

6. **Skala VI – depresja** (*depression*). Jest miarą nadziei, że zawsze może się zdarzyć coś radosnego, wiary w przyszłość, w przeciwieństwie do przekonania, że „życie nic nie jest warte”. Rzetelność – 0,857.
7. **Skala VII – postawy wobec kalectwa** (*attitudes re blindness*). Zawiera pytania dotyczące ślepoty i związanych z nią trudności. Skala ta służy do pomiaru tych uczuć, których doświadcza niewidomy, gdy uderzy w jakąś przeszkodę, gdy musi pytać nieznanym o drogę lub radzić się widzących w sprawach doboru odpowiedniego ubrania i w wielu innych sytuacjach codziennych. Rzetelność – 0,849.
8. **Skala VIII – kłamstwa**. Ma badać skłonność badanego do przedstawiania się w lepszym świetle, tendencję do symulowania lub desymulowania objawów złego przystosowania emocjonalnego oraz ogólna postawę wobec badania.

**Kwestionariusz czynników emocjonalnych KECZ – skala III współzycie społeczne**

- 1 (10\*) *W nieznanym terenie poruszam się z trudem i wywołuje to we mnie niepokój* TAK
- 2 (13) *Zostaniesz pominięty, jeżeli nie zrobisz umyślnie czegoś, co zwróciłoby na ciebie uwagę innych ludzi.*  
TAK
- 3 (18) *Palę więcej, niż powinienem.* NIE
- 4 (29) *Zawieranie przyjaźni przychodzi mi z łatwością.* NIE
- 5 (42) *Lubię się chwalić znajomością z niektórymi ludźmi.* TAK
- 6 (56) *Nie lubię chodzić na spotkania towarzyskie, jeżeli nie znam większości zaproszonych osób.* TAK
- 7 (67) *Jestem raczej nieśmiały.* TAK
- 8 (84) *Sądzę, że czułbym się raczej nieswojo, gdybym miał pójść na wycieczkę z ludźmi widzącymi.* TAK
- 9 (94) *Czuję się bardzo nieswojo w towarzystwie ludzi widzących, których dobrze znam.* TAK
- 10 (104) *Nie widzę powodu, aby martwić się o innych.* TAK
- 11 (106) *Jestem skłonny próbować wszystkiego, co robią inni.* NIE
- 12 (134) *Trudno mi usiedzieć na miejscu.* NIE
- 13 (136) *Ludzie woleliby się mnie pozbyć, gdy planują przyjemną wycieczkę lub inną rozrywkę.* TAK
- 14 (139) *Mam mnóstwo przyjaciół.* TAK
- 15 (155) *Przychodzi mi łatwo nawiązanie rozmowy z nowo poznanymi osobami.* TAK
- 16 (162) *Zwykle zwracam ludziom uwagę, jeśli robią coś, co mi się nie podoba.* TAK
- 17 (164) *Wolę ograniczyć swoje stosunki towarzyskie do kilku przyjaciół.* TAK
- 18 (173) *Wypowiadanie własnego zdania w zespole przychodzi mi bardzo łatwo.* NIE
- 19 (175) *Zazwyczaj warto powiedzieć szczerze ludziom, że coś nam się nie podoba w ich postępowaniu.* TAK
- 20 (176) *Zazwyczaj dobrze się bawię na przyjęciach i zebraniach towarzyskich.* NIE
- 21 (180) *Na zebraniach towarzyskich najczęściej pozostaję w cieniu.* TAK
- 22 (185) *Nie mam żadnych trudności z znalezieniem sobie partnerów do tańca.* NIE
- 23 (189) *Przez całe życie trzeba przebijać się łokciami.* TAK
- \* numer pytania w Kwestionariuszu czynników emocjonalnych KECZ

**SPORTS TEAM GAMES IN THE REHABILITATION OF VISUALLY DISABLED PEOPLE**  
EUGENIUS BOLACH

The aim of study is to answer the question if groups of visually disabled sportsmen present better social contact in comparison with groups of the same visual handicap, but without any contact with sport.

The sample under study consisted on 138 men, divided into sport active and control groups. Among sport active (torball players) men 30 was blind and 35 had suffered on some extent of visual impairment. In control group 35 persons were blind while 38 were visually disabled to some extent.

The quality of social contacts as well as their intensity was evaluated with help of 3<sup>rd</sup> scale of Emotional Factors Questionnaire (KECZ).

The obtained results fully proved the thesis that sport activity of visually disabled people distinctly betters their social contact, which is very important in their rehabilitation.

**ВПЛИВ ФІЗИЧНИХ НАВАНТАЖЕНЬ НА СТАН ЗОРОВОЇ ФУНКЦІЇ**

ОЛЬГА НИЦЕЛЯ

Південноукраїнський державний педагогічний університет

ім. К. Д. Ушинського

Кількість дітей з порушеннями зору визначається рівнем соціального, культурного та техніко-економічного розвитку суспільства. За останній час значно збільшилася кількість слабкозорих дітей, які хворіють короткозорістю. На думку багатьох дослідників на виникнення та характер протікання цього





швидкісне	78	108	60	15	25	78	132	56,3	18,7	25
силове	79	108	75	25	-	80	156	25	12,5	62,5
статичне	77	106	83	17	-	78	102	31,3	12,5	43,7
на витривалість	78	132	75	5	20	79	130	70	-	30

Для короткозорих більше підходять навантаження на витривалість та швидкість. Але ми повинні підкреслити, що для наступних тренувань за допомогою тестів потрібно відібрати групу підослідних, які будуть адекватно реагувати на навантаження. Щодо силових та статичних навантажень, потрібні більш поглиблені дослідження їх дозування та комбінацій, у яких вони зможуть ефективніше впливати на зір.

## INFLUENCE PHYSICAL LOAD DIFFERENCE KINDS ON VISUAL FUNCTIONS

OLGA NITCELYA

*South Ukrainian State pedagogical University by K. D. Ushinskiy*

In this article, described influence physical exercises difference kinds on proximity point of clear view students with myopia.

The results of experiment showed that the physical loads variety kinds exert difference influence on vision. For select means physical development people with myopia can be used test vision functions.

## СОЦІАЛЬНО-ПЕДАГОГІЧНІ АСПЕКТИ РЕКРЕАТИВНО-ВІДНОВЛЮВАЛЬНИХ ЗАХОДІВ У АДАПТАЦІЇ ІНВАЛІДІВ

ГОР ДУБ

*Вінницький державний педагогічний університет*

У розвинутих країнах розробка проблем інвалідів, незважаючи на недовгу історію, безупинно розвивається і поповнюється новими даними.

Огляд цієї проблеми показав, що період з 30-х - по 60-ті рр. - є періодом виникнення досліджень по проблемі інвалідів, коли основна увага зверталася на опис видів і явищ захворювання. В нього включалися засоби корекції пози, аналіз емоцій і функцій центральної нервової системи. У 40-х роках вивчалася корекція пози. Проводилося навчання діям розумово-відсталих інвалідів. У 50-х роках - дослідження, спрямовані на ефективність фізичних вправ і програм корекції пози. Аналізувалися фізичні якості сліпих.

У 60-х роках у наукових дослідженнях особливо багато уваги приділялося питанням інвалідів із порушеннями інтелекту, у тому числі, розробляються різні методи, наприклад метод "аналізу завдань", метод "навчання для закріплення дій", метод "поліпшення функцій відчуття", "ігрове навчання", а також аналізувалися можливості інвалідів і т.д. Важливе значення має те, що дослідження 70-х років націлювали вчених на пошук можливостей і потенціалу інвалідів у всіх сферах для формування індивідуальної виховної програми.

На початку 70-х років особлива увага була спрямована на пошук фізичних можливостей і спроможностей інвалідів з урахуванням виду захворювання. У таких дослідженнях, головним чином, дорівнювалися й оцінювалися основні показники фізичного розвитку інвалідів і неінвалідів. У цей період об'єкт дослідження включав інвалідів з усіма видами захворювань (наприклад, розумово-відсталіх, глухих, сліпих, немовлят і т.д.), використовуючи тест "Nona referenced test, N-R Test" і концепцію "Мінімальне обмежувальне оточення". Наприкінці 70-х років активно застосовувався тест "Criterion referenced test, C-R Test", що оцінював вид спорту і рухи тіла інвалідів.

На початку 80-х років вивчалась ефективність тестувань. Вчених цікавили співвідношення результату тесту і процесу навчання. Тому наприкінці 80-х років особлива увага зверталась на розробку навчального процесу і перепідготовки викладачів фізичного виховання для роботи з інвалідами, а також основний упор робився на навчальну фізкультуру в лабораторних умовах і в навчальних закладах.

У останні роки, у багатьох країнах розроблені широкі комплексні програми фізкультурно-оздоровчої і спортивної роботи серед інвалідів. Багато вчених ведуть пошук ще більш ефективних програм і нових методів, що зміцнюють здоров'я інвалідів, що відновлюють їх працездатність, соціальну адаптацію, реабілітацію, інтеграцію, повну і рівну участь у всіх сферах життя суспільства. Ці задачі вкрай складні і для їхнього вирішення потрібні комплексні наукові дослідження, що об'єднують зусилля медиків, педагогів, психологів, соціологів, техніків, фахівців в області фізичної культури і спорту.