ШЛЯХИ ПІДВИЩЕННЯ ЯКОСТІ ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ СТУДЕНТІВ З ОСОБЛИВИМИ ПОТРЕБАМИ В УМОВАХ СУЧАСНОГО ВИЩОГО НАВЧАЛЬНОГО ЗАКЛАДУ

Людмила АДИРХАЄВА, Сослан АДИРХАЄВ

ВНЗ "Відкритий міжнародний університет розвитку людини "Україна"

Постановка проблеми. На сьогодні навчання людей з особливими потребами у вищих навчальних закладах стає однією з умов інтеграції їх у суспільство. Нажаль, в Україні відсутні моделі навчання студентів з особливими потребами та комплексні програми, спрямовані на їх особистісний, професійний і соціальний розвиток

Добре відомо, що різні захворювання і вади спричиняють масу різних несприятливих змін і функціональних порушень, але у той же час організм мобілізується на боротьбу з хворобою – активізуються захисні процеси, компенсаторні механізми. Під час виконання фізичних вправ значно підвищується рівень збудження рухових зон центральної нервової системи, які сприяють тренуванню тих механізмів, які є причиною паталогічного процесу. Робота м'язів сприяє покращенню обмінних процесів у організмі, діяльності серцево-судинної і дихальної систем, підвищенню захисних реакцій. Кожний вид м'язової діяльності, кожна фізична вправа має свій особливий фізіологічний вплив на організм, тому зайве передбачувати, що фізкультура потрібна всім.

Метою наших досліджень є теоретичне і експериментальне обґрунтування інноваційних підходів до оптимізації фізичного виховання студентів з особливими потребами в умовах сучасного вищого навчального закладу.

В роботі використовувався цілісний комплекс взаємопов'язаних методів: теоретичний аналіз і узагальнення даних спеціальної літератури та досвіду передової практики; педагогічні спостереження на заняттях з фізичного виховання зі студентами особливими потребами; попередній педагогічний експеримент з застосуванням ряду діагностичних методів. Переважна більшість методів, використаних нами у дослідженні, загальновідомі та стандартизовані.

Проведення педагогічного дослідження і отримані результати представлені в таблиці 1.

Висновки

Основна наукова ідея роботи полягає у розробці принципово нового підходу до організації фізичного виховання студентам з особливими потребами, який передбачає врахування організаційних та програмно-нормативних аспектів предмету. Реалізація даної технології викладання фізичного виховання у сучасному вищому закладі надає можливість студентам з особливими потребами не тільки поліпшити свій психофізичний стан здоров'я, усвідомити необхідність в постійних заняттях фізичними вправами і здорового способу життя, підвищенню інтелектуальної працездатності, але також заохочує талановитих студентів до активних занять обраними видами спорту і брати участь у змаганнях різного рівня.

Таблиця 1

Блок-схема проведення педагогічного дослідження

№	Назва блоку	Завдання	Дії	Результат
1.	Психофізична характеристика студентів з особливими потребами	Визначити: - складові структури особистості студента; - рівень фізичної підготовленості.	Обстеження: ■ структурних компонентів особистості студентів; ■ особистісної тривожності та рівня зазіхання; ■ темпераменту; ■ загальну стійкість і надійність; ■ самооцінку особистості; ■ відчуття і сприйняття; ■ увагу і пам'ять; ■ особливості мислення; ■ емоційний стан (емоційне напруження і емоційну стійкість); ■ сенсомоторних реакцій; ■ вимірювання тремору; ■ фізичних якостей; ■ координації рухів; ■ вимірювання можливості підтримувати рівновагу тіла; ■ вимірювання точності оцінювання параметрів рухів. Аналіз і обґрунтування отриманих даних.	Формування груп студентів за рівнем психофізичного стану і фізичної підготовленості: ■ спеціальна медична група (ЗФП); ■ група спортивного узагальнення (інваспорт); ■ групи з окремих видів спорту (плавання – оздоровче, аквафітнес, спортивне; спортивних ігор – футбол, волейбол, баскетбол, бадмінтон, настольний теніс; легкої атлетики, фітнесу).
1.2.	Диференціація засобів і методів фізичного виховання	Систематизувати ефективні засоби і методи фізичного виховання з урахуванням вад і захворювань студентів з особливими потребами	Визначення груп ефективних фізичних вправ і їх комплексів з урахуванням особливостей стану здоров'я студентів. Обґрунтування обсягу і інтенсивності навантаження на заняттях з фізичного виховання	Моделі занять з фізичного виховання, які спрямовані на: ■ формування основних рухових умінь і навичок; ■ усунення функціональних відхилень і вад у фізичному розвитку; ■ ліквідацію залишкових явищ після захворювань; ■ розвиток основних фізичних якостей; ■ сприяння підвищенню розумової працездатності студентів; ■ та інші.

1.3.	Оперативна оцінка працездатності студентів на заняттях з фізвиховання.	Визначити комплекс показників для оперативної оцінки працездатності студентів.	Обстеження самопочуття, настрою, активності, психомоторики студентів.	Оперативна інформація про стан здоров'я і фізичну працездатність студентів, що дозволяє безпомилково обрати конкретну модель заняття з фізичного виховання.
1.4.	Варіативні програми з фізичного виховання.	Визначити рівні фізичної підготовленості студентів і обґрунтувати зміст занять з фізичного виховання.	Оперативне обстеження фізичного розвитку студентів і обґрунтування методичних вказівок до програм занять з фізичного виховання.	Програми занять з фізичного виховання для студентів з: ■ низьким рівнем фізичної працездатності; ■ середнім рівнем; ■ високим рівнем.
1.5.	Практичні заняття з фізичного виховання.	Сприяти поліпшенню фізичної підготовленості студентів й спроможності реалізувати її у повсякденному житті.	Виконання різноманітних фізичних вправ і їх комплексів з урахуванням стану здоров'я студентів.	Зміцнення здоров'я. розвинення компенсаційних функцій, підвищення фізичної і розумової працездатності.
1.6.	Відбір студентів спортсменів і участь у змаганнях.	Сприяти розвитку параолімпійських видів спорту в Університеті "Україна".	Надання можливості займатися окремими видами параолімпійського спорту.	Участь у змаганнях різного рівня
1.7.	Етапне психофізичне та медичне обстеження фізичного стану.	Всебічно визначити рівень фізичного стану студентів.	Проведення психофізичного і медичного обстеження стану здоров'я і фізичної підготовленості студентів з залученням окремих фахівців (лікарів, психологів).	Об'єктивна інформація про стан здоров'я і фізичну підготовленість та корекція змісту занять з фізичного виховання.
1.8.	Корекція програм занять з фізичного виховання	Визначити динаміку фізичного розвитку і фізичної підготовленості студентів.	Порівняння динаміки фізичного розвитку і фізичної підготовленості студентів.	Узагальнення програм занять з фізичного виховання
2.	Науково-дослідна робота			
2.1.	СННВП "Олімпія" – студентський навчально-науковий виробничий підрозділ	Сформувати СННВП "Олімпія" з числа найбільш авангардної молоді.	Пропагувати та пояснювати основні напрями діяльності та форми СННВП "Олімпія". Залучити активну й талановиту молодь до діяльності.	Створення СННВП "Олімпія" згідно Положення.

Закінчення табл. 1

2.2.	Розробка програм оперативного контролю працездатності студентів.	Визначити комплекс показників для оперативної оцінки працездатності студентів	Тестування фізичної працездатності на заняттях з фізичного виховання. Обстеження психомоторних показників.	Оперативна інформація про стан здоров'я і працездатність; вибір конкретної моделі занять; програм з фізичного виховання.
2.3.	Розробка індивідуальних карт-схем фізичної працездатності.	Визначити індивідуальні особливості фізичного розвитку студентів	Обґрунтування результатів психофізичного тестування.	Індивідуальні карти-схеми фізичної підготовленості.
2.4.	Розробка програм з фізичного виховання для самостійних занять.	Сприяти розвитку інтересу і звички до самостійних занять фізкультурою і спортом.	Розробка індивідуальних програм з фізичного виховання для самостійних занять.	Програми з фізичного виховання для самостійних занять.
2.5.	Розробка навчальної програми з фізичного виховання для студентів з особливими потребами.	Узагальнення процесу фізичного виховання студентів з особливими потребами.	Розробка навчальної програми з фізичного виховання для студентів з особливими потребами.	Підвищення рівня психофізичного стану здоров'я, соціальної адаптації, заохочування талановитих студентів до активних занять спортом, усвідомлення необхідності в постійних заняттях фізичними вправами і здорового способу життя.
3.	Фізкультурна освіта.	Сформувати систему знань про фізичну культуру і спорт.	Лекції, семінари, практичні заняття, консультування.	Знання про фізичну культуру і спорт: ■ засоби і методи фізичного виховання; ■ методи розвитку фізичних якостей; ■ методика навчання руховим діям; набуття знань і умінь здорового способу життя та інше.

ШЛЯХИ ПІДВИЩЕННЯ ЯКОСТІ ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ СТУДЕНТІВ З ОСОБЛИВИМИ ПОТРЕБАМИ В УМОВАХ СУЧАСНОГО ВИЩОГО НАВЧАЛЬНОГО ЗАКЛАДУ

Людмила АДИРХАЄВА, Сослан АДИРХАЄВ

Відкритий міжнародний університет розвитку людини "Україна"

Анотація. На сьогодні навчання людей з особливими потребами у вищих навчальних закладах стає однією з умов інтеграції їх у суспільство. На жаль, в Україні відсутні моделі навчання студентів з особливими потребами та комплексні програми, спрямовані на їх особистісний, професійний і соціальний розвиток

Добре відомо, що різні захворювання і вади спричиняють масу різних несприятливих змін і функціональних порушень, але у той же час організм мобілізується на боротьбу з хворобою – активізуються захисні процеси, компенсаторні механізми. Під час виконання фізичних вправ значно підвищується рівень збудження рухових зон центральної нервової системи, які сприяють гальмуванню тих механізмів, що є причиною паталогічного процесу. Робота м'язів сприяє покращенню обмінних процесів у організмі, діяльності серцево-судинної і дихальної систем, підвищенню захисних реакцій. Кожний вид м'язової діяльності, кожна фізична вправа має свій особливий фізіологічний вплив на організм, тому зайве стверджувати, що фізкультура потрібна всім.

Ключові слова: студентів з особливими потребами, фізичних вправ, центральної нервової системи.

ПУТИ ПОВЫШЕНИЯ КАЧЕСТВА ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ СТУДЕНТОВ С ОСОБЫМИ ПОТРЕБНОСТЯМИ В УСЛОВИЯХ СОВРЕМЕННОГО ВЫСШЕГО УЧЕБНОГО ЗАВЕДЕНИЯ

Людмила АДЫРХАЕВА, Сослан АДЫРХАЕВ

Открытый международный университет развития человека "Украина"

Аннотация. На сегодня обучение людей с особыми потребностями в высших учебных заведениях становится одной из условий интеграции их в общество. К сожалению, в Украине отсутствуют модели обучение студентов с особыми потребностями и комплексные программы, направленные на их личностное, профессиональное и социальное развитие

Хорошо известно, что разные заболевания и недостатки служат причиной массы разных неблагоприятных изменений и функциональных нарушений, но в то же время организм мобилизуется на борьбу с болезнью – активизируются защитные процессы, компенсаторные механизмы. Во время выполнения физических упражнений значительно повышается уровень возбуждения двигательных зон центральной нервной системы, которые оказывают содействие торможению тех механизмов, которые являются причиной патологического процесса. Работа мышц оказывает содействие улучшению

обменных процессов в организме, деятельности сердечно-сосудистой и дыхательно систем, повышению защитных реакций. Каждый вид мышечной деятельности, каждо физическое упражнение имеет свое особое физиологическое влияние на организм поэтому лишнее утверждать, что физкультура нужна всем.

Ключевые слова: студенты з особыми потребностями, физические упражнения центральная нервная система.

THE WAYS OF INCREASING THE QUALITY OF PHYSICAL EDUCATION FOR STUDENTS WITH SPECIAL NEEDS IN CONDITIONS OF MODERN EDUCATIONAL ESTABLISHMENT

Lyidmyla ADYRKHAEVA, Soslan ADYRKHAEV

Open International University of Human Development 'Ukraine'

Abstract. Personal observation shows that pedagogical technology of students with specia needs physical education have to focus on apply the technological algorithms and procedure concerning working out a so-called technologic card. Content of this card has to consist of medical an psychological diagnostic, logical structure of study-hours, loads dosage (both emotional and physica loads), correction. Personal observation shows that pedagogical technology of students with specia needs physical education is very difficult and responsible work but it is to be done. And it is pity tha there are no sufficient researches concerning this direction.

Working out the pedagogical technology of students with special needs physical educatio provides entirely a different pedagogical thought, appearance of grounded norm in methods an language, characteristic structuralness.

Key words: students with special needs, physical education.

СПОРТИВНИЙ ТУРИЗМ: МЕТОДИКА ЕФЕКТИВНОГО ПІДВИЩЕННЯ ПІДГОТОВКИ ТУРИСТІВ ДО УЧАСТІ ТА СУДДІВСТВА ЗМАГАНЬ ІЗ ТЕХНІКИ ПІШОХІДНОГО ТУРИЗМУ

Ігор ПАЛАТНИЙ

Переяслав-Хмельницький державний педагогічний університет імені Григорія Сковороди

Постановка проблеми. Спортивно оздоровчий туризм – це окремий вид у межах вітчизняної туристичної галузі, який виник на самодіяльних засадах з ініціативи туристів-аматорів, чудово поєднує в собі спорт і відпочинок. Підготовка фахівців у галузі спортивно-оздоровчого туризму передбачає здійснення технічної, тактичної, фізичної підготовки туриста. Зокрема оволодіння елементами техніки подолання природних перешкод є дуже важливою частиною підготовки туристів до змагань чи