

УДК 378:615.815.4-056.263-057.87]:796.012

ОСОБЛИВОСТІ ПРОГРАМИ ФІЗИЧНОЇ РЕКРЕАЦІЇ СТУДЕНТСЬКОЇ МОЛОДІ З ВАДАМИ СЛУХУ В УМОВАХ ЗАКЛАДУ ВИЩОЇ ОСВІТИ

Оріховська Г.С.

Національний університет фізичного виховання і спорту України

Спесивих О.О.

Київський університет імені Бориса Грінченка

У статті систематизовано науковий пласт знань оздоровчо-рекреаційної діяльності та розкрито особливості програми фізичної рекреації студентської молоді з вадами слуху, яка дозволяє задовольнити їх мотиваційні пріоритети шляхом використання варіативних форм оздоровчо-рекреаційної рухової активності, сформулювати цільову установку на формування здорового способу життя. Визначено основні передумови розробки та впровадження програми фізичної рекреації для студентів з вадами слуху (соціально-педагогічні, особистісні, біологічні). Структурними ланками програми виділено: мету, умови, принципи, етапи, засоби, форми контролю та методи її практичної реалізації, критерії ефективності. Представлена програма має чотири етапи організаційний, діагностичний, методичний, корекційний єдність яких надає програмі цілісності і завершеності, направлена на комплексне вирішення низки актуальних проблем в сучасному молодіжному дозвіллі студентів з вадами слуху, а саме соціалізації та інтеграції зазначеного контингенту, підвищення показників їх фізичного та психоемоційного станів і збільшення рівня рухової активності. **Ключові слова:** фізична рекреація, студенти, вади слуху, програма, дозвіллева діяльність, вищий навчальний заклад.

Постановка проблеми. Аналіз останніх досліджень і публікацій. Світова тенденція до зростання кількості студентської молоді з особливими потребами, спонукає наукове товариство йти шляхом пошуку найбільш ефективних навчально-виховних, соціально-педагогічних, оздоровчо-рекреаційних, методів і прийомів спрямованих на мобілізацію всіх компенсаторних можливостей, що буде сприяти їх успішній соціалізації. Популяризація фізичної рекреації в умовах закладу вищої освіти, її фізичний, соціальний, гуманістичний потенціал виступають в якості ідеального інструменту для зниження стигми, пов'язаної з інвалідністю, а також сприяють незалежності, розширенню можливостей і повноцінній соціальній інтеграції та адаптації даного контингенту [7].

Сучасна парадигма освітньої ситуації, її реформування та проблеми обґрунтування потенціалу оздоровчо-рекреаційної сфери визначаються як вітчизняними, так і зарубіжними авторами [1; 5; 8; 10; 12]. Фізична рекреація у структурі закладу вищої освіти вимагає розробки сучасних, інноваційних, оновлених і методично виправданих концепцій, технологій, програм які мають за мету соціалізацію, інтеграцію тих хто займається [8]. Відповідно до цього, створюючи програму фізичної рекреації для студентів з вадами слуху, необхідно враховувати фізіологічні та психологічні особливості осіб з даною нозологією, норми рухової активності, мотивацію та інтереси студентів щодо пріоритетних видів рухової діяльності. Тематичний діапазон наявних досліджень спрямований на розв'язання різноманітних питань показав [7; 8], що мало вивченими залишаються питання сучасних комплексних досліджень планування оздоровчо-рекреаційної діяльності

студентської молоді з вадами слуху; вивчення мотиваційних пріоритетів у виборі рухової активності і тенденцій їх використання в програмах фізичної рекреації з організованим контингентом.

Аналіз наукової літератури та практичного досвіду вищих навчальних закладів дозволяє визначити багаті традиції вітчизняної та зарубіжної педагогічної практики з організації оздоровчо-рекреаційної діяльності студентської молоді [1-4; 5; 6; 9; 10]. Дослідниками встановлено, що заняття фізичною рекреацією позитивно впливають на показники функціонального стану студентської молоді, залучення до фізкультурно-оздоровчих заходів, підвищення працездатності та опірності організму до несприятливих чинників довкілля. Пріоритетною ознакою такої діяльності є те, що вона здійснюється за бажанням і можливостями особистісної автономності, свободи вибору та самовизначення молоді і тому має ефективніший вплив на залучення молоді до рухової активності, аніж примусові заняття. Однак, якщо самій організації позаакадемічних занять з фізичного виховання студентів у вищих навчальних закладах у вільний час приділяється постійна увага, то питання розробки програм залучення студентів з вадами слуху до оздоровчо-рекреаційної діяльності з використанням доступних і привабливих видів рухової активності, визначення умов їх оптимальної реалізації під час дозвілля залишаються поза нею і потребують детального вивчення з урахуванням сучасних тенденцій розвитку, психофізіологічних можливостей і мотивації студентської молоді з вадами слуху, що засвідчує про актуальність проблеми. Зокрема, у працях Л.О. Акимової [1] розгляда-

ється стратегія соціальної адаптації дітей і молоді з обмеженими можливостями здоров'я засобами адаптивної рухової рекреації. Проте поза межами наукових розробок залишаються проблеми реалізації оздоровчо-рекреаційної діяльності як у теорії, так і у практиці сучасної вишівської освіти для студентської молоді з вадами слуху. Проведення комплексних досліджень у цьому напрямі не лише підвищить ефективність рекреаційної складової особистості, а й приведе до підвищення рівня рухової активності, покращення показників фізичного та психоемоційного стану, формування мотивації до систематичної рекреаційної діяльності, раціональної організації активного дозвілля, що позитивно позначиться на їх соціальній інтеграції.

Таким чином, соціальна значущість вирішення зазначених проблем, їх недостатня концептуальна розробленість, відсутність комплексного теоретичного та практичного обґрунтування шляхів їх розв'язання обумовило та підкреслило її актуальність.

Мета статті – обґрунтувати підходи до впровадження програми фізичної рекреації в дозвіллеву діяльність студентської молоді з вадами слуху, спрямовану на соціальну інтеграцію, підвищення рівня рухової активності, покращення показників фізичного та психоемоційного стану та підвищення мотивації студентів до систематичних оздоровчо-рекреаційних занять в умовах закладу вищої освіти.

Методи та організація дослідження. У ході дослідження використано теоретичний аналіз й узагальнення даних науково-методичної літератури та аналіз документальних матеріалів; метод системного аналізу; соціологічні; педагогічні методи. Дослідження проводилися на базі Національного університету фізичного виховання і спорту України, Полтавського інституту економіки і права.

Виклад основного матеріалу. Для досягнення поставленої мети дослідження, нами було проведено анкетування студентської молоді з вадами слуху. В анкетуванні взяло участь 65 студентів, із них 30 юнаків та 35 дівчат. Виявлено, що переважна більшість студентів (48,5%) лише частково задоволені організацією рекреаційно-оздоровчої діяльності у вищому навчальному закладі, третину (30,3%) така діяльність влаштовує, та 21,2% не задоволені взагалі. Причинами, що перешкоджають залученню студентів до рекреаційної діяльності є велика інтенсифікація навчального процесу у ВНЗ, відсутність рекреаційно-оздоровчих груп, що цікавлять студентів; нераціональна організація вільного часу; відносна свобода студентського життя; проблеми в соціальному та міжособистісному спілкуванні, що підтверджує дані спеціальної літератури.

Згідно з даними проведених нами попередніх досліджень більшість студентської моло-

ді з вадами слуху мають низький та нижче середнього рівні фізичного здоров'я. Зафіксований рівень рухової активності у більшості є малим та сидячим.

Доцільність розробки програми впровадження засобів фізичної рекреації в дозвіллеву діяльність студентської молоді з вадами слуху обумовлена низкою причин: незадовільними показниками фізичного стану та рухової активності студентської молоді, низьким рівнем мотивації до занять руховою активністю; недостатнім рівнем організації дозвілля студентської молоді; низькою кваліфікацією викладачів-інструкторів, інших фахівців і взагалі відсутністю системного підходу до організації рекреаційно-оздоровчої діяльності студентів з вадами слуху у вищому навчальному закладі.

Головною метою оздоровчо-рекреаційної діяльності студентської молоді з вадами слуху є створення у закладі вищої освіти певних умов для позитивно-орієнтованої соціалізації особистості, яка сприяє соціальному розвитку та самореалізації молодого покоління в інтересах особистості та суспільства. Ґрунтуючись на комплексному аналізі науково-методичної літератури, інформації мережі Інтернет, міжнародних та національних законодавчих документів, результатів експертного оцінювання, враховуючи сучасні тенденції розвитку вітчизняного суспільства, результатом наших досліджень стало, виокремлення основних складових програми фізичної рекреації для студентів з вадами слуху. Враховуючи основні положення і передумови створення програми, визначалася стратегія її реалізації, мета, завдання, умови, структурні компоненти, з'ясувалися показники ефективності та розроблялися педагогічні заходи її впровадження.

Презентована програма фізичної рекреації студентської молоді з вадами слуху являє собою сукупність поглядів, об'єднаних передумовами, провідною ідеєю і метою (рис. 1). До передумов розроблення нами були віднесені ті положення, від яких доцільно відштовхуватися під час побудови, підготовки та організації фізичної рекреації в умовах закладу вищої освіти, а саме: соціально-педагогічні; особистісні та біологічні. Розроблення програми передбачало обов'язкове виконання основних вимог: зв'язок з життєдіяльністю; компенсаторна та корекційно-розвиваюча спрямованість; вікова адекватність; вербалізація, наочність, свідомість, активність, доступність, послідовність, систематичність, стійкість сформованих умінь (навичок), неперервність, прогресування впливу рухової діяльності, циклічність.

Метою авторської програми є сприяння соціальній інтеграції студентської молоді з вадами слуху шляхом оптимізації їхньої рухової активності із застосуванням фізичної рекреації.

Розробка програми передбачала дотримання низки організаційних та соціально-педаго-

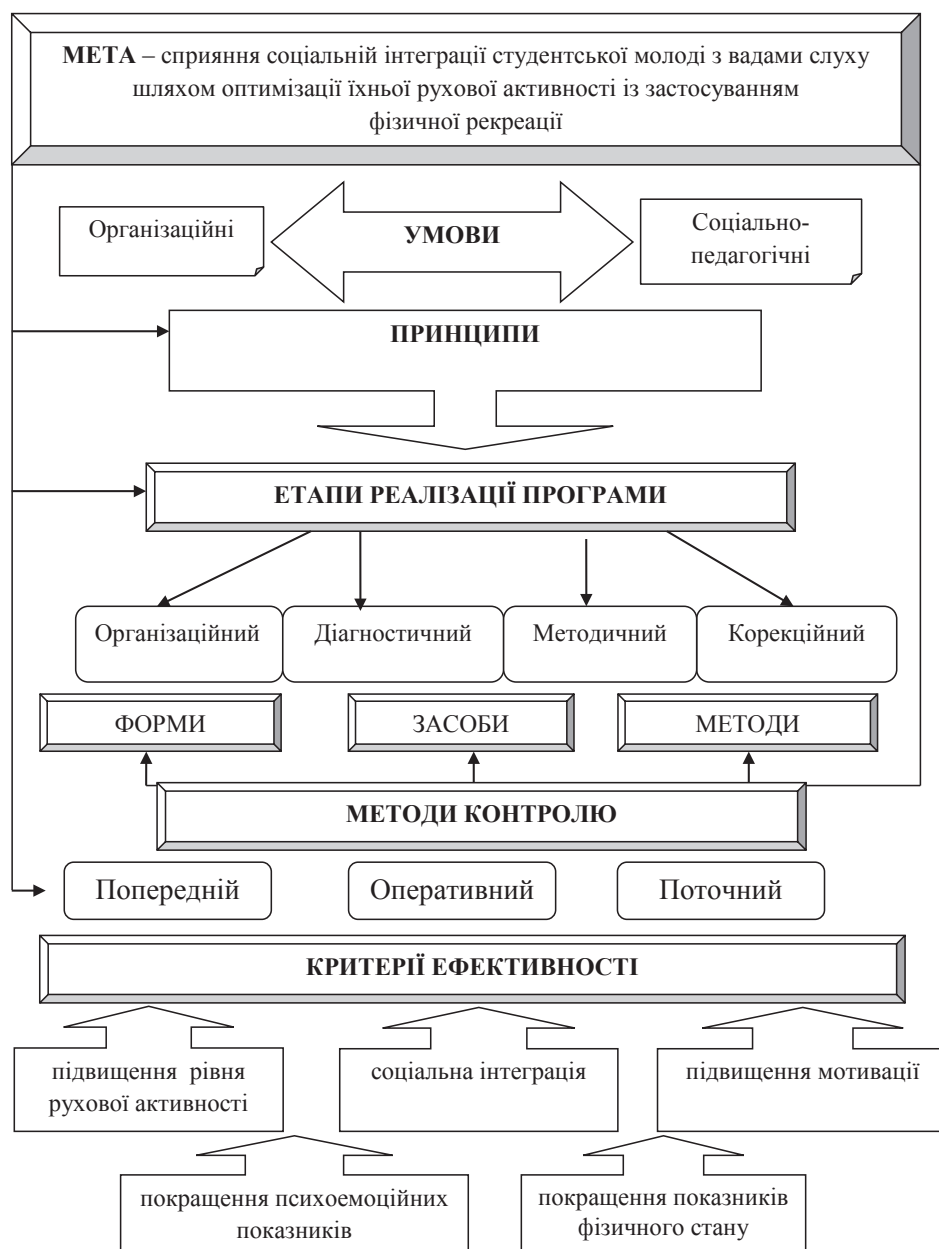


Рис. 1. Загальна структура розробленої програми фізичної рекреації для студентської молоді з вадами слуху

гічних умов. До організаційних умов віднесено створення системи залучення студентів до рекреаційно-оздоровчої діяльності; оптимальне співвідношення занять, що сприяють розвитку активності, творчості; занять, що задовольняють потреби та інтереси студентів; формування у студентів позитивного ставлення до даної активності; впровадження ефективних та цікавих форм рекреаційно-оздоровчої роботи в цілісну систему рекреаційно-оздоровчої діяльності студентів. До соціально-педагогічних умов включено створення освітнього середовища, сприятливого для розвитку особистості; ознайомлення з інноваційними формами організації рекреаційно-оздоровчої роботи; раціональне структурування вільного часу студентів; впровадження соціально-педагогічних механізмів підвищення загальної культури

студентів, важливим компонентом якої є культура вільного часу; підвищення рівня кадрового забезпечення сфери дозвілля студентської молоді.

Програма фізичної рекреації студентської молоді включала наступні етапи реалізації: організаційний, діагностичний, корекційний, методичний, єдність яких надає програмі цілісності і завершеності.

Організаційна складова полягала у забезпеченні адекватних умов реалізації рекреаційно-оздоровчих занять та забезпечувалася гнучким реагуванням на швидко змінювану соціально-педагогічну та дозвілльєву ситуацію, прагненням чітко виконати рекреаційне завдання. Базувалася на таких положеннях: варіативний часовий режим (можна продовжити рекреаційне заняття за часом, або скороти-

ти його якщо в цьому виникає необхідність); креативність занять (заняття повинні бути цікавими, креативними для студентів, повинні викликати бажання до прикладання зусиль (візуальний супровід: застосування різноманітного інвентарю та обладнання, слайд-шоу, заохочувальний контакт із друзями тощо); партнерські відносини (залучення до занять студентів з іншими нозологічними відхиленнями) задоволення потреби контакту, комунікаційного аспекту з іншими студентами; створення відчуття повноцінності, можливостей (за рахунок мінімального зусилля можна досягти максимального ефекту); екстремальність (прагнення до пригод, заняття екстремальними видами фізичної рекреації, отримання нових, невідомих досі вражень).

Діагностичний та корекційний включав діагностику вихідного рівня показників фізичного та психоемоційного стану, оцінку мотивації студентів до рекреаційно-оздоровчих занять та оцінювання ефективності запропонованих занять, внесення коректив.

Методичний пов'язаний із прагненням у кожному випадку підібрати для певного студента індивідуальну траєкторію соціальної інтеграції, адаптації, соціалізації з урахуванням його психологічних особливостей, здібностей і схильностей; забезпечення постійного психолого-педагогічного контролю в процесі занять. На основі власних досліджень та експертного оцінювання були визначені такі критерії ефективності програми занять: підвищення рівня рухової активності, соціальна інтеграція, підвищення мотивації, покращення показників психоемоційного та фізичного стану.

Заняття фізичною рекреацією у рамках спеціально розробленої програми студентської молоді з вадами слуху передбачали певний ряд варіативних підходів, а саме: індивідуальний, особистісно-гуманістичний підхід до студентів з означеною нозологією; діагностичний та корекційний підхід (профілактика, протидія відхилень у психофізичному розвитку); компенсаційний підхід (вирівнювання, компенсація недоліків: рухової активності, розваг); інтеграційний підхід (можливість розширення кола знайомства, створення груп за інтересами, інтеграція у суспільство); мотиваційний підхід (основою якого виступає бажання змін на краще студентів з особливими потребами, їхньої здатності до сприйняття допомоги); соціально-психологічний підхід (передбачає сприйняття особистості з особливими потребами, визнання її повноправними членами суспільства, повага до їх прав); соціально-ідеологічний підхід (формування адекватних взірців здорового способу життя для даного контингенту, рекреаційної активності широким верст населення); адаптаційний підхід (допомога у прискоренні темпів адаптації, соціалізації студентів з вадами слуху у су-

спільному, виховному та навчальному житті закладу вищої освіти); гедоністичний підхід (отримання задоволення від рекреаційної діяльності); локалізаційний підхід (уміння та спосіб проведення рекреаційної активності для локалізації студентів у соціальному рейтингу); стимуляційний підхід (сприяння адекватному психофізичному розвитку організму студента).

Висновки. Аналіз та узагальнення науково-методичної літератури дозволили підкреслити актуальність і доцільність розробки та впровадження програми фізичної рекреації для студентської молоді з вадами слуху, що зумовлено потребою суспільства у залученні даної категорії осіб до рухової активності, підвищенні рівня їх фізичної підготовленості, здоров'я і відсутності системи науково-методичної підтримки цього процесу. Відповідно до теоретичного аналізу структури та сутності рекреаційно-оздоровчої діяльності студентської молоді, на підставі вивчення спеціальної літератури, встановлено, що значним потенціалом підвищення рівня залучення молоді до рухової активності, формування у них культури дозвілля є засоби фізичної рекреації, які є обмеженими у використанні у практиці роботи закладів вищої освіти. Визначено основні передумови розробки та впровадження програми фізичної рекреації для студентів з вадами слуху (соціально-педагогічні, особистісні, біологічні). Розроблена програма фізичної рекреації для студентської молоді з вадами слуху в умовах закладів вищої освіти, спрямована на підвищення рівня рухової активності, відновлення психоемоційного стану після навчальних занять, залучення студентів до регулярної рухової активності; їх соціалізації; формування позитивного ставлення до занять руховою активністю та організації змістовного дозвілля студентської молоді, яка включала наступні етапи реалізації: організаційний, діагностичний, корекційний, методичний, єдність яких надає програмі цілісності і завершеності. Визначено організаційно- та соціально-педагогічні умови ефективної організації занять фізичної рекреації у процесі рекреаційної діяльності студентської молоді.

Також програма, по-перше, забезпечує визначення та аналіз основних компонентів, які спроможні налагодити взаєморозуміння та співпрацю між студентською молоддю, що приводить до переходу від наміру забезпечувати зниження рівня ізоляції осіб з інвалідністю до конкретних дій – досягнення максимального рівня їх соціальної інтеграції. Розроблена програма допоможе більш стисло та чітко сформулювати основні засади спільної взаєморозвиваючої діяльності осіб з особливими потребами та без відхилень і може слугувати прикладом для інших програм, проєктів з аналогічними цілями. По-друге, важли-

вим результатом досліджень є те, що в програмі представлено критерії ефективності, за якими можуть аналізуватись інші програми, а також визначено напрями, що потребують розвитку та вдосконалення. Розроблена програма надасть можливість готувати поточні проекти вдосконалення програм за типовими критеріями ефективності.

Перспективи подальших досліджень у даному напрямі пов'язані в практичній реалізації розробленої програми та перевірки її ефективності в умовах закладу вищої освіти з ґрунтовним аналізом потенційних можливостей різних засобів фізичної рекреації, що сприятиме повноцінному здійсненню процесу гармонічного розвитку молоді.

Список літератури:

1. Акимова Л.А. Стратегия социальной адаптации детей и молодежи с ограниченными возможностями здоровья средствами адаптивной двигательной рекреации / Л.А. Акимова, Е.М. Голикова // Физическая культура: воспитание, образование, тренировка. – 2013. – № 6. – С. 58–61.
2. Андреева О.В. Розробка та впровадження технології проектування активної рекреаційної діяльності різних груп населення / О.В. Андреева // Спортивний вісник Придніпров'я. – 2015. – № 1. – С. 7–10.
3. Андреева О.В. Соціально-психологічні чинники, що детермінують рекреаційно-оздоровчу активність осіб різного віку / О. Андреева // Теорія і методика фізичного виховання і спорту. – 2014. – № 3. – С. 35–40.
4. Андреева О. Аналіз мотивації студентів до позанавчальних форм організації занять з фізичного виховання / Олена Андреева, Ульяна Катерина // Фізична активність, здоров'я і спорт, 2014. – № 4(18). – С. 18–27.
5. Білецька В.В. Проблемно-цільова спрямованість моніторингу якості фізичного виховання студентів вищих технічних навчальних закладів / В.В. Білецька // Науковий часопис НПУ ім. М.П. Драгоманова. Серія 15. Науково-педагогічні проблеми фіз. культури. – 2015. – Вип. 3. – С. 63–66.
6. Кашуба В.А. Анализ использования здоровьесберегающих технологий в процессе физического воспитания студенческой молодежи / В.А. Кашуба, С.М. Футорний, Е.В. Андреева // Теория и методика физической культуры. – Алматы. – 2012. – № 1. – С. 73–81.
7. Когут І.О. Соціально-гуманістичні засади розвитку адаптивної фізичної культури в Україні [Текст] : монографія / І.О. Когут. – Львів: СПОЛОМ, 2015. – 284 с.
8. Круцевич Т.Ю. Рекрація у фізичній культурі різних груп населення / Т.Ю. Круцевич, Г.В. Безверхня. – К.: Олімпійська літ., 2010. – 248 с.
9. Круцевич Т.Ю. Проблеми організації рекреаційно-оздоровчих занять в структурі дозвіллевої діяльності студентської молоді / Т.Ю. Круцевич, О.В. Андреева, О.Л. Благій // Гуманіт. вісн. ДВНЗ «Переяслав-Хмельницький ДПУ ім. Г. Сковороди»: наук.-теор. зб. – П.-Хмельн.: ПП «СКД», 2012. – С. 178–180.
10. Москаленко Н. Педагогічні інновації у фізичному вихованні / Н. Москаленко // Спортивний вісник Придніпров'я. – 2009. – № 1. – С. 19–22.
11. Національна стратегія з оздоровчої рухової активності в Україні на період до 2025 року «Рухова активність – здоровий спосіб життя – здорова нація» / Режим доступу: <http://dsmsu.gov.ua/index/ua/material/17627>.
12. Haines, Danell J. The College Recreational Sports Learning Environment / Haines, Danell J.; Fortman, Tyler // Recreational Sports Journal. Apr 2008, Vol. 32. Issue 1, p. 52–61.
13. Kindal A. Shores, Stephanie T. West Pursuing Leisure During Leisure – Time Physical Activity // Journal of Physical Activity & Health, Issue 5, p. 685–694, September 2010.

Ореховская А.С.

Национальный университет физического воспитания и спорта Украины

Спесивих Е.А.

Киевский университет имени Бориса Гринченко

ОСОБЕННОСТИ ПРОГРАММЫ ФИЗИЧЕСКОЙ РЕКРЕАЦИИ СТУДЕНЧЕСКОЙ МОЛОДЕЖИ С НАРУШЕНИЯМИ СЛУХА В УСЛОВИЯХ УЧРЕЖДЕНИЯ ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ

Аннотация

В статье систематизирован научный пласт знаний оздоровительно-рекреационной деятельности и раскрыты особенности программы физической рекреации студенческой молодежи с нарушениями слуха, которая позволяет удовлетворить их мотивационные приоритеты путем использования вариативных форм оздоровительно-рекреационной двигательной активности, сформировать целевую установку на формирование здорового образа жизни. Определены основные предпосылки разработки и внедрения программы физической рекреации для студентов с проблемами слуха (социально-педагогические, личностные, биологические). Структурными звеньями программы выделено: цель, условия, принципы, этапы, средства, формы контроля и методы ее практической реализации, критерии эффективности. Представленная программа имеет четыре этапа организационный, диагностический, методический, коррекционный единство которых способствует целостности и завершенности, направленная на комплексное решение ряда актуальных проблем в современном молодежном досуге студентов с нарушениями слуха, а именно социализации и интеграции контингента, повышение показателей их физического и психоэмоционального состояний и увеличение уровня двигательной активности.

Ключевые слова: физическая рекреация, студенты, нарушение слуха, программа, досуговая деятельность, высшее учебное заведение.

Orekhovskaya A.S.

National University of Physical Education and Sports of Ukraine

Spesyvykh O.O.

Borys Grinchenko Kyiv University

PECULIARITIES OF THE STUDENT'S YOUTH PROGRAM OF PHYSICAL RECREATION WITH HEARING DISORDERS IN CONDITIONS IN THE ESTABLISHMENT OF HIGHER EDUCATION

Summary

The article systematizes the scientific knowledge of recreational activities and reveals the features of the program of student's youth physical recreation with hearing impairments, which allows to satisfy their motivational priorities through the use of variational forms of recreational and recreational motor activity, to formulate a target setting for the formation of a healthy lifestyle. The basic preconditions of development and implementation of the program of physical recreation for students with hearing impairments (social-pedagogical, personal, biological) are determined. Structural links of the program are highlighted: the purpose, conditions, principles, stages, means, forms of control and methods of its practical implementation, criteria of efficiency. The presented program has four stages: organizational, diagnostic, methodological, correctional unity of which gives the program integrity and completeness, aimed at the complex solution of a number of topical problems in the modern youth leisure of students with hearing impairments, namely, the socialization and integration of this contingent, the increase of their physical and psycho-emotional indicators states and increase of level of motor activity.

Keywords: physical recreation, students, hearing impairments, program, leisure activities, higher education institution.