

Крамаренко В. І., старший викладач

*Національний аерокосмічний університет ім. М. Є. Жуковського
«Харківський авіаційний інститут»,
м. Харків, Україна*

ДО ПИТАННЯ ВПЛИВУ ЗАНЯТЬ ВОЛЕЙБОЛОМ НА СОЦІАЛЬНУ АДАПТАЦІЮ ЗДОБУВАЧІВ ВИЩОЇ ОСВІТИ З ОСОБЛИВИМИ ОСВІТНИМИ ПОТРЕБАМИ

Анотація. На основі аналізу наукової і методичної літератури вивчено вплив систематичних занять волейболом на соціальну адаптацію здобувачів вищої освіти з особливими освітніми потребами у закладах вищої освіти. Установлено, що систематичні заняття волейболом є ефективним засобом соціальної адаптації здобувачів вищої освіти з особливими освітніми потребами, сприяючи їхній успішній інтеграції в університетське середовище та розвитку важливих соціальних навичок.

Ключові слова: волейбол; заняття; здобувачі вищої освіти з особливими освітніми потребами; інтеграція; соціальна адаптація.

Вступ. У сучасному суспільстві питання соціальної адаптації людей із особливими освітніми потребами набуває особливої актуальності. Здобуття вищої освіти є важливим етапом у житті молодих людей, що відкриває нові можливості для професійного розвитку та соціальної інтеграції. Однак, здобувачі вищої освіти з особливими освітніми потребами часто стикаються з численними викликами, які можуть ускладнити їх адаптацію до навчального середовища. Соціальна взаємодія, формування дружніх стосунків та участь у спільних заходах є ключовими аспектами, які сприяють успішній адаптації зазначеного контингенту.

Актуальність дослідження зумовлена необхідністю вивчення впливу систематичних занять волейболом на соціальну адаптацію здобувачів вищої освіти з особливими освітніми потребами. Розуміння цього впливу дозволить не лише підвищити ефективність навчального процесу, але й розробити рекомендації для створення інклюзивного середовища в закладах вищої освіти.

Результати дослідження можуть стати основою для впровадження нових програм підтримки та розвитку інклюзивних спортивних ініціатив у закладах вищої освіти.

Мета дослідження: вивчити вплив систематичних занять волейболом на соціальну адаптацію здобувачів вищої освіти з особливими освітніми потребами у закладах вищої освіти.

Методи дослідження: теоретичний аналіз і узагальнення наукової та методичної літератури.

Виклад основного матеріалу дослідження. Фізичне виховання у закладах вищої освіти є важливим елементом всебічного гармонійного розвитку, зміцнення здоров'я, підвищення рівня фізичної підготовленості та працездатності, виховання моральних і вольових якостей, формування основ здорового способу життя у здобувачів вищої освіти [1].

З. В. Сироватко, В. М. Єфременко [5] вважають, що спортивні ігри є популярними серед всіх верств населення. На їх думку, для здобувачів вищої освіти спортивні ігри, зокрема волейбол, є ефективним засобом підвищення рівня рухової активності, що створює необхідні умови для гармонійного фізичного розвитку, поліпшення здоров'я, набуття навичок здорового способу життя у студентської молоді. За даними фахівців, вони також відіграють важливу роль в розвитку фізичних якостей, формування стійкості до застудних захворювань унаслідок зміцнення імунітету.

К. А. Гуринович [2], П. Ф. Рибалко, В. А. Матлаш, І. А. Андрєєва [3], І. В. Рогаль [4] зазначають, що волейбол є відмінним засобом залучення учнівської молоді до систематичних занять фізичним вихованням. За даними фахівців, зацікавленість грою у волейбол різними верствами населення пояснюється її загальною доступністю, емоційним характером і оздоровчою спрямованістю.

З. В. Сироватко і В. М. Єфременко [5] наголошують, що з-поміж численних видів спорту, що культивуються у закладах вищої освіти, гра у волейбол є однією з найбільш популярних спортивних ігор серед студентської молоді.

Систематичні заняття волейболом позитивно впливають на соціальну адаптацію здобувачів вищої освіти з особливими освітніми потребами у закладах вищої освіти, сприяючи їхній успішній інтеграції в академічне та соціальне середовище університету. Цей вплив проявляється в таких аспектах:

1. Розвиток комунікативних навичок та командної взаємодії.

Волейбол, як командна гра, вимагає постійної комунікації та узгоджених дій між гравцями, що сприяє розвитку навичок ефективного спілкування, вмінню слухати, домовлятися, враховувати думки інших та працювати разом для досягнення спільної мети. Для здобувачів вищої освіти з особливими освітніми потребами це особливо важливо, оскільки допомагає подолати комунікативні бар'єри та полегшує взаємодію з одногрупниками та викладачами, що є важливими для соціальної адаптації у навчальному середовищі.

2. Підвищення самооцінки та впевненості в собі.

Досягнення успіхів у волейболі, навіть невеликих, позитивно впливає на самооцінку здобувача вищої освіти та формує впевненість у власних силах. Участь у змаганнях, спільні заняття, підтримка команди та визнання досягнень допомагають подолати невпевненість, сором'язливість та страх перед соціальними контактами. Це позитивно вплине на соціальну адаптацію здобувачів вищої освіти з особливими освітніми потребами.

**III Всеукраїнська науково-практична конференція з міжнародною участю
«АКТУАЛЬНІ ПИТАННЯ ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ, СПОРТУ, ЗДОРОВОГО СПОСОБУ
ТА ЯКОСТІ ЖИТТЯ РІЗНИХ ВЕРСТВ НАСЕЛЕННЯ»**

3. Розвиток емоційно-вольової сфери.

Волейбол вимагає емоційної стійкості, вміння контролювати свої емоції, адекватно реагувати на успіхи та невдачі, справлятися зі стресом та проявляти наполегливість. Регулярні заняття допомагають здобувачам вищої освіти з особливими освітніми потребами розвивати ці важливі якості, що сприяє їхній психологічній адаптації до навчального процесу та університетського життя.

4. Розширення соціальних контактів та інтеграція в студентське середовище.

Заняття волейболом створюють природні умови для спілкування, встановлення дружніх стосунків та розширення кола знайомств. Здобувачі вищої освіти з особливими освітніми потребами інтегруються в студентське середовище, почуваються частиною команди, що знижує рівень соціальної ізоляції та сприяє формуванню почуття належності.

5. Формування толерантного ставлення в команді.

Взаємодія в команді сприяє формуванню толерантності, взаємоповаги та розуміння індивідуальних особливостей кожного гравця. Це важливо для створення інклюзивного середовища у закладі вищої освіти та формування позитивного ставлення до здобувачів вищої освіти з особливими освітніми потребами.

6. Зняття стресу.

Фізична активність допомагає знижувати рівень стресу, що може бути особливо важливим для здобувачів вищої освіти з особливими освітніми потребами.

7. Поліпшення фізичного і психологічного стану.

Регулярні заняття волейболом позитивно впливають на фізичне і психічне здоров'я, підвищення рівня фізичної підготовленості та працездатності у студентської молоді. Це, в свою чергу, може сприяти поліпшенню навчальної працездатності й емоційного стану у здобувачів вищої освіти з особливими освітніми потребами.

8. Формування дисципліни та відповідальності: Регулярні заняття вимагають від здобувачів вищої освіти з особливими освітніми потребами дотримання розкладу, що сприяє розвитку дисципліни і відповідальності. Ці якості важливі не лише в спорті, але й у навчанні.

7. Можливість участі в змаганнях.

Участь в спортивних змаганнях надає здобувачів вищої освіти з особливими освітніми потребами можливість продемонструвати свої досягнення, отримати визнання та підтримку однолітків, що сприяє формуванню позитивного іміджу в університетському середовищі.

Висновки. Систематичні заняття волейболом є ефективним засобом соціальної адаптації здобувачів вищої освіти з особливими освітніми потребами, сприяючи їхній успішній інтеграції в університетське середовище та розвитку важливих соціальних навичок.

III Всеукраїнська науково-практична конференція з міжнародною участю
«АКТУАЛЬНІ ПИТАННЯ ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ, СПОРТУ, ЗДОРОВОГО СПОСОБУ
ТА ЯКОСТІ ЖИТТЯ РІЗНИХ ВЕРСТВ НАСЕЛЕННЯ»

Для досягнення максимального ефекту важливо адаптувати навчальний процес до індивідуальних особливостей здобувачів вищої освіти з особливими освітніми потребами, забезпечити їм необхідну підтримку та створити комфортні умови для занять.

Перспективи подальших досліджень: виявити найбільш ефективні види спорту для соціальної адаптації здобувачів вищої освіти з особливими освітніми потребами з урахуванням їх потреб та можливостей.

Список використаної літератури

1. Баканова О. Ф. Вплив деяких видів рухової активності на фізичний стан здобувачів вищої освіти: теоретичний аспект. *Науковий часопис Національного педагогічного університету імені М. П. Драгоманова. Серія № 15. Науково-педагогічні проблеми фізичної культури (фізична культура і спорт)* : зб. наук. пр. / за ред. О. В. Тимошенка. Київ : Видавництво НПУ імені М. П. Драгоманова, 2022. Вип. 10 (155) 22. С. 30–36.
2. Гуринович К. А. Волейбол – спорт, оздоровлення, рекреація. *Готельно-ресторанний та туристичний бізнес: реалії і перспективи* : тези доповідей VII Всеукр. студ. наук. конф. (18 березня 2021 р.) / відп. ред. А. А. Мазаракі. Київ : Київ. нац. торг.-екон. у-т, 2021. С. 489–491.
3. Рибалко П. Ф., Матлаш В. А., Андреева І. А. Особливості проведення секційних занять з юнаками-волейболістами 18–20 років. *Вісник Чернігівського національного педагогічного університету. Серія: Педагогічні науки* : зб. наук. пр. Чернігів : Чернігівський національний педагогічний університет імені Т. Г. Шевченка, 2016. Вип. 140. С. 71–74.
4. Рогаль І. В. Навчання техніки волейболу в закладах вищої освіти. *Соціально-політичні, економічні та гуманітарні виміри європейської інтеграції України* : зб. наук. пр. XI Міжнар. наук.-практ. конф., 25 верес. 2023 р. Вінниця : Вінницький торговельно-економічний інститут ДТЕУ, 2023. Ч. 2. С. 379–385.
5. Сироватко З. В., Єфременко В. М. Вплив спортивних ігор на підвищення рухової активності у студентів закладів вищої освіти. *Науковий часопис Національного педагогічного університету імені М. П. Драгоманова. Серія № 15. Науково-педагогічні проблеми фізичної культури (фізична культура і спорт)* : зб. наук. пр. / за ред. О. В. Тимошенка. Київ : Видавництво НПУ імені М. П. Драгоманова, 2021. Вип. 3 К (131) 21. С. 370–373.