Крушельницький М. В.,
здобувач першого (бакалаврського) рівня вищої освіти
Науковий керівник: Кононенко Н. М.,
старший викладач
Національний аерокосмічний університет
«Харківський авіаційний інститут»,
м. Харків, Україна

ГАНДБОЛ ЯК ЗАСІБ ІНКЛЮЗИВНОЇ РЕСОЦІАЛІЗАЦІЇ ЗДОБУВАЧІВ ВИЩОЇ ОСВІТИ

Вступ. Система вищої освіти в Україні активно розвивається в напрямі інклюзії, забезпечуючи доступність навчання для здобувачів із особливими освітніми потребами. Однак, попри значні зусилля щодо створення безбар'єрного освітнього середовища, здобувачі вищої освіти з особливими освітніми потребами часто стикаються з проблемами соціальної ізоляції, стигматизації та труднощами в соціальній адаптації. Обмежена участь в колективних видах діяльності ускладнює процес їхньої ресоціалізації та повноцінної інтеграції в студентське середовище. Тому виникає потреба в пошуку ефективних, емоційно привабливих і командно-орієнтованих засобів, які могли б одночасно сприяти фізичному розвитку, соціальній інтеграції та психологічній адаптації. Одним із перспективних засобів вирішення цієї проблеми є гра в гандбол.

Є. І. Петрушевський [6] зазначає, що гра в гандбол є популярним видом фізичної активності серед здобувачів вищої освіти.

О. М. Соловей, Д. О. Соловей [8] вказує, що гандбол в Україні займає певне місце в системі фізичного виховання та широко використовується на заняттях для здобувачів вищої освіти.

Як командний вид спорту гандбол створює природні умови для рівноправної взаємодії, розвитку комунікативних навичок, командної взаємодії та толерантності, що особливо важливо для інклюзивної ресоціалізації.

Мета дослідження: вивчити ефективність використання занять гандболом як засобу інклюзивної ресоціалізації здобувачів вищої освіти.

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

Виклад основного матеріалу дослідження. Гандбол є колективною грою. Всі гравці об'єднані спільною метою – закинути в ворота супротивника якомога більше м'ячів і не пропустити в свої. Для досягнення успіху потрібні погоджені дії всіх членів команди, підпорядкування своїх дій виконанню загального завдання.

Рухова діяльність гравців в гандбол є сумою окремих прийомів захисту і нападу та сукупністю дій, об'єднаних спільною метою в єдину динамічну систему [9].

За даними Успішність навчання грі в ганбол залежить від індивідуальних особливостей психіки.

При опануванні техніки гри в гандбол здобувачі вищої освіти мають навчитися регулювати свої дії на основі зорових, вестибулярних, слухових, тактильних, м'язових відчуттів і сприйняттів. У них розвивається рухова пам'ять, увага, мислення, воля та здібність до саморегуляції психічних процесів [10].

При правильній організації занять та помірному дозуванні фізичного навантаження гандбол можна використовувати як засіб оздоровчого тренування. Гра, проведена на свіжому повітрі, має велику перевагу в природному загартовуванні та оздоровленні.

Заняття гандболом сприяють поліпшенню функціонального стану серцево-судинної, дихальної та нервової систем [8].

Є. І. Петрушевський [6] акцентує увагу на тому, що заняття гандболом сприяють підвищенню рівня фізичної підготовленості.

На думку Н. С. Білоус [1], заняття гандболом сприяють формуванню командного духу, лідерства, відповідальності; поліпшенню фізичного стану, самопочуття, стресостійкості, самоконтролю, впевненості в собі, комунікації та соціальної адаптації в здобувачів вищої освіти.

Н. А. Курішко [5] вважає, що систематичні заняття гандболом є ефективним засобом поліпшення фізичного і психічного здоров'я; сприяють поліпшенню функціонального стану серцево-судинної, дихальної, нервової систем, зміцненню м'язово-суглобового апарату та зниженню ризику серцево-судинних захворювань.

За даними Н. М. Кононенко [3], інклюзивні заняття з гандболу в закладах вищої освіти мають значний потенціал для поліпшення якості життя здобувачів вищої освіти з особливими освітніми потребами.

Використання занять гандболом в змішаних групах як засобу інклюзивної ресоціалізації здобувачів вищої освіти сприяє:

1. Соціальній ресоціалізації. Здобувачі вищої освіти з особливими освітніми потребами поступово переходять від стану соціальної ізоляції до активної участі в командній взаємодії, набуваючи досвіду рівноправного спілкування з одногрупниками.

2. Зниженню рівня стигматизації. Гра в гандбол сприяє сприйняттю здобувача вищої освіти з особливими освітніми потребами не через призму діагнозу, а як повноцінного члена команди, який виконує важливі ігрові функції.

3. Розвитку комунікативної компетентності. Участь в командній грі вимагає активної вербальної та невербальної взаємодії, швидкого обміну інформацією та колективного прийняття рішень.

4. Підвищенню самооцінки та впевненості в собі. Регулярні успіхи в іграх, виконання ролей в команді та підтримка партнерів формують позитивний образ «Я» і знижують почуття неповноцінності.

5. Формуванню толерантності та просоціальної поведінки. Здобувачі вищої освіти без особливих освітніх потреб, які займаються в одній команді зі здобувачами вищої освіти з особливими освітніми потребами, демонструють зниження упереджень і стереотипів щодо здобувачів вищої освіти з особливими освітніми потребами.

6. Поліпшенню психоемоційного стану. Гандбол, як динамічна командна гра, сприяє зняттю емоційної напруги, підвищенню рівня, ендорфінів та формуванню почуття приналежності до групи.

Формування мотивації в здобувачів вищої освіти до занять гандболом є комплексним процесом, що включає різноманітні фактори: психологічні, фізичні, емоційні, особистісні, соціальні та середовищні, які відіграють велику роль в стимулюванні мотивації.

Для стимулювання мотивації в здобувачів вищої освіти до систематичних занять гандболом важливо створити комфортні умови для занять і гри для того, щоб уникнути стресу та негативних емоцій [4].

Як свідчать дані С. С. Романенко, Є. С. Чуприної [7], під час навчально-тренувальних занять із гандболу треба враховувати вікові особливості тих, хто займається і рівень розвитку фізичних якостей.

Висновки. Гандбол, як командний вид спорту, створює унікальне інклюзивне середовище, де фізична активність тісно переплітається з соціальною взаємодією, емоційною залученістю та колективною відповідальністю. Це робить його одним із найбільш ефективних засобів інклюзивної ресоціалізації здобувачів вищої освіти з особливими освітніми потребами.

Особливо значущим є інклюзивний потенціал гандболу в змішаних групах. Заняття сприяють соціальній ресоціалізації здобувачів вищої освіти з особливими освітніми потребами, поступово виводячи їх зі стану ізоляції до активної рівноправної участі в командній взаємодії. Гра сприяє зниженню рівня стигматизації; формуванню толерантності та просоціальної поведінки в усіх учасників; розвитку комунікативної компетентності; підвищенню самооцінки, впевненості в собі; поліпшенню психоемоційного стану.

Гра в гандбол є ефективним засобом формування командного духу, лідерських якостей, стресостійкості, самоконтролю та соціальної адаптації.

Систематичні заняття гандболом в закладах вищої освіти можуть розглядатися як ефективний інклюзивний засіб, що сприяє успішній соціальній інтеграції, розвитку комунікативних навичок та підвищенню якості життя студентів з особливими освітніми потребами.

Перспективи подальших досліджень: обґрунтувати методичні рекомендації щодо організації інклюзивних занять із гандболу в системі фізичного виховання закладів вищої освіти.

Список використаної літератури

1. Білоус Н. С. Вплив занять гандболом на соціальну адоптацію здобувачів у закладі вищої освіти. *Актуальні питання фізичного виховання, спорту, здорового способу та якості життя різних верств населення* : зб. тез

ІІ Всеукр. наук.-практ. конф. (електронне видання), 22 берез. 2024 р. Харків : Національний аерокосмічний університет імені М. Є. Жуковського «Харківський авіаційний інститут», 2024. С. 30–33.

2. Дорошенко Е. Ю., Цапенко В. О., Петров В. О., Дядечко І. Є., Гусак О. Ю. Педагогічний аналіз структури і особливостей кидків м'яча по воротах як елементу техніко-тактичної діяльності кваліфікованих гандболісток. *Педагогіка, психологія та медико-біологічні проблеми фізичного виховання іспорту* : наукова монографія за редакцією проф. Єрмакова С. С. Харків : ХДАДМ (ХХПІ), 2006. № 7. С. 23–28.

3. Кононенко Н. М. Організаційні умови проведення інклюзивних занять із гандболу в закладах вищої освіти. *Актуальні питання фізичного виховання, спорту, здорового способу та якості життя різних верств населення* : зб. тез ІІІ Всеукр. наук.-практ. конф. з міжнар. участю (електронне видання), 21 берез. 2025 р. Харків : Національний аерокосмічний університет ім. М. Є. Жуковського «Харківський авіаційний інститут», 2025. С. 362–367.

4. Кононенко Н. М. Фактори, що впливають на формування мотивації у здобувачів вищої освіти до занять гандболом. *Актуальні питання фізичного виховання, спорту, здорового способу та якості життя різних верств населення* : зб. тез ІІ Всеукр. наук.-практ. конф. (електронне видання), 22 берез. 2024 р. Харків : Національний аерокосмічний університет імені М. Є. Жуковського «Харківський авіаційний інститут», 2024. С. 108–111.

5. Курішко Н. А. Вплив занять гандболом на стан здоров'я здобувачів вищої освіти. *Актуальні питання фізичного виховання, спорту, здорового способу та якості життя різних верств населення* : зб. тез ІІ Всеукр. наук.-практ. конф. (електронне видання), 22 берез. 2024 р. Харків : Національний аерокосмічний університет імені М. Є. Жуковського «Харківський авіаційний інститут», 2024. С. 30–33.

6. Петрушевський Є. І. Розвиток гандболу в Україні в умовах глобалізації спорту : дис. … канд. наук з фіз. виховання і спорту : 017. Київ : Національний університет фізичного виховання і спорту України, 2021. 226 с.

7. Романенко С. С., Чуприна Є. С. Теоретико-методичні основи вдосконалення рівня технічної майстерності гандболістів. *Theoretical foundations in practice and science* : the XIV International science conference, december 21–24. Bilbao, Spain, 2021. С. 385–388.

8. Соловей О. М., Соловей Д. О. Теоретичні основи гандболу : навч. посіб. Дніпро : Придніпровська державна академія фізичної культури і спорту, 2017. 161 с.

9. 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.

10. Ячнюк Ю. Б., Гук О. М. Модель управління процесом навчання рухових дій в гандболі студентів факультету фізичного виховання та здоров'я людини. *Молодий вчен*ий. 2017. № 3.1 (43.1). С. 324–327.