



УДК:376-056.26:796:378.4

**TRAINING OF PHYSICAL EXERCISES WITH THE USE OF SPORTS TECHNOLOGIES FOR STUDENTS WITH HEARING IMPAIRMENTS IN HIGHER EDUCATION INSTITUTIONS OF INCLUSIVE TYPE**  
**НАВЧАННЯ ТЕХНІКИ ФІЗИЧНИХ ВПРАВ З ВИКОРИСТАННЯМ СПОРТИВНИХ ТЕХНОЛОГІЙ СТУДЕНТІВ З ПОРУШЕННЯМИ СЛУХУ У ЗАКЛАДАХ ВИЩОЇ ОСВІТИ ІНКЛЮЗИВНОГО ТИПУ**

Zhytovozy M.P. / Житовоз М.П.

postgraduate / аспірант

Adyrkhaev S.G / Адирхаєв С.Г.

d.p.s., prof./ д.п.н., проф.

ORCID: 0000-0001-7083-8499

Open International University of Human Development "Ukraine", Kyiv, Lvivska, 23, 03115

Відкритий міжнародний університет розвитку людини «Україна»,

Київ, Львівська, 23, 03115

**Анотація.** У статті обґрунтовано ефективність використання спортивних технологій у методиці навчання техніки фізичних вправ студентів з порушеннями слуху в закладах вищої освіти інклюзивного типу. Акцентовано увагу на тому, що при порушенні слуху є можливість за допомогою залишкових аналізаторів регулювати і здійснювати складні види рухів, комплексно або вибірково впливати на ті чи інші функції організму. Рухова активність студентів з порушеннями слуху у відборі фізкультурно-спортивної діяльності залежить від відповідної індивідуальної прихильності до занять фізичними вправами визначеної спрямованості та окремими видами спорту. Підвищення мотивації до занять фізичною культурою залежить від позитивної динаміки у вдосконаленні індивідуальних рухових якостей студента, що спостерігається під впливом ефективної методики навчання техніки фізичних вправ з використанням спортивних технологій.

**Ключові слова:** інклюзивне навчання, студенти з порушеннями слуху, методика навчання, спортивні технології, техніка фізичних вправ

### **Вступ.**

Якісна вища освіта сьогодення є одним із найважливіших чинників успішності людей з інвалідністю на ринку праці, вона сприяє розвитку їх особистості, підвищенню соціального статусу, самостійності та захищеності. Сучасна форма навчання у закладах вищої освіти (ЗВО) - ЗВО інклюзивного типу, передбачає спільне навчання в академічній групі студентів з інвалідністю з іншими студентами і суттєво полегшує їх подальшу інтеграцію в суспільство. Така форма навчання визнає за людьми з інвалідністю рівні права на отримання освіти і потребує здійснення політики рівних можливостей. Унікальною формою інтеграції у суспільство людей з інвалідністю і порушенням здоров'я є фізична культура, як важливий компонент всієї системи реабілітації людини з інвалідністю. Фізична культура є основою соціально-професійної, соціально-побутової і соціально-культурної реабілітації, виступає у якості ефективних засобів і методів медичної, професійної, психологічної, педагогічної реабілітації, тобто присутня в усіх сферах життєдіяльності людини [7, 11, 14].

В останніх дослідженнях науковців С. Адирхаєва, Л. Сердюк, А. Шевцова та ін. [11] було встановлено, що навчання, специфіка спілкування в інклюзивному середовищі активізує перебудову структури свідомості студентів



з інвалідністю в бік свідомості здорової, адаптованої до життя людини, яка прагне до самореалізації і сприяє корекції деформацій суб'єктивної картини життєвого шляху через співвідношення в ній ретроспективних причинно-цільових зв'язків між подіями життя.

В дослідженнях, присвяченим вивченню проблем навчання молоді з інвалідністю в закладах освіти С. Адирхаєва (2013), Д. Орен (2015), П. Ткаченко (2016), Н. Довгань (2017), В. Синьова (2018), Р. Яготіна (2019) та інших зазначається, що використання різноманітних форм, засобів, методів фізичної культури для молоді з інвалідністю є надзвичайно ефективним чинником досягнення безпосереднього оздоровчого ефекту, підвищення інтелектуальної і фізичної працездатності, пізнання можливостей власного організму, боротьби зі шкідливими звичками, організації корисного і цікавого дозвілля, формування стійкої мотивації та потреби в систематичних, самостійних заняттях фізичними вправами різного спрямування, але головне, активно стимулює процес адаптації до умов навчання, нової соціальної ситуації, формує інтерес, мотивацію до здобуття професії та професійної самореалізації.

Серед студентської молоді з інвалідністю найбільш чисельною групою є студенти з порушеннями слуху. Візуально контингент студентів з порушеннями слуху майже не відрізняється від здорових за багатьма ознаками і, в першу чергу, фізичними. Фахівцями доведено, що глухота не обмежує можливості фізичного розвитку, але потребує використання багатьох спеціальних фізичних вправ, що дозволяють отримувати такі ж самі результати, як і здорова людина. Вони стверджують, що руховий аналізатор у сукупності з іншими може в значній мірі компенсувати недостатню функцію вестибулярного апарату людини з порушеннями слуху, що при порушенні слуху є можливість за допомогою залишкових аналізаторів регулювати і здійснювати складні види рухів, комплексно або вибірково впливати на ті чи інші функції [2,3,7,8,15]. Це говорить про компенсаторні можливості рухового аналізатору, що необхідно враховувати при навчанні техніки фізичних вправ на заняттях фізичного виховання. Наприклад, під впливом спеціально підібраних вправ швидкість руху рук у глухих юнаків і дівчат не тільки досягає величин здорових, але ж й перевищує їх. Постійним учасником сенсорної основи рухової діяльності є зоровий аналізатор. Результати досліджень вказують на той факт, що з віком зорове сприйняття людини з порушеннями слуху значно вдосконалюється [13]. Здобуття вищої освіти в умовах інклюзивних груп дає змогу організувати освітній процес з урахуванням потреб осіб з порушеннями слуху. Для переважної більшості юнаків і дівчат з порушеннями слуху вступ до закладу вищої освіти і початок навчання стають першим дієвим кроком у напрямку соціальної інтеграції. Спостерігаються суттєві труднощі у здобутті вищої освіти особами з порушеннями слуху, що спричинені особистісними чинниками, а саме: низьким рівнем базової підготовки, індивідуальними особливостями психофізичного розвитку, неадекватними життєвими факторами тощо. Тому проблема знайти найкоротший і найбільш ефективний шлях досягнення результатів у поліпшенні здоров'я, фізичної підготовленості, розвитку та



удосконаленню рухової функції, в спортизованому навчанні техніки фізичних вправ впродовж навчання у ЗВО є актуальною.

### **Виклад основного матеріалу.**

Фахівцями відзначено, що в Україні склалася певна невідповідність між зростанням прагнення осіб з порушеннями слуху здобути вищу освіту, з одного боку, і відсутністю у закладах вищої освіти належних організаційно-педагогічних умов, які сприяють поліпшенню здоров'я і якості навчання та низьким рівнем освітньої підготовки потенційних абітурієнтів, з іншого. Водночас проблему покращення здоров'я нечууючої молоді в ЗВО неможливо розглядати поза контекстом фізичного виховання, яке є, по суті, технологією забезпечення здоров'я [8,12,14]. Ефективне фізичне виховання молоді з порушеннями слуху в сучасних ЗВО передбачає модернізацію змісту й організацію його технологічного забезпечення для досягнення нової якості [1-3, 6].

В сучасних закладах вищої освіти на заняттях фізичного виховання не сфокусовано уваги викладачів на постійному тренуванні рухової пам'яті студентів з порушеннями слуху при навчанні нових фізичних вправ, системи фізичних вправ, спеціальних вправ окремих видів спорту. Це призводить до помилок при виконанні вправ, зниження інтересу до занять фізичного виховання, бажання уникнути заняття та, як правило, шкодить вдосконаленню фізичної підготовленості студентів з порушеннями слуху в цілому. В організації фізичного виховання студентів з порушеннями слуху необхідно акцентувати увагу на методиці навчання, що забезпечує психофізичну готовність до подальшої професійної діяльності. Науковцями у своїх дослідженнях доведено, що патологічний процес у слуховій системі змінює функцію вестибулярного апарату, а вестибулярні порушення в свою чергу впливають на формування рухової сфери [1-3,9,11,13]. Вестибулярний аналізатор сприймає сигнали щодо положення тіла й голови у просторі, зміни швидкості й напрямку руху, забезпечує єдину функцію сприйняття й орієнтування у просторі, оказує постійний вплив на тонус м'язів. Взаємозв'язок слухового та вестибулярного аналізаторів є в тісній анатомічній єдності їх орієнтації. Патологічний процес в слуховому аналізаторі змінює не тільки функцію вестибулярного аналізатора, але й функцію кінестетичного аналізатора, який також виявляє особливості рухової діяльності людини з порушеннями слуху. В людини з низькою вестибулярною стійкістю при виконанні різного роду прискорень, обертів, нахилів суттєво порушується координація рухів, рівновага, знижується здібність до максимального прояву рухових якостей, просторова орієнтація. Аналіз даних спеціальної літератури вказує на те, що джерелом пристосування людини з обмеженими можливостями здоров'я до оточуючого середовища є збережені функції. Функції порушеного аналізатора компенсуються інтенсивним використанням збережених. Людина з порушеннями слуху активніше, ніж інші, використовує зоровий і руховий аналізатори.

На жаль, ще сьогодні спостерігається певна невідповідність між: значущістю фізичної підготовки студентів з порушеннями слуху і рівнем



теоретико-методологічної розробленості проблеми, пов'язаної зі спортивним навчанням техніки фізичних вправ, спрямованим на активізацію фізичної культури студентів впродовж навчання у ЗВО; між індивідуальними відмінностями рухової сфери студентів з порушеннями слуху і традиційністю проведення занять фізичного виховання; між вимогами, що зростають до розвитку фізичного здоров'я і фізичної підготовленості і їх подальшою професійною діяльністю; між практичною, методичною забезпеченістю, що потребує розробки нових форм, методів та засобів реалізації.

Рухова орієнтація студентів з порушеннями слуху у відборі фізкультурної діяльності залежить від відповідної індивідуальної прихильності до занять фізичними вправами визначеної спрямованості. Підвищення мотивації до занять фізичною культурою у більшості випадків залежить від позитивної динаміки у вдосконаленні індивідуальних рухових якостей студента [2,7-9]. Виникає проблема дослідження щодо обґрунтування та експериментальної перевірки методики навчання техніки фізичних вправ з використанням спортивних технологій на заняттях фізичного виховання студентів з порушеннями слуху, враховуючи їх інтереси та розвиток індивідуальних рухових здібностей.

Впродовж проведення експериментальних досліджень в цьому напрямку нами використано загальновідомі адекватні та інформативні методи, спеціальні тести й методичні прийоми, а також відповідні методи математичної статистики. Вирішення педагогічних завдань щодо методики навчання техніки фізичних вправ з використанням спортивних технологій, підвищення здоров'я та фізичної підготовленості студентів з порушеннями слуху під час занять фізичного виховання та спортом впродовж навчання у ЗВО інклюзивного типу набуває вагомого значення в зв'язку з вимогою суспільства відповідати вимогам обраної професії та не відчувати себе дискомфортом в подальшому житті.

Проведено анкетування студентів з порушеннями слуху першого курсу навчання впродовж 2016-2020 рр., дозволило виявити: самооцінку здоров'я, спосіб життя, мотивацію до систематичних занять фізичними вправами, ставлення до організації навчального процесу з фізичного виховання у ЗВО та його оцінку, спортивного тренування з окремих видів спорту. Результати анкетування показали, що інтерес студентів з порушеннями слуху до фізичного виховання та спортивної діяльності у ЗВО низький і залежить від стану здоров'я, рівня фізкультурної освіченості, фізичної підготовленості, способу життя і поведінки, наявності шкідливих звичок, невиконання доступних обсягів рухової активності. Недостатній обсяг тижневої рухової активності мають 84,1% студентів з порушеннями слуху та майже 78,8% опитуваних ніколи не займаються фізичними вправами за межами ЗВО. Серед видів спорту, яким бажають займатися студенти з порушеннями слуху – 62,7% юнаків надали перевагу спортивній боротьбі.

Враховуючи, що студентська молодь з порушенням слуху має обмежений лексичний запас, спортивне навчання техніки фізичних вправ проводилося за схемою: формування уявлення щодо дефініцій спортивної термінології і закріплення дефініцій спортивної термінології зі спортивною боротьбою після їх використання. За основні методичні прийоми бралися: опис вправи і її



елементів, умови виконання, показ техніки вправ, ілюстрація їх за допомогою різних наочних посібників, виконання вправ у полегшених умовах. Мовна інформація складалася з пояснення, методичних вказівок щодо назви і послідовності фаз виконання рухів, дій ніг, рук, голови, тулуба, рекомендації для самоконтролю і виправлення помилок. У процесі повідомлення використовуються всі форми мови: усна, письмова, дотикова, жести. Такий підхід сприяє засвоєнню спортивної техніки, інтенсифікації навчально-тренувального процесу, корекції рухових помилок, осмислюванню рухової і мовленнєвої інформації, збагаченню спеціальною лексикою і фразеологією, активацією інтелектуальної діяльності молоді з порушенням слуху. Також при порушенні слуху є можливість за допомогою залишкових аналізаторів регулювати і здійснювати складні види рухів зі спортивної боротьби, а саме: переведення в партер ривком за руку, переведення обертанням («вертушка») захватом руки зверху, кидок підворотом (через спину) із захватом руки та шиї, перевертот накатом захватом тулуба, комплексно або вибірково впливати на ті чи інші функції. Покращення фізичної підготовленості молоді з порушенням слуху під впливом спортивизованого навчання техніки фізичних вправ говорить про компенсаторні можливості рухового аналізатора. В якості компенсаторних каналів зворотного зв'язку при виконанні спеціальних фізичних вправ у студентів з порушенням слуху виступають такі сенсорні системи: зорова, шкірна, рухова, дотикова, залишковий слух. Шкірний аналізатор разом з кінестетичним беруть участь у дотиковому відчутті. Вібраційна чутливість виступає в ролі подразника слухового і дотикового аналізаторів. Вібраційна чутливість пов'язана зі слуховим сприйняттям, активно втілюється в компенсаторний процес і є важливим каналом сприйняття інформації про техніку фізичних вправ. Під тиском рухової діяльності цей канал чутливості у динаміці вікового розвитку людини з порушенням слуху вдосконалюється [10,11, 15-16].

Методика навчання техніки фізичних вправ з використанням спортивних технологій (спортивизоване навчання) передбачало вирішення завдань певними діями, що призводять до конкретного результату, а саме: визначення рівня здоров'я, психофізичного та функціонального станів, фізичної підготовленості та складових структури особистості студентів з порушеннями слуху, визначення груп ефективних фізичних вправ та їх комплексів з урахуванням особливостей впливу на стан здоров'я, фізичну та спеціальну підготовленість студентів з порушеннями слуху; обґрунтування обсягу та інтенсивності навантаження, визначення складу техніко-тактичних дій, поліпшення показників фізичної та спеціальної підготовленості студентів з порушеннями слуху, оперативна інформація про стан здоров'я і фізичну підготовленість, що дозволяє обрати конкретну модель методики навчання техніки фізичних вправ з використанням спортивних технологій студентів з порушеннями слуху.

### **Висновки.**

Спортивизоване навчання техніки фізичних вправ студентів з порушенням слуху дозволяє значно підвищити обсяги рухової активності впродовж навчання у закладах вищої освіти інклюзивного типу, покращити якість



фізкультурно-спортивної діяльності впродовж всього періоду їх навчання; розробити ефективні варіативні програми з використанням спортивних технологій з урахуванням оперативного і поточного станів здоров'я нечуючої молоді, що сприяють зміцненню здоров'я, бажанню змагатися, спілкуватися, вести здоровий спосіб життя.

### Література:

1. Адирхаєв С.Г. Організаційно-педагогічні основи фізичного виховання і спорту студентів з особливими потребами у вищому навчальному закладі: монографія /С.Г. Адирхаєв. – К., Університет «Україна», 2013. – 381 с
2. Адирхаєв С.Г. Адаптивне фізичне виховання в умовах інклюзивного простору закладів освіти /С.Г. Адирхаєв, Л.В. Адирхаєва, М.П. Житовоз //Зб.наук.праць Хмельницького інституту соціальних технологій університету «Україна». – Хмельницький, 2018. -№16. – С. 52-59
3. Байкина Н. Г. Диагностика и коррекция двигательной сферы у лиц с нарушением слуха : Учебное пособие / Н. Г. Байкина. – Запорожье : ЗГУ, 2003. – 232 с.
4. Бернштейн Н.А. О построении движений / Н.А. Бернштейн.- М.:Медгиз, 1947.- 255 с
5. Боднар І. Диференційне фізичне виховання: навчальний посібник / І. Боднар. Львів:ЛДУФК, 2017. – 200 с.
6. Довгань Н.Ю. Виховання фізичної культури студентів ( теоретико методичний аспект) : монографія / Н.Ю. Довгань. – Миколаїв: Іліон, 2017. – 526 с.
7. Кольченко К.О. Інклюзивне університетське середовище як запорука якісної і доступної вищої освіти / К.О. Кольченко, Г.Ф. Нікуліна //Актуальні проблеми навчання та виховання людей з особливими потребами: Збірник наукових праць. – К.: Університет «Україна», 2008. -№ 5(7). – С. 10-14.
8. Литовченко С.В. Особливості групового навчання осіб з порушеннями слуху у вищих навчальних закладах України // Науковий часопис Нац. пед. інституту імені М.П. Драгоманова, серія 19, Корекційна педагогіка та спеціальна психологія. – 2005. – Випуск 4. – С.158-162.
9. Орен Д.Л. Формування здорового способу життя студентів у процесі занять із спортивних єдиноборств у позааудиторній фізкультурно-спортивній роботі: дис...канд.пед.наук: спец. 13.00.02 -теорія і методика навчання (фізична культура, основи здоров'я) /Д.Л. Орен. – К., 2015. – 196 с
10. Павленко Т.В. Методика навчання фізичних вправ студентів ВНЗ у процесі занять оздоровчою гімнастикою: дис. ...канд. пед. наук зі спец. 13.00.02 «Теорія та методика навчання (фізична культура, основи здоров'я)» / Т.В. Павленко. – К., 2014. – 200 с
11. Теоретико-методологічні засади та технології інклюзії у ЗВО. Досвід Університету «Україна»: колективна монографія /Таланчук П.М., Чайковський М.Є. та ін.; за наук. ред. П.М. Таланчука. – К.: Університет «Україна», 2018. – 481 с.
12. Ткаченко П.П. Модернізація системи фізичного виховання студентів на



основі особистісно орієнтованого вибору рухової активності / П.П. Ткаченко //Вісник Чернігівського національного педагогічного університету імені Т.Г. Шевченка . Серія: Педагогічні науки. Фізичне виховання і спорт. – Вип.139.- Т.1.- Чернігів: ЧНПУ, 2016. – С. 183-186

13. Шевцов А.Г. Освітні основи реабілітології: [монографія] /А.Г. Шевцов.– К.: «МП Леся», 2009. – 484 с.

14. Чайковський М.Є. Особливості впровадження інклюзії у вищому навчальному закладі:[навч. посібн.]/М.Є. Чайковський.- К.:Університет «Україна», 2015. -152 с.

15. Яготін Р.С. Індивідуалізація педагогічного контролю адаптованості студентів до фізичних навантажень: автореф...дис. канд.пед.н. спец.: 13.00.02 / Р.С. Яготін. – Чернігів, НУ «Чернігівський колегіум» імені Т.Г. Шевченка, 2019. – 20 с

16. Grihan G., Romanchuk S., Romanchuk V., Boyarchuk O., Gusak O. Physical Preparation of Students in Ukraine // American Journal of Scientific and Educational Research, № 1. (4) January-June, 2014. Volume II. "Columbia Press". New York, 2014. P. 286-291

### **References:**

1.Adyrkhaev, SG, Organizational and pedagogical foundations of physical education and sports students with special needs in higher education: a monograph / S.G. Adirkhaev. - Kyiv, University "Ukraine", 2013. - 381 p

2. Adyrkhaev, SG, Adaptive physical education in an inclusive environment space of educational institutions / SG Adirkhaev, LV Adirkhaeva, MP Zhytovoz // Collection of scientific works of Khmelnytsky Institute of Social Technologies of the University "Ukraine". - Khmelnytsky, 2018. -№16. - P. 52-59

3. Baikina, NG, Diagnosis and correction of the motor sphere in persons with disorders hearing: Textbook / NG Baikina. - Запорозьке: ЗГУ, 2003. - 232 с.

4. Bernstein, NA, On the construction of movements / NA, Bernstein.- М .: Medgiz, 1947.- 255 p

5. Bodnar, I. Differential physical education: a textbook / I. Bodnar. Lviv: LDUFK, 2017. - 200 p.

6. Dovgan, NY, Education of physical culture of students (theoretically methodical aspect): monograph / NY, Dovgan. - Mykolaiv: Ilion, 2017. - 526 p.

7. Kolchenko, KO, Inclusive university environment as a guarantee quality and affordable higher education / KO, Kolchenko, ГФ, Nikulina // Actual problems of education and upbringing of people with special needs: Collection of scientific works. - Kyiv: University "Ukraine", 2008. -№ 5 (7). - P. 10-14.

8. Litovchenko, SV, Features of group training of people with disabilities hearing in higher educational institutions of Ukraine // Scientific journal Nat. ped. Institute named after MP Drahomanova, series 19, Correctional pedagogy and special psychology. - 2005. - Issue 4. - P.158-162.

9. Oren, DL, Formation of a healthy lifestyle of students in the process martial arts classes in extracurricular physical culture and sports work: dissertation for the degree of Candidate of Pedagogical Sciences: spec. 13.00.02 -theory and methods of teaching (physical culture, basics of health) / DL, Oren. - К., 2015. - 196 p

10.Pavlenko, TV Methods of teaching physical exercises to university students in in the process of health gymnastics: dis. ... Cand. ped. Sciences in special. 13.00.02 "Theory and methods of teaching" (physical culture, basics of health ") / T.V. Pavlenko. - К., 2014. - 200 p



11. Theoretical and methodological principles and technologies of inclusion in free economic zones. University experience "Ukraine": a collective monograph / Talanchuk, PM, Tchaikovsky, ME etc.; for science. ed. PM, Talanchuk. - Kyiv: University "Ukraine", 2018. - 481 p.
12. Tkachenko, PP, Modernization of the system of physical education of students at on the basis of personality-oriented choice of motor activity / PP, Tkachenko // Bulletin of Chernihiv National Pedagogical University named after TG, Shevchenko. Series: Pedagogical sciences. Physical education and sports. - Issue 139.- Vol.1.- Chernihiv: ChNPU, 2016. - P. 183-186
13. Shevtsov, AG, Educational basics of rehabilitation: [monograph] / AG, Shevtsov. - K .: «МПІ Леся», 2009. - 484 с.
14. Tchaikovsky, ME, Features of the introduction of inclusion in higher education institution: [teaching. manual] / ME, Tchaikovsky. - K .: University "Ukraine", 2015. -152 p.
15. Yagotin, RS Individualization of pedagogical control of students' adaptation to physical activity: author's ref. Candidate of Pedagogical Sciences spec .: 13.00.02 / RS, Yagotin. - Chernihiv, Chernihiv Collegium National University named after T.G. Shevchenko, 019. - 20 p
16. Griban, G, Romanchuk, S, Romanchuk, V, Boyarchuk, O, Gusak, O, Physical Preparation of Students in Ukraine // American Journal of Scientific and Educational Research, № 1. (4) January-June, 2014. Volume II. "Columbia Press". New York, 2014. P. 286-291

**Abstract.** *The article substantiates the effectiveness of the use of sports technologies in the methods of teaching the technique of physical exercises to students with hearing impairments in higher education institutions of inclusive type. Emphasis is placed on the fact that with hearing impairment it is possible with the help of residual analyzers to regulate and perform complex types of movements, comprehensively or selectively affect certain functions of the body. Physical activity of students with hearing impairments in the selection of physical culture and sports activities depends on the appropriate individual commitment to physical exercises of a certain orientation and certain sports.*

*Increasing motivation for physical education depends on the positive dynamics in improving the individual motor skills of the student, which is observed under the influence of effective methods of teaching exercise techniques using sports technology.*

**Key words:** *inclusive education, students with hearing impairments, teaching methods, sports technologies, exercise technique*

Стаття відправлена: 17.05.2021.

© Житовоз М.П.