

Сучасна технологія фізичного виховання студентів з обмеженими можливостями здоров'я в умовах інклюзивної освіти

Адирхаев С.Г.

Відкритий міжнародний університет розвитку людини «Україна»

Анотація:

Існує проблема фізичного виховання студентів з обмеженими можливостями здоров'я впродовж їх навчання у вищих закладах освіти. Її недостатня вивченість зумовила проведення дослідження в напрямку вдосконалення системи фізичного виховання та спорту. **Мета:** обґрунтування педагогічної технології фізичного виховання студентів з обмеженими можливостями здоров'я. **Матеріал:** у експерименті взяли участь студенти з нозологіями: зору, слуху, опорно-рухового апарату, наслідками дитячого церебрального паралічу, з соматичними хворобами, хворих на цукровий діабет. У експерименті взяли участь 644 студента віком 18-24 років. Серед них 337 юнаків і 307 дівчат. **Результати:** Розроблено організаційно-методичний алгоритм дії, що дозволяє поєднувати теоретичну, науково-методичну та практичну підготовку. Її основою є оперативна інформація про психофізичний стан студентів. Визначено рівні здоров'я та фізичного розвитку, фізичної працездатності і фізичної підготовленості, психічного стану студентів. Обґрунтовано необхідність оптимізації рухової активності студентів впродовж всього періоду навчання. Обґрунтовано ефективні засоби фізичного виховання та пульсові режими з урахуванням особливостей нозології. Сформовано напрямки на спортивний стиль життя. **Висновки:** втілення педагогічної технології фізичного виховання студентів з різними нозологіями у навчальний процес передбачає рішення навчальних, оздоровчих та виховних завдань. Це можливе через створення умов для навчання руховим діям та підвищення рухової активності впродовж всього періоду навчання. Практичне використання технології та отримані результати вказують на інтеграцію студентів з обмеженими можливостями здоров'я до студентського середовища.

Ключові слова:

технологія, студенти, фізичне, нозології, активність, навчання, інклюзія.

Адырхаев С.Г. Современная технология физического воспитания студентов с ограниченными возможностями здоровья в условиях инклюзивного образования. Существует проблема физического воспитания студентов с ограниченными возможностями здоровья в течение их обучения в высших учебных заведениях. Ее недостаточная изученность обусловила проведение исследования в направлении совершенствования системы физического воспитания и спорта. **Цель:** обоснование педагогической технологии физического воспитания студентов с ограниченными возможностями здоровья. **Материал:** в эксперименте приняли участие студенты следующих нозологий: зрения, слуха, опорно-двигательного аппарата, последствиями детского церебрального паралича, с соматическими болезнями, больных сахарным диабетом. В эксперименте приняли участие 644 студента в возрасте 18-24 лет. Среди них 337 юношей и 307 девушек. **Результаты:** Разработан организационно-методический алгоритм действия, который позволяет сочетать теоретическую, научно-методическую и практическую подготовку. Ее основой является оперативная информация о психофизическом состоянии студентов. Определены уровни здоровья и физического развития, физической работоспособности и физической подготовленности, психического состояния студентов. Обоснована необходимость оптимизации двигательной активности студентов в течение всего периода обучения. Обоснованы эффективные средства физического воспитания и пульсовые режимы с учетом особенностей нозологии. Сформировано направление на спортивный стиль жизни. **Выводы:** воплощение педагогической технологии физического воспитания студентов с различными нозологиями в учебный процесс предполагает решение учебных, оздоровительных и воспитательных задач. Это возможно через создание условий для обучения двигательным действиям и повышение двигательной активности в течение всего периода обучения. Практическое использование технологии и полученные результаты указывают на интеграцию студентов с ограниченными возможностями здоровья в студенческую среду.

технология, физическое, студенты, нозологии, активность, обучение, инклюзия.

Adyrkhaev S.G. Modern technology of physical education of disabled students in conditions of inclusive education. There is a problem of physical education of disabled students during period of their study in higher educational establishments. Insufficiency of this problem's studying conditioned fulfillment of research of perfection of physical education and sports system. **Purpose:** substantiation of physical education pedagogic technology for disabled students. **Material:** in experiment students with following nosologies participated: hearing, eyesight, muscular-skeletal apparatus, after effects of cerebral palsy, somatic diseases and diabetes. In total 664 students of 18-24 years' age took part in experiment. They were 337 boys and 307 girls. **Results:** we have worked out organizational-methodic algorithm, which permits to combine theoretical, scientific-methodic and practical training. Its basis is current information about students' psychophysical condition. We determined levels of health and physical condition, physical workability and physical fitness as well as psychic state of students. Demand in optimization of students' motor functioning during all period of study was substantiated as well as effective means of physical education and pulse regimes, considering peculiarities of nosologies. Students' orientation on sport style of life was formed. **Conclusions:** implementation of physical education pedagogic technology for students with different nosologies in the process of their studying stipulates solution of training, health-related and educational tasks. It is possible through creation of conditions for motor actions' training and intensification of motor functioning during all period of study. Practical application of the technology and received results points at integration of disabled students in students' medium.

technology, students, physical, nosologies, functioning, studying, inclusion.

Вступ.

Принцип рівності справ людей з інвалідністю передбачає, що кожний індивідуум має рівні можливості для участі у житті суспільства. Про це зазначається у Стандартних правилах забезпечення рівних можливостей для інвалідів. Люди з інвалідністю повинні одержувати необхідну підтримку при набутті освіти, працевлаштуванні. Отримання якісної освіти стає однією з умов їх інтеграції у суспільство. Дослідження сучасного ринку праці показали, що се-

ред інвалідів випускники вищих навчальних закладів (ВНЗ) мають на 80% більше шансів знайти роботу, ніж люди без вищої освіти [2, 8, 13, 21]. Зазвичай інтеграцію пов'язують із формою навчання осіб з інвалідністю разом із здоровими. Вважається, що при інтеграції особа з інвалідністю приймає існуючі норми, дотримується їх і є рівною з усіма. Але для цього їй необхідно затратити багато сил і часу на адаптацію до непристосованого середовища [8, 16].

Інша форма навчання – інклюзія. Вона припускає зміну існуючих норм, уявлень і стилю поведінки групи здорових осіб. У цьому випадку виходять із того,

що кожна людина має право на індивідуальність. Вона повинна навчатися у звичайному освітньому середовищі, за звичайною освітньою програмою нарівні з іншими. Для цього вона включається до загального освітнянського процесу, до звичайного режиму і забезпечується всім необхідним обладнанням і супроводом [10, 13]. Інклюзія означає зміну суспільства і його інститутів таким чином, щоб вони сприяли включенню різних людей (людини іншої раси, віросповідання, культури, людини з обмеженими можливостями здоров'я, різним соціальним статусом тощо). Вона сприяє інтересам всіх членів суспільства, зростанню їх здатності до самостійного життя, забезпеченню рівності їх прав та ін.. Однією з важливіших складових соціальної та психічної адаптації до навчання у вищих навчальних закладах студентів з обмеженими можливостями здоров'я є фізичний розвиток та фізична підготовленість. Тому відношення молоді з різними нозологіями до фізичного виховання та спортивної діяльності протягом навчання у вищих навчальних закладах освіти - одна з актуальних соціально-педагогічних проблем сьогодення. Фізичне виховання це єдиний предмет, в якому сфокусовано повагу людини до власного тіла, розвитку рухових здібностей, отриманні необхідних знань, розумінні необхідності систематичних занять фізичними вправами. Такий підхід є основою підвищення впевненості в собі, самооцінки, формування позитивної мотивації до здорового способу життя [6, 9, 11, 14, 17-20].

Мета, завдання роботи, матеріал і методи.

Мета дослідження - науково-експериментальне обґрунтування технології фізичного виховання студентів з обмеженими можливостями здоров'я в умовах інклюзивної освіти. Також формування на цій основі напрямків подальшого вдосконалення системи фізичного виховання та спортивної діяльності

(структури та змісту) молоді з різними нозологіями відповідно до їх вад і захворювань, потреб і інтересів, умов майбутньої професійної діяльності.

У дослідження взяли участь 644 студенти, які мають 2 та 3 групи інвалідності. З них – 337 юнаків і 307 дівчат. Всі вони – студенти Університету «Україна».

Результати дослідження.

Реєструвалося 43 показників, що характеризують рівень фізичного розвитку, фізичного здоров'я, фізичної працездатності, фізичної підготовленості, прояви психічного стану студентів.

Оцінку рухової активності студентів з різними нозологіями (зору, слуху, опорно-рухового апарату та наслідками дитячого церебрального паралічу, з соматичними хворобами і хворих на цукровий діабет) здійснювали за допомогою показників і тестів. Ці тести розкривають рухові можливості у динаміці педагогічного процесу, що був скорегований нами в експериментальній групі. Дидактичні правила було покладено в основу методики навчання руховим діям й підвищенню рухової активності студентів. Система комплексів вправ розподілялася на три ступені складності: найпростіша, середньої складності і доволі складної. Кожна ступінь мала загальний алгоритм дії: індивідуальний підхід на заняттях фізичними вправами з оздоровчою спрямованістю. Такий підхід виражався у диференціюванні тренувальних завдань, засобів та норм фізичних навантажень. Головним критерієм оцінки був рівень приросту цих показників у кожного студента з нозологією. До критеріїв було віднесено також щоденне виконання фізичних вправ, поступове збільшення обсягу та інтенсивності навантаження, перехід від одного ступеню до іншого. Також отримання знань, вмінь і навичок, які можуть бути застосовані ними на практиці. При цьому вирішальне значення надавали

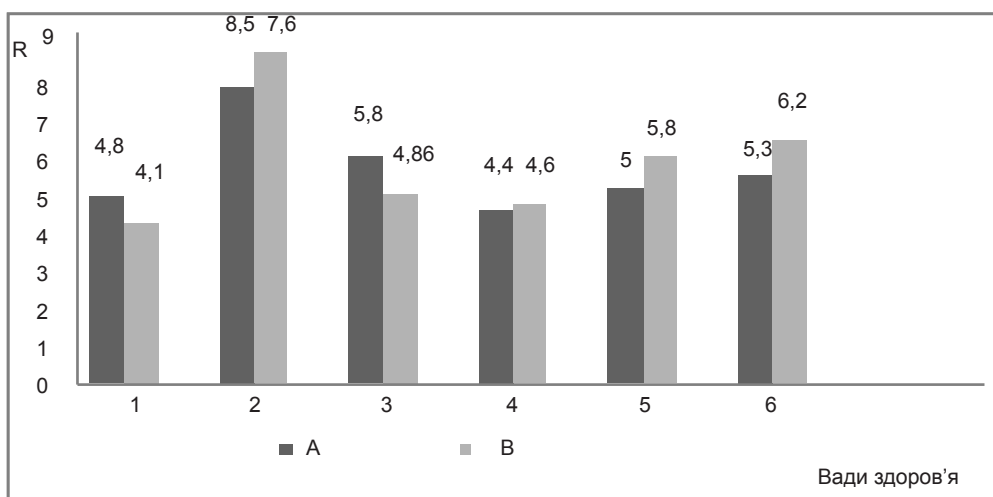


Рис.1. Рівень фізичного здоров'я студентів з особливими потребами до проведення педагогічного експерименту (Л.Г. Апанасенко).

Умовні позначки: R – рівень фізичного здоров'я, бали; сума балів 3 і менше – низький рівень, 4-6 балів – нижче середнього рівня, 7-11 балів – середній рівень, 12-15 балів – вище середнього рівня, 16-18 балів – високий рівень фізичного здоров'я; 1 – зір; 2 – слух; 3 – опорно-руховий апарат (ОРА); 4 – дитячий церебральний параліч (ДЦП), СХ 5 – соматичні хвороби (СХ); 6– цукровий діабет (ЦД); А студенти; В – студентки.

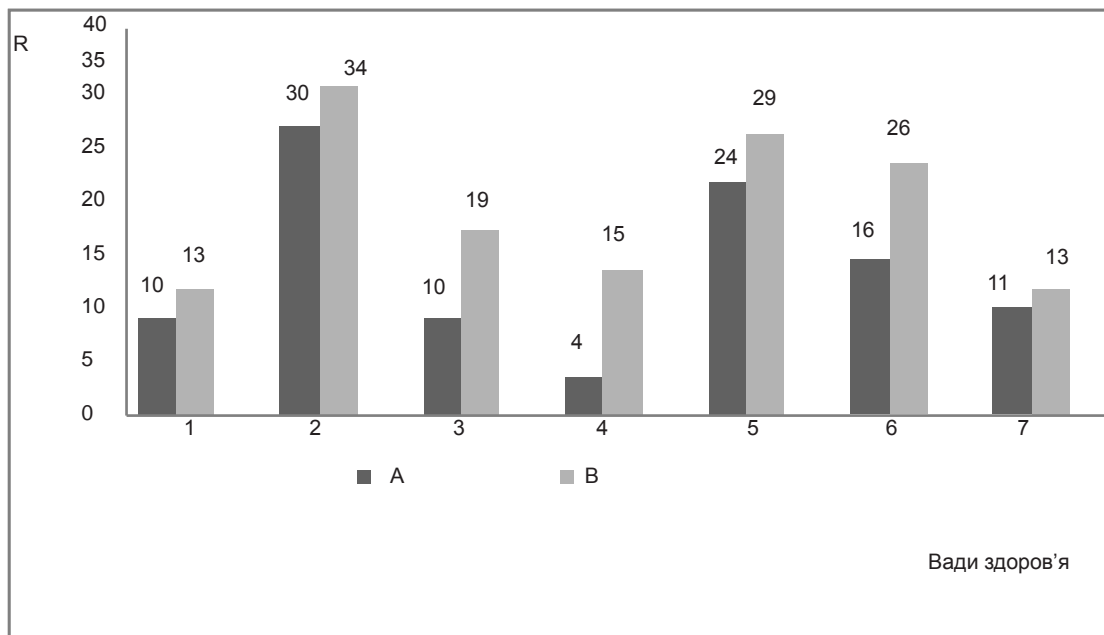


Рис.2. Вихідний рівень фізичної підготовленості студентів з різними нозологіями (Т.Ю. Круцевич).

Умовні позначки: R – рівень фізичного здоров'я, бали; 45-5- балів – високий рівень, 35-44 – вищий за середній, 24-34 балів – середній рівень, 15-24 бали - нижчий за середній, 10-14 балів – низький рівень фізичної підготовленості. 1 – зір; 2 – слух; 3 – опорно-руховий апарат (ОРА); 4 – дитячий церебральний параліч (ДЦП), СХ 5 – соматичні хвороби (СХ); 6– цукровий діабет (ЦД); 7 – контрольна група (КГ); А студенти; В – студентки.

систематичному повторенню раніше вивчених вправ. Таким чином, на кожному ступеню підвищувалась складність рухових завдань, планувалась оптимальна кількість повторення рухів. Наведемо отриману динаміку інтегральних показників фізичного здоров'я та фізичної підготовленості студентів з обмеженими можливостями здоров'я (юнаків і дівчат) до проведення педагогічного експерименту (рис.1, 2).

Отримані результати показують (рис. 3), що студенти з вадами зору, опорно-рухового апарату та наслідками дитячого церебрального паралічу, соматичними хворобами та цукровим діабетом мають рівень фізичного здоров'я нижчий за середній (4,4 ум.од. – у юнаків з дитячим церебральним паралічем; 4,8 ум.од. – у студентів з вадами зору; 5,0 ум.од. – в студентів, які мають соматичні хвороби; 5,3 ум.од. – в студентів з цукровим діабетом; до середнього рівня наближаються студенти з вадами опорно-рухового апарату – 5,8 ум.од). Середній рівень фізичного здоров'я мають студенти з вадами слуху (7,6 ум.од). Суттєво не вирізняються результати оцінки рівня фізичного здоров'я і у студенток з різними нозологіями. Середній рівень розвитку мають студентки з вадами слуху (8,5 ум.од.) та хворі на цукровий діабет (6,2 ум.од.). Нижчий за середній рівень мають студентки з іншими вадами.

Відомо, що для уніфікації тестів і максимального інтегрування їх до Європейської системи в Україні було розроблено Державну систему тестів та оціночних нормативів фізичної підготовленості населення. У цій системі окремий розділ відведено студентству. У розроблену низку тестів увійшли вправи, що дозволяють

оцінити рівень розвитку всіх п'яти фізичних (рухових) якостей людини: витривалості, сили, швидкості, координаційних здібностей (спритності) та гнучкості. В комплексі все це дає адекватну уяву про фізичну підготовленість студента.

Педагогічне тестування фізичної підготовленості студентів з обмеженими можливостями здоров'я здійснювали за стандартом Державної системи тестів та оціночних нормативів для студентів без вад і захворювань (здорових). Це пов'язано з тим, що для іншої категорії студентської молоді (інвалідів) такої системи не існує. Результати вихідних даних фізичної підготовленості студентів з обмеженими можливостями здоров'я показали, що між студентами з різними нозологіями суттєві відмінності в переважній більшості показників відсутні ($P > 0,05$) (рис.2).

Значні розбіжності виявлено тільки в показниках розвитку фізичних якостей між студентами з вадами слуху та студентами з вадами зору. У першій категорії студентів рівень фізичної підготовленості за більшістю показників відповідає середньому рівню розвитку, у другій – низькому рівню розвитку.

Нижче середнього рівня розвитку характеристики фізичної підготовленості у студентів з вадами дитячого церебрального паралічу. При цьому 70% нормативних тестів вони не в змозі виконати. Так, у юнаків з вадами зору, опорно-рухового апарату і з дитячим церебральним паралічем низький рівень фізичної підготовленості (особливо, у студентів з дитячим церебральним паралічем). Прояв їх рухових якостей можна оцінити тільки за чотирма тестами: на силу, спритність, гнучкість, вміння плавати (кількість балів

у них відповідно 10, 10 й 4). Середній рівень фізичної підготовленості мають студенти з вадами слуху і прояв їх рухових якостей оцінюється за всіма тестами. Результати тестів на спритність і вміння плавати оцінюються на «відмінно». Сума балів в них 30. Майже середній рівень (сума балів – 24) - за прояв рухових якостей за всіма тестами у юнаків, що мають соматичні хвороби. Сума балів -16 – за прояв рухових якостей студентів з цукровим діабетом. Це відповідає рівню нижчий за середній. У студенток з особливими потребами рівень фізичної підготовленості в порівнянні з юнаками дещо кращий. Так, у студенток з вадами слуху фізична підготовленість відповідає рівню «середній» (сума балів 34). Всі нормативи вони виконують на оцінку «добре». Дівчата з соматичними хворобами і цукровим діабетом також мають середній рівень прояву рухових якостей. Їх сума балів складає 29 і 26 відповідно. Нижчий за середній мають студентки з вадами опорно-рухового апарату і дитячим церебральним паралічем (сума балів 19 і 15 відповідно). Студентки з дитячим церебральним паралічем не виконують тести на витривалість й спритність. Низький рівень фізичної підготовленості мають дівчата з вадами зору (сума балів 13). Вони не виконують тести на витривалість й силу. Отримані результати дослідження фізичного здоров'я та фізичної підготовленості студентів з обмеженими можливостями здоров'я впродовж їх навчання свідчать, що за більшістю досліджуваних показників

спостерігаються поступові позитивні зрушення з року в рік. Це пов'язане із втіленим нами новим навчально-методичним змістом занять та організаційними особливостями фізичного виховання та спортивної діяльності студентів з обмеженими можливостями здоров'я. Результати порівняльного аналізу тестування рівня фізичного здоров'я та фізичної підготовленості студентів свідчать про те, що програми занять з використанням різних інноваційних засобів і форм фізичного виховання та спортивної діяльності впливають на досліджувані показники. Ці програми скореговані нами відповідно до їх нозології. Значні позитивні зрушення відбулися на різний рівень відсотків в досліджуваних показниках у студентів з вадами зору, слуху, опорно-рухового апарату та наслідками дитячого церебрального паралічу, з соматичними хворобами і хворих на цукровий діабет (табл.1.).

Скорегований нами процес фізичного виховання студентів з обмеженими можливостями здоров'я призвів до значних позитивних зрушень в стані здоров'я і в опануванні знанням про фізичну культуру і спорт, в навчанні різних рухових дій.

Дискусія.

При розробці технології фізичного виховання студентів з обмеженими можливостями здоров'я враховували результати наукових досліджень вітчизняних та іноземних фахівців стосовно засобів і методів фізичного виховання та спортивного тренування,

Таблиця 1. Порівняльна характеристика впливу нової технології фізичного виховання на рівні фізичного здоров'я і підготовленості студентів по завершенню педагогічного експерименту (% від вихідного рівня)

Показники фізичного здоров'я і підготовленості	Студенти/студентки з різними нозологіями					
	зору	слуху	ОРА	ДЦП	Соматичні хвороби	Цукровий діабет
Рівень фізичного здоров'я, бали	58,31/ 68,18	24,78/ 18,22	85,11/ 60,44	41,34/ 36,34	82,51/ 69,03	67,07/ 57,44
Біг – 3000 м, хв., с	-	5,86/8,33				
Біг – 2000 м, хв., с						
Плавання за 12 хв., м	24,82/ 15,28	20,33/ 16,62	10,28/ 21,40	-	15,67/ 14,32	49,87/ 79,31
Підтягування на перекладині, разів	55,01/-	50,6/-	54,34/-	-	68,05/-	73,68/-
Згинання/розгинання рук в упорі лежачи на підлозі, разів	53,88/ 79,41	24,18/ 62,17	35,76/ 67,82	23,72/ 37,33	26,09/ 37,27	29,51/ 38,65
Піднімання тулуба вперед в сід за 1 хв., разів	42,80/ 24,34	17,63/ 34,79	42,80/ 41,15	-	36,96/ 57,91	37,18/ 45,70
Стрибок у довжину з місця, см	11,83/ 12,91	9,45/ 4,59	10,78/ 9,16	-	12,25/ 13,63	16,65/ 13,09
Вис на зігнутих руках, с	63,38/ 39,81	52,90/ 3,53	24,75/ 57,54	23,56/ 47,74	20,93/ 24,03	14,29/ 91,51
Човниковий біг 4x9 м, с	-	7,61/ 4,66	-	-	11,41/ 11,34	4,86/ 10,15
Нахил тулуба вперед із положення сидячи, см	49,07/ 25,73	25,78/ 27,84	100/ 59,04	85,91/ 46,31	31,35/ 18,73	74,83/ 23,18
Плавання, м	10,63/ 44,73	22,32/ 12,50	6,17/ 5,01	16,82/ 26,06	31,00/ 19,59	56,36/ 25,97

форм занять та етапів формування рухової активності людини з обмеженими можливостями здоров'я [7, 12, 14-16, 22-25]. Вважаємо представлений нами підхід своєчасним в зв'язку з особливостями напрямку досліджень і контингенту досліджуваних.

При розробці технології фізичного виховання студентів з обмеженими можливостями здоров'я ми враховували вирішування навчальних, оздоровчих і виховних завдань. Також необхідність у впровадженні оздоровчих технологій та інноваційних програм з обов'язковим дотриманням принципу використання спортивних технологій, кондиційного та оздоровчого тренування в фізкультурну практику. До цього слід додати заняття за видами спорту, які вважаються більш відповідними для студентів з різними нозологіями та викликають у них зацікавленість і потребу в руховій активності. Різноманітні форми й види занять фізичними вправами та спортивною діяльністю забезпечували наступне: профілактику гіпокінезії й гіподинамії за рахунок збільшення життєво необхідного обсягу рухів і навантаження; розширення резервних можливостей дихальної і серцево-судинної систем організму; підвищення загальної стійкості організму до різних захворювань. Впровадження індивідуальної системи оцінювання до кожного студента з обмеженими можливостями здоров'я сприяло підвищенню рівня мотивації до практичних занять та отримання більш високої оцінки при складанні доступних для них рухових тестів. Відмінності в рівні фізичного здоров'я, фізичної працездатності і фізичної підготовленості, психічного стану стали підставою для впровадження диференційного підходу до студентів з обмеженими можливостями здоров'я у визначенні оптимальних фізичних навантажень. При цьому було враховано особливості нозології в процесі адаптації до систематичних занять фізичними вправами та спортивною діяльністю. Аналіз результатів власних досліджень показав, що фізкультурно-оздоровча та спортивна діяльність для студентів з обмеженими можливостями здоров'я поступово набуває статусу об'єктивної необхідності. Це пов'язано з тим, що студенти відчують позитивні зрушення в рівні свого здоров'я, психофізичному стані і фізичній підготовленості. Ці зміни в значній мірі залежать від змісту і форми проведення навчального процесу з фізичного виховання студентів з різними нозологіями.

Аналіз даних спеціальної літератури (філософія, соціологія, загальна і спеціальна педагогіка, гуманістична психологія, культурологія, валеологія, анатомія, нормальна і патологічна фізіологія, загальна психологія, морфологія, генетика та інші) дозволяє виділити концептуальні положення, які є основними для формування особистості з обмеженими можливостями здоров'я, його духовного і фізичного розвитку, соціалізації і інтеграції в суспільство [2, 7, 11, 12, 17, 18]. Найбільше значущими для людини з обмеженими можливостями здоров'я і для формування теорії і методики фізичного виховання студентів з різними

нозологіями виступають відправні концептуальні за-сади, які є складовою частиною Концепції розвитку ВНЗ «Відкритий міжнародний університет розвитку людини «Україна». Також це стосується і всіх структурних підрозділів Університету «Україна», що здійснюють процес фізичного виховання студентів з різними нозологіями. Основними напрямками фізичного виховання та спортивною діяльністю студентів з обмеженими можливостями здоров'я є:

- підвищення якості навчального процесу з фізичного виховання;
- формування у студентів з різними нозологіями потреби та мотивації у покращенні здоров'я засобами фізичного виховання та спортивною діяльністю;
- інноваційне наповнення технології фізичного виховання;
- фізкультурна освіта – формування системи знань про фізичну культуру та спорт;
- адекватний обсяг рухової активності відповідно до психофізіологічних потреб, вад і захворювань;
- залучення до систематичних занять фізичним вихованням і спортом;
- фізкультурно-оздоровча та реабілітаційна робота, що спрямована на закладання основ фізичного та духовного здоров'я і реабілітацію втрачених функцій;
- підвищення компенсаторних можливостей організму;
- розвиток спортивного руху серед студентів з особливими потребами;
- сприяння розвитку Параолімпійських видів спорту та активна участь у міжнародному Параолімпійському русі;
- формування навичок та виховання звичок особистої гігієни і здорового способу життя;
- оволодіння методами контролю та самоконтролю за функціональним станом організму в процесі виконання фізичних вправ;
- створення науково-методичного центру з фізичного виховання, фізичної реабілітації і рекреації.

До проведення навчально-виховного процесу з фізичного виховання студентів з обмеженими можливостями здоров'я передбачали:

- створення передумов навчання руховим діям і підвищення рухової активності впродовж всього процесу навчання у ВНЗ;
- наявність рухового досвіду;
- варіативний зміст занять та методики їх проведення з урахуванням нозології студентів та оперативного стану їх здоров'я;
- формування умінь та навичок основних і прикладних рухових дій;
- оптимальний вплив фізичних вправ на розвиток рухових якостей з урахуванням вад і захворювань студентів;
- покращення психічного стану та фізичної підготовленості студентів з обмеженими можливостями здоров'я;

- психічну готовність до оволодіння руховою дією;
- організацію здоров'язбережувального середовища у ВНЗ.

Технологія фізичного виховання студентів з обмеженими можливостями здоров'я являє собою цілеспрямований педагогічний процес фізичного виховання та спортивної діяльності, що включає до себе ефективні засоби, методи і методичні прийоми. Вони адаптовані до нозологій студентів з обмеженими можливостями здоров'я. Така адаптація впливає на їх рівень здоров'я і фізичну працездатність, фізичну підготовленість та психічний стан. Все це сприяє розвитку професійних умінь та навичок. Наші дослідження доводять те, що підвищення рухової активності студентів з обмеженими можливостями здоров'я на заняттях фізичного виховання представляє собою складний багатосторонній процес. У цьому процесі діють закономірності загального і спеціального характеру. Цей процес здійснювали на основі певних принципів, правил, наукових і методичних положень фізичної культури.

Навчально-тренувальний процес з фізичного виховання був основою фізичного розвитку, фізичної працездатності і фізичної підготовленості студентів. Він визначає характер й зміст всієї рухової діяльності. Формування рухової активності студентів з обмеженими можливостями здоров'я в умовах ВНЗ відбувалося поетапно:

1 курс – навчання рухам та формування загального рівня рухової активності;

2 курс – навчання рухам та організаційно-педагогічні підходи до стимулювання рухової активності;

3 курс – навчання рухам та реалізація інтегративних форм підвищення рухової активності;

4 курс – навчання рухам та сформованість рухової активності студентів з різними нозологіями.

Використання технології фізичного виховання студентів з обмеженими можливостями здоров'я приводить до результату, що свідчить про:

- підвищення рівня здоров'я та пізнання можливостей власного організму;
- формування стійкої мотивації та потреби в систематичних самостійних заняттях фізичними вправами різного спрямування;
- формування фізичної культури молоді з обмеженими можливостями здоров'я;
- залучення до здорового способу життя та підготовка до умов життєдіяльності;
- відповідність вимогам навчально-кваліфікаційної характеристики обраної професії;
- сприяння у самовизначенні, самореалізації у фізкультурно-оздоровчій та спортивній діяльності і в професії;
- активізація науково-дослідної роботи студентів.

Запропонована нами технологія фізичного ви-

ховання студентів з обмеженими можливостями здоров'я має ряд переваг: вона в повній мірі враховує раніше виконані науковцями фрагментарні розробки відносно фізичного розвитку молоді з особливими потребами [1, 2, 8, 12, 15], адаптована до особливостей психофізичного стану студентів з різними вадами здоров'я. Технологія адаптована до існуючої в Україні нормативної бази. Нами сформовано спрямованість та зміст фізкультурно-оздоровчого та спортивного забезпечення навчання студентів з обмеженими можливостями здоров'я.

Висновки.

1. Результати педагогічного експерименту, впровадження їх у освітній процес ВНЗ дають підстави стверджувати, що застосування технології фізичного виховання студентів із обмеженими можливостями здоров'я дозволяє знайти найбільш ефективний шлях до поліпшення їхнього здоров'я засобами фізичної культури і спорту, підвищення рухової активності й виховання здорового способу життя. При цьому необхідно враховувати, що традиційні засоби і методи навчання здорових студентів для молоді з вадами здоров'я не завжди підходять. Різноманітність рухових дій, потреб, мотивів, цілей їх засвоєння і використання, наявність великої кількості індивідуальних рис молоді з особливими потребами ставить під сумнів власне можливість розробки єдиної теорії навчання руховим діям.

2. Експериментально перевірено напрямки поліпшення здоров'я студентів та підвищення їх фізичної підготовленості рухової активності. Цьому сприяють:

- використання засобів різної спрямованості;
- застосування диференційованого підходу до фізичних навантажень;
- врахування функціональних можливостей й оперативного стану здоров'я, інтересів студентів.

Результати педагогічного дослідження доводять інтеграцію студентів із обмеженими можливостями здоров'я до студентського середовища. Запропоновані форми організації занять із фізичного виховання та спортивного тренування володіють такими резервами інтеграції, яких не існує в жодній освітянській діяльності. Спільне перебування має таку користь:

- у здорових студентів пробуджується, поглиблюється милосердя, доброзичливість, піклування;
- у студентів з обмеженими можливостями здоров'я – довіра, відчуття захисту і подяка.

Студенти з обмеженими можливостями почувуються комфортніше, ніж у колі собі подібних (морально вирівнюються). У них змінюється ставлення до власної особистості: сприйняття, пошук засобів маскуванню вади, боротьба з вадою, самопрезентація.

Конфлікт інтересів.

Автор заявляє, що не існує конфлікту інтересів.

Література

1. Адаптивное физическое воспитание и спорт /под. ред.. ДЖОЗЕФА П. Винника. – К.: Олимпийская литература, 2010. – 608 с.
2. Адирхаев С.Г. Організаційно-педагогічні основи фізичного виховання студентів з особливими потребами у вищому навчальному закладі: монографія / С.Г. Адирхаев. – К.: Університет «Україна», 2013. – 381 с.
3. Адирхаев С.Г. Фізична культура в житті студентів з обмеженими можливостями здоров'я / С.Г. Адирхаев // Педагогіка, психологія та медико-біологічні проблеми фізичного виховання і спорту. – Харків, 2013. – № 12. – С. 3-9. <http://dx.doi.org/10.6084/m9.figshare.879634>
4. Адирхаев С. Г. К проблеме физического воспитания студентов с ограниченными возможностями здоровья / С. Г. Адирхаев // Молодой ученый : научный журнал. – Казань, 2014. – № 1 (60). – С. 459-465.
5. Адирхаев С. Г. Научно-методические аспекты физического воспитания студентов с ограниченными возможностями здоровья / С.Г. Адирхаев // Альманах современной науки и образования. – Тамбов, 2014. – № 3 (82). – С. 16-20.
6. Адирхаев С. Г. Проблеми навчання руховим діям і оптимізація рухової активності студентів з обмеженими можливостями здоров'я під час занять фізичного виховання / С. Г. Адирхаев // Вісник Чернігівського національного педагогічного університету імені Т. Г. Шевченка (Серія: педагогічні науки). – Чернігів : ЧНПУ, 2015. – Вип. 124. – С. 3-7.
7. Апанасенко Г.Л. Рівень здоров'я і фізіологічні резерви організму/ Г.Л. Апанасенко, Л.П. Долженко // Теорія і методика фізичного виховання і спорту. – К., 2007. - № 1. – С. 17-21.
8. Байкіна Н.Г. Методика викладання фізичної культури та спорту інвалідів / Н.Г. Байкіна, Я.В. Крет, Д.О. Силантьєв // навч. Посібник для студентів ф-ту фізичного виховання, вчителів-дефектологів і тренерів з інвалідного спорту. – Запоріжжя: ЗДУ, 2002. – 86 с.
9. Бойко Г.Н. Критерий психологической эффективности реализации системы психолого-педагогического сопровождения в спорте инвалидов/ Г.Н. Бойко// Педагогіка, психологія та медико-біологічні проблеми фізичного виховання і спорту. – 2010.- №2. – С. 23-26
10. Бондар Т.І. Створення інклюзивного освітнього середовища в системі вищої освіти України// Science and Education a New Dimension. Pedagogy and Psychology, 2014. (14), Issue: 27, С. 100-105.
11. Евсеев С.П. Адаптивная физическая культура в реабилитации и социальной адаптации инвалидов / С.П. Евсеев // Физическая культура и спорт в современном обществе. – Смоленск, СГАФКСТ, 2010. – Ч.1. – С. 11-17.
12. Ермаков С.С. Особенности мотивации студентов к применению индивидуальных программ физической самоподготовки / С.С. Ермаков, С.Н. Ивашенко, В.В. Гузов // Физическое воспитание студентов. – 2012. - №4. – С. 59-61.
13. Зabezпечення інклюзії молоді з інвалідністю в університетське середовище /К.О. Кольченко, Г.Ф. Нікуліна // Актуальні проблеми навчання та виховання людей з особливими потребами. – К.: Ун-т «Україна», 2009. - № 6 (8). – С. 10-15.
14. Круцевич Т.Ю. Теорія і методика фізичного виховання: підручник в 2-х томах/Т.Ю. Круцевич. – К.: Олімпійська література, 2008. – Т. 2. – 382 с.
15. Круцевич Т.Ю. Контроль у фізичному вихованні дітей,

References:

1. Dzhozef P Vinnik. *Adaptivnoe fizicheskoe vospitanie i sport* [Adaptive physical education and sports], Kiev: Olympic Literature; 2010. (in Russian)
2. Adirkhaiev SG. *Organizacijno-pedagogichni osnovi fizichnogo vikhovannia studentiv z osoblivimi potrebami u vishchomu navchal'nomu zakladi* [Organizational-pedagogic principles of disabled students' physical education in higher educational establishment], Kiev: University "Ukraine"; 2013. (in Ukrainian)
3. Adyrkhaev SG. Physical culture in the life of students with disabilities. *Pedagogics, psychology, medical-biological problems of physical training and sports*, 2013;12:3-9. <http://dx.doi.org/10.6084/m9.figshare.879634>
4. Adyrkhaev SG. K probleme fizicheskogo vospitaniia studentov s ogranichennymi vozmozhnostiami zdorov'ia [On the problem of disabled students' physical education]. *Molodoy uchenyj*, 2014;1(60):459-465. (in Russian)
5. Adyrkhaev SG. Nauchno-metodicheskie aspekty fizicheskogo vospitaniia studentov s ogranichennymi vozmozhnostiami zdorov'ia [Scientific-methodic aspects of disabled students' physical education]. *Al'manakh sovremennoj nauki i obrazovaniia*, 2014;3(82):16-20. (in Russian)
6. Adyrkhaev SG. Problemi navchannia rukhovim diiam i optimizaciia rukhovoї aktivnosti studentiv z obmezhenimi mozhlivostiami zdorov'ia pid chas zaniat' fizichnogo vikhovannia [Problems of motor actions' training and optimization of disabled students' motor functioning at physical education classes]. *Visnik Chernigivs'kogo nacional'nogo pedagogichnogo universitetu*, 2015;124:3-7. (in Ukrainian)
7. Apanasenko GL, Dolzhenko LP. Riven' zdorov'ia i fiziologichni rezervi organizmu [Health level and physiological reserves of organism]. *Teoriia i metodika fizichnogo vikhovannia i sportu*, 2007;1:17-21. (in Ukrainian)
8. Bajkina NG, Kret IaV, Silant'iev DO. *Metodika vkladannia fizichnoi kul'turi ta sportu invalidiv* [Methodic of physical culture and sports training of disabled], Zaporozhye: ZSU, 2002. (in Ukrainian)
9. Bojko GN. Kriterij psikhologicheskoy effektivnosti realizacii sistemy psikhologo-pedagogicheskogo soprovozhdeniia v sporte invalidov [Criterion of psychological effectiveness of psychological-pedagogic provisioning system's realization if sports for disabled]. *Pedagogics, psychology, medical-biological problems of physical training and sports*, 2010;2:23-26. (in Russian)
10. Bondar TI. Stvorennia inkluzivnogo osvitt'ogo sere dovishcha v sistemi vishchoi osviti Ukraini [Creation of inclusive educational medium in system of Ukrainian higher education]. *Science and Education a New Dimension. Pedagogy and Psychology*, 2014;14(27):100-105. (in Russian)
11. Evseev SP. Adaptivnaia fizicheskaia kul'tura v rehabilitacii i social'noj adaptacii invalidov [Adaptive physical culture in rehabilitation and social adaptation of disabled]. *Fizicheskaia kul'tura i sport v sovremennom obshchestve*, 2010;1:11-17. (in Russian)
12. Iermakov SS, Ivashchenko SN, Guзов VV. Osobennosti motivacii studentov k primeneniiu individual'nykh programm fizicheskoy samopodgotovki [Peculiarities of students' motivation for usage of physical individual independent training]. *Physical education of students*, 2012;4:59-61. (in Russian)
13. Kol'chenko KO, Nikulina GF. Zabezpechennia inkluzii molodi z invalidnistiu v universitets'ke sere dovishche

- підлітків і молоді: навчальний посібник / Т.Ю. Круцевич, М.І. Воробйов, Г.В. Безверхня. – К.: Олімпійська література, 2011. – 224 с.
16. Макарова Э.В. Подходы к повышению эффективности процесса обучения и будущей профессиональной деятельности студентов с инвалидностью/ Э.В. Макарова// Физическое воспитание студентов. 2012. - № 5. – С. 64-68.
17. Носко М.О. Підвищення рівня рухової активності як чинник зміцнення здоров'я учнів та студентської молоді / М.О. Носко // Вісник Чернігівського державного педагогічного університету ім. Т.Г. Шевченка. – Чернігів, 2009. – № 69. – С. 144-150.
18. Томенко О. Рівень соматичного здоров'я і рухової активності студентів вищих навчальних закладів/ О. Томенко, С. Лазоренко// Слобожанський науково-спортивний вісник. – Харків, ХДАФК, 2010. - № 2. – С. 17-20
19. Чудна Р. Стан і актуальні питання галузі фізичного виховання неповносправних в Україні / Р. Чудна // Теорія і методика фізичного виховання і спорту. – К., 2002. – № 4. – С. 62-66.
20. Шарк-Ецкардт Мирослава, Куска Михалина, Зуковска Ханна, Ермаков С.С. Обоснование повышения двигательной активности инвалидов, проживающих в Куявско-Поморском воеводстве // Физическое воспитание студентов. – Харків, 2012. - № 3. – С. 136-144
21. Шевцов А.Г. Системний підхід до організації інтегрованого навчання студентів з обмеженою життєдіяльністю у вищому навчальному закладі /А.Г. Шевцов // Соціально-педагогічна реабілітація в закладах освіти: проблеми та перспективи. – Хмельницький, ХІСТУУ, 2009. – С. 22-24
22. Adurkhaev S. G. Sport movement of students with special needs. 3-rd International Academic Conference On Applied and Fundamental Studies. – St. Louis, Missouri, USA. 2013. – P. 29-34.
23. Adyrkhaiev S.G. Psychophysical condition of visually impaired students during physical education classes. European Scientific Journal. – January, 2014. – Vol. 10.- № 3. – P. 62-69.
24. Adyrkhaiev S.G. Optimization of the motor activity of students suffering from diabetes mellitus during physical education classes. European Scientific Journal. – January, 2014. – Vol. 10.- № 6. – P. 72-81.
25. Cheatham G.A., Smith S.J., Elliott W., Friedline T. Family assets, postsecondary education, and students with disabilities: Building on progress and overcoming challenges. Children and Youth Services Review. 2013, vol. 35 (7), pp. 1078-1086. <http://dx.doi.org/10.1016/j.chilyouth.2013.04.019>
- [Provisioning of disabled youth's inclusion in university medium]. *Aktual'ni problemi navchannia ta vikhovannia liudej z osoblivimi potrebami*, 2009;6(8):10-15. (in Ukrainian)
14. Krucevich Tlu. *Teoriia i metodika fizichnogo vikhovannia* [Theory and methodic of physical education], Kiev: Olympic Literature; 2008. (in Ukrainian)
15. Krucevich Tlu, Vorobjov MI, Bezverkhnia GV. *Kontrol' u fizichnomu vikhovanni ditej, pidlitkiv i molodi* [Control in physical education of children, adolescents and youth], Kiev: Olympic Literature; 2011. (in Ukrainian)
16. Makarova EV. Podkhody k povysheniiu effektivnosti processa obuchenii i budushchej professional'noj deiatel'nosti studentov s invalidnost'iu [Approaches to rising of effectiveness of training and future professional functioning of disabled students]. *Physical education of students*, 2012;5:64-68. (in Russian)
17. Nosko MO. Pidvishchennia rivnia rukhovoї aktivnosti iak chinnik zmichennia zdorov'ia uchniv ta student's'koi molodi [Intensification of motor functioning as a factor of pupils' and students' health strengthening]. *Visnik Chernigivs'kogo derzhavnogo pedagogichnogo universitetu*, 2009;69:144-150. (in Ukrainian)
18. Tomenko O, Lazorenko S. Riven' somatichnogo zdorov'ia i rukhovoї aktivnosti ctudentiv vishchikh navchal'nikh zakladiv [Level of somatic health and motor functioning of higher educational establishments' students]. *Slobzhans'kij naukovo-sportivnij visnik*, 2010;2:17-20. (in Ukrainian)
19. Chudna R. Stan i aktual'ni pitannia galuzi fizichnogo vikhovannia nepovnospravnikh v Ukraini [Status and current issues in field of physical education of disabled in Ukraine]. *Teoriia i metodika fizichnogo vikhovannia i sportu*, 2002;4:62-66. (in Ukrainian)
20. Mirosława Szark-Eckardt, Michalina Kuska, Hanna Zukowska, Sergii Iermakov. Conditionality of motor activity by the disabled in the Kujawsko-Pomorskie region. *Physical education of students*, 2012;3:136-144.
21. Shevcov AG. Sistemnij pidkhid do organizacii integrovanogo navchannia studentiv z obmezhenoiu zhittiedial'nistiu u vishchomu navchal'nomu zakladi [Systemic approach to organization of integrated training of disabled students in higher educational establishment]. *Social'no-pedagogichna rehabilitaciia v zakladakh osviti* [Social-pedagogic rehabilitation in educational establishments], Khmelnitsky: HISTUU; 2009. (in Ukrainian)
22. Adurkhaev SG. Sport movement of students with special needs. 3-rd International Academic Conference On Applied and Fundamental Studies. St. Louis, Missouri: USA; 2013. P. 29-34.
23. Adyrkhaiev SG. Psychophysical condition of visually impaired students during physical education classes. *European Scientific Journal*, 2014;10(3):62-69.
24. Adyrkhaiev SG. Optimization of the motor activity of students suffering from diabetes mellitus during physical education classes. *European Scientific Journal*, 2014;10:6:72-81.
25. Cheatham GA, Smith SJ, Elliott W, Friedline T. Family assets, postsecondary education, and students with disabilities: Building on progress and overcoming challenges. *Children and Youth Services Review*. 2013;35(7):1078-1086. <http://dx.doi.org/10.1016/j.chilyouth.2013.04.019>

Информация об авторе:

Адырхаев Сослан Георгиевич; д.п.н.; <http://orcid.org/0000-0001-7083-8499>; asoslan@mail.ru; Відкритий міжнародний університет розвитку людини «Україна»; вул. Львівська, 23, м. Київ, 03115, Україна.

Цитуйте цю статтю як: Адырхаев С.Г. Сучасна технологія фізичного виховання студентів з обмеженими можливостями здоров'я в умовах інклюзивної освіти // Педагогіка, психологія та медико-біологічні проблеми фізичного виховання і спорту. – 2016. – N1. – С. 4–12. <http://dx.doi.org/10.15561/18189172.2016.0101>

Электронная версия этой статьи является полной и может быть найдена на сайте: <http://www.sportpedagogy.org.ua/html/arhive.html>

Это статья Открытого Доступа распространяется под терминами Creative Commons Attribution License, которая разрешает неограниченное использование, распространение и копирование любыми средствами, обеспечивающими должное цитирование этой оригинальной статьи (<http://creativecommons.org/licenses/by/4.0/deed.ru>).

Дата поступления в редакцию: 10.01.2016
Принята: 29.01.2016; Опубликовано: 30.01.2016

Information about the author:

Adyrkhaev S.G.; <http://orcid.org/0000-0001-7083-8499>; asoslan@mail.ru; Open international university of Human Development "Ukraine"; Lvovskaya Street 23, Kyiv, 03115, Ukraine.

Cite this article as: Adyrkhaev S.G. Modern technology of physical education of disabled students in conditions of inclusive education.. *Pedagogics, psychology, medical-biological problems of physical training and sports*, 2016;1:4–12. <http://dx.doi.org/10.15561/18189172.2016.0101>

The electronic version of this article is the complete one and can be found online at: <http://www.sportpedagogy.org.ua/html/arhive-e.html>

This is an Open Access article distributed under the terms of the Creative Commons Attribution License, which permits unrestricted use, distribution, and reproduction in any medium, provided the original work is properly cited (<http://creativecommons.org/licenses/by/4.0/deed.en>).

0Received: 18.01.2016
Accepted: 29.01.2016; Published: 30.01.2016