

УДК 7.091.3:796.071.2+796.325

Черненко А. Є.

старш. викл. каф. ФКОНВС, НУ «Запорізька політехніка»

РЕОРГАНІЗАЦІЯ ЗАНЯТЬ В ЗВО ІЗ ВИКОРИСТАННЯМ ФОРМАТУ АДАПТИВНОЇ ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ

Ми розглядаємо фізичну культуру як сферу соціальної діяльності та освітнього процесу, направлену на підтримку здоров'я та розвиток фізичних здібностей. Метою викладача є реформатування заняття з фокусом на отримання студентами психофізичного розвантаження та великого спектру емоційних вражень, що стане усвідомленим мотивом до занять адаптивною фізичною культурою.

Багаторічна практика роботи українських та зарубіжних фахівців з особами з інвалідністю різних нозологій свідчить, що дієвим методом відновлення даного контингенту є реабілітація засобами фізичної культури. Завдання, що можуть бути вирішені в адаптивній фізичній культурі під час занять, можуть мати загальний характер, але й при цьому повинні бути індивідуалізовані в залежності від потреб кожного студента. Ми можемо варіювати пріоритети зумовлено до предписаних видів АФК та можливостей матеріально-технічного забезпечення процесу.

За рекомендаціями, процес адаптивного фізичного виховання можна розділити на 2 напрями діяльності:

- традиційний: освітньо-виховний напрям, направлений на вирішення оздоровчо-розвиваючих завдань;

- корекційно-компенсаторний: той, що вирішує корекційні, компенсаторні та профілактичні завдання. В цьому напрямі фокус робиться на індивідуалізовані особливості, зосереджуючись на завданнях, що корегують порушення опорно-рухового апарату, враховуючи особливості сенсорних систем (зору, слуху), мовлення, інтелекту, емоційно-вольової сфери, соматичних функціональних систем та інших.

Звичайно заняття в рамках загального освітнього процесу з фіксованою кількістю годин призначених на них та присутність на заняттях студентів з різними нозодогіями, не можуть вирішити усі питання, але вони однозначно повинні вирішувати основні корекційні завдання адаптивного фізичного виховання, а саме розвитку і вдосконалення сприйняття всіма сенсорними системами, формування вестибулярних реакцій, статодинамічної стійкості

(рівноваги) і орієнтування в просторі, розвитку сили ослаблених м'язів – подолання слабкості (гіпотрофії, атрофії) окремих груп м'язів, розвитку здатності довільної напруги і розслаблення м'язів, подолання зайвих рухів, розвиток координації, корекції патологічних установок.

Але основна ідея адаптивної фізичної культури під час занять в ВНЗ повинна заключатися в тому, що студентів забезпечується психологічний комфорт під час проведення заняття з можливістю фасулівувати зацікавленість студентів за рахунок повної свободи засобів, методів та форм занять з адаптацією педагогічного складу до окреслених комфортних умов для студента. Адаптивна фізична культура в ВНЗ повинна стати системою з можливістю двостороннього впливу на неї для організації комафортного, але коректно організованого процесу корекції стану фізичного та емоціно-психологічного здоров'я та благополуччя студента.

Висновки. Можемо зробити висновок, що в Україні на сьогодні сформовані основні контури освітнього, наукового та інформаційного простору адаптивної фізичної культури. Багато ВНЗ, коледжів та технікумів ідуть на шляху адаптації освітньої програми до умов та вимог оптимізації процесу адаптивного фізичного виховання. Часто адаптивну фізичну культуру трактують як частину лікувальної фізичної культури або зводять її тільки до адаптивного фізичного виховання в спеціальних корекційних установах, наша задача адаптувати цей вид фізичної культури для можливості впровадження його в умовах загального освітнього процесу в ВНЗ.

СПИСОК ВИКОРИСТАНОЇ ЛІТЕРАТУРИ

1. Маріонда І. І., Мордвінцев Г. О. Роль адаптивного фізичного виховання в системі педагогічної освіти. Науковий часопис НПУ імені М. П. Драгоманова. Серія 5. Педагогічні науки: реалії та перспективи. 2022. № 90. С. 90–93.

2. Борецька Н.О. Адаптивне фізичне виховання : навчально-методичний посібник. Миколаїв, МНУ ім. В.О.Сухомлинського, 2019. 216 с.

3. Деделюк Н.А. Теорія і методика адаптивної фізичної культури : навч.-метод. посібник для студентів. Луцьк : Вежа-Друк.2014. 68 с.