомів виховання наполегливості спортсменів із вадами розумового розвитку в процесі емоційно-вольової підготовки / Н.Л. Бабич // Педагогіка, психологія та медико-біологічні проблеми фізичного виховання і спорту. – 2015. – №12. – С. 16-23.
- 2.Бойко Г.М. Діагностика несприятливих психічних станів та їх корекція у спортсменів із порушеннями психофізичного розвитку / Бойко Г.М., Бабич Н.Л. // Педагогічні науки: теорія, історія, інноваційні технології. – Суми: СДПУ імені А.С.Макаренка, 2014. – №2 (36). – С. 3-14.
- 3.Выготский Л. С. Проблема умственной отсталости / Л. С. Выготский. – М.: Просвещение, 1983. –Т.5. – 180 с.
- 4.Виноградова А. Д. Практикум по психологии умственно-отсталого ребенка / А. Д. Виноградова. – М. : Просвещение, 1998. – 145 с.
- 5.Хохліна О. П. Психолого-педагогічні основи корекційної спрямованості трудового навчання учнів з обмеженими розумовими можливостями : автореф. дис. д-ра психол. наук : спец. 19.00.08 „Спеціальна психологія” / О. П. Хохліна. – К., 2000. – 41 с.
- 6.[Galyna Boiko](#), [Natalia Babych](#). Characteristics of motivational patterns for sporting activity of swimmers with psychophysical disorders. [Sport Sciences for Health](#), 2014, Vol. 10., Issue 3, P. 237-246.
- 7.Fernhall B., Pitetti K.H. Leg strength related to endurance run performance in children and adolescents with mental retardation. *Pediatr Exerc Sci*, 2000, 12: 324-333.
- 8.Grégory Ninot, Christophe Maïano [Long-term effects of athletics meet on the perceived competence of individuals with intellectual disabilities](#). *Research in Developmental Disabilities*, Volume 28, Issue 2, March-April 2007, p. 176-186.
- 9.[Ilker Yilmaz](#) , [Nevin Ergu](#) , [Ferman Konukman](#) , [Bulent Agbuğa](#) , [Erdal Zorba](#) , [Zafer Cimen](#) The Effects of Water Exercises and Swimming on Physical Fitness of Children with Mental Retardation. [Journal of Human Kinetics](#). 2009 (21) p. 105-111.
10. Yilmaz I., Ergun N., Baltacı G. Mental Retarde Bireylerde Yüzme ve Bu Sporum Fiziksel Uygunluk Düzeyine Etkileri (The effects of swimming on physical fitness of mentally retarded populations) *Özürlü çocuklar Rehabilitasyonu ve Egitimi Sempozyumu Kitabı*. Ankara: Turkey: 1993. pp. 57-61.

УДК 387.147:[615.825:796]

**О.В. Базильчук**  
**Хмельницький національний університет**

#### СТРУКТУРА ГОТОВНОСТІ МАЙБУТНІХ ФАХІВЦІВ З ФІЗИЧНОЇ РЕАБІЛІТАЦІЇ ДО РОБОТИ З ВІДНОВЛЕННЯ ЗДОРОВ'Я СПОРТСМЕНІВ

*У статті зазначається, що підготовка майбутніх фахівців з фізичної реабілітації у вищих навчальних закладах є цілеспрямованим, організованим, динамічним процесом, інноваційним за своїм характером та адаптованим до умов майбутньої професійної діяльності. Готовність майбутнього фахівця з фізичної реабілітації до роботи з відновлення здоров'я спортсменів є однією з цілей вищої фізкультурної освіти, що детермінується професійними, суспільно-громадськими та особистісними потребами, а також потребами теорії та методики професійної освіти. До структурних компонентів готовності майбутніх фахівців з фізичної реабілітації, які формуються у процесі навчання у вищому навчальному закладі, автором віднесено: мотиваційний, науково-теоретичний, процесуальний та особистісний.*

**Ключові слова:** готовність, структурні компоненти готовності, майбутні фахівці з фізичної реабілітації, робота,