

СЕКЦІЯ 4

СОЦІАЛЬНА АДАПТАЦІЯ; ІНКЛЮЗИВНА ОСВІТА – НАВЧАННЯ БЕЗ БАР'ЄРІВ

Білоус Н. С., старший викладач

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

СОЦІАЛЬНА АДАПТАЦІЯ ЗДОБУВАЧІВ ВИЩОЇ ОСВІТИ З ОСОБЛИВИМИ ОСВІТНІМИ ПОТРЕБАМИ ЗАСОБОМИ ГАНДБОЛУ

Анотація. У роботі вивчено вплив занять гандболом на соціальну адаптацію здобувачів вищої освіти з особливими освітніми потребами в закладах вищої освіти. Установлено, що систематичні заняття гандболом є ефективним засобом соціальної адаптації здобувачів вищої освіти з особливими освітніми потребами, надаючи їм важливі навички та ресурси для інтеграції у суспільство, сприяючи їхній успішній інтеграції в освітнє середовище та суспільство загалом.

Ключові слова: гандбол; заняття; здобувачів вищої освіти з особливими освітніми потребами; здоров'я; інклюзивна освіта; соціальна адаптація.

Вступ. Сучасна система вищої освіти України стоїть перед викликом забезпечення рівних можливостей для всіх здобувачів вищої освіти, зокрема з особливими освітніми потребами.

Особливі освітні потреби можуть створювати бар'єри у спілкуванні, взаємодії та самореалізації, що ускладнює процес адаптації до умов закладів вищої освіти.

Соціальна адаптація здобувачів вищої освіти з особливими освітніми потребами є важливим чинником забезпечення їхньої успішної інтеграції у навчальний процес та подальшого професійного становлення.

У сучасному світі, де інклюзивна освіта набуває дедалі більшого значення, створення умов для повноцінної участі здобувачів вищої освіти з особливими освітніми потребами в усіх сферах життя є пріоритетом освітньої політики.

Актуальність дослідження зумовлена необхідністю пошуку ефективних засобів підвищення рівня соціальної адаптації здобувачів вищої освіти з особливими освітніми потребами в умовах закладів вищої освіти, серед яких особливе місце займає фізична активність, зокрема ігрові види спорту.

Одне з провідних місць серед спортивних ігор займає гандбол. Це пов'язано з достатньою простотою правил і доступністю гри для людей різного віку та рівня фізичної підготовленості.

Мета дослідження: вивчити вплив занять гандболом на соціальну адаптацію здобувачів вищої освіти з особливими освітніми потребами в закладах вищої освіти.

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

Виклад основного матеріалу дослідження. Сучасний спорт розглядають як унікальний соціальний інститут, що виконує численні специфічні функції і поширює свій вплив попри всі життєві метаморфози. Він тією або іншою мірою приймає участь практично в усіх соціальних процесах сучасного людства та є активним учасником процесу глобалізації [2].

Л. О. Рядова зі співавторами [3] зазначає, що спорт є невід'ємною частиною навчання та виховання різних верств населення України.

Р. М. Поліщук [2] вказує, що спорт сприймається як особливий соціальний інститут, що виконує різноманітні специфічні функції і поширює свій вплив, незважаючи на всі зміни сьогодення.

О. М. Соловей, Д. О. Соловей [5] вважають, що гандбол є складно-координаційним видом спорту. На їх думку, від інших видів спорту гра відрізняється великим змістом різноманітних технічних прийомів, що виконуються на місці, в русі та при опорі суперника.

Рухова діяльність гандболістів включає: ходьбу, біг, стрибки, ривки, ловіння і передачу м'яча, кидки м'яча у ворота. Кількісні характеристики перерахованих компонентів рухової діяльності у гравців різного амплуа неоднакові [4].

При правильній організації занять і помірному дозуванні навантаження гандбол можна використовувати і як засіб оздоровчого тренування.

Систематичні заняття гандболом сприяють поліпшенню функціонального стану дихальної, серцево-судинної й нервової систем, зміцненню суглобового і зв'язкового апарату, зростанню життєвої ємкості легень, підвищенню рівня фізичної підготовленості та працездатності, виробленню стійкості організму до інфекцій, перегрівання, охолодження і зниження кількості захворювань [5].

Гандбол в Україні займає важливе місце в системі фізичного виховання. Гра включена у навчальні програми, використовується в закладах загальної середньої, середньої спеціальної, середньої професійної та вищої освіти, у підготовці спортсменів, на заняттях з віковими спортсменами [1].

Систематичні заняття гандболом позитивно впливають на соціальну адаптацію здобувачів вищої освіти з особливими освітніми потребами у закладах вищої освіти, сприяючи їхній інтеграції в соціальне та освітнє середовище, завдяки комплексному впливу на різні аспекти їхнього життя, а саме:

1. Гандбол як командний вид спорту вимагає постійної взаємодії між гравцями. Здобувачі вищої освіти з особливими освітніми потребами, беручи участь у заняттях та іграх, вчаться висловлювати свої думки та розуміти інших.

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

Спільна мета гри сприяє формуванню навичок співпраці, що переноситься на академічні та повсякденні ситуації, полегшуючи взаємодію з одногрупниками та викладачами.

2. Участь у команді створює відчуття спільності та підтримки. Для здобувачів вищої освіти з особливими освітніми потребами, які часто можуть відчувати себе ізольованими, гандбол стає платформою для встановлення дружніх зв'язків, розвитку довіри до одногрупників і відчуття приналежності до колективу. Це особливо важливо в інклюзивному освітньому середовищі.

3. Регулярні фізичні навантаження під час занять гандболом сприяють зниженню рівня стресу, тривожності та поліпшенню психоемоційного стану. Це допомагає здобувачам вищої освіти з особливими освітніми потребами краще справлятися з викликами академічного життя та соціальними ситуаціями, підвищуючи їхню стійкість до стресових факторів.

4. Гандбол вимагає від гравців прийняття рішень, виконання певних ролей у команді та відповідальності за спільний результат. Це сприяє розвитку ініціативності, самодисципліни та впевненості у власних силах, що є важливими для соціальної адаптації в академічному та професійному середовищі.

5. Заняття гандболом сприяють формуванню інклюзивної культури в закладі вищої освіти. Спільна діяльність здобувачів вищої освіти з особливими освітніми потребами зі здоровими однолітками допомагає руйнувати стереотипи, підвищує рівень прийняття та поваги до індивідуальних особливостей, що полегшує соціальну інтеграцію.

6. Систематичні заняття гандболом сприяють розвитку фізичних здібностей, що позитивно впливає на сприйняття здобувачами вищої освіти з особливими освітніми потребами власних можливостей. Успіхи в грі, навіть невеликі, підвищують самооцінку, що є особливо важливим для зазначеного контингенту, які можуть відчувати невпевненість через освітні чи соціальні бар'єри. Ця впевненість допомагає їм активніше брати участь у навчальному процесі та соціальних активностях.

7. Фізична активність, зокрема заняття гандболом, сприяють виробленню ендорфінів, що знижують рівень стресу та поліпшує емоційний стан. Для здобувачів вищої освіти з особливими освітніми потребами, які можуть відчувати тривогу через адаптацію до нового середовища, заняття гандболом стають способом психоемоційної розрядки, що полегшує процес соціалізації.

8. Гандбол вимагає дотримання правил, планування дій і контролю емоцій. Ці навички допомагають здобувачам вищої освіти з особливими освітніми потребами краще справлятися з викликами академічного життя, такими як організація часу чи виконання завдань, що сприяє їхній успішній адаптації.

9. Заняття гандболом у змішаних групах, де беруть участь здобувачі вищої освіти з особливими освітніми потребами та без, сприяють подоланню стереотипів і формуванню толерантного ставлення. Це створює сприятливі

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

умови для соціальної інтеграції, адже однокласники вчать співпрацювати та цінувати внесок кожного.

10. Заняття гандболом сприяють поліпшенню стану здоров'я, підвищенню рівня фізичної підготовленості, що є важливим для соціальної активності.

11. Систематичні заняття гандболом та участь у змаганнях допомагають здобувачам вищої освіти з особливими освітніми потребами відчувати себе частиною колективу, що може зменшити почуття самотності та ізоляції. Це особливо важливо для зазначеного контингенту, які можуть відчувати труднощі у встановленні соціальних контактів.

12. Командний дух і підтримка в команді створюють атмосферу, в якій здобувачі вищої освіти з особливими освітніми потребами можуть відчувати себе прийнятими та зрозумілими.

Важливо враховувати, що ефективність впливу гандболу на соціальну адаптацію здобувачів вищої освіти з особливими потребами залежить від таких факторів:

1. Індивідуальні особливості здобувача вищої освіти з особливими освітніми потребами: вид та ступінь порушення у стані здоров'я, рівень фізичної підготовленості, мотивація до систематичних занять тощо.

2. Організація навчально-тренувального процесу: адаптація правил та методики навчання, кваліфікація викладача, наявність необхідного обладнання та інфраструктури.

3. Створення інклюзивного середовища: підтримка з боку викладачів, здобувачів вищої освіти та адміністрації закладу вищої освіти.

Створення інклюзивного середовища, де кожен здобувач вищої освіти відчуває себе комфортно та має можливість реалізувати свій потенціал, є ключовим фактором успішної соціальної адаптації здобувачів вищої освіти з особливими освітніми потребами.

Врахування зазначених вище факторів дозволить максимально ефективно використовувати гандбол як засіб соціальної адаптації здобувачів вищої освіти з особливими освітніми потребами.

Отже, систематичні заняття гандболом створюють сприятливі умови для соціальної адаптації здобувачів вищої освіти з особливими освітніми потребами, сприяючи розвитку їхніх комунікативних і соціальних навичок, емоційної стійкості; підвищенню самооцінки; зниженню психоемоційних бар'єрів та інтеграції в освітнє середовище.

Впровадження занять із гандболу у закладах вищої освіти може стати ефективним засобом підтримки інклюзивної освіти та соціальної інтеграції.

Висновки. Систематичні заняття гандболом є ефективним засобом соціальної адаптації здобувачів вищої освіти з особливими освітніми потребами, надаючи їм важливі навички та ресурси для інтеграції у суспільство, сприяючи їхній успішній інтеграції в освітнє середовище та суспільство загалом. Впровадження таких занять у закладах вищої освіти є важливим кроком на шляху до створення інклюзивного суспільства.

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

Перспективи подальших досліджень: вивчити вплив занять гандболом на фізичний, функціональний та психоемоційний стан здобувачів вищої освіти з особливими освітніми потребами (з вадами зору, слуху, опорно-рухового апарату тощо).

Список використаної літератури

1. Білоус Н. С., Кононенко Н. М. Загальна характеристика та становлення гандболу в Україні. *Науковий часопис Українського державного університету імені Михайла Драгоманова. Серія 15. Науково-педагогічні проблеми фізичної культури (фізична культура і спорт)* : зб. наук. пр. / за ред. О. В. Тимошенка. Київ : Вид-во УДУ імені Михайла Драгоманова, 2023. Вип. 11 (171) 23. С. 19–25.
2. Поліщук Р. М. Формалізм як можливий підхід до концептуалізації спорту. *Актуальні проблеми філософії та соціології*. 2022. № 8. С. 46–50.
3. Рядова Л. О., Рожков В. О., Цигановська Н. В., Склярєнко В. П. Загальна характеристика та історичний аспект виникнення і розвитку хортингу як національного виду рухової активності України. *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. 12 (158) 22. С. 126–130.
4. Соловей О. М., Соловей Д. О. Основи навчання тактики гри в гандбол : навч.-метод. посіб. Дніпро : Придніпровська державна академія фізичної культури і спорту, 2018. 112 с.
5. Соловей О. М., Соловей Д. О. Теоретичні основи гандболу : навч. посіб. Дніпро : Придніпровська державна академія фізичної культури і спорту, 2017. 161 с.