

визначають значимість запропонованої методики. У ритмі сучасного життя не завжди вдається повністю розслабитися, найчастіше це досягається тільки в процесі тривалих тренувань.

ВИСНОВКИ. За результатами проведеного в кінці дослідження анкетування 94% студенток експериментальної групи відзначили, що заняття фітнес-йогою підвищують рівень концентрації уваги, стимулюють бадьоре самопочуття, сприяють сприятливому емоційному настрою, що в свою чергу служить активізації пізнавальної діяльності, бажанням до навчання.

Сміливо стверджувати, що методика фітнес-йоги, розроблена для використання у фізичному вихованні студенток вищого навчального закладу, - ефективніший засіб підвищення загальної фізичної підготовленості і працездатності. Медитація, як один із засобів оздоровчої системи фітнес-йоги, є ефективним засобом строкової регуляції основних фізіологічних систем і параметрів організму.

ЛІТЕРАТУРА

1. Гільфанова Є.К. Оздоровча фітнес-йога у фізичному вихованні студентів спеціальних медичних груп вузів / Є.Г. Гільфанова/ дис. ... канд. педаг. наук. – Улан-Уде, 2011.
2. Скурихіна Н.В. Впровадження оздоровчих систем фітнес-йоги в практику психофізичної рекреації зі студентами СМГ / Н.В. Скурихіна / Журнал «У світі наукових відкриттів», – 2010, № 5 частина1., – С. 25-28
3. Блейер С.Н. Фізична активність - важливий фактор здоров'я та функціонального стану / С.Н. Блейер / Сучасні досягнення спортивної науки: Тези допов. міжнар. конф. – СПб., 1994, с. 117-119.
4. Зайцева І.А. Велика книга йоги. / А.В. Зайцева. – М. : Ексмо, 2007, – С. 192.
5. Гужаловский А.А. Етапність розвитку фізичних (рухових) якостей і проблема оптимізації фізичної підготовки дітей шкільного віку / А.А. Гужаловский / автореф. дис. д-ра пед. наук – М., 1979. – С. 26
6. Ковачева І.А. Зміст фізкультурної освіти при навчальних заняттях зі студентами підготовчої та спеціальної медичних груп / І.А. Ковачева / Проблеми і перспективи розвитку Російської спортивної науки, конференція присвячена 75-річчю ВШФК. – М., 2008. – С. 239.
7. Постол О.Л. Методика оздоровлення студенток вузів на заняттях з фізичного виховання з застосуванням традиційних і нетрадиційних засобів / О.Л. Постол / дис. канд. пед. наук – Хабаровськ, 2004. – С. 22
8. Сміт, Д. Йога. Велика ілюстрована енциклопедія [текст] / Д. Сміт/ – М. : Ексмо, 2007. с. 256

УДК 37. 097.3і79С

Бабаліч В.А., Косівська С. В., Титаренко А.А.
Кіровоградський педагогічний університет імені Володимира Винниченка

ОБГРУНТУВАННЯ СТРУКТУРИ ТА ЗМІСТУ НАВЧАЛЬНОЇ ДИСЦИПЛІНИ "ІНВАЛІДНИЙ СПОРТ" У ВИЩИХ НАВЧАЛЬНИХ ЗАКЛАДАХ

У центрі уваги дослідження визначити та обґрунтувати структуру та зміст навчальної дисципліни "Інвалідний спорт" створеної для викладання у вищих навчальних закладах за напрямком підготовки: "Спорт", "Фізичне виховання". Запропоновані розділи сприятимуть структурному і логічному викладанню предмету та ефективній підготовці фахівців в області фізичного виховання і спорту.

Ключові слова: структура навчальної дисципліни, Інвалідний спорт, фахівець.

Бабаліч В.А., Косивская С.В., Титаренко А.А. Обоснование и содержание учебной дисциплины «Инвалидный спорт» в высшем учебном заведении. В центре внимания исследования определит и обоснует структуру и содержание учебной дисциплины «Инвалидный спорт» созданной для преподавания в высших учебных заведениях по направлениям подготовки: «Спорт», «Физическое воспитание». Предложенные разделы будут способствовать структурному и логическому преподаванию предмета и эффективной подготовке специалистов в области физического воспитания и спорта.

Ключевые слова: структура учебной дисциплины, Инвалидный спорт, специалист.

Babalich V.A., Kosivs'ka S.V., Titarenko A.A. Substantiation of stpuctupe and essence of the academis subject «sport fop disabled» in higher educational establishments. The research is focused on the differentiation and substantiation of structure and essence of the academic subject "Sport for Disabled"

which was founded to teach in higher educational establishments according to the direction of training: "Sport", "Physical Culture". Introduced courses will contribute to the structural and logical teaching of the subject and efficient training of specialists in the field of physical education and sport.

Key words: *structure of academic subject, Sport for Disabled, specialists.*

Постановка проблеми та її значення. Останнім часом у суспільній свідомості відбуваються поступові зміни у ставленні до людей з інвалідністю. Такі зміни торкаються питань і зміщення акценту уваги на осіб з обмеженими фізичними можливостями у бік свідомого сприйняття і використання поінформованості про необхідність нарощування набутих потужностей для найбільш значущих проявів індивідуальних можливостей таких людей.

Тому, сьогодні в Україні все більше приділяється уваги створенню системи профільної освіти. Визначений пріоритетний напрямок, спрямований на удосконалення освіти щодо інтеграції інвалідів та людей з особливим психофізичним розвитком в суспільство. Таким позитивним освітньо-корекційним елементом є адаптивне фізичне виховання і спорт.

Аналіз останніх досліджень із цієї проблеми. Протягом 80-90-х років було розроблено і застосовано на практиці, достатня кількість реабілітаційних моделей для інвалідів [1]. Сьогодні в центрі уваги досліджень науковців [3] знаходяться питання спрямовані на більше фізичні і психологічні детермінанти здоров'я і фізичного стану, рівня фізичної підготовленості та якості життя, а ніж виявлення обмежень, непридатності, патології.

Розглядаючи напрям науково дослідження зазначимо, що у попередніх роботах відбувалося висвітлення різноманітних питань. Були охарактеризовані проблеми підготовки олімпійської освіти в умовах загальноосвітніх навчальних закладах[2], окреслені можливі шляхи підготовки спеціалістів у галузі фізичної культури і спорту та з'ясовано проблеми[6] та перспективи розвитку адаптованого спорту в світі й Україні[5,2,3]. Проте, систематизація знань за спеціальністю "Інвалідний спорт" в умовах вищих навчальних закладах вивчено не достатньо.

Метою нашого дослідження є визначення структурно-організаційних основ навчального предмету "Інвалідний спорт" у вищих навчальних закладах освіти.

Методи дослідження. Теоретичний аналіз та узагальнення, порівняння, систематизація.

Виклад основного матеріалу й обґрунтування отриманих результатів дослідження. Не так давно проблема достатньо великої категорії населення, такої як інваліди було проігноровано але з часом у результаті поступової гуманізації суспільства, була прийнята "Загальна декларація прав людини". Багато країн прийняли законодавчі акти, що висвітлюють проблеми людей з інвалідністю. Вже накопичений чималий досвід – прийнята "Усесвітня програма дій відносно інвалідів" і "Стандартні правила забезпечення рівних можливостей для інвалідів" (Організація Об'єднаних Націй, резолюції 37/52 - 1982 р. і 48/96 – 1994 р.), Європейська Хартія "Спорт для всіх: інваліди", резолюції Міжнародної Федерації адаптивної фізичної активності – IFAPA.

З 1984 р. Міжнародна федерація "Адаптивна фізична активність" щокварталу видає спеціальний науковий періодичний журнал "Адаптивна фізична активність" ("Adapted Physical Activity Quarterly") і кожні 5 років, починаючи з 1995 р., публікує огляд наукових досліджень в престижному науковому видавництві Human Kinetics, що істотно полегшує отримати наукову інформацію в цій області, база даних якої швидко зростає. Відповідно до нових завдань і підходів, відбувається процес формування нової дисципліни і професій, яка отримала в 1973 році, міжнародну назву "Адаптивна фізична активність". Концепція "Адаптивної фізичної активності" схиляється до аспектів теорії і практики адаптації фізичних вправ до специфічних потреб тих, кого поки що кваліфікують як інваліди.

Сьогодні "Адаптивна фізична активність" – це термін, що поєднує всі види фізичної активності та спорту, які відповідають інтересам і сприяють збільшенню можливостей індивідів з різними обмеженнями функцій, не лише інвалідів, але і всіх тих, хто потребує педагогічної, терапевтичної, технічної та іншої (адаптуючої) підтримки [6].

З кожним роком зростає інтерес до паралімпійського руху, а саме до людей з обмеженими можливостями. Постійно збільшується кількість спортивних дисциплін, в яких приймають участь спортсмени-інваліди. Така тенденція потребує належного кадрового забезпечення, а саме фахівців в області адаптованого спорту. Кількість фахівців, які працюють з людьми з обмеженими фізичними можливостями в області охорони здоров'я неухильно зростає. На жаль, не всім вдається отримати

необхідні знання. На практиці виникає багато питань, на які така категорія фахівців не може дати відповідь. Так наприклад: норми витрат на харчування і транспортування спортсменів інвалідів під час проведення тренувань, змагань та інших спортивно-масових заходів; об'єм і характер відновлювальних заходів після змагань; нерівномірність, а інколи і перевантаженість календарних планів змагань; особливості спортивної підготовки тощо.

Таким чином, щоб компенсувати відсутність інформації потрібно створити систему підготовки та перепідготовки фахівців. Такий досвід є в Росії, рішенням міжвідомчої експертної ради з державних освітніх стандартів Росії від 1996 року було створено нову спеціальність "Фізична культура для осіб з обмеженими фізичними можливостями в стані здоров'я" або "Адаптивне фізичне виховання" її було включено до класифікації в області спеціальної вищої фахової освіти.

Також в Москві та Санкт-Петербурзі в академіях фізичної культури створені кафедри адаптивної фізкультури, а також прийнятий стандарт спеціальності "Адаптивна фізична культура". У Білорусії при Поліському державному університеті була створена кафедра оздоровчої і адаптованої фізичної культури. На Україні в багатьох вищих навчальних закладах викладається дисципліна "Інвалідний спорт". Однак перелік питань включені в паспорті цієї спеціальності далеко не вичерпується масштаби проблем, пов'язаних з життям людей, які мають інвалідність. Тому підготовка спеціалістів по адаптивній фізичній культурі має містити багато інших аспектів, і зокрема, забезпечення науковими кадрами створення наукової спеціальності для захисту кандидатських дисертацій на кшталт тієї, яка вже існує в Росії та Білорусії "Теорія і методика фізичного виховання, спортивного тренування, оздоровчої і адаптованої фізичної культури". Отже, щоб забезпечити якісну підготовку студентської молоді, та перепідготовку фахівців, які працюють з такою категорією спортсменів на Україні. Необхідно дещо стандартизувати і розширити вимоги до предмету. Так, на сьогодні існують розбіжності у самій назві предмету найбільш прогресивні, такі як Національний університет фізичного виховання і спорту та Львівський державний університет фізичної культури включили до переліку дисциплін професійної і практичної спрямованості "Адаптивний спорт" більшість навчальних закладів на сьогодні залиши стару назву – "Інвалідний спор".

Існують також розбіжності у годинах, які передбачені на навчальний предмет "Адаптивний спорт". У більшості вищих навчальних закладах за робочим навчальним планом передбачено 1,5 кредити. Загальна кількість – 54 години, серед яких лекцій – 18 годин, практичних занять – 16 годин, самостійна робота – 20 годин. У свою чергу в Національному університеті фізичного виховання і спорту України кількість годин виділених на цей предмет набагато більше. Так кількість кредитів – 3. Загальна кількість 180 години, серед яких лекцій 28 годин, семінарських занять 68 годин, самостійна робота – 84 години.

Необхідність збільшення кількості годин виникає в наслідок специфіки роботи з інвалідами різних нозологічних груп. Студенту необхідно більш поглиблено вивчати особливості керування процесом формування та вдосконалення рухових дій спортсменів з особливими потребами. Розширити його знання в області адаптованого спорту і тим самим забезпечити рівні можливості для людей з інвалідністю, що допоможе полегшити інтеграцію їх в суспільство, забезпечить сприятливі умови для роботи, навчання і відпочинку та занять фізичною культурою.

Проте, аналіз науково-методичної літератури[2,5,6,7] дозволив визначити низьку проблем, що потребують вирішення з метою підвищення ефективності викладання навчального предмету "Інвалідний спорт" у вищих навчальних закладах освіти. На нашу думку, навчальний предмет "Інвалідний спорт" можливо розширити за рахунок таких розділів: актуальні питання розвитку адаптованої фізичної культури і спорту для інвалідів; спорт, як метод реабілітації; волонтерський рух в адаптованому спорті; методологія моніторингу доступності фізкультурно-оздоровчих і спортивних послуг для інвалідів; матеріально-технічне забезпечення в адаптивному спорті; маркетинг в паралімпійському спорті; безпека в адаптивному фізичному вихованні; етика спілкування з людьми з обмеженими можливостями. Складність формування змісту дисципліни "Інвалідний спорт" полягає у тому, що воно повинно складатися начебто з комплексу знань в області фізичної культури, корекційної педагогіки, медицини, а по суті це нові знання, які поєднують вище означені області та інтегруються для вирішення специфічних завдань адаптованої фізичної культури.

Розширення навчальної дисципліни за рахунок запропонованих розділів дасть можливість студентам отримати більше знань з таких питань:

1. **Актуальні питання розвитку адаптованої фізичної культури і спорту для інвалідів.** На сьогодні серед таких питань виступає роль вчителя фізичного виховання в програмах адаптованого спорту. Доти поки вчитель фізичного виховання не усвідомить свою роль у створенні умов для занять спортом і фізичною культурою учнів, які мають фізичні та психічні розлади, а як правило такі учні взагалі звільняються від уроків фізичної культури, доти вони будуть себе відчувати ущербними. Вчитель повинен вміти формувати в учнів рухові навички і дати необхідні знання, які допоможуть їм формувати здорове самостійне життя. Такі знання краще отримувати на додаткових заняттях, які повинні бути передбачені шкільною програмою, так звана соціальна адаптація. Надбанні знання будуть сприяти поступовому переходу від шкільного життя до самостійного життя в суспільстві.

2. **Спорт, як метод реабілітації.** В законі "Про реабілітацію інвалідів в Україні" висвітлюються питання про необхідність комплексної реабілітації такої категорії населення і в тому числі і про реабілітацію інвалідів засобами спорту.

Так реабілітація інвалідів це система медичних, психологічних, педагогічних, фізичних, професійних, трудових, фізкультурно-спортивних, соціально-побутових заходів, спрямованих на надання особам допомоги у відновленні та компенсації порушених або втрачених функцій організму для досягнення і підтримання соціальної та матеріальної незалежності, трудової адаптації та інтеграції в суспільство, а також забезпечення інвалідів технічними та іншими засобами реабілітації і виробами медичного призначення; фізкультурно-спортивна реабілітація – система заходів, розроблених із застосуванням фізичних вправ для відновлення здоров'я особи та спрямованих на відновлення і компенсацію за допомогою занять фізичною культурою і спортом функціональних можливостей її організму для покращення фізичного і психологічного стану[4].

3. **Волонтерський рух в адаптованому спорті.** У сфері фізичної культури та спорту гарним прикладом є залучення волонтерів до організації та проведення Спеціальних Олімпіад. Волонтери приймають участь у проведенні різного рівня змагань з інвалідами. Відомо, що волонтер – це людина, яка свідомо, за власним бажанням, безкоштовно працює на користь іншим, де це потрібно у суспільному житті. Майбутнім фахівцям в області фізичної культури і спорту потрібно знати специфіку роботи у цьому напрямку.

За будь-яких проявів спорту для всіх у суспільстві – чи то є пропаганда здорового способу життя, консультативно-методична робота, чи організація масових фізкультурно-спортивних заходів – ми, як правило, спираємось на три основних ресурси: час, люди і гроші. Частіше за все організатори волонтерського руху "Спорт для всіх" скаржаться на відсутність останніх, забуваючи, що за певної винахідливості привабливу ідею можна реалізувати шляхом залучення волонтерів. Адже їх робота – це не тільки можливість проведення більшої кількості заходів, а й також залучення широких верств населення до акцій, що пропагують здоровий спосіб життя, це також нові ідеї та підходи до роботи, і найголовніше – це економія фінансових ресурсів.

4. **Методологія моніторингу доступності фізкультурно-оздоровчих і спортивних послуг для інвалідів.** Необхідно якомога більше залучати інвалідів до фізичного виховання при цьому стоїть гостро питання не тільки як таким людям дістатися до спортивних закладів, а і у створенні належних умов для занять.

5. **Матеріально-технічне забезпечення в адаптивному спорті.** Допоможе студенти розширити знання в області класифікації засобів, необхідних для забезпечення споруд під час проведення спортивно-оздоровчої роботи з інвалідами.

Перша група засобів. Необхідна для адаптації до навколишнього інваліда середовища для здійснення безпосередньо змагальної діяльності у відповідності до правил і умов змагань.

Друга група засобів. Адаптація інваліда для здійснення необхідної для інваліда підготовки до змагальної діяльності, а також спостереження за змаганнями. Ця група передбачає забезпечення інваліда умовами для перегляду змагань, переміщенню в кріслах-колясках на трибуни, роздягальні, душові тощо.

6. **Маркетинг в паралімпійському спорті.** Сьогодні маркетинг є основною складовою спорту високих досягнень. Для кожного виду маркетингу головною дійовою особою є споживач. Спортивний маркетинг не є виключенням, але на відміну від інших, спортивний маркетинг має три групи споживачів.

Перша група – глядачі. Так само як і споживачі, глядачі діляться на два типи: фізичні особи та компанії. Друга група – учасники. Організований спорт припускає два види учасників: аматорів та

професіоналів. Спочатку між аматорським та професійним спортом існувала велика різниця. Сьогодні відстань між ними поступово зменшується. Існує стереотип, що спортивний маркетинг дуже важливий тільки для професійних спортивних змагань. Але це не так: навіть організатори дитячих шкільних змагань використовують маркетингові прийоми. Третя група – спонсори. Цю групу утворюють компанії, які займаються спонсорством спортивних змагань та спорту загалом. У спортивному спонсорстві споживач обмінює гроші або продукт на право асоціюватися з тією чи іншою спортивною подією. Рішення про фінансування спорту є комплексним. Спонсор повинен визначитися не тільки з видом спорту, але і з рівнем змагань, які він збирається фінансувати (аматорський або професійний). Крім того, він повинен вибрати, що саме йому спонсорувати: події, команди, лігу або ж окремих спортсменів.

7. Безпека в адаптивному фізичному вихованні. Майбутній фахівець повинен вміти систематично здійснювати медико-педагогічний контроль під час занять. Слідкувати за систематичним і вчасним проходженням спортивного диспансеру. Готувати допуск до змагань. Створювати належні умови для занять, дотримуючись техніки безпеки.

8. Етика спілкування з людьми з обмеженими можливостями. Етика спілкування вимагає відсутності можливого тиску зовнішнього оцінювання, оскільки лише за таких умов людина може виявити себе нестандартно, по – новому, творчо і, таким чином, самоактуалізуватися. Спілкування майбутнього педагога з людьми обмежених функціональних можливостей повинно стати допомогою в їхній комунікації, організації міжособистісних стосунків.

ВИСНОВКИ. Адаптивна фізична культура і адаптивний спорт розглядаються як засіб для соціальної інтеграції інвалідів в суспільство, а також важливим стимулом, який допомагає відновленню та взагалі встановленню зв'язку з навколишнім світом.

Для того щоб адаптація інвалідів у суспільстві була реалізована, необхідно забезпечити їх належними фахівцями і створити відповідні умови. У результаті вивчення питання обґрунтування структури та змісту навчальної дисципліни "Інвалідний спорт" у вищих навчальних закладах було встановлено, що ефективність підготовки відповідних фахівців може бути здійснена за рахунок впровадження в навчальний предмет таких складових: актуальні питання розвитку адаптованої фізичної культури і спорту для інвалідів; спорт, як метод реабілітації; волонтерський рух в адаптованому спорті; методологія моніторингу доступності фізкультурно-оздоровчих і спортивних послуг для інвалідів; матеріально-технічне забезпечення в адаптивному спорті; маркетинг в параолімпійському спорті; безпека в адаптивному фізичному вихованні; етика спілкування з людьми з обмеженими можливостями.

ПЕРСПЕКТИВИ ПОДАЛЬШИХ ДОСЛІДЖЕНЬ пов'язані з розробкою навчально-методичного комплексу щодо удосконалення предмету "Інвалідний спорт".

ЛІТЕРАТУРА

1. Бріскін Ю. Проблеми реалізації Олімпійської освіти в умовах загальноосвітніх навчальних закладів / Пітин М. // Фізична культура, спорт та здоров'я нації/ зб. наук. праць – Випуск 12. Т.1. – Вінниця, 2011. С. 13-16.
2. Винник Д.П. Адаптивное физическое воспитание и спорт, Киев: Олимпийская литература, 2010. 608 с.
3. Евсеев С.П., Шапкова Л.В. Адаптивная физическая культура. – М.: Советский спорт, 2000. – 240 с.
4. Закон України "Про реабілітацію інвалідів в Україні" від 06.10.2005 №2961- IV // Урядовий кур'єр. – 09.11.2005. – № 213.
5. Матвеев С. Адаптивный спорт в Олимпийском движении / И. Когут, Л. Шульга // Наука в Олимпийском спорте. – К., 2009. - № 12. – С. 9-14.

УДК 373.2.03:796

Бабачук Ю.М.

Глухівський національний педагогічний Університет імені Олександра Довженка

АНАЛІЗ ЗМІСТУ СУЧАНИХ ПРОГРАМ, СПРЯМОВАНИХ НА НАВЧАННЯ ДОШКІЛЬНИКІВ ІГОР З ЕЛЕМЕНТАМИ СПОРТУ

У статті розглядається зміст і подається характеристика програм, які спрямовані на навчання дошкільників ігор з елементами спорту. Здійснено аналіз змісту діючих в Україні та за кордоном програм з фізичного виховання дітей дошкільного віку, з погляду їх спрямування на активне використання ігор з елементами спорту у фізичному вихованні.