

МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ

**НАЦІОНАЛЬНИЙ УНІВЕРСИТЕТ
«Чернігівський колегіум» імені Т. Г. Шевченка**

ЖИТОВОЗ МИКОЛА ПЕТРОВИЧ

УДК 376-056.26:796:378.4

**МЕТОДИКА НАВЧАННЯ ТЕХНІКИ ФІЗИЧНИХ ВПРАВ
СТУДЕНТІВ З ПОРУШЕННЯМИ СЛУХУ В ІНКЛЮЗИВНОМУ
ЗАКЛАДІ ВИЩОЇ ОСВІТИ**

13.00.02 – теорія та методика навчання
(фізична культура, основи здоров'я)

Автореферат дисертації на здобуття наукового ступеня
кандидата педагогічних наук

Чернігів – 2021

Дисертацією є рукопис.

Роботу виконано в ЗВО «Відкритий міжнародний університет розвитку людини «Україна»», Міністерство освіти і науки України.

Науковий керівник – доктор педагогічних наук, професор
АДИРХАЄВ Сослан Георгійович,
ЗВО «Відкритий міжнародний університет
розвитку людини «Україна»,
Інститут соціальних технологій, директор.

Офіційні опоненти: доктор педагогічних наук, професор,
дійсний член НАПН України
СИНЬОВ Віктор Миколайович,
Національний педагогічний університет
імені М.П. Драгоманова, професор
кафедри психокорекційної педагогіки
факультету спеціальної та інклюзивної освіти;

доктор педагогічних наук, доцент
ДОВГАНЬ Надія Юріївна,
Університет державної фіскальної служби
України, професор кафедри хортингу і реабілітації

Захист відбудеться 30 вересня 2021 року о 13 годині на засіданні спеціалізованої вченої ради Д 79.053.02 у Національному університеті «Чернігівський колегіум» імені Т. Г. Шевченка за адресою: 14013, м. Чернігів, вул. Гетьмана Полуботка, 53.

З дисертацією можна ознайомитися в науковій бібліотеці Національного університету «Чернігівський колегіум» імені Т. Г. Шевченка за адресою: 14013, вул. Гетьмана Полуботка, 53.

Автореферат розіслано 30.08.2021 р.

Учений секретар
спеціалізованої вченої ради



С. В. Гаркуша

ЗАГАЛЬНА ХАРАКТЕРИСТИКА РОБОТИ

Обґрунтування вибору теми дослідження. Проведені наукові дослідження фахівців за останні роки свідчать про те, що рівень стану здоров'я здобувачів вищої освіти має тенденцію до постійного погіршення. Напруженість навчальної діяльності, погіршення екологічного середовища та неправильний спосіб життя, що супроводжується низьким рівнем санітарно-гігієнічної культури приводить до недостатньої рухової активності студентської молоді.

На здійснення оздоровчої активності нації спрямована національна стратегія з оздоровчої рухової активності в Україні на період до 2025 року «Рухова активність – здоровий спосіб життя – здорова нація», однією зі складових якої є залучення здобувачів вищої освіти, у тому числі і здобувачів вищої освіти з інвалідністю, до адекватної рухової активності впродовж навчання у закладах вищої освіти. Нині спостерігається перманентне зростання кількості молоді з інвалідністю та порушенням здоров'я і тому продовжується пошук інноваційних підходів, технологій навчання у освітянському просторі сучасних закладів вищої освіти.

На сьогоднішній день Законом України «Про освіту» (2017) визначено два основних поняття, а саме: *інклюзивного навчання*, як системи освітніх послуг, гарантованих державою, що базується на принципах недискримінації, врахуванні багатоманітності людини, ефективному залученні та включення до освітнього процесу всіх його учасників та *інклюзивного освітнього середовища*, як сукупності умов, способів і засобів їх реалізації для спільного навчання, виховання та розвитку здобувачів освіти з урахуванням їх потреб та можливостей.

Унікальною формою інтеграції у суспільство людей з інвалідністю і порушенням здоров'я є фізична культура, як важливий компонент всієї системи реабілітації людини з інвалідністю. Фізична культура є основою соціально-професійної, соціально-побутової і соціально-культурної реабілітації, виступає у якості ефективних засобів і методів медичної, професійної, психологічної, педагогічної реабілітації, тобто присутня в усіх сферах життєдіяльності людини (О. Архипов, В. Бондарь, І. Бабій, О. Блавт, І. Гончар, В. Плиско та інші).

У дослідженнях, присвячених вивченню проблем навчання молоді з інвалідністю в закладах освіти С. Адирхаєва, Н. Байкіної, Ю. Вихляєва, С. Гаркуши, Г. Грибана, С. Грищенко, Н. Довгань, С. Єрмаков, І. Ляхової, С. Литовченко, І. Медведєвої, М. Носка, В. Синьова, П. Таланчука, О. Форостяна, А. Шевцова та інших зазначається, що використання різноманітних форм, засобів, методів фізичної культури для молоді з інвалідністю є надзвичайно ефективним чинником досягнення безпосереднього оздоровчого ефекту, підвищення інтелектуальної і фізичної працездатності, пізнання можливостей власного організму, формування стійкої мотивації та потреби в систематичних, самостійних заняттях фізичними вправами різного спрямування, але головне, активно стимулює процес адаптації до умов навчання, нової соціальної ситуації, формує інтерес, мотивацію до здобуття професії та професійної самореалізації.

Серед студентської молоді з інвалідністю найбільш чисельною групою є здобувачі вищої освіти з порушеннями слуху. Візуально контингент студентів з порушеннями слуху майже не відрізняється від здорових за багатьма ознаками і, в першу чергу, фізичними. Фахівцями доведено, що глухота не обмежує можливості фізичного розвитку, але потребує використання багатьох спеціальних фізичних вправ, що дозволяють отримувати такі ж самі результати, як і здорова людина. Науковці І. Бабій, Н. Байкіна, Н. Бойченко, С. Грищенко, А. Картавцева, О. Колишкін, А. Мутьєв, Б. Сермеєв, П. Тодоров та інші відмічають, що при порушенні слуху є можливість за допомогою залишкових аналізаторів регулювати і здійснювати складні види рухів, комплексно або вибірково впливати на ті чи інші функції рухового аналізатору, що необхідно враховувати при навчанні техніки фізичних вправ на заняттях фізичного виховання.

В сучасних закладах вищої освіти (ЗВО) на заняттях фізичного виховання не сфокусовано уваги викладачів на постійному тренуванні рухової пам'яті студентів з порушеннями слуху при навчанні нових фізичних вправ, системи фізичних вправ, технічним діям окремих видів спорту. Це призводить до помилок при виконанні вправ, зниження інтересу до занять фізичного виховання, бажання уникнути заняття та, як правило, шкодить вдосконаленню фізичної підготовленості здобувачів вищої освіти з порушеннями слуху в цілому. Тому проблема знайти найкоротший і найбільш ефективний шлях досягнення результатів у розвитку та удосконаленню рухової функції, в оволодінні різноманітними фізичними вправами є актуальною. В організації фізичного виховання здобувачів вищої освіти з порушеннями слуху необхідно акцентувати увагу на методиці навчання, що забезпечує психофізичну готовність до подальшої професійної діяльності.

На жаль, ще сьогодні спостерігається певна *невідповідність*: між значущістю фізичної підготовки студентів з порушеннями слуху і рівнем теоретико-методологічної розробленості проблеми, пов'язаної зі навчанням техніки фізичних вправ, спрямованим на активізацію фізичної культури студентів впродовж навчання у закладах вищої освіти; між індивідуальними відмінностями рухової сфери студентів з порушеннями слуху і традиційністю проведення занять фізичного виховання; між вимогами, що зростають до розвитку фізичного здоров'я і фізичної підготовленості і їх подальшою професійною діяльністю; між практичною, методичною забезпеченістю, що потребує розробки нових форм, методів та засобів реалізації.

Рухова орієнтація студентів з порушеннями слуху у відборі фізкультурної діяльності залежить від відповідної індивідуальної прихильності до занять фізичними вправами визначеної спрямованості. Підвищення мотивації до занять фізичною культурою у більшості випадків залежить від позитивної динаміки у вдосконаленні індивідуальних рухових якостей студента. Недостатній рівень теоретичної та практичної розробки даної проблеми став підґрунтям для вибору теми дослідження – **Методика навчання техніки фізичних вправ студентів з порушеннями слуху впродовж навчання в інклюзивному закладі вищої освіти.**

Зв'язок роботи з науковими програмами, планами, темами. Тема дисертації затверджена вченою радою ЗВО «Відкритий міжнародний університет розвитку людини «Україна»» (протокол №3 від 1 липня 2016 року). Дослідження є складовою наукової програми кафедри фізичної терапії, ерготерапії та фізичного виховання Відкритого міжнародного університету розвитку людини «Україна», входить до загально університетської теми «Розробка та впровадження в навчальний процес сучасних методів і технологій навчання та виховання людей з особливими потребами» (на підставі рішення Вченої Ради Університету «Україна» від 11 березня 2017).

Мета і завдання дослідження.

Мета дослідження – розробити, теоретично обґрунтувати й експериментально перевірити ефективність методики акцентованого навчання техніки фізичних вправ здобувачів вищої освіти з порушеннями слуху в інклюзивному ЗВО.

Завдання дослідження:

1. Проаналізувати дані наукової вітчизняної та зарубіжної літератури щодо особливостей фізичного виховання та спорту здобувачів вищої освіти з порушеннями слуху у ЗВО.

2. Визначити мотивацію, особливості та динаміку рівня здоров'я та психофізичної підготовленості здобувачів вищої освіти з порушеннями слуху в процесі занять фізичного виховання з використанням спортивних технологій впродовж навчання в інклюзивному ЗВО.

3. Розробити методику акцентованого навчання техніки фізичних вправ здобувачів вищої освіти з порушеннями слуху в процесі занять фізичного виховання в інклюзивному ЗВО з використанням спортивних технологій впродовж навчання в інклюзивному ЗВО (на прикладі секційних занять зі спортивної боротьби).

4. Обґрунтувати ефективність методики акцентованого навчання техніки фізичних вправ здобувачів вищої освіти з порушеннями слуху з використанням спортивних технологій впродовж навчання в інклюзивному ЗВО (на прикладі секційних занять зі спортивної боротьби).

Об'єкт дослідження – освітній процес фізичного виховання здобувачів вищої освіти з інвалідністю у ЗВО.

Предмет дослідження – зміст, форми та методи навчання техніки фізичних вправ здобувачів вищої освіти з порушеннями слуху із застосуванням засобів спортивної боротьби в інклюзивному ЗВО.

Методи дослідження. Для досягнення мети та розв'язання поставлених завдань дослідження на різних етапах роботи використано теоретичні та емпіричні методи:

теоретичні: аналіз, синтез, порівняння та зіставлення, узагальнення, моделювання – для визначення стану розкриття проблеми дослідження в спеціальній науковій літературі, вивчення нормативно-правових документів у сфері освіти людини з інвалідністю, авторефератів, дисертацій, Інтернет-ресурсів, досвіду роботи науково-педагогічних працівників закладів вищої

освіти та спортивних тренерів України, для створення методики (акцентованого) навчання техніки фізичних вправ здобувачів вищої освіти з порушеннями слуху; для з'ясування наявності спільних та відмінних характеристик на основі інтерпретації даних спеціальної літератури з проблем фізичного виховання молоді з порушеннями слуху в інклюзивному ЗВО, державних стандартів вищої освіти, документації з дисципліни «Фізичне виховання» у закладах вищої освіти, результатів фізичного здоров'я та фізичної підготовленості впродовж навчання у закладах вищої освіти, формулювання висновків та рекомендацій;

емпіричні – педагогічний експеримент, анкетування, тестування, метод експертних оцінок, спостереження, самооцінка – для перевірки ефективності методики навчання техніки фізичних вправ здобувачів вищої освіти з порушеннями слуху з використанням засобів спортивної боротьби, визначення рівня і динаміки фізичного здоров'я, фізичної підготовленості здобувачів вищої освіти з порушеннями слуху впродовж навчання в інклюзивному ЗВО;

методи математичної статистики – для кількісного та якісного аналізу отриманих експериментальних даних з метою перевірки ефективності методики навчання техніки фізичних вправ здобувачів вищої освіти з порушеннями слуху з використанням нетрадиційних засобів фізичного виховання та окремих видів спорту.

Наукова новизна одержаних результатів полягає в тому, що вперше:

– розроблено інноваційну індивідуально-орієнтовану структурно-логічну схему (модель) акцентованого навчання техніки фізичних вправ, що ґрунтується на використанні спортивних технологій (на прикладі спортивної боротьби), як ефективного резерву підвищення рівня здоров'я та психофізичної підготовленості здобувачів вищої освіти з порушеннями слуху;

– програму навчально-тренувального процесу секції зі спортивної боротьби (греко-римської і вільної) молоді з порушеннями слуху;

– визначено ефективні засоби, методи, форми фізичного виховання, руховий режим для підвищення фізичного здоров'я, фізичної підготовленості, функціонального та психоемоційного станів студентів з порушеннями слуху на заняттях з фізичного виховання впродовж навчання в інклюзивному закладі вищої освіти;

– визначено методику ефективного поєднання засобів фізичного виховання та спортивних технологій, спрямованих на підвищення рівнів здоров'я студентів з порушеннями слуху, що сприяє у подальшому житті їх професійній діяльності шляхом набуття корисних умінь та навичок та надання рівних із здоровими людьми можливостей у сфері трудових відносин.

Удосконалено: зміст занять фізичного виховання здобувачів вищої освіти з порушеннями слуху шляхом ефективного акцентованого навчання техніки фізичних вправ з використанням арсеналу спеціальних засобів спортивної боротьби.

Доповнено і подальшого розвитку набули:

– дослідження про застосування спортивних технологій на заняттях фізичного виховання для вдосконалення навчального процесу з фізичного виховання, покращення рівнів фізичного розвитку та фізичної підготовленості,

здоров'я в цілому, молоді з порушеннями слуху впродовж навчання в інклюзивному закладі вищої освіти;

– форми, методи та засоби фізичного виховання у поєднанні зі спортивними технологіями в освітньому процесі студентів з порушеннями слуху впродовж навчання в інклюзивних закладах вищої освіти.

Практичне значення отриманих результатів полягає у впровадженні методики акцентованого навчання техніки фізичних вправ здобувачів вищої освіти з порушеннями слуху під час навчальних занять з фізичного виховання в інклюзивному середовищі; методику побудови технічної підготовки студентів-спортсменів з порушеннями слуху під час навчально-тренувального процесу в спортивних секціях в умовах інклюзивного закладу вищої освіти.

Впровадження в практику освітнього процесу з фізичного виховання та навчально-тренувального процесу студентів в спортивних секціях результатів дослідження сприяло підвищенню рівнів технічної, фізичної та психоемоційної підготовленості здобувачів з порушеннями слуху та значно підвищує ефективність навчально-тренувального процесу, рівень спортивних результатів та сприяє зміцненню здоров'я в цілому.

Основні результати дослідження впроваджено в освітній процес Відкритого міжнародного університету розвитку людини «Україна» (№ 5-Д від 20.07.2021), Центральноукраїнського інституту розвитку людини (від 24.06.2021), Хмельницького інституту соціальних технологій (№ 60 від 31.05.2021), Вінницького соціально-економічного інституту Університету «Україна» (№ 1/27-182 від 22.07.2021), Миколаївського інституту розвитку людини (від 14.07.2021), Київського регіонального центру з фізичної культури і спорту інвалідів «Інваспорт» (від 21.07.2021).

Апробація результатів дисертації. Основні положення дисертаційної роботи відображено у виступах на науково-практичних конференціях:

– *міжнародного рівня*: «Молода спортивна наука України» (Львів, 2007), «Актуальні проблеми навчання та виховання людей з особливими потребами» (Київ, 2007, 2010), «Современный олимпийский спорт и спорт для всех» (Москва, 2008), «Вісник Чернігівського національного педагогічного університету імені Т. Г. Шевченка» (Чернігів, 2017), «SWorldJournal» (Bulgaria, 2021), «Applied & Experimental Research» (New York, 2021), «Paradigm of knowledge» (Frankfurt, 2021);

– *всеукраїнських*: «Молодь: освіта, наука, духовність» (Київ, 2018, 2019, 2020, 2021), «Навчання і виховання в інклюзивному освітньому просторі: теорія та практика» (Хмельницький, 2019), «Інклюзивне освітнє середовище: проблеми, перспективи та кращі практики» (Київ, 2019, 2020, 2021).

Особистий внесок здобувача в працях, написаних у співавторстві, полягає: у збиранні первинної інформації [1, 2]; в розробці методики акцентованого навчання техніки фізичних вправ студентів з порушенням слуху з використанням нетрадиційних засобів фізичного виховання в інклюзивному ЗВО [3]; розробці технології використання спеціальних вправ зі спортивної боротьби у фізичному вихованні студентів з порушеннями слуху впродовж їх навчання в ЗВО [4].

Публікації. Основні положення дисертаційної роботи відображено в 16 наукових публікаціях, у тому числі: 6 – у наукових фахових виданнях України з педагогічних наук, з них – 3, що включені до міжнародних наукометричних баз, 5 – статті апробаційного характеру, 5 – статті, що додатково відображають наукові результати дисертації.

Структура та обсяг дисертації. Робота складається зі вступу, трьох розділів, висновків до кожного розділу, загальних висновків, списку використаних джерел (197), практичних рекомендацій та додатків. У тексті міститься 21 таблиці, 4 рисунків.

ОСНОВНИЙ ЗМІСТ РОБОТИ

У *вступі* обґрунтовано актуальність досліджуваної проблеми, розкрито зв'язок дисертаційної роботи з науковими програмами, планами, темами, визначено мету, основні завдання, об'єкт та предмет дослідження, методи, висвітлено наукову новизну та практичну значущість отриманих результатів дослідження, представлено дані щодо їх апробації та впровадження, структуру роботи.

У *першому розділі* – *«Актуальні підходи до оптимізації навчання здобувачів вищої освіти з порушеннями слуху в закладах вищої освіти»* проаналізовано реформаційні процеси в освітній діяльності в Україні, які спрямовані на досягнення рівня найкращих світових стандартів за умов проведення сучасних організаційних, педагогічних, психологічних, медичних, соціальних заходів, втілення сучасних технологій й засобів забезпечення в освітньому середовищі закладів вищої освіти збереження та зміцнення здоров'я студентів. Акцентовано увагу на молоді з інвалідністю та порушеннями здоров'я, яка потребує особливої турботи, створення сприятливих умов для апробації нових педагогічних технологій та підходів до організації навчання цього контингенту в закладах вищої освіти. Розглянуто інклюзивну форму навчання, що передбачає зміну існуючих норм, уявлень і стилю поведінки групи здорових осіб. Інклюзія – це особлива система навчання, яка означає індивідуальний підхід до студентів усіх нозологій відповідно до їх освітніх потреб та вимагає змін на всіх рівнях освіти і, насамперед, формування безбар'єрного освітнього середовища.

Зазначено, що останнім часом в Україні спостерігається тенденція зростання попиту на здобуття найвищого фахового рівня серед молоді з порушеннями слуху. Про це переконливо свідчить стійке суттєве збільшення чисельності нечуючих студентів та студентів зі зниженим слухом, які навчаються у закладах вищої освіти I-IV рівнів акредитації (С. Адирхаєв, С. Литовченко, М. Чайковський). Всебічно обґрунтовано фізичні, функціональні і психоемоційні особливості студентів з порушеннями слуху, їх відношення до оточуючих, середовища та вміння вирішувати проблеми у колективі, що позначається їх на соціально-психологічній адаптації.

Визначено, що одним із найкращих засобів зміцнення здоров'я і виховання характеру є фізична культура. Фізичні вправи допомагають навчанню необхідних у житті вмінь і навичок, сприяють відновленню і розширенню

діапазону рухової активності та формуванню багатьох позитивних рис характеру. Розкрито фактори впливу на розвиток рухової функції молоді з порушеннями слуху. Зазначено, що головним предметом навчання у фізичному вихованні і спорті є техніка фізичних вправ. Фізичне виховання і спорт забезпечують розвиток рухового апарату, сприяють подоланню багатьох відхилень. Саме рух здійснює безпосередньо той зв'язок людини з навколишнім світом, який лежить в основі розвитку його психічних процесів та організму в цілому.

Проаналізовано теоретико-методичні засади методики навчання техніки фізичних вправ студентів з порушеннями слуху. Зазначено, що процес навчання техніки фізичних вправ дозволяє нівелювати відмінності в рівні розвитку рухових навичок між особами з порушеннями слуху та особами без інвалідності. При цьому для осіб з порушеннями слуху необхідні вправи, що пов'язані з прискореним темпом роботи та розвитком кінестетичного контролю, який в різних випадках замінює відсутній слуховий аналізатор.

Звернено увагу на питання вдосконалення фізичної підготовленості студентів з порушеннями слуху з застосуванням спортивних технологій, оскільки важливо спланувати освітній та навчально-тренувальний процес таким чином, щоб вони могли ефективно поєднувати успішне навчання зі спортивним вдосконаленням впродовж всього періоду навчання у закладах вищої освіти.

Акцентовано увагу на необхідність впровадження у освітній процес з фізичного виховання студентів з порушеннями слуху індивідуальний та диференційований підходи, ретельний добір фізичних вправ і дозування фізичних навантажень, співвіднесення їх з віковими, статевими та патологічно зумовленими особливостями розвитку рухової функції, структурою і глибиною дефекту розвитку, надання їм різноманітних фізкультурно-оздоровчих та спортивних послуг. Ефективність освітнього процесу з фізичного виховання значною мірою визначається рівнем психомоторних можливостей, а також попередньо набутим руховим досвідом, розумінням мотивацій до навчання фізичним вправам і життєвих інтересів студентів з порушеннями слуху. Визначено, що найбільш популярними видами спорту серед студентів з порушеннями слуху є волейбол, баскетбол та, особливо, для юнаків – спортивна боротьба.

Теоретичний аналіз та обґрунтування даних спеціальної літератури вказує на особливу роль спортивно-оздоровчих технологій у стимулюванні та

мотивації студентів з порушеннями слуху на активні заняття фізичною культурою та спортом, на фізичне вдосконалення, профілактику та зміцнення психофізичного здоров'я в умовах вузівського навчального курсу за дисципліною «Фізичне виховання».

У другому розділі – «Розробка та обґрунтування методики акцентованого навчання техніки фізичних вправ здобувачів вищої освіти з порушеннями слуху з використанням спортивних технологій (на прикладі спортивної боротьби)» представлено загальновідомі теоретичні і практичні методи дослідження, організаційні засади педагогічного експерименту, охарактеризовані етапи та завдання програми дослідження.

Дослідження проблеми навчання техніки фізичних вправ студентів з порушеннями слуху під час секційних занять зі спортивної боротьби проводилися поетапно протягом 2018-2020 років. Досягнення мети, вирішення завдань визначалося і диктувалося логікою процесу дослідження і одержаними на проміжних етапах результатами. Експериментальна робота проводилася на базі інклюзивного ЗВО «Відкритий міжнародний університет розвитку людини «Україна» (Університет «Україна») та його філії – Броварського коледжу.

На першому етапі (2018-2019 рр.) було вивчено, проаналізовано і узагальнено дані спеціальної літератури з проблеми дослідження. З'ясовано, що для студентів з порушеннями слуху пріоритетними та привабливими є ті види рухової активності, у яких вони найбільше можуть реалізувати свій потенціал. На цьому етапі роботи розроблено анкету і проведено соціологічне опитування студентів з порушеннями слуху 1-2 років навчання в інклюзивному закладі вищої освіти з метою вивчення їх самооцінки рівня здоров'я та фізичної підготовленості, психоемоційного стану, способу життя та відношення до зовнішнього середовища та ін. Аналіз результатів анкетування дозволив виявити низький рівень соціальної адаптації, певні зміни емоційно-вольової сфери, що ускладнюють процес спілкування, частково чи повністю відсутня інформація про більшість сучасних, доступних для них професій, з'ясовано фактори, що впливають на становлення життєвих планів та їх реалізацію. Для юнаків з порушеннями слуху привабливим видом рухової активності є спортивна боротьба. Отримані результати анкетування було математично обраховано. Взяло участь в цьому опитуванні 98 студентів з порушеннями слуху ($18,9 \pm 6,3$ років) Університету «Україна» разом з окремими його філіями.

На другому етапі роботи (2019-2020 рр.) в рамках констатуючого експерименту визначено рівень здоров'я, фізична і технічна підготовленість, функціональний та психоемоційний стани студентів з порушеннями слуху на заняттях фізичного виховання. У подальших дослідженнях взяли участь 33 студентів з порушеннями слуху, віком $18,4 \pm 4,8$ років, що дозволило сформувати дві групи: експериментальну та контрольну, кількісний склад яких складав – 18 та 15 юнаків з порушеннями слуху відповідно. До експериментальної групи увійшли: 14 слабочуючих та 4 глухих студентів; до контрольної групи увійшли 12 слабочуючих та 3 глухих.

На цьому етапі розроблено та апробовано інноваційну індивідуально орієнтовану методику акцентованого навчання техніки фізичних вправ на прикладі базових технічних прийомів спортивної боротьби, як ефективного резерву підвищення фізичної та технічної підготовленості студентів з порушеннями слуху, так і фізичного здоров'я, функціонального і психоемоційного станів в цілому. Визначено ефективні засоби, методи, форми фізичного виховання, руховий режим студентів з порушеннями слуху на секційних і самостійних заняттях з фізичного виховання впродовж навчання в інклюзивному закладі вищої освіти. Дослідження проводили щорічно у визначених навчальних програмах терміни, дотримуючись однакового порядку організації. Для виявлення рівня технічної підготовленості було використано

метод експертних оцінок базових технічних дій: переведення в партер ривком за руку, переведення (кидок) обертанням («вертушка») захватом руки зверху, кидок підворотом (через спину) із захватом руки та шиї, переверот накатом захватом тулуба. Кожна технічна дія оцінювалася за трьома показниками: підготовча частина прийому, основа прийому, заключна частина прийому. При цьому увагу сконцентровано на техніці виконання прийомів та помилках студентів з порушеннями слуху.

На третьому етапі (2020 р.) під час формувального експерименту було перевірено ефективність методики акцентованого навчання техніки фізичних вправ з використанням спортивних технологій (на прикладі спортивної боротьби) у навчальному процесі з фізичного виховання студентів з порушеннями слуху. Дієвість експериментальної методики акцентованого навчання техніки фізичних вправ визначали встановленням динаміки показників рівня здоров'я, фізичної і технічної підготовленості, функціональної та психоемоційної підготовленості студентів з порушеннями слуху дослідних груп. Результати експериментальної роботи були піддані кількісному аналізу із застосуванням методів математичної статистики. На основі статистичного опрацювання отриманих даних, їх аналітичного аналізу та інтерпретації оцінено ефективність впровадження розробленої методики у навчальний процес фізичного виховання (секційної форми навчання) студентів з порушеннями слуху в інклюзивному закладі вищої освіти. Здійснено узагальнення отриманих на різних етапах дослідження емпіричних даних, обговорено результати, сформульовано висновки. Результати дослідження впроваджено у навчальний процес фізичного виховання закладів вищої освіти інклюзивного типу.

Представлено результати дослідження основних показників рівня здоров'я, функціонального та психоемоційного станів, фізичної і технічної підготовленості студентів з порушеннями слуху на заняттях фізичного виховання та секційних заняттях зі спортивної боротьби. Увагу було спрямовано на використанні інформативних, стандартних та доступних тестів, які широко використовуються в практиці фізичного виховання студентів. Вихідні дані рівнів фізичного здоров'я (за методикою Г. Л. Апанасенка), фізичного розвитку, функціональний стан, фізична підготовленість студентів з порушеннями слуху майже за всіма досліджуваними характеристиками наближені до середнього та середнього рівня. За допомогою комплексу методів проведені емпіричні дослідження психоемоційного стану студентів з порушеннями слуху, а саме: особистісна та ситуативна тривожність (71,3% студентам з порушеннями слуху притаманно середній рівень прояву), самопочуття, активність, настрої (сприйняття власного самопочуття також вказує на перебільшувану самооцінку майже у 73% студентів), потреба у досягненні (середній демонструють 39,9%, високий – 38,8% студентів з порушеннями слуху) та самооцінка якостей, які притаманні досліджуваним (за їх власною думкою) (мають завищену самооцінку). Результати анкетування показали, що інтерес студентів з порушеннями слуху до фізичного виховання та спортивної діяльності у закладах вищої освіти низький і залежить від стану здоров'я, рівня фізкультурної

освіченості, фізичної підготовленості, способу життя і поведінки, невиконання доступних обсягів рухової активності. Недостатній обсяг тижневої рухової активності мають 84,1% студентів з порушеннями слуху та майже 78,8% опитуваних ніколи не займаються фізичними вправами за межами закладу вищої освіти. Серед видів спорту, яким бажають займатися студенти з порушеннями слуху – 62,7% юнаків надали перевагу спортивній боротьбі, тобто секційним навчально-тренувальним заняттям.

У формуальному експерименті взяли участь 33 студентів з порушеннями слуху 1-4 курсів Університету «Україна», які займалися у секції зі спортивної боротьби впродовж 2018-2020 навчальних років. Вони були поділені на дві групи: 18 студентів з порушеннями слуху увійшли до експериментальної групи, 15 студентів з порушеннями слуху увійшли до контрольної групи. У студентів з порушеннями слуху експериментальної групи була впроваджена методика акцентованого навчання техніки фізичних вправ з використанням засобів спортивної боротьби, студенти з порушеннями слуху контрольної групи займалися за традиційною програмою роботи секції зі спортивної боротьби.

Порівняльний аналіз за всіма досліджуваними показниками між студентами з порушеннями слуху контрольної та експериментальної груп практично не відрізнялися. Всі досліджувані характеристики, а саме: рівні здоров'я, фізичного розвитку і фізичної працездатності, фізичної підготовленості та психоемоційного стану студентів з порушеннями слуху, а також технічні прийоми зі спортивної боротьби мали кореляційний взаємозв'язок та суттєво впливали один на одного. Взаємозв'язки всіх досліджуваних показників фізичної підготовленості, функціонального та психоемоційного станів, базових технічних прийомів спортивної боротьби студентів з порушеннями слуху аналізувались на рівні значущості: $p \leq 0,05-0,001$. У результаті кореляційного аналізу показників фізичного здоров'я, фізичної та технічної підготовленості, функціонального та психоемоційного станів встановлено, що з метою забезпечення ефективності навчання техніки фізичних вправ основну увагу необхідно зосередити на розвитку статичної витривалості, здатності для відновлення, на фізичних вправах, що спрямовані на зміцнення м'язів спини, черевного пресу, які відповідають за здатність підтримки пози, силового характеру, вправи на розвиток дихальної системи.

У третьому розділі – **«Ефективність методики акцентованого навчання техніки фізичних вправ здобувачів вищої освіти з порушеннями слуху»** – приведено результати педагогічного експерименту, спрямованого на визначенні ефективності розробленої та впровадженої індивідуально-орієнтованої структурно-логічної схеми методики акцентованого навчання техніки фізичних вправ, що ґрунтується на використанні спортивних технологій (на прикладі спортивної боротьби), як ефективного резерву підвищення рівня здоров'я та психофізичної підготовленості студентів з порушеннями слуху. Організаційно-педагогічні складові методики акцентованого навчання техніки фізичних вправ студентів з порушеннями слуху на секційних заняттях зі спортивної боротьби сфокусовані на урахуванні особливостей рухової сфери

молоді з порушеннями слуху, а саме: недостатньо точна координація і невпевненість рухів, що виявляється в основних рухових навичках; відносна загальмованість оволодіння руховими навичками; труднощі у зберіганні статичної і динамічної рівноваги; відносно низький рівень розвитку просторової орієнтації; загальмована реагуюча здібність, швидкість виконання окремих рухів і темпу рухової діяльності в цілому; відхилення в розвитку моторної сфери: мілкої моторики кісті пальців рук, узгодженість рухів окремих ланків тіла за часом і у просторі, переведенні рухів, диференціації і ритмічності рухів, розслабленні, що в цілому характеризує порушення координаційних здібностей; відставання в розвитку життєво важливих фізичних якостей: швидкісно-силових, силових, витривалості та ін., які характеризують фізичну підготовленість студентів з порушеннями слуху. У студентів з порушеннями слуху спостерігається посилення частоти серцевих скорочень та дихання, підвищення реакції фізіологічних систем організму при фізичних навантаженнях. Перераховані порушення в руховій сфері молоді з порушеннями слуху носять взаємопов'язаний характер і обумовлені загальними причинами: структурою слухового дефекту, недостатністю мовленнєвої функції, скороченням об'єму надходженої інформації, станом рухового аналізатора, **ступіню** функціональної активності вестибулярного апарату. Для успішного навчання технічним діям необхідно враховувати групу передумов, що характеризує *готовність студента з порушеннями слуху до засвоєння навчального матеріалу*, а саме: фізичну готовність, координаційну готовність, психічну готовність.

Ефективність методики акцентованого навчання техніки фізичних вправ студентів з порушеннями слуху полягає у застосуванні базових технічних прийомів спортивної боротьби в освітній процес фізичного виховання у закладах вищої освіти. Використання цього навчально-методичного підходу сприяє вдосконаленню індивідуальної методики акцентованого навчання техніки фізичних вправ в залежності від рівнів фізичної та технічної підготовленості студентів з порушеннями слуху. Розроблено методику акцентованого навчання техніки фізичних вправ студентів з порушеннями слуху (рис. 1), зміст якої сформовано блоками: *цільовий блок* представлено метою та завданнями, які необхідно вирішувати впродовж всього процесу навчання. *Змістовий блок* містить основні складові навчально-виховного процесу, а саме: рівні сторін підготовленості, принципи, засоби, методи та форми навчання, які забезпечують ефективність навчання техніки фізичних вправ. *Контрольно-діагностичний блок* об'єднує етапи та види педагогічного контролю та його спрямованість на види підготовленості досліджуваного контингенту. *Результативно-корекційний блок* спрямовано на кінцевий результат освітньо-виховного процесу, дозволяє порівняти його з метою і, за потреби, ввести корективи до методики навчання у подальшому.

З метою визначення ефективності розробленої та впровадженої методики акцентованого навчання техніки фізичних вправ студентів з порушеннями слуху було розроблено програму навчально-тренувального процесу спортивної секції зі спортивної боротьби (греко-римської та вільної) студентів з порушеннями слуху експериментальної групи на перший і другий роки навчання.

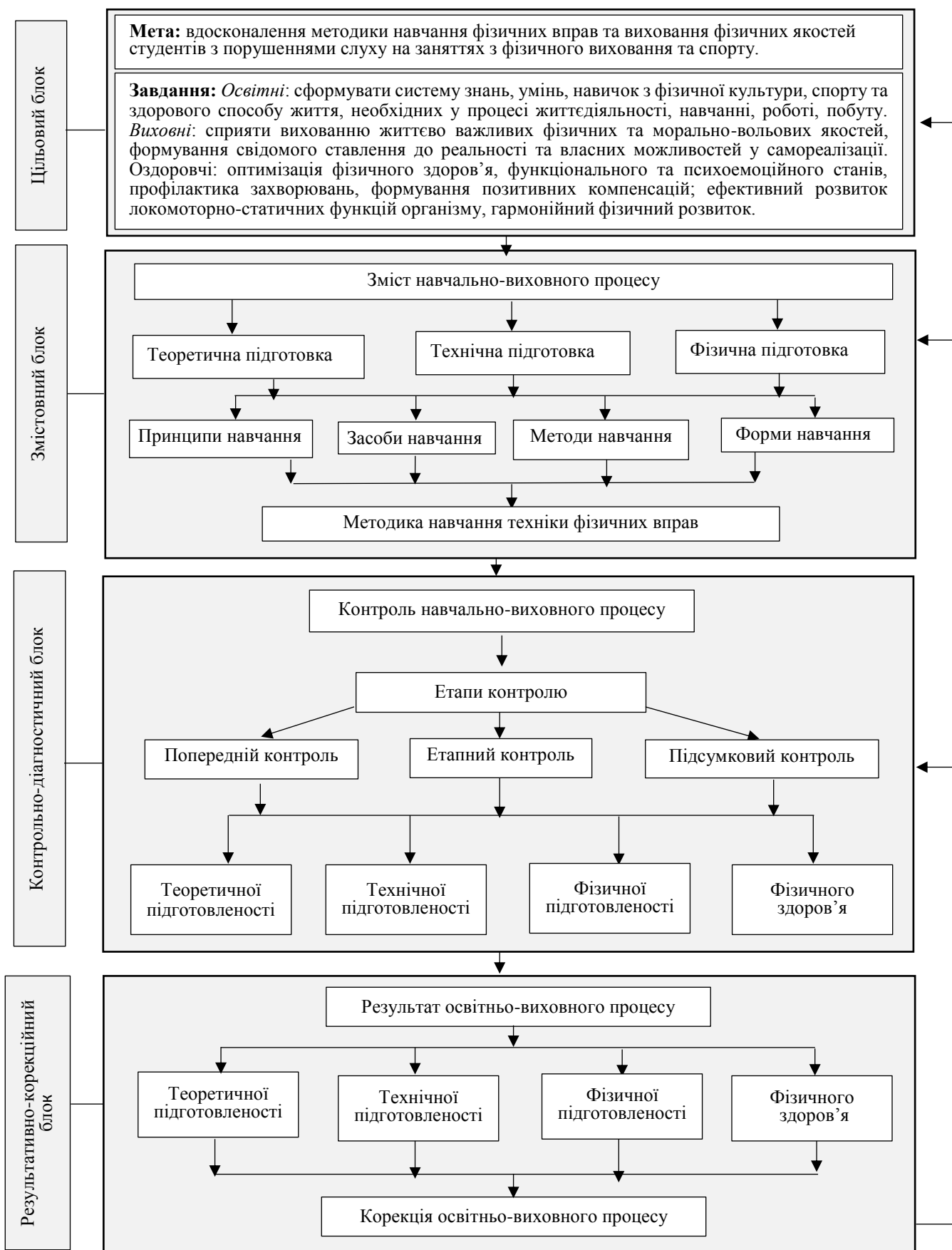


Рис. 1. Структурно-логічна схема методики акцентованого навчання техніки фізичних вправ студентів з порушеннями слуху впродовж навчання в інклюзивному закладі вищої освіти

Структуру річного циклу підготовки було розроблено за місяцями (10 місяців), тижнями (42 тижня), семестрами (2 семестри), періодами (3 періоди: підготовчий, змагальний, перехідний), кількістю занять на тиждень (126 занять/рік), кількістю годин на тиждень (252 год/рік). До змісту навчального процесу входила *теоретична підготовка*, що проводиться під час лекційних занять з фізичного виховання відповідно до загальноуніверситетського розкладу (16 год/рік), *технічної підготовки*: основні стойки, захвати, положення, пересування; техніка боротьби в партері; техніка боротьби в стійці; *фізичної підготовки*. Педагогічний контроль здійснювався на початку – в середині – по завершенню навчального року.

Результати проведеного експерименту свідчать про те, що у всіх тестових вправах з фізичної підготовленості юнаки з порушеннями слуху експериментальної групи (ЕГ) достовірно покращили показники на рівні $p \leq 0,05$. У контрольній групі (КГ) студентів з порушеннями слуху, які займалися за традиційною програмою також спостерігається покращення показників за всіма тестовими вправами, але середні показники були достовірно нижчими ($p \geq 0,05$). Аналіз показників функціонального та психоемоційного станів студентів з порушеннями слуху під впливом методики акцентованого навчання техніки фізичних вправ у студентів з порушеннями слуху ЕГ вказує на достовірні покращення на рівні $p \leq 0,05$. У студентів з порушеннями слуху за результатами застосування методики навчання техніки фізичних вправ достовірно покращилися всі показники фізичного здоров'я (за методикою Г. Апанасенка) ($p \leq 0,05$). Сума балів, що характеризує загальний рівень фізичного здоров'я також достовірно підвищилася на 27,8% у студентів ЕГ та на 11,39% у студентів КГ, що дозволило визначити рівень здоров'я студентів з порушеннями слуху ЕГ, як вище середнього. У всіх студентів з порушеннями слуху ЕГ достовірно збільшилися значення життєвого та силового індексів ($p \leq 0,05$). Достовірно збільшилися аеробні можливості організму, підвищився рівень фізичної працездатності, скоротився час відновлення ЧСС після фізичного навантаження, зросла сила, в результаті чого достовірно підвищився рівень здоров'я.

Дослідження рівнів технічної підготовленості студентів з порушеннями слуху ЕГ і КГ (метод експертних оцінок) відбувалося за показниками техніки виконання базових технічних прийомів спортивної боротьби впродовж двох років: на початку та в кінці кожного року. Динаміка технічної підготовленості студентів з порушеннями слуху ЕГ впродовж експерименту по рокам вказує на зрушення, які відбувалися в рівні оволодіння базовими технічними прийомами на секційних заняттях зі спортивної боротьби, що проходили за методикою акцентованого навчання техніки фізичних вправ та за розробленими програмами навчально-тренувального процесу спортивної секції зі спортивної боротьби (греко-римської та вільної) 1 і 2 років занять (рис. 2).

Порівняльний аналіз виконання базових технічних прийомів студентів з порушеннями слуху КГ і ЕГ секції греко-римської боротьби по завершенню педагогічного експерименту показав суттєві відмінності у техніці між юнаками. У студентів з порушеннями слуху ЕГ після впровадження методики акцентованого навчання техніки фізичних вправ за розробленими програмами

навчально-тренувального процесу секції зі спортивної боротьби за оцінками експертів відбулося значне підвищення якості виконання базових технічних прийомів. Так, у виконанні чотирьох технічних прийомів студенти з порушеннями слуху ЕГ достовірно покращили показники ($p \leq 0,001$). У студентів з порушеннями слуху КГ також відбулося покращення показників виконання технічних прийомів, але середні показники були достовірно нижчими ($p \geq 0,05$). Аналіз динаміки рівня технічної підготовленості студентів з порушеннями слуху ЕГ, отриманий під час проведення формувального педагогічного експерименту, переконливо довів високу ефективність акцентованого навчання техніки фізичних вправ в навчально-тренувальному процесі фізичного виховання у закладах вищої освіти.

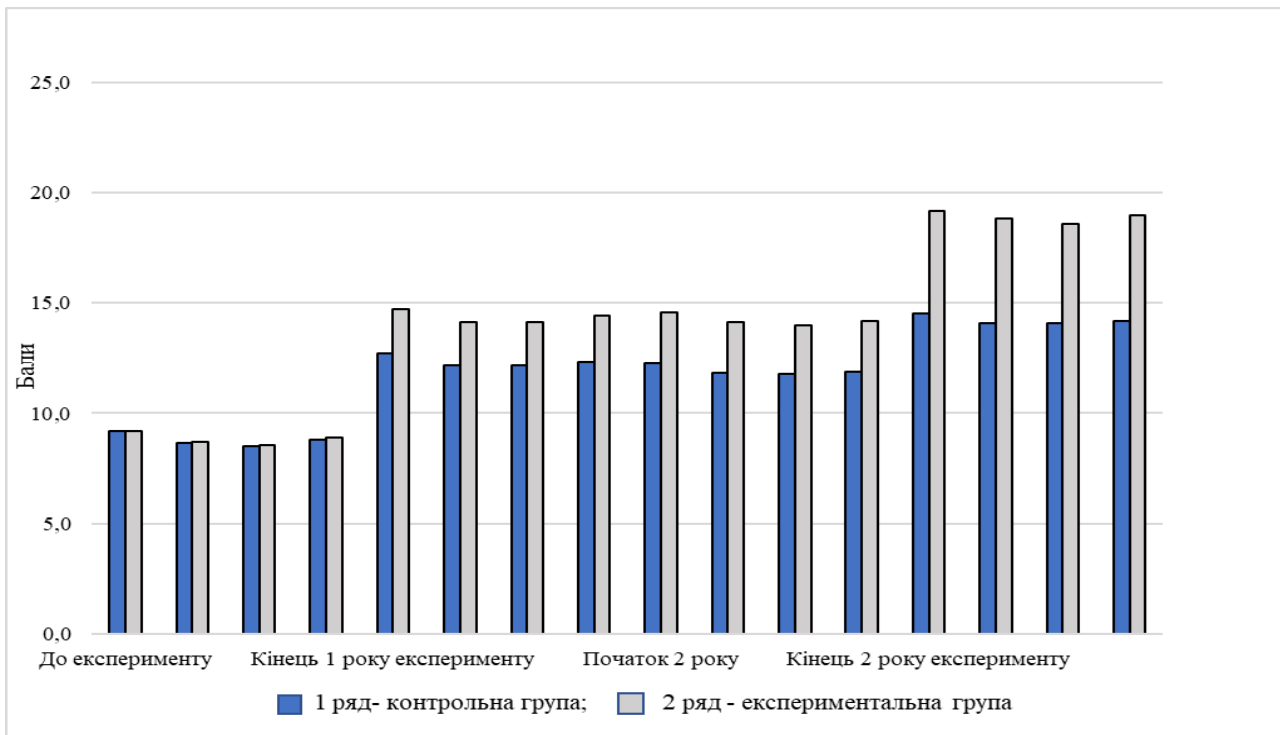


Рис. 2. Динаміка рівня технічної підготовленості студентів з порушеннями слуху впродовж педагогічного експерименту

Всі учасники педагогічного експерименту: і студенти з порушеннями слуху КГ, і студенти з порушеннями слуху ЕГ впродовж всього періоду проведення досліджень на секційних заняттях зі спортивної боротьби (греко-римської і вільної) підвищували свою спортивну кваліфікацію та брали участь у змаганнях.

По завершенню педагогічного експерименту студенти з порушеннями слуху КГ і ЕГ підвищили свої спортивні результати, а саме: серед юнаків з порушеннями слуху КГ шість осіб виконали спортивний розряд, серед юнаків з порушеннями слуху ЕГ – 12 осіб виконали спортивний розряд.

Отримані результати дослідження доводять, що впровадження методики акцентованого навчання техніки фізичних вправ у процес фізичного виховання та спортивного тренування забезпечує підвищення мотивації до фізкультурно-спортивних занять, спортивної результативності, бажання приймати участь у змаганнях та перемагати.

ВИСНОВКИ

Отримані результати дослідження дають підстави для загальних висновків.

1. Аналіз даних спеціальної літератури за темою дисертаційної роботи дозволив встановити, що процес здобуття вищої освіти студентами з порушеннями слуху має певні особливості та потребує спеціальної організації.

В організації фізичного виховання здобувачів вищої освіти з порушеннями слуху у ЗВО необхідно фокусувати увагу на методиці акцентованого навчання, що забезпечує психофізичну готовність до подальшої професійної діяльності.

Під впливом організованого процесу фізичного виховання можливо корегувати та формувати особистість студента з порушеннями слуху, тим самим прищеплюючи нечуючій молоді культуру здорового способу життя та високу мотивацію до занять фізичною культурою, окремими видами спорту, що в свою чергу приводить до покращення не тільки функціонального стану організму та фізичної підготовленості, але й оптимізує загальний освітній процес з фізичного виховання у інклюзивному ЗВО. Доведено, що глухота не обмежує можливості фізичного розвитку, але потребує використання багатьох спеціальних фізичних вправ, що дозволяють отримувати такі ж самі результати, як і здорова людина.

Всебічний аналіз спеціальної літератури, педагогічні спостереження і експериментальні дослідження дозволяють виділити особливості рухової сфери молоді з порушеннями слуху, а саме: недостатньо точна координація і невпевненість рухів, що виявляється в основних рухових навичках; відносна загальмованість оволодіння руховими навичками; труднощі у зберіганні статичної і динамічної рівноваги; відносно низький рівень розвитку просторової орієнтації; загальмована реагуюча здібність, швидкість виконання окремих рухів і темпу рухової діяльності в цілому; відхилення в розвитку моторної сфери: мілкої моторики кісті пальців рук, узгодженість рухів окремих ланків тіла за часом і у просторі, переведенні рухів, диференціації і ритмічності рухів, розслабленні, що в цілому характеризує порушення координаційних здібностей; відставання в розвитку життєво важливих фізичних якостей. Недоліки у фізичній підготовленості молоді з порушеннями слуху визначено не тільки патологією органу слуху, але й функціональною занедбаністю рухового аналізатора та неефективною методикою навчання техніки фізичним вправам.

2. Результати анкетування показали, що інтерес здобувачів вищої освіти з порушеннями слуху до фізичного виховання та спортивної діяльності у ЗВО низький і залежить від стану здоров'я, рівня фізкультурної освіченості, фізичної підготовленості, способу життя і поведінки, ігнорування доступних обсягів рухової активності. Підвищити інтерес студентів з порушеннями слуху до занять фізичного виховання можливо з урахуванням їх рухових уподобань, бажання займатися окремими видами спорту, динаміки власних досягнень впродовж навчання у ЗВО. Визначено, що 70% студентів з порушеннями слуху віддають перевагу секційним заняттям з окремих видів спорту, які відповідають їх інтересам і потребам, а не традиційним заняттям фізичного виховання.

Аналіз вихідних даних фізичного здоров'я, фізичної і технічної підготовленості, функціонального та психоемоційного станів студентів з

порушеннями слуху свідчить про наявність середнього рівня прояву. Майже всі досліджувані показники знаходилися на рівні нижче за середній та середній.

Вихідні дані показників особистісної й ситуативної тривожності студентів з порушеннями слуху вказують на те, що 71,3 % юнаків мають високий рівень прояву тривожності. Враховуючи цей факт, потрібно постійне підвищення активності, підкреслення мотиваційних компонентів діяльності, збудження зацікавленості, відсвічування почуття відповідальності у вирішенні тих чи інших завдань. Сприйняття власного самопочуття, активності та настрою юнаками з порушеннями слуху вказує на перебільшовану самооцінку з цих показників майже у 73 % студентів. Стосовно самооцінки особистості за методикою С. Будасі виявлено, що 79% студентів з порушеннями слуху мають високу самооцінку – 0,72 ум. од. Враховуючи ці особливості можна стверджувати, що з таким контингентом студентів з порушеннями слуху є можливість швидше сформувати потрібну мотивацію до конкретної фізкультурно-спортивної діяльності впродовж навчання у ЗВО.

3. Розроблено та впроваджено структурно-логічну схему методики акцентованого навчання техніки фізичних вправ на прикладі базових технічних прийомів зі спортивної боротьби. Сконцентровано увагу на навчанні виконання технічних елементів зі спортивної боротьби, а саме: стійкі, пересування, захвати, звільнення від захвату, тиснення, ривки, маневрування та інші елементарні дії. Розроблено алгоритм навчання техніки виконання простої та складної технічної дії, що передбачає виконання послідовних технічних дій з урахуванням оперативного психофізичного стану, акцентуючи увагу на методах навчання: поясненні, показу, виконанні елементів техніки вправи, виконання вправ в цілому, виконанні вправ з партнером, виконання вправ з партнером в різних умовах, виправлення помилок, досягнення бажаного результату.

Впроваджено структурно-логічну схему методики акцентованого навчання техніки фізичних вправ студентів з порушеннями слуху в програму навчально-тренувального процесу секції зі спортивної боротьби (греко-римської та вільної) студентів з порушеннями слуху та освітній процес фізичного виховання ЗВО інклюзивного типу. Ефективність методики акцентованого навчання підтверджено результатами проведеного педагогічного експерименту за динамікою рівнів фізичного здоров'я, фізичної і технічної підготовленості, функціонального та психоемоційного станів студентів з порушеннями слуху експериментальної групи. Встановлено значні позитивні зрушення за всіма досліджуваними показниками експериментальної групи ($p \leq 0,01-0,05$) і помітно менші – у контрольній групі ($p \geq 0,05$).

4. Формувальним експериментом доведено, що впровадження методики акцентованого навчання техніки фізичних вправ у процес фізичного виховання та спортивного тренування забезпечує підвищення мотивації до фізкультурно-спортивних занять, спортивної результативності, бажання приймати участь у змаганнях та перемагати. Здобувачі вищої освіти з порушеннями слуху контрольної та експериментальної груп підвищили свої спортивні результати, а саме: серед юнаків з порушеннями слуху контрольної групи – шість осіб

виконали спортивний розряд, серед юнаків з порушеннями слуху експериментальної групи – 12 осіб виконали спортивний розряд.

Проведене дослідження не вичерпує всіх аспектів фізичного виховання здобувачів вищої освіти з порушеннями слуху в інклюзивному ЗВО. Пошук інноваційних шляхів вдосконалення освітнього процесу з фізичного виховання здобувачів вищої освіти з інвалідністю продовжується.

За результатами дослідження розроблено практичні рекомендації щодо втілення в практику фізичного виховання студентів з порушеннями слуху структурно-логічну схему методики акцентованого навчання техніки фізичних вправ, що ґрунтується на використанні спортивних технологій (на прикладі греко-римської і вільної боротьби) як ефективний резерв підвищення рівня фізичного здоров'я, фізичної та технічної підготовленості, функціонального і психоемоційного станів студентської молоді різних ЗВО.

СПИСОК ОПУБЛІКОВАНИХ ПРАЦЬ ЗА ТЕМОЮ ДИСЕРТАЦІЇ

Наукові праці, в яких опубліковано основні наукові результати дисертації

1. Адирхаєв С. Г., Житовоз М. П. Шляхи оптимізації тренувального процесу зі спортивної боротьби студентів з порушенням слуху. *Вісник Чернігівського національного педагогічного університету ім. Т. Г. Шевченка*. Чернігів: ЧНПУ імені Т. Г. Шевченка, 2017. Серія: Педагогічні науки. Вип. 143. С. 130-139.

2. Адирхаєв С. Г., Житовоз М. П. Адаптивна фізична культура в процесі професійної підготовки та реабілітації студентів з інвалідністю. *Вісник Чернігівського національного педагогічного університету імені Т. Г. Шевченка*. Чернігів: ЧНПУ імені Т. Г. Шевченка, 2017. Серія: Педагогічні науки. Фізичне виховання та спорт. Вип. 147. Т. 1. С. 16-23.

3. Адирхаєв С. Г., Житовоз М. П. Адаптивне фізичне виховання в умовах інклюзивного простору закладів освіти. *Зб. наук. праць Хмельницького інституту соціальних технологій*. Хмельницький, 2018. № 16. С. 52-59.

4. Zhytovož M. P., Adyrkhaev S. G. Training of physical exercises with the use of sports technologies for students with hearing impairments in higher education institutions of inclusive type. *The International Scientific Periodical Journal «SWorldJournal»*, №8 (5), May, 2021. SWorld & D.A. Tsenov Academy of Economics – Svishtov, Bulgaria. P. 57-64. ISSN 2663-5712. DOI: 10.30888/2663-5712.

5. Zhytovož, M. (2021). Pedagogical features of methods of technique of physical exercises to students with hearing impairments in an inclusive institution of higher.

6. Zhytovož M. P. (2021). Sports technologies in the practice of physical education of students with hearing impairments in higher education institutions of inclusive type. *Scientific Journal: Paradigm of knowledge*, № 2 (46), April, 28. 143-160. Frankfurt. ISSN 2520-7474. DOI:10.26886/2520-7474.2(46)2020.11

Опубліковані праці апробаційного характеру

7. Житовоз М. П. Особливості тренування студентів-борців з порушеннями слуху. *Молодь: освіта, наука, духовність: матеріали Всеукр. наук.-практ. конф.* Київ: Університет «Україна», 2018. Ч. 3. С. 28-30.

8. Адирхаєв С. Г., Житовоз М. П. Фізичне виховання в контексті інклюзивної освіти студентської молоді. Актуальні проблеми навчання та виховання людей в інтегрованому освітньому середовищі у світлі реалізації конвенції про права осіб з інвалідністю. *Зб. матеріалів XVIII Міжнар. наук.-практ. конф.* Київ: Університет «Україна», 2018. С. 109-111.

9. Житовоз М. П. Оптимізація процесу навчання техніки фізичних вправ студентів з вадами слуху на заняттях з фізичного виховання. *Зб. матеріалів XVII Всеукр. наук. конфер. студентів і молодих вчених «Молодь: освіта, наука, духовність».* Київ: Університет «Україна», 2020. Ч. 3. С. 53-55.

10. Житовоз М. П. Спортивні технології у фізичному вихованні студентів з порушеннями слуху. *Зб. матеріалів XX Міжнародної наук.-практ. конф. «Інклюзивне середовище: проблеми, перспективи та кращі практики».* Київ: Університет «Україна», 2020. Ч. 2. С.131-133.

11. Житовоз М. П. Оптимізація рухової активності на заняттях фізичного виховання студентів з порушеннями слуху. *Зб. матеріалів XVIII Всеукр. наук.-практ. конф. студентів і молодих вчених «Молодь: освіта, наука, духовність».* Київ: Університет «Україна», 2021. С. 306-307.

Опубліковані праці, які додатково відображають результати дослідження

12. Житовоз М. П. Науково-методичне обґрунтування спортивного руху серед студентів з особливими потребами як нового напрямку розвитку спорту в Україні. Молода спортивна наука України. *Зб. наук. праць.* Львів, 2007. С. 210-216.

13. Адирхаєв С. Г., Житовоз М. П. Спортивні змагання серед студентської молоді з особливими потребами. Актуальні проблеми навчання та виховання людей з особливими потребами. *Зб. наук. праць.* Київ, 2007. С. 191-194.

14. Адирхаєв С., Житовоз М., Коробейников Г. Мазманян К. Біологічний вік та фізична активність людини. Теорія і методика фізичного виховання і спорту. Київ: Олімпійська література, 2007. №1. С. 60-63.

15. Житовоз Н. П. Спорт среди студентов с ограниченными возможностями. Современный олимпийский спорт и спорт для всех. *Сб. науч. трудов.* Москва: РНУФКСТ, 2008. С. 163-171.

16. Житовоз М. П. Особливості рухової активності студентів з вадами слуху. Актуальні проблеми навчання та виховання людей з особливими потребами. *Зб. наук. праць.* Київ, 2010. Ч. 2. С. 84-86.

АНОТАЦІЇ

Житовоз М. П. Методика навчання техніки фізичних вправ студентів з порушеннями слуху в інклюзивному закладі вищої освіти. Кваліфікаційна наукова праця на правах рукопису.

Дисертація на здобуття наукового ступеню кандидата педагогічних наук за спеціальністю 13.00.02 «Теорія та методика навчання (фізична культура, основи здоров'я). – Національний університет «Чернігівський колегіум» імені Т. Г. Шевченка, **Київ**, 2021.

Дисертаційна робота полягає у впровадженні в освітній процес фізичного виховання закладів вищої освіти індивідуально-орієнтовану методика акцентованого навчання техніки фізичних вправ, що ґрунтується на використанні спортивних технологій (на прикладі спортивної боротьби), як ефективного резерву підвищення рівня здоров'я та психофізичної підготовленості студентів з порушеннями слуху. В роботі доповнено рішення проблеми фізичного виховання студентів з порушеннями слуху в інклюзивному закладі вищої освіти, зокрема, про застосування спортивних технологій на заняттях фізичного виховання для вдосконалення навчального процесу з фізичного виховання, покращення рівнів фізичного розвитку та фізичної підготовленості, здоров'я в цілому впродовж всього періоду навчання. Доведено, що глухота не обмежує можливості фізичного розвитку, але потребує використання багатьох спеціальних фізичних вправ, що дозволяють отримувати такі ж самі результати, як і здорова людина. При порушенні слуху є можливість за допомогою залишкових аналізаторів регулювати і здійснювати складні види рухів, комплексно або вибірково впливати на ті чи інші функції. В роботі враховано ці особливості, тобто компенсаторні можливості рухового аналізатору, при навчанні техніки фізичних вправ на заняттях фізичного виховання, секційних заняттях з обраного виду спорту.

В роботі запропоновано новий організаційно-педагогічний підхід до навчання техніки фізичних вправ, де акцентовано увагу визначення оптимальної технічної дії, її правильний образ, еталонної орієнтованої основи, що побудована на основі кількісно-якісного аналізу кінематичної й динамічної структури цієї дії.

Розроблено та впроваджено в практику структурно-логічну схему методики акцентованого навчання техніки фізичних вправ на прикладі базових технічних прийомів зі спортивної боротьби, а саме: «переведення в партер ривком за руку», «переведення обертанням («вертушка») захватом руки зверху», «кидок підворотом (через спину) із захватом руки та шиї» та «переворот накатом захватом тулуба». Сконцентровано увагу на навчанні виконання технічних елементів зі спортивної боротьби, а саме: стійкі, пересування, захвати, звільнення від захвату, тиснення, ривки, маневрування та інші елементарні дії. Впроваджено алгоритм навчання техніки виконання простої та складної технічної дії, що передбачає виконання послідовних технічних дій з урахуванням оперативного психофізичного стану, акцентуючи увагу на методах навчання: поясненні, показу, виконанні елементів техніки вправи, виконання вправ в

цілому, виконанні вправ з партнером, виконання вправ з партнером в різних умовах, виправлення помилок, досягнення бажаного результату.

Впроваджено структурно-логічну схему методики акцентованого навчання техніки фізичних вправ студентів з порушеннями слуху в програму навчально-тренувального процесу секції зі спортивної боротьби (греко-римської та вільної) студентів з порушеннями слуху та навчальний процес фізичного виховання закладів вищої освіти інклюзивного типу. Ефективність методики акцентованого навчання підтверджено результатами проведеного педагогічного експерименту за динамікою рівнів фізичного здоров'я, фізичної і технічної підготовленості, функціонального та психоемоційного станів студентів з порушеннями слуху експериментальної групи. Встановлено значні позитивні зрушення за всіма досліджуваними показниками експериментальної групи ($p \leq 0,01-0,05$) і помітно менші – у контрольній групі ($p \geq 0,05$).

По завершенню педагогічного експерименту студенти з порушеннями слуху КГ і ЕГ підвищили свої спортивні результати, а саме: серед юнаків з порушеннями слуху КГ шість осіб виконали спортивний розряд, серед юнаків з порушеннями слуху ЕГ 12 осіб виконали спортивний розряд.

Ключові слова: студенти з порушеннями слуху, фізичне виховання, спортивна боротьба, техніка фізичних вправ, акцентоване навчання, технічні прийоми.

Житовоз М.П. Методика обучения технике физических упражнений студентов с нарушениями слуха в высших учебных заведениях инклюзивного типа. Квалификационная работа на правах рукописи.

Диссертация на соискание ученой степени кандидата педагогических наук по специальности 13.00.02 – теория и методика обучения (физическая культура, основы здоровья). Национальный университет «Черниговский колледж» имени Т. Г. Шевченко, Чернигов, 2021.

Диссертационная работа посвящена оптимизации физического воспитания студентов с нарушениями слуха в высших учебных заведениях инклюзивного типа. Внедрении в учебный процесс физического воспитания высших учебных заведений индивидуально-ориентированную методику акцентированного обучения технике физических упражнений, которая основывается на использовании спортивных технологий (на примере спортивной борьбы), как эффективного резерва повышения уровня здоровья и психофизической подготовленности студентов с нарушениями слуха. В работе дополнено решение проблемы физического воспитания студентов с нарушениями слуха в инклюзивном учреждении высшего образования, а именно, о применении спортивных технологий на занятиях физического воспитания для совершенствования учебного процесса физического воспитания, повышения уровней физического развития и физической подготовленности, улучшения здоровья в период обучения в высших учебных заведениях.

Уникальной формой интеграции людей с инвалидностью и нарушениями здоровья является физическая культура, которая выступает в роли важного

компонента всей системы реабилитации. Доказано, что глухота не ограничивает возможности физического развития, но указывает на необходимость использования специальных физических упражнений, которые позволяют показывать такие же результаты, как и здоровый человек. При нарушениях слуха есть возможность с помощью оставшихся анализаторов регулировать и выполнять сложные движения, комплексно или выборочно влиять на те или иные функции. В работе учтены эти особенности, т.е. компенсаторные возможности двигательного анализатора, при обучении технике физических упражнений на занятиях физического воспитания, секционных занятиях по спортивной борьбе.

В работе предложен новый организационно-педагогический подход к обучению технике физических упражнений, где внимание акцентировано на определении оптимального технического действия, его правильный образ, эталонной основы, которая выстроена на основе количественно-качественного анализа его кинематической и динамической структуры.

Разработано и внедрено в практику структурно-логическая схема методики акцентированного обучения технике физических упражнений на примере базовых технических приемов спортивной борьбы: «перевод в партер рывком за руку», «переворот скручиванием (вертушка) захватом руки сверху», «бросок через спину с захватом руки и шеи», «переворот накатом захватом туловища». Внимание акцентировано на обучении выполнения технических элементов спортивной борьбы: стойкам, передвижениям, захватам, освобождению от захватов, дожимам, рывкам, маневрированию и др. Внедрено алгоритм обучения технике выполнения простого и сложного технического действия, предусматривающего последовательное выполнение технических элементов с учетом оперативного психофизического состояния, акцентируя внимание на методах обучения: объяснении, демонстрации, выполнении элементов техники упражнений, выполнении упражнений в целом, выполнении упражнений с партнером в разных условиях, исправление ошибок, достижение желаемого результата.

Разработано и внедрено в учебный процесс физического воспитания программу учебно-тренировочного процесса секции спортивной борьбы, в содержание которой входит структурно-логическая схема методики акцентированного обучения технике физических упражнений студентов с нарушениями слуха. Эффективность методики акцентированного обучения подтверждено результатами проведенного педагогического эксперимента по динамике уровней физического здоровья, физической и технической подготовленности, функционального и психоэмоционального состояний студентов с нарушениями слуха экспериментальной группы.

Произошли позитивные изменения по всем исследуемым показателям у студентов экспериментальной группы ($p \leq 0,01-0,05$) и значительно менее выраженные – у студентов контрольной группы ($p \geq 0,05$).

По окончании педагогического эксперимента студенты с нарушениями слуха экспериментальной (ЭГ) и контрольной групп (КГ) повысили свои спортивные результаты: 12 студентов ЭГ выполнили спортивные разряды; у

студентов КГ только 6 студентов с нарушениями слуха выполнили спортивные разряды.

Ключевые слова: студенты с нарушениями слуха, физическое воспитание, спортивная борьба, акцентированное обучение, техника физических упражнений, технические приемы.

Zhytovoz M.P. Methods of teaching the technique of physical exercises to students with hearing impairments in an inclusive institution of higher education.

Manuscript.

The dissertation on competition of a scientific degree of the candidate of pedagogical sciences on a specialty 13.00.02 «Theory and a training technique (physical training, bases of health)». – University "Chernihiv Collegium" named after T.G. Shevchenko, Kyiv, 2021.

The dissertation work is to introduce into the educational process of physical education institutions of higher education individually-oriented method of focused training in exercise techniques, based on the use of sports technology (for example, wrestling), as an effective reserve for improving the health and psychophysical fitness of students with disabilities hearing. The paper complements the solution of the problem of physical education of students with hearing impairments in an inclusive institution of higher education, in particular, the use of sports technologies in physical education to improve the educational process of physical education, improve levels of physical development and physical fitness, health in general period of study.

A unique form of integration into society of people with disabilities and health disorders is physical culture, as an important component of the entire system of rehabilitation of people with disabilities. Physical culture is the basis of socio-professional, socio-domestic and socio-cultural rehabilitation, acts as an effective means and methods of medical, professional, psychological, pedagogical rehabilitation, is present in all spheres of human life. It is proved that deafness does not limit the possibilities of physical development, impairment, it is possible to regulate and perform complex types of movements with the help of residual analyzers, to influence certain functions in a complex or selective way. The paper takes into account these features, if the compensatory capabilities of the motor analyzer, when teaching the technique of physical exercises in physical. It has been proven that deafness does not limit the possibilities of physical development, but requires the use of many special physical exercises that allow you to get the same results as a healthy person. In case of hearing education classes, sectional classes in the chosen sport.

The paper proposes a new organizational and pedagogical approach to training in the technique of physical exercises, which focuses on determining the optimal technical action, its correct image, the reference-oriented basis, built on the basis of quantitative and qualitative analysis of the kinematic and dynamic structure of this action.

A structural and logical scheme has been developed and implemented in practice example of basic techniques in wrestling, namely: «transfer to the ground jerk by the hand», «transfer by rotation («turntable») by gripping the hand from above», «throw

by the back (through the back) with the hand and neck «and» coup d'etat capture of the torso». The focus is on learning to perform technical elements of wrestling, namely: stable, movement, grips, release from grips, embossing, jerks, maneuvering and other basic actions. An algorithm for teaching the technique of performing simple and complex technical actions is introduced, which provides for the performance of successive technical actions taking into account the operational psychophysical state, focusing on teaching methods: explanation, demonstration, performance of exercise technique elements, exercises in general, exercises with partner, exercises with a partner in different conditions, correcting mistakes, achieving the desired result. An algorithm for teaching the technique of performing simple and complex technical actions is introduced, which provides for the performance of successive technical actions taking into account the operational psychophysical state, focusing on teaching methods: explanation, demonstration, performance of exercise technique elements, exercises in general, exercises with partner, exercises with a partner in different conditions, correcting mistakes, achieving the desired result.

The structural-logical scheme of the accented technique is introduced teaching the technique of physical exercises for students with hearing impairments in the program of the educational and training process of the wrestling section (Greco-Roman and free) of students with hearing impairments and the educational process of physical education of higher education institutions of inclusive type. The effectiveness of the method of accentuated learning is confirmed by the results of a pedagogical experiment on the dynamics of levels of physical health, physical and technical fitness, functional and psychoemotional states of students with hearing impairments of the experimental group. Significant positive shifts were found for all studied indicators of the experimental group ($p \leq 0.01-0.05$) and significantly smaller – in the control group ($p \geq 0.05$).

At the end of the pedagogical experiment, students with hearing impairments CG and EG increased their sports results, namely: among young men with hearing impairments CG six people performed sports, among young men with hearing impairments 12 people performed sports.

Key words: students with hearing impairments, physical education, wrestling, exercise technique, accentuated teaching, physical technique exercises, techniques.

Підписано до друку 27.08.2021 р. Формат 60x84 1/16.
Папір офсетний. Друк на різнографі.
Ум. друк арк. 1,16. Обл.-вид. арк. 0,9.
Наклад 100 прим. Зам. № 0137.

Віддруковано ТОВ «Видавництво «Десна Поліграф»
Свідоцтво про внесення суб'єкта видавничої справи
до Державного реєстру видавців, виготівників
і розповсюджувачів видавничої продукції.
Серія ДК № 4079 від 1 червня 2011 року

14035, м. Чернігів, вул. Станіславського, 40
Тел. (0462) 972-664

