

**Міністерство освіти і науки України
Державний заклад
„Луганський національний університет
імені Тараса Шевченка”**

О. І. Соколенко

**САМОСТІЙНА РОБОТА МАГІСТРАНТІВ
СПЕЦІАЛЬНОСТІ „ФІЗИЧНЕ ВИХОВАННЯ”
З ДИСЦИПЛІНИ
«АДАПТИВНА ФІЗИЧНА КУЛЬТУРА»**

Методичні рекомендації

**Луганськ
ДЗ „ЛНУ імені Тараса Шевченка”
2010**

УДК 796(076.6)

ББК 75.1р3

С59

Рецензенти:

- Ротерс Т. Т.* – доктор педагогічних наук, професор, завідувач кафедри теорії і методики фізичного виховання Луганського національного університету імені Тараса Шевченка.
- Степанова Г. В.* – кандидат медичних наук, доцент кафедри фізичної реабілітації і валеології Луганського національного університету імені Тараса Шевченка”.

Соколенко О. І.

С59

Самостійна робота магістрантів спеціальності „Фізичне виховання” з дисципліни „Адаптивна фізична культура” : метод. рек. / О. І. Соколенко; Держ. закл. „Луган. нац. ун-т імені Тараса Шевченка”. – Луганськ : Вид-во ДЗ „ЛНУ імені Тараса Шевченка”, 2010. – 60 с.

У методичних рекомендаціях подаються теми і вимоги до підготовки доповідей на практичні заняття, підготовки рефератів, до написання рецензій на статті, поради щодо конспектування нормативно-правових документів, вимоги до контролю за самостійною роботою.

Для магістрантів спеціальності „Фізичне виховання” та викладачів вищих навчальних закладів.

УДК 796(076.6)

ББК 75.1р3

*Рекомендовано до друку навчально-методичною радою
Луганського національного університету
імені Тараса Шевченка
(протокол № 4 від 9 грудня 2009 року)*

© Соколенко О. І., 2010

© ДЗ „ЛНУ імені Тараса Шевченка”, 2010

ЗМІСТ

ВСТУП	5
1. ПІДГОТОВКА ДОПОВІДЕЙ ДО ПРАКТИЧНИХ ЗАНЯТЬ	8
Заняття 1 Тема: Основні положення, поняття, терміни й види адаптивної фізичної культури.....	9
Заняття 2 Тема: Особливості розвитку фізичних якостей засобами адаптивної фізичної культури.....	19
Заняття 3 Тема: Навчання руховим діям у адаптивній фізичній культурі.....	29
Вимоги до підготовки доповідей на практичні заняття.....	37
2. ПІДГОТОВКА РЕФЕРАТІВ	37
2.1. Теми рефератів.....	37
2.2. Методичні рекомендації з підготовки і написання рефератів.....	38
3. КОНСПЕКТУВАННЯ НОРМАТИВНО-ПРАВОВИХ ДОКУМЕНТІВ, ЩО СТОСУЮТЬСЯ ЛЮДЕЙ З ОБМЕЖЕНИМИ МОЖЛИВОСТЯМИ	44
3.1. Закон України „Про реабілітацію інвалідів в Україні”.....	44
3.2. Закон України „Про фізичну культуру і спорт”.....	46

3.3. Закон України „Про Національну доктрину розвитку фізичної культури і спорту”	48
3.4. Інструктивно-методичний лист № 1/9-515 від 04 серпня 2009 року „Організаційно-методичні засади здійснення комплексної реабілітації учнів (вихованців) у спеціальних загальноосвітніх навчальних закладах”	51
4. ТЕМИ ТА ВИМОГИ ДО НАПИСАННЯ РЕЦЕНЗІЙ НА СТАТТІ	55
5. ВИМОГИ ДО КОНТРОЛЮ ЗА САМОСТІЙНОЮ РОБОТОЮ	56
ВИСНОВКИ	57
СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ЛІТЕРАТУРНИХ ДЖЕРЕЛ	58

ВСТУП

В Україні багато уваги приділяється перебудові національної системи освіти у вищих навчальних закладах відповідно до Європейських стандартів. У світлі Болонського процесу організація навчального процесу будується за вимогами кредитно-модульної системи організації навчання.

У зв'язку з цим навчання в магістратурі передбачає збільшення обсягу годин на самостійне опрацювання конкретного теоретичного матеріалу з дисциплін, що викладаються згідно з навчальним планом підготовки магістрів за напрямом підготовки 0102 „Фізичне виховання і спорт” та спеціальності 8.010201 „Фізичне виховання”. Виходячи з цього магістранти мають можливість придбати необхідні уміння та навички із самоорганізації щодо своєї професійної і наукової діяльності.

Під час навчання в магістратурі фахівець з фізичного виховання повинен оволодіти знаннями видів і організації адаптивної фізичної культури (АФК); особливостей розвитку фізичних якостей навчання руховим діям в АФК і спорті; взаємодії державних і суспільних організацій в Україні й за кордоном, що займаються проблемами інвалідів.

Магістранти повинні отримати вміння та навички роботи з людьми, які мають відхилення у стані здоров'я. Для проведення фізкультурних занять з такими людьми магістранту потрібні додаткові знання про: характер і особливості основних захворювань; вправи, що використовуються при різних захворюваннях, їх дозування, норми навантаження та ін. Тому, перш за все, магістрантам необхідно ознайомитися з основними принципами, методами, формами навчання та особливостями занять фізичними вправами з людьми, які

мають вади у стані здоров'я. Магістрантам необхідно усвідомити, що сьогодні люди, які мають відхилення у стані здоров'я, потребують соціалізації та гуманного ставлення до них.

Відповідно до навчального плану підготовки магістрів за напрямом підготовки 0102 „Фізичне виховання і спорт” та спеціальності 8.010201 „Фізичне виховання” на лекційні заняття з цієї дисципліни відводиться 14 годин, на практичні – 10 годин, на самостійну роботу – 84 години. Усього 2,0 кредити – 108 годин. Формою контролю є залік (2 год.).

Пропонуються такі теми практичних занять (з кількістю аудиторних годин / та годин на самостійну роботу), на які магістранти готують самостійно доповіді:

1. Основні положення, поняття, терміни й види адаптивної фізичної культури (6 год./4 год.).
2. Особливості розвитку фізичних якостей засобами адаптивної фізичної культури (2 год./4 год.).
3. Навчання руховим діям у адаптивній фізичній культурі (2 год./6 год.).

Самостійна робота:

1. Історія і становлення системи спеціальної освіти в Росії й Україні (6 год.).
2. Розвиток адаптивного спорту (4 год.).
3. Нормативно-правові документи з фізичного виховання студентів вищих навчальних закладів (13 год.).
4. Адаптивний спорт у Європі, США й Канаді (20 год.).
5. Розвиток і становлення параолімпійського спорту в Україні (10 год.).
6. Робота Українського й регіональних центрів „Інваспорт” (15 год.).

Методичні рекомендації до самостійної роботи магістрантів з дисципліни „Адаптивна фізична культура” розроблено відповідно до „Положення про організацію фізичного виховання і масового спорту у вищих навчальних закладах” (затверджено наказом Міністерства освіти і науки України від 23.01.06 № 4); Положення про організацію навчального процесу в ЛНУ імені Тараса Шевченка, Положення про магістратуру в ЛНУ імені Тараса Шевченка від 28.07.2009 р. п.2.5.; Положення про самостійну роботу в ЛНУ імені Тараса Шевченка; ухвали навчально-методичної ради ЛНУ імені Тараса Шевченка „Про науково-методичне забезпечення самостійної роботи студентів” від 3 грудня 2008 року.

1. ПІДГОТОВКА ДОПОВІДЕЙ ДО ПРАКТИЧНИХ ЗАНЯТЬ

Доповідь — одна з найпоширеніших форм публічних виступів. Вона порушує нові проблеми, що ще потребують вирішення, має характер гострої злободенності. Доповідь є дуже важливим елементом системи зв'язків із громадськістю (приміром, повідомлення своєї точки зору на проблему, наукової та громадянської позиції тощо). Розрізняються політичні, звітні, ділові та наукові доповіді.

Підготовка до вступу та виступ з доповіддю:

Попередня інформація для доповідача

Доповідач повинен знати заздалегідь:

- 1) тему засідання, конференції, круглого столу, зустрічі тощо;
- 2) склад аудиторії;
- 3) хто ще виступатиме на зборах;
- 4) де й коли відбудеться засідання, конференція, круглий стіл, зустріч тощо.

Доповідь

Проголошення доповіді вимагає серйозної підготовки. Перший крок у підготовці – накреслити мету та завдання виступу, визначити коло питань, які він має охопити. Насамперед, заздалегідь слід сформулювати предмет та тему останнього (можливо, все це вже було визначено організаторами зборів). Другий крок – добір допоміжної інформації. Остання ж може бути отримана з двох джерел:

- 1) теоретичні джерела – можуть бути статті в періодичних виданнях, книги та окремі публікації, що стосуються теми, енциклопедичні, термінологічні та галузеві словники;

2) усні розмови з обізнаними з проблемою людьми.

Питання, що висвітлюються, мають ґрунтуватися на найновіших дослідженнях та наукових публікаціях. Добираючи інформацію, необхідно пам'ятати, що повідомлення буде теоретично обґрунтованим та актуальним лише за умови наявності промовистих прикладів.

Завершивши підготовку, слід систематизувати інформацію за категоріями, надати їй чіткості, визначити та сформулювати власне бачення проблеми. Доповідь слід будувати дотримуючись таких вимог: теоретична обґрунтованість, опора на фактичний матеріал, наведення переконливих прикладів, власне бачення проблеми.

Написання плану доповіді, що містить:

1. Вступ.
2. Основний текст (серцевина доповіді).
3. Висновки.

Пропонується три заняття за теоретичним матеріалом: Т. Круцевич, С. Євсєєва, О. Царика, Т. Бегідової, Л. Шапкової та ін.

Заняття 1.

Тема: Основні положення, поняття, терміни й види адаптивної фізичної культури

Питання, що розглядаються

1. Мета, завдання та основні поняття й терміни адаптивної фізичної культури (АФК).
2. Принципи адаптивної фізичної культури.
3. Функції адаптивної фізичної культури.
4. Засоби, методи й організаційні форми адаптивної фізичної культури.

Під час підготовки доповіді на заняття слід звернути увагу на те, що мета адаптивної фізичної

культури – максимально можливий розвиток життєздатності людини, яка має відхилення в стані здоров'я. Акцент треба зробити не тільки на фізичне вдосконалення тих, хто займається, але й на їх усебічний розвиток (інтелектуальний, емоційно-вольовий, естетичний, фізичний).

В узагальненому вигляді завдання в адаптивній фізичній культурі можна розділити на дві групи.

Першу групу складають корегувальні, компенсаторні й профілактичні завдання. Вони тісно пов'язані з особливостями людей з відхиленнями в стані здоров'я (або інвалідів).

Друга група – завдання освітні, виховні й оздоровчо-розвивальні – найбільш традиційні для фізичної культури. Всі перераховані завдання розв'язуються комплексно: навчання знанням, умінням, навичкам (освітні завдання); виховання властивостей особистості (виховні завдання); розвиток фізичних якостей і здібностей, удосконалення постави та ін. (оздоровчо-розвивальні завдання).

Основними термінами й поняттями адаптивної фізичної культури є:

Адаптація – пристосування організму або окремих його систем до навколишніх умов.

Інвалід – людина, яка має порушення здоров'я із стійким розладом функцій організму, що приводить до обмеження життєдіяльності й потребує соціального захисту.

Адаптивна фізична культура – вид фізичної культури людини з відхиленнями в стані здоров'я (інваліда) і суспільства.

Абілітація – комплекс заходів, спрямованих на адаптацію до дефекту, яким був з народження, на

зміцнення здоров'я, розвиток здібностей інваліда з метою його соціальної інтеграції.

Термін **реабілітація**» походить від латинського „ability” – здатність, „rehabilitation” – відновлення здатності, це – комплекс медичних, педагогічних і соціальних заходів, направлених на відновлення (компенсацію) порушених функцій організму, а також соціальних функцій і працездатності хворих й інвалідів.

Соціальна інтеграція – це двобічний процес взаємного зближення соціальних суб'єктів: інвалідів, які прагнуть до включення в суспільство, і людей, які повинні створити сприятливі умови для такого включення.

Педагогічна інтеграція – навчання дітей і дорослих з різними дефектами в установах загальної системи освіти.

Порушення інтелекту (розумова відсталість) – стан неповного розвитку психіки, що, в першу чергу, характеризується порушенням когнітивних, мовних, моторних і соціальних здібностей.

Порушення зору – термін, що стосується людей, які не бачать зовсім, і бачать, але дуже погано. Людей, які не бачать зовсім, поділяють на тотально сліпих і з залишком зору (від 0 до 0,04 діоптрій). У тих хто бачить дуже погано – зір має гостроту від 0,2 до 0,6 діоптрій.

Стійкі порушення слуху – поразка звукосприймаючого (внутрішнього вуха, слухового нерву) або звукопровідного (середнього вуха) апарату.

Дитячий церебральний параліч (ДЦП) – обмежене ураження мозку, що виникає в період розвитку дитини в організмі матері, під час пологів або в період народження й супроводжується руховими, мовними і психічними порушеннями.

Ознаки **ураження спинного мозку** – втрата довільних рухів і чутливості нижче за рівень ураження, а також розлад функції органів тазу.

Реабілітація інвалідів – це специфічна діяльність у галузі соціальної політики, що припускає підвищення рівня дієздатності осіб з відхиленнями в стані здоров'я й інвалідів у сферах праці, побуту, культури на основі комплексного застосування медичних, інженерних, психологічних і педагогічних технологій.

Розглядаючи принципи АФК, треба звернути увагу на те, що, принципи – це складова частина методології, базові теоретичні положення, що відображають сутність і закономірності навчання, виховання, всебічного розвитку особистості, відношення суспільства до цього процесу. Вони пов'язані з загальними принципами АФК і слугують орієнтиром для практики, професійного вибудовування технологій відповідно до мети АФК.

На сучасному рівні існують три види принципів адаптивної фізичної культури: соціальні, загально-методичні й спеціально-методичні.

Соціальні принципи відображають педагогічні детермінанти, а також наявні суперечності культурного й духовного розвитку особистості й суспільства, у тому числі інвалідів.

Соціальні принципи

Принцип гуманістичної спрямованості.

Адаптивна фізична культура, використовуючи природну потребу людини в русі, грі, емоціях, спілкуванні, володіє високим потенціалом дії на сфері життєдіяльності, створюючи умови реалізації гуманізму з відношення до інвалідів і осіб з обмеженими можливостями.

Принцип безперервності фізкультурної освіти. У структурі адаптивної фізичної культури безперервна фізкультурна освіта означає збереження потреби в руховій

активності впродовж життя: у сім'ї, в освітніх установах, у спортивних секціях, реабілітаційно-оздоровчих центрах, виробничих колективах і под., що є заставою безперервної фізкультурної освіти.

Принцип соціалізації. У застосуванні до осіб з обмеженими можливостями, соціалізація – це процес освоєння соціально-культурного досвіду, підготовка до самостійного життя в суспільстві, активна участь у корисній діяльності.

Принцип соціалізації знаходиться у взаємозв'язку з принципом безперервності фізкультурної освіти і має загальне аргументування: соціалізація починається з народження і продовжується все життя.

Принцип інтеграції. Мета інтегрованого навчання – підготувати людей з обмеженими можливостями до цього зближення, а здорових – прийняти їх.

Розрізняють соціальну і педагогічну інтеграції.

Соціальна – припускає активне включення інвалідів і осіб з обмеженими можливостями в життя суспільства.

Педагогічна – припускає навчання дітей і дорослих з вадами в установах системи освіти разом із здоровими.

Принцип пріоритетної ролі мікросоціуму. Батьки часто недостатньо інформовані про позитивний вплив фізичних вправ на здоров'я дитини, корекцію рухових і психічних порушень. Необхідні просвітницька робота, створення коректувально-оздоровчих програм і методичних рекомендацій, навчання батьків, консультативна допомога сім'ям з проблемними дітьми.

Загально-методичні принципи

Принцип науковості припускає: знання проблем, теорії, концепцій, основних законів, стратегічних ідей і тенденцій, методології АФК. До них належать: знання біологічних і психологічних закономірностей

функціонування організму з патологічними порушеннями, а також практики й досвіду педагогів-новаторів, які працюють з даною категорією людей; уміння застосовувати знання з практики, забезпечуючи обґрунтований вибір змісту, форм і методів, спираючись на закони і принципи навчання, виховання й розвитку, добиватися ефективності педагогічного процесу.

Принцип свідомості й активності. Коли народжується дитина з порушеннями в розвитку або вони з'являються впродовж життя, реалізація цього принципу починається з усвідомлення необхідності використовувати засоби АФК батьками, які найбільш зацікавлені в здоров'ї своїх дітей. Оскільки в дитячому і дошкільному віці дитина повністю залежить від батьків, то на них лежить відповідальність за використання фізичних вправ дитиною, яка має вади. Люди, які отримали інвалідність в період життя, мають можливість свідомо використовувати засоби АФК.

Принцип наочності передбачає комплексне використання всіх органів чуття при сприйнятті фізичних вправ і активізацію функцій, що підлягають збереженню в процесі їх виконання.

Принцип доступності припускає дотримання посиленої міри труднощів, щоб уникнути фізичних, моральних, емоційних перевантажень.

Доступність залежить від труднощів у процесі виконання завдань: координаційної складності, тривалості й інтенсивності фізичних вправ, вживаних методів, труднощів спілкування, умов зовнішнього середовища, пристосованості спортивних споруд, інвентарю, устаткування, екіпіровки. Все повинно застосовуватися з урахуванням рухових можливостей тих, хто займається.

Принцип систематичності і послідовності направлений на поступове і систематичне формування

мотиваційних переконань у необхідності фізичних вправ для здоров'я, упевненості в своїх силах, самоствердження. Вимоги систематичності і послідовності зберігаються на кожному занятті, дозволяють контролювати педагогічний процес і управляти ним.

Принцип міцності означає надійне освоєння знань, закріплення рухових умінь і збереження придбаного рухового досвіду на довгі роки.

Спеціально-методичні принципи.

Принцип діагностування для будь-якого виду адаптивної фізичної культури означає облік основного дефекту, часу поразки, медичного прогнозу, свідчень і протипоказань до занять фізичними вправами, а також облік супутніх захворювань і вторинних відхилень.

Принцип диференціації й індивідуалізації. Диференційований та індивідуальний підхід – це облік особливостей, властивих людині. Особливості стосуються статі, віку, статури, рухового досвіду, властивостей характеру, темпераменту, вольових якостей, стану функцій збереження – рухових, сенсорних, психічних, інтелектуальних.

Принцип коректувально-розвиваючої спрямованості педагогічного процесу. Сутність принципу полягає в тому, що педагогічні дії повинні бути направлені не тільки на подолання, ослаблення фізичних і психічних недоліків людей аномального розвитку, але й на вдосконалення їх пізнавальної діяльності, психічних процесів, фізичних здібностей і етичних якостей.

Принцип компенсаторної спрямованості педагогічних дій полягає у відшкодуванні функцій, що нерозвинені, порушені або втрачені за рахунок перебудови або використання підлягаючих зберіганню функцій і формування обхідних шляхів за допомогою спеціально підібраних фізичних вправ.

Принцип обліку вікових особливостей. Необхідно враховувати: однаковий генетичний хід розвитку; максимальне використання сенситивних періодів розвитку; облік зони найближчого розвитку (за Л. Виготським).

Процес адаптивного фізичного виховання, направлений на всебічний розвиток особистості, повинен спиратися на ці принципи.

Розглядаючи функції АФК, треба звернути увагу, що за Л. Матвєєвим, функції фізичної культури – це об'єктивні властивості впливу на людину і людські відносини, задоволення й розвитку певних потреб особистості й суспільства. Функції, що реалізуються в процесі фізкультурної діяльності, розкривають зміст фізичної культури й відображають її структуру.

В АФК виділяються групи функцій: педагогічні, що реалізуються в процесі занять фізичними вправами, і соціальні – як результат спільної діяльності з іншими соціальними інститутами (установами соціального розвитку, спеціальної освіти, медико-психолого-педагогічної допомоги, батьками й ін.).

Педагогічні функції. Адаптивна фізична культура є провідною для всіх її видів. Підставою для корекції слугують відхилення в стані здоров'я.

Для інвалідів із метою боротьби з негативними наслідками гіподинамії **профілактична функція** полягає в доцільності рухової активності, а також гігієнічних і природних чинників гартування організму й упровадження їх у повсякденне життя.

Освітня функція є частиною освітньої діяльності людини, пов'язаної із задоволенням потреби в знаннях, уміннях і навичках у галузі фізичної культури. Це безперервний процес фізичної освіти особистості протягом усього життя – в сім'ї, в навчальних закладах, лікувальних установах, у процесі самоосвіти. Ця функція присутня у

всіх видах АФК, але особливо яскраво вона виражена в адаптивному фізичному вихованні й адаптивному спорті.

У дітей із порушеннями розвитку несформованість і відставання рухової сфери, недосконалість рухів знаходяться залежно від тяжкості основної вади. Порушення фізичного розвитку й фізичної підготовленості є закономірними для всіх нозологічних груп, тому **розвиваюча функція** АФК полягає в цілеспрямованій дії на розвиток фізичних якостей. Їх розвиток відбувається за рахунок перебудови й удосконалення регуляції фізіологічних функцій, мобілізації резервних ресурсів, адаптації всіх систем і функцій організму до пропонованих навантажень і прояву при цьому вольових зусиль.

Розвиваюча функція реалізується у всіх видах АФК.

До виховних функцій АФК відносяться лише ті, що є прямим результатом педагогічної діяльності на заняттях фізичними вправами.

Мета виховання – всебічний і гармонійний розвиток особистості, розкриття її потенційних можливостей при звужених сенсорних, моторних, інтелектуальних функціях. Вихідна позиція виховання з відношення до даної категорії людей – сприймати їх особистостями, які здатні формувати себе, усвідомлювати свою поведінку, засвоювати знання й будувати життя в суспільстві.

Ціннісно-орієнтаційна функція в АФК пов'язана з освоєнням, удосконаленням, підтримкою, відновленням, самореалізацією фізичних і духовних сил людини. У цій єдності реалізуються культурно-духовні потреби, формуються уміння й навички, здібності, комунікативні відносини, самовизначення в суспільстві. Залучення до цінностей адаптивної фізичної культури є запорукою здоров'я, життєздатності, формування здорового способу життя.

Лікувально-відновна функція є головною у фізичній реабілітації. Лікувальне застосування фізичних вправ ґрунтується на педагогічних, психологічних і фізіологічних закономірностях формування рухів і управління ними. Кінцева мета – відновлення людини як особистості й прискорення відновних процесів після травм, захворювань, запобігання або зменшення інвалідизації.

Актуальність **професійно-підготовчої функції** в тому, що після закінчення навчального закладу перед інвалідами постає проблема зайнятості, конкурентоспроможності на ринку праці, задоволення потреби в діяльності, економічній незалежності.

Творча функція полягає в розкритті багатогранних здібностей людей з обмеженими можливостями у різних видах фізкультурної діяльності.

Рекреативно-оздоровча функція реалізується як задоволення потреби в активному відпочинку, змістовній розвазі, як засіб відновлення фізичних і духовних сил. Найбільш типовими формами фізичної рекреації є заняття в побуті й сім'ї, навчальній і трудовій діяльності, у сфері дозвілля й відпочинку.

Функція гедонізму (від грец. hedone – насолода, задоволення) – затверджуюча насолода вищим мотивом і метою людської поведінки. Завдання фахівця АФК полягає в тому, щоб створити для дітей з обмеженими можливостями атмосферу психологічного комфорту, довіри, доброзичливості, свободи, розкнутості, дати можливість радіти, одержувати задоволення від фізичних вправ.

Спортивна і змагальна функція має три основних різновиди адаптивного спорту: паралімпійський, спеціальний олімпійський і сурдоолімпійський.

Заняття 2.

Тема: **Особливості розвитку фізичних якостей засобами адаптивної фізичної культури**

План:

1. Методи навчання руховим діям.
2. Етапи навчання руховим діям:
 - 2.1. Етап початкового вивчення рухової дії.
 - 2.2. Етап поглибленого вивчення рухових дій.
 - 2.3. Етап удосконалення рухової дії.
3. Методичні принципи навчання руховим діям.

Словесні й наочні методи тісно пов'язані з безпосереднім виконанням фізичних вправ і відображають інформаційну сторону навчання. Методами, направленими на формування рухових дій, традиційно вважаються **методи розчленованого і цілісного навчання**.

Одним з провідних принципів навчання дітей з порушеннями в розвитку є „принцип дроблення”. Дроблення й послідовне освоєння частин цілісної вправи є характерною межею навчання в різних видах адаптивної фізичної культури, що обумовлено наступними обставинами:

– багато фізичних вправ мають достатньо складну координаційну структуру і вимагають від тих, хто займається, орієнтування в просторі, узгодженості рухів, рівноваги, точного відтворення силових, тимчасових, просторових характеристик руху, але саме ці здібності погано розвинені у людей з сенсорними, інтелектуальними, руховими порушеннями;

– вивчення складних за структурою фізичних вправ вимагає багато часу, і це може знизити інтерес до навчальної діяльності тих, хто займається. Через психологічні особливості діти з порушеннями в розвитку

потребують частого переключання уваги для досягнення швидкого успіху;

- навчання окремим видам вправ припускає послідовне вивчення окремих фаз руху з подальшим їх об'єднанням (плавання);

- на етапі реабілітації після травм і захворювань через обмежені можливості рухового апарату цілісний рух неможливий. Наприклад, відновлення локомоторної діяльності після ураження спинного мозку здійснюється за етапами і послідовно: від пози стоячи на колінах з опорою на руки, повзання до вертикальної пози і потім ходьби;

- із реабілітаційною метою використовуються пасивні рухи, наприклад, для створення умов формування нормального положення хребта для дитини з ДЦП використовуються вправи на м'ячі: пасивне згинання рук, ніг, тулубу, голови з фіксацією і похитуванням, що чергується з положеннями лежачи на животі й спині, вправи, що сприяють розслабленню м'язів;

- перевага роздільного виконання окремих частин або фаз руху полягає в тому, що створюються умови для корекції індивідуальних деталей техніки з урахуванням реальних можливостей дитини, уточнення положень окремих ланок тіла, виправлення рухових помилок.

Метод цілісного навчання полягає у вивченні з самого початку фізичної вправи в повному обсязі її структури. У навчанні й при закріпленні вивчених вправ використовують прості вправи, ті, що не поділяються на частини, або вправи за частинами і об'єднують їх в ціле.

Допоміжними методами вдосконалення цілісної рухової дії слугують відповідні вправи, що містять у своїй структурі елементи основної вправи, й імітаційні, що повністю відтворюють структуру основної вправи в інших умовах. Ці спеціальні вправи призначені для вдосконалення ключових фаз руху, закріплення й корекції

динамічних і кінематичних характеристик техніки, а також розвитку фізичних якостей, необхідних для виконання рухової дії.

В АФК дошкільників і молодших школярів імітаційні вправи використовують з наслідуванням рухів і звуків тварин, комах і т. ін., при цьому розвиваються не лише рухові можливості, але й уява, фантазія.

У даний час для інвалідів і осіб з обмеженими можливостями широкого поширення набули тренажерні пристрої, що дозволяють не тільки навчати рухам, але й контролювати дії учнів, що дає можливість розширити процес освоєння цілісних складних координаційних рухових дій.

Навчання руховим умінням є необхідною базовою основою для підвищення рухової активності інвалідів і осіб з обмеженими можливостями. Головне завдання полягає в тому, щоб результати цієї діяльності знайшли застосування в житті, побуті, спорті, стали потребою людини. Для цього процес навчання повинен бути емоційно насиченим, різноманітним, мобілізуючим адаптаційні резерви організму й особистісні якості тих, хто займається.

У практичній діяльності це може бути досягнуто наступними методами і методичними прийомами:

- поєднанням різних фізичних вправ: стандартних, спрощених і ускладнених, вправ-образів з орієнтовною основою дій, вправ подрібненого виконання, а також імітаційних, підвідних, на тренажерах та ін.;
- варіативністю техніки фізичних вправ: початкового положення, темпу, ритму, зусиль, швидкості, напрямку, амплітуди та ін.;

- різноманітністю вербальних і невербальних методів і методичних прийомів, словесних і наочних способів дії, музики, навіювання, медитації, психологічних тренінгів, що активізують всі органи чуття, що концентрує психічні процеси й емоції на навчанні й удосконаленні рухових умінь тих, хто займається;

- варіативністю зовнішніх чинників середовища при виконанні вправ: у будь-який час року, за різних метеорологічних умов, у приміщенні, на відкритому повітрі, в лісі, на воді та. ін., але відповідно до гігієнічних вимог і забезпечення безпеки (страховкою, допомогою, супроводом, використанням надійного устаткування, технічних засобів, інвентарю й екіпіровки й ін.).

Перш ніж приступати до роботи з інвалідами, необхідно вивчити психологічні особливості цього контингенту, дізнатися основи методики навчання, оскільки вона істотно відрізняється від традиційної, що використовується у фізичній культурі й спорті. Відмінності стосуються, перш за все, наповненням першого етапу навчання – етапу формування уявлення й розумування рухової дії, а також методичних прийомів, що для цього використовуються.

До корегувальних завдань адаптивного фізичного виховання належать: вироблення здатності самостійного пересування й навичок самообслуговування у побуті, відновлення здібності до маніпулятивних дій, що включає питання побутового і професійного навчання й перенавчання, необхідності й можливості трудової діяльності й збереження сім'ї за наявності стійкого обмеження здатності самостійного пересування – у випадках набутої інвалідності.

2. Етап початкового вивчення рухової дії

Завданнями етапу початкового вивчення рухової дії, в процесі реалізації якої освоюються нові рухи, є:

а) сформувані в інвалідів загальне уявлення про закономірності рухової дії, якої навчається;

б) навчити частинам техніки рухової дії, якої навчається;

в) сформувані передумови загального ритму рухової дії, якої навчається;

г) усунути причини, що провокують виникнення помилок в техніці рухової дії, якої навчається.

Для вирішення поставлених завдань застосовується комплекс методів навчання:

– метод наочної демонстрації;

– словесний метод;

– практичні методи навчання, що реалізуються в двох основних напрямках, – метод суворо регламентованої вправи, що припускає вивчення нових рухових дій розчленовано-конструктивним способом і цілісним способом;

– метод частково-регламентованої вправи – використання різноманітних форм ігор і змагання з метою вивчення нового виду рухової діяльності інвалідів.

3. Етап поглибленого вивчення рухових дій

Етап поглибленого вивчення інвалідами рухових дій передбачає такі завдання:

а) розширити розуміння інвалідами біомеханічних закономірностей рухових дій, яким навчається;

б) уточнити техніку рухових дій, яким навчається інвалідам, за просторовими, тимчасовими, просторово-часовими і динамічними характеристиками;

в) удосконалити ритм рухової дії, якої навчається;

г) сформувані передумови варіативного виконання рухової дії, якої навчається.

Для вирішення поставлених завдань застосовується викладений вище комплекс методів при переважному значенні практичних методів навчання – розчленовано-конструктивної і цілісної вправи.

4. Етап удосконалення рухової дії

Етап вдосконалення (закріплення навички виконання рухової дії) містить наступні завдання:

а) закріпити навички техніки рухової дії, якої навчається;

б) реалізувати передумови до індивідуалізації техніки рухової дії, якої навчається;

в) розширити діапазон варіативного прояву техніки рухової дії, якої навчається;

г) сформувати передумови у разі потреби перебудови елементів техніки дії, якої навчається.

Для вирішення поставлених завдань застосовується комплекс методів навчання при переважному значенні практичних методів.

Система навчання новим руховим діям інвалідів містить підсистему контролю за якісним рівнем техніки. При цьому враховуються:

1. Ступінь автоматизму рухової дії.
2. Стійкість рухових навичок в умовах емоційних зрушень.
3. Варіативність прояву техніки рухових дій, якої навчається.
4. Стійкість техніки вивчення рухових дій в умовах стомлення із збереженням високого результату.
5. Результат, що досягається в умовах діяльності й змаганні інвалідів.

2. Методичні принципи навчання руховим діям

Розглядаючи друге питання, треба звернути увагу на те, що навчання й виховання в адаптивній фізичній

культури базується на системі методичних і дидактичних принципів.

Принцип свідомості й активності. Ефективність фізичного виховання інвалідів залежить, в першу чергу, від того, наскільки свідомо й активно ставляться вони до занять фізичними вправами.

Виходячи з принципу свідомості й активності, фахівець повинен керуватися наступними правилами:

а) пояснювати мету кожної нової вправи і значення способів його виконання;

б) відзначати й оцінювати успіхи тих, хто займається;

в) привертати тих, хто займається до звіту про свої дії й учити знаходити причини припущених помилок;

г) практикувати завдання для самостійного вирішення.

Принцип індивідуалізації. Заняття фізичними вправами фахівцю необхідно здійснювати в суворій відповідності з індивідуальними особливостями інвалідів: віком, статтю, станом здоров'я, фізичним розвитком і підготовленістю, типом вищої нервової діяльності, досвідом систематичних занять фізичними вправами. Комплекси фізичних вправ, рекомендовані інвалідам, повинні бути доступними й відповідати їх фізичній і руховій підготовленості.

Принцип доступності тісно пов'язаний з **принципом послідовності** вивчення тих або інших вправ. При визначенні послідовності слід керуватися закономірностями перенесення рухових навичок і так званих природжених автоматизмів, що збереглися в інвалідів, що значно підвищує ефективність оволодіння новими фізичними вправами.

У навчанні інвалідів фізичним вправам цей принцип знаходить віддзеркалення в широкому застосуванні

підвідних й імітаційних вправ. Слід мати на увазі, що закріплення навичок у інвалідів ефективніше виявляється на початкових етапах навчання, коли рухи виконуються в досить примітивних варіантах і під посиленням контролем свідомості.

Принцип доступності вимагає дотримання наступних правил:

- а) знати вікові особливості тих, хто займається;
- б) вивчати і враховувати індивідуальні особливості тих, хто займається;
- в) дотримуватись правил навчання (від відомого до невідомого, від легкої до важкої).

Принцип наочності має велике значення при вивченні вправ. Наочність в процесі навчання забезпечується, в першу чергу, демонстрацією окремих вправ або техніки окремих елементів в можливо більш довершеному виконанні.

Специфічним змістом принципу наочності при навчанні фізичним вправам є створення точних і повних уявлень, тим, хто займається, сприйняття і відчуттів про рухи, яким навчається.

Щоб забезпечити наочність у навчанні, слід керуватися наступними правилами:

- а) визначити, яке педагогічне завдання повинно бути вирішене засобами наочності;
- б) організувати сприйняття руху за допомогою різних органів чуття;
- в) застосовуючи засоби наочності, враховувати попередній руховий досвід і знання тих, хто займається фізичними вправами;
- г) наперед продумати, як забезпечити засобами наочності активне й свідоме сприйняття нового навчального матеріалу;

д) використовувати безпосередню й опосередковану демонстрацію як засіб виправлення рухових помилок у тих, хто займається.

Принцип систематичності. Формування рухових навичок у інвалідів відбувається відповідно до закономірностей умовно-рефлекторної діяльності. Систематичні заняття пред'являють підвищені вимоги до організму інвалідів і, в першу чергу, до серцево-судинної, дихальної і нервово-м'язової систем. Це сприяє нормалізації фізичного розвитку, зміцненню їх здоров'я і підвищенню функціональних можливостей.

Щоб забезпечити систематичність у заняттях фізичними вправами, необхідно на основі методичних вказівок спланувати заняття наперед, регулярно враховувати їх результати і дотримуватися наступних методичних правил:

- а) завчасно встановлювати послідовність вправ;
- б) сумарне навантаження вживаних педагогічних чинників (методів, засобів, форм фізичного виховання) повинно бути оптимальним;
- в) навчати фізичним вправам необхідно спочатку в головній, провідній фазі вправ (основні опорні точки), а потім – другорядній, похідній;
- г) періодично повертатися до основної фази рухової дії.

Принцип міцності. Увесь процес фізичного виховання слід вибудовувати так, щоб знання, рухові вміння й навички міцно освоювалися.

Для реалізації в адаптивному фізичному вихованні принципу міцності слід керуватися наступними правилами:

- а) не переходити до вивчення нових вправ, поки не буде ґрунтовно вивчено поточний матеріал;

б) включати в заняття раніше вивчені вправи в нових поєднаннях і варіантах;

в) підвищувати інтенсивність і тривалість виконання засвоєних вправ;

г) систематично вести облік успішності й оцінювати досягнення тих, хто займається, проводити нормативні, розрядні випробування й змагання.

Принцип диференціально-інтегрального оптимуму. Застосування фізичних навантажень різного вмісту з профілактичною й коригувальною метою повинно будуватися на основі глибокого знання фахівцем функціонального стану нервово-м'язової системи інвалідів, знання закономірностей функціонування якої в умовах рухової діяльності забезпечить застосування оптимальних фізичних навантажень. Ефективність застосування педагогічних принципів оптимального рівня дії буде реалізована в двох основних педагогічних аспектах: знання функціонального стану нервово-м'язової системи інвалідів; фізичні навантаження різного характеру, вживані локально і регіонально.

Принцип спеціальної педагогіки – подолання або компенсація відповідних дефектів.

Первинним стимулом до виникнення компенсаторних процесів є об'єктивні труднощі, з якими стикається дитина в процесі розвитку. Джерелом розвитку вищих психічних функцій є дитячий колектив при відмінності інтелектуального рівня дітей, які входять в нього. Саме в спілкуванні в колективі при спільній діяльності з однолітками, в роботі над рішенням актуальної для всіх проблеми дитина зустрічається з труднощами, що примушують її шукати обхідні шляхи компенсації вади, яку вона має, і тим самим прокладає собі шлях розвитку.

Для того, щоб у дитини з порушеннями в розвитку були передумови для усунення і компенсації основного дефекту, слід під час навчання руховим діям використовувати прийом роботи в співпраці.

Одним з основних моментів роботи з дітьми-інвалідами, які мають проблеми розвитку, слід визнати створення ситуацій колективної суперечки, в яких обговорення актуальної для всіх присутніх дітей проблеми було б сенсом діяльності в конкретний момент.

Ігровий спосіб використовується в основному для вдосконалення і закріплення освоєного у загальних рисах руху.

Заняття 3.

Тема: Навчання руховим діям у адаптивній фізичній культурі

1. Теоретичні та методичні основи навчання руховим діям інвалідів.
2. Психологічні основи процесу навчання руховим діям інвалідів.
3. Навчання руховим діям дітей-інвалідів
 - 3.1. Етап створення уявлення й початкового розучування як основа освоєння рухової дії.
 - 3.2. Методика групової роботи (обговорення, суперечка). Формування дії контролю.
 - 3.3. Методика засвоєння окремої рухової дії.

Розглядаючи теоретичні та методичні основи навчання руховим діям інвалідів треба звернути увагу на те, що навчання руховим діям це управління й стимуляція активності тих, хто займаються, що спрямовані на формування знань, умінь і навичок. Воно нерозривно пов'язано з процесом навчання і засвоєння. Навчання –

стійка зміна діяльності, що виникає завдяки придбаним знанням. Розрізняють:

- сенсорну навченість, що відкриває можливість дитині розрізнити образи, що сприймаються, здійснювати пізнання й пізнання властивостей руху, зв'язати ці образи з образами, що зберігаються в пам'яті;

- моторну навченість, що виражається об'єднанням рухів в цілісні системи, створенням програм їх регулювання, а також способів розрізнення, систематизації, об'єднання (автоматизовані рухові дії – ходьба, біг, плавання, лижна ходьба, катання на ковзанах);

- сенсомоторну навченість, що представляє синтез двох перших і дозволяє дитині формувати й регулювати здійснення моторних програм, спираючись на сформовані образи сприйняття пред'явлених рухів, або діяти за уявленнями (сенсомоторні навички письма, малювання, ліплення, креслення, рухові дії, що засвоюються й виконуються в умовах, що змінюються, рухові й спортивні ігри);

- когнітивну (пізнавальну) навченість – полягає в тому, що дитина може успішно виявляти істотні фізичні властивості рухів і їх зв'язок у дії, знаходити серед них оптимальні й відбирати їх для використання в практичному акті, узагальнювати і закріплювати їх;

- інтелектуальну навченість, що представлена здатністю створювати найближчу і віддалену мету дії, спираючись на об'єктивні, відбиті в понятті зв'язки і відносини практичної діяльності.

Навчення в часі розгортається у взаємозв'язку процесів – засвоєння й вправи.

Засвоєння – це цілісний процес сприйняття рухів, їх осмислення, запам'ятовування й оволодіння ними, що дозволяє успішно діяти в різних ситуаціях. Засвоєння дитиною пред'явленого знов матеріалу вважається

центральною ланкою в процесі навчання, що має декілька стадій, що характеризуються істотними ознаками.

Перша стадія засвоєння – сприйняття рухової дії. Воно не залежить від рівня рухового досвіду дитини і знаходиться в стані максимальної активності. На початковому етапі засвоєння первинне ознайомлення з рухами створює загальні контури, схему дії і спосіб його подальшого осмислення.

Раціональна організація сприйняття повинна базуватися на спеціальній організації дії, в якій в яскравій формі виділені ключові моменти. Викладач повинен указати: *що бачити, як бачити і для чого бачити*, підвести до сприйняття, підготувавши і запланувавши його. Надалі наочний зміст сприйняття „сенсорна фігура рухів”, розвивається, уточнюється, як і при первинному ознайомленні.

Друга стадія засвоєння – осмислення рухів і розуміння дій. Воно починається ще до сприйняття й завершується виробленням того або іншого відношення до рухів і дій.

Третя стадія – запам'ятовування й оволодіння рухом.

Справжнє засвоєння – це здатність незалежно від умов дії виконувати його автоматично – із стабільною й точною координацією, вправно, легко, пластично, ритмічно.

Вправа є відтворенням і закріпленням знань, навичок, умінь.

3. 1. Навчання руховим діям дітей-інвалідів

При навчанні руховим діям інвалідів процесу наслідування відведено основне місце, оскільки дія, що перш за все вивчається, обов'язково показується, потім показується й промовляється термінологічно і після цього інвалід приступає до її відтворення, тобто робить пробну

спробу повторити побачене і почуте самостійно. Якщо рух координаційно-складний, викладач його спочатку показує, промовляє, потім пропонує виконувати за елементами, що також відбувається при використанні в основному механізму наслідування.

Продуктивність запам'ятовування просторових параметрів рухів істотно залежить від модальності сприйняття. Для дітей молодшого дошкільного віку засвоєння рухів за наслідуванням є вельми важким процесом, для відтворення пред'явлених дій цим дітям потрібна велика кількість повторень. У таких дітей недостатньо рухового досвіду, відсутні необхідні зорово-кінестетичні зв'язки, щоб одержувані зорові враження викликали у них необхідні рухові асоціації.

Старшим дошкільникам при освоєнні рухової дії досить показу і деяких пояснень, що й є основою методики навчання руховим діям.

Наочна дія повинна бути мотивуючою основою і після того, як дитина освоїть дію, тобто зробить декілька спроб і (або) досягне максимального результату, після якого припиниться зростання показників, слід перейти до детального відпрацювання руху, яким навчається.

Етап створення уявлення і початкового розучування як основа освоєння рухової дії

Перше, з чого починається процес освоєння нової рухової дії, – це формування у дітей уявлень про нього і найчастіше шляхом показу і словесного опису цієї дії.

Дітям-інвалідам виконання вправи за словесним його описом вдається набагато гірше, ніж за наслідуванням (показу).

Традиційні методичні прийоми – показ (5-7 разів) і словесний опис вправи – не мають достатньої ефективності для навчання руховим діям дітей дошкільного віку, як з порушеннями, так і здорових, тобто

потрібні додаткові заходи для створення у дітей уявлення про рух.

Методичні прийоми для вирішення завдання формування адекватного уявлення про рухову дію, якій навчається: прийоми візуального спостереження кінематичної і темпово-ритмічної структури руху, формування дії контролю у тих, хто займається, прийоми мотивування дітей для засвоєння руху, прийоми роботи в колективі для створення умов компенсації основної вади у тих, хто займається. Дуже важливо, щоб дитина навчилася промовляти і одночасно жестами передавати спостережувану рухову дію після того, як викладач закінчив показ руху.

Промовляння повинно супроводжувати дії дитини при навчанні аж до етапу закріплення, оскільки слабкість функції пам'яті не дозволяє зберігати інвалідам необхідний об'єм рухової інформації.

Найуспішніше уміння спостерігати темп і ритм засвоюються при навчанні ходьбі й бігу, загально-розвивальні вправам, оскільки вони володіють достатньо простою ритмічною структурою. Ідеальний варіант для подібних занять – виконання рухів під музику за участю двох дорослих.

Викладач показує дітям, як відбивається ритмічний малюнок музичного моменту, руху. Потім діти повинні простукати ритм виконуваного музичного моменту. Бажано це робити олівцем по твердій поверхні для оперативного контролю правильності виконання.

Якщо хтось із дітей не може справитися самостійно із завданням виділення ритму і темпу, викладачу слід провести роботу індивідуально. Для цього треба дитині дати уявлення про ритм, пропускаючи інформацію одночасно через три сенсорні системи: слухову, візуальну і кінестетичну (використовуючи тактильну і

пропріорецептивну чутливість). Робиться це таким чином. Викладач бере руку дитини і виконує удари пальцями своєї руки по його долоні в такт звучної музики або ритму руху, що демонструється іншим дорослим. Важливо, щоб дитина при цьому чула, бачила й обов'язково відчувала тактильний ритм, що відбивається.

Цього буває недостатньо, необхідно доповнити картину м'язово-суглобовими відчуттями. Для чого викладач разом з дитиною простукує ритм звучної музики по долоні дитини.

Тільки після того, як усі діти виконають попереднє завдання, слід переходити до завдань із відтворення за пам'яттю ритму і темпу музичного моменту і руху, проробляючи його руками, стоячи на місці, притопування його ногами. У старшому дошкільному віці діти, виконуючи це завдання, добре працюють в парах і успішно допомагають один одному виділяти ритм.

Потім проходить робота на диференціювання, пізнавання і назву темпів (повільний, швидкий). Проте для диференціювання ритму і темпу необхідно створити ситуацію порівняння. Це стає можливим, якщо в ходьбі і бігу змінити темп – спочатку показати повільний, а потім дуже швидкий, щоб вийшла яскрава контрастна картина.

3.2. Методика групової роботи (обговорення, суперечка). Формування дії контролю

Для створення ситуації суперечки, обговорення можна використовувати методичний прийом порівняння правильного і неправильного виконання вправи, що вивчається. При цьому як вірно, так і неправильно виконання повинен продемонструвати викладач, оскільки він знає основні помилкові елементи, що не дозволять дитині правильно виконати вправу. Викладач повинен активізувати увагу тих, хто займаються на виконанні цих елементів.

При реалізації прийому викладач демонструє вправу правильно, точно, чітко виконуючи кожен деталь. Пояснює його особливості й супроводжує це словесною формулою. Потім необхідно актуалізувати у дитини процес порівняння, а для цього необхідно виділити проблему, з якою дитина готова буде працювати в будь-якій ситуації. Таким прийомом актуалізації найнадійніше виступає необхідність надати допомогу будь-якому герою, відомому за казками, мультфільмами.

Ще один прийом – на собі показати, як неправильно виконувати вправу, які можливі помилки. Помилку допустити не страшно, треба тільки зрозуміти, де вона і в чому полягає, і обов'язково знайти спосіб її виправити. При цьому бажано доповнити ситуацію виявлення помилок, обговоривши з дітьми, як же навчити того ж Незнайка бачити й виправляти свої помилки? Висновок, одержаний дітьми в обговоренні, і складе перелік способів і прийомів, як уникнути й виправити помилки, можна:

- подивитися на себе при виконанні вправи в дзеркало;

- проконтролювати свій рух за якимись наперед виставленими орієнтирами; звернутися до викладача або компетентного дорослого, щоб вони подивилися на тебе й підказали, чи все правильно виконано;

- з тим же звернутися до товариша, з яким займаєшся разом і в якого вправа виходить краще, ніж у тебе самого.

У дитини в систематичній роботі формується дія контролю й оцінки без особливої для неї напруги, а для викладача тим самим вирішується питання усвідомленої участі дитини в контролі її власних дій. Мета, яку переслідує в даному випадку викладач, – передати функцію контролю самій дитині.

3.3. Методика засвоєння окремої рухової дії

Завдання викладача на етапі початкового розучування рухової дії – мотивувати дитину до її засвоєння й створити умови для формування в них, адекватного образу руху (динамічну модель, рухове завдання), що вивчається.

В цілому ж структуру етапу розучування нового руху можна представити таким чином:

1 етап – спостереження зовнішньої структури руху, виділення елементів за допомогою викладача:

а) викладач дає завдання спостереження переміщення окремих кінематичних одиниць і ланок тіла виконуючої рух людини. Показ руху при цьому здійснюється в можливо повільному темпі;

б) діти стежать пальчиком руки за переміщенням вказаних ланок тіла і моделюють руками, графічно або за допомогою предметів побачену дію. Під час побудови моделі дії викладач промовляє і просить дітей говорити разом з ним „словесну формулу руху”.

2 етап – створення відчуттів і уявлень про динамічну структуру освоюваного руху;

а) використання наочної дії в контексті деякого сюжету.

б) виконання дітьми наочної дії супроводжується промовлянням „словесної формули руху”, що дозволяє поєднати уявлення про рух, одержане дитиною в результаті спостереження й відчуття динамічної структури виконуваної дії;

в) тільки після виконання руху в режимі наочної дії можна переходити до виконання підвідних вправ, що доповнюють інформацію про техніку виконання освоюваної дії. Підвідні вправи виконуються в основному в ускладнених умовах.

Вимоги до підготовки доповідей на практичні заняття

1. Назва доповіді.
2. П.І.Б. доповідача.
3. План доповіді.
4. Комп'ютерний набір доповіді. Папір формату А4 Times New Roman 14, міжрядковий інтервал 1,5. Поля: ліве 30 мм, праве – 15 мм, верхнє та нижнє – 20 мм. Сторінки нумерують у правому верхньому куті.
5. Висновки.
6. Підпис доповідача.

2. ПІДГОТОВКА РЕФЕРАТИВ

2.1. Теми рефератів

1. Фізична активність і спорт серед інвалідів: дійсність і перспективи.
2. Адаптивна фізична культура як основа повноцінного життя й самоактуалізації людей з відхиленням у стані здоров'я.
3. Спортсмени України у спортивному русі інвалідів.
4. Організаційно-управлінська структура адаптивної фізичної культури в Україні та за її межами.

Література

1. Антонюк С. Д. Адаптивное воспитание в практике спортивно-оздоровительной работы: Учеб.-метод. пособие / С. Д. Антонюк, Л. Н. Макарова, А. В. Сычов. – Тамбов : Изд-во ТГУ им. Г. Р. Державина, 2004. – 212 с.
2. Бегидова Т. П. Основы адаптивной физической культуры : Учеб. пособие. – М. : Физкультура и Спорт, 2007. – 192 с.

3. Евсеев С. П. Адаптивная физическая культура : Учеб. пособие / С. П. Евсеев, Л. В. Шапкова. – М. : Советский спорт, 2000. – 224 с.
4. Зацюрский В. М. Физические качества спортсмена / В. М. Зацюрский. – М. : ФиС, 1970. – 234 с.
5. Теорія і методика фізичного виховання. / Методика фізичного виховання різних груп населення / за ред. Т. Ю. Круцевич. / Т. 2 – К. : Олімпійська література. – 2008. – 367 с.
6. Физическая реабилитация : Учеб. для студ-тов вузов / Под общ. ред. С. Н. Попова. – Ростов н/Д : Феникс, 2005. – 231 с.
7. Частные методики адаптивной физической культуры: Учеб. пособие / под ред. Л. В. Шапковой. – М. : Советский спорт, 2003. – 235 с.

2.2. Методичні рекомендації з підготовки і написання реферату

Реферат одна з основних науково-дослідних робіт студентів.

Реферат (лат.) – 1) *доповідь на визначену тему, що містить огляд відповідних літературних і інших джерел;*

2) *виклад змісту наукової роботи, книги, статті.*

У навчальній практиці реферат розглядається, як правило, в першому значенні.

Тематика рефератів зазвичай визначається викладачем, але студент може проявляти і свою ініціативу.

Розрізняють декілька видів рефератів за їх тематикою й цільовим призначенням: *літературний (оглядовий), методичний, інформаційний, бібліографічний, полемічний та ін.*

При написанні реферату студент повинен уміти виділяти головне в науковому тексті, бачити проблеми, яким присвячена робота, а також шляхи і способи їх рішення, що використовуються автором (або авторами).

Структура реферату повинна містити такі складові частини і розділи:

1. Титульний лист.
 2. Зміст.
 3. Вступ.
 4. Основний зміст.
 5. Висновок (висновки).
 6. Список літератури.
- Додатки (якщо є).

1. Титульний лист.

Робота починається з титульного листа, на якому вказуються назва вищого навчального закладу, інституту або факультету і кафедри, на якій виконана робота, прізвище, ім'я, по батькові студента (повністю), курс і група, назва і вид роботи (реферат), дані про наукового керівника, місто і рік виконання роботи.

Міністерство освіти і науки України

ДЗ «Луганський національний університет
імені Тараса Шевченка»

Інститут фізичного виховання і спорту

Кафедра теорії і методики фізичного виховання

РЕФЕРАТ

(назва теми)

Виконав: студент ... гр.

Іванов Іван Іванович

Науковий керівник:

ст. викладач

Петров П.П.

Луганськ – 20_

2. Зміст – це наочна схема, перелік усіх без виключення заголовків роботи з вказівкою сторінок.

Заголовки повинні бути написані так, щоб за розташуванням можна було визначити про їх співвідношення між собою за значенням (розділи, параграфи та ін.).

3. Вступ.

Обґрунтування вибору теми:

- актуальність, зв'язок із сьогоденням, значущість у майбутньому;
- нові, сучасні підходи до рішення проблеми;
- наявність суперечливих точок зору на проблему в науці й бажання в них розібратися;
- протилежність побутових уявлень і наукових даних про зацікавлений факт;
- особисті мотиви й обставини виникнення інтересу до даної теми;
- мета і значущість теми.

4. Основний зміст

- сутність проблеми або виклад об'єктивних наукових даних за темою реферату;
- критичний огляд літературних джерел;
- власні версії, відомості, оцінки.

5. Висновок:

- основні висновки;
- результати й особиста значущість виконаної роботи;
- перспективи продовження роботи над темою.

6. Список використаних літературних джерел:

У списку використаних літературних джерел надається перелік використаної літератури в алфавітному порядку з повним бібліографічним описом джерел і нумерацією за порядком. У ньому міститься тільки та

література, на яку були зроблені посилання в тексті або уривки, з яких вони цитувалися. Спочатку вказується література українською мовою, потім іноземною.

7. Додатки.

У *додатках міститься* другорядний матеріал, наприклад анкети, первинні результати вимірювань, схеми приладів та ін.

Вимоги до оформлення текстового матеріалу

Реферат повинен бути віддрукований через 1,5 інтервалу на одній стороні стандартного листа А4 210 x 297 мм з дотриманням таких вимог: поля верхнє і нижнє – 20, праве – 10, ліве – 30 мм. Кожний рядок повинен містити не більше 60–65 знаків, включаючи інтервали між словами, шрифт – 14. Обсяг реферату не повинен перевищувати 30 і бути не менше 12 сторінок тексту.

Номери сторінок вказуються на середині верхньої частини листа без крапок і літерних знаків. Кожна сторінка нумерується. Першою сторінкою вважається титульний лист (він не нумерується), другою – зміст. Назви основних розділів пишуться прописними буквами, а підрозділів – рядковими. Заголовки даються в центрі й зверху, знизу відділяються від основного тексту трьома інтервалами; крапки в кінці заголовків і підзаголовків не ставляться й перенесення слів у них не рекомендуються.

Текст повинен ділитися на абзаци, якими виділяються відносно відособлені за смыслом частини. Кожен абзац починається з червоного рядка, відступ якого складає 5 друкарських знаків.

Оформлення посилань на джерела.

Зв'язок списку літератури з текстом здійснюється за допомогою посилань, для нумерації яких використовуються арабські цифри.

Посторінковий варіант: у нижній частині сторінки (під основним текстом) під відповідним

номером виноски указуються вихідні дані джерела.

Внутрішньосторінковий варіант: у тексті роботи після наведеної цитати в дужках указується номер джерела за загальним бібліографічним списком і номер (и) використаної (их) сторінок.

Робота за бібліографічним пошуком.

Як правило, при підготовці реферату використовуються наступні групи джерел: словники, довідники; монографії, збірки, наукові доповіді на конференціях, симпозіумах, енциклопедії та ін.; газетні й журнальні статті, в яких наводяться нові дані науки і фактичний матеріал. У них – розшифровка термінів, понять, історія питання, аналізуються різні точки зору на проблему і т. ін.

Аналізуючи літературні джерела на окремих листах робляться короткі витяги найбільш важливих положень, потім вони розподіляються за питаннями плану. Дуже важливо, щоб був розкритий основний зміст кожного підпитання й усього питання в цілому.

Після того як реферат підготовлено, необхідно уважно його прочитати, зробивши необхідні доповнення й поправки, усунути повторення думок, виправити текст.

В оформленні реферату використовуються сучасні текстові й графічні редактори, електронні таблиці, графіки, діаграми.

Бібліографічний опис науково-методичної літератури в списку літературних джерел

Список літературних джерел містить різні джерела, опис яких має свою специфіку. Нижче наведені декілька прикладів:

1) *Опис книг, монографій, підручників і навчальних посібників:*

1. Радул В. В. Соціальна зрілість молодого вчителя. / В. В. Радул – К. : Вища школа, 1997. – 270 с.

2. Горашук В. П. Формирование культуры здоровья школьников (теория и практика) : монография. / В. П. Горашук. – Луганск : Альма-матер, 2003. – 376 с.
3. Дубогай О. Д. Щоденник зміцнення здоров'я / А. Д. Дубогай. – К. : Здоров'я, 1998. – 54 с.
4. Булич Е. Г. Валеологія. Теоретичні основи валеології : [навч. посіб.] / Е. Г. Булич, І. В. Муравов. – К. : ІЗМН, 1997. – 224 с.

2) Опис статей із журналів:

1. Старєва А. М. Методичні основи особистісно орієнтованої технологізації процесу навчання в університеті / А. М. Старєва // Наукові праці : Науково-методичний журнал. – 2004. – Т. 36. – Вип. 23 : Педагогічні науки. – Миколаїв : Вид-во МДГУ ім. П. Могили, – 2004. – 176 с.

3) Опис статей із збірників наукових праць і тез доповідей:

1. Зязюн І. А. Пріоритетні принципи дидактики сучасної професійної освіти. / І. А. Зязюн // Науковий вісник Миколаївського державного педагогічного університету. Педагогічні науки: зб. наук. пр. – Випуск IV. – Миколаїв : МДПУ, 2001. – 294 с.
2. Соколенко О. І. Здоров'я в ієрархії цінностей студентів / О. І. Соколенко // Професіоналізм педагога в контексті Європейського вибору України : матеріали Міжнар. наук.-практ. конф., 20 – 22 верес. 2007 р., м. Ялта. – зб. ст.: Ч. 2. – Ялта : РВВ КГУ, 2007. – С. 134 – 137.

4) Опис авторефератів дисертацій:

1. Сопнева Н. Б. Педагогічні умови формування навчальної етичної діяльності майбутнього вчителя: автореф. дис. на здобуття наук. ступеня

канд. пед. наук : 13.00.04. / „Теорія і методика професійної освіти” – Х., 2003. – 20 с.

5) Опис словників:

1. Радул В. В. Соціолого-педагогічний словник / В. В. Радул, С. У. Гончаренко, М. М. Дубінка, В. О. Кравцов. – 2004. – 304 с.

Реферат подається на рецензію науковому керівнику не пізніше ніж за два тижні до визначеного терміну.

У цілому робота над рефератом дозволяє студентам оволодіти дуже важливими для дослідника вміннями, а саме: навчитися працювати з науковим текстом, виділяти в ньому головне, істотне, формулювати свої вислови, логічно вибудовувати і систематизувати вивчений матеріал.

3. КОНСПЕКТУВАННЯ НОРМАТИВНО-ПРАВОВИХ ДОКУМЕНТІВ, ЩО СТОСУЮТЬСЯ ЛЮДЕЙ З ОБМЕЖЕНИМИ МОЖЛИВОСТЯМИ

Вивчити та скласти короткий плановий конспект нормативно-правових документів

(Плановий конспект передбачає конспектування документів за їх змістом: розділами, частинами і параграфами).

3.1. Закон України «Про реабілітацію інвалідів в Україні» – Режим доступу до закону :

http://info.rehab.org.ua/ukrainian/zakonodavstvo/zakonu/reab_inv/, або <http://gold-child.ru/zakon/234/1859/>

Під час конспектування Закону України „Про реабілітацію інвалідів в Україні” треба звернути увагу на ст. 37. в якій говориться, що:

Соціальна реабілітація (абілітація) спрямовується на оптимізацію і коригування ставлення інвалідів, дітей-інвалідів до своїх вад, становища в сім'ї та суспільстві, виховання в них навичок до самообслуговування, адаптацію в навколишньому середовищі.

Соціальна реабілітація (абілітація) передбачає навчання інваліда, дитини-інваліда основним соціальним навичкам (особиста гігієна, самообслуговування, пересування, спілкування тощо), пристосування побутових умов до потреб інваліда, дитини-інваліда, соціально-побутове влаштування та обслуговування, педагогічну корекцію для інвалідів, дітей-інвалідів з метою формування та підтримання навичок автономного проживання, стереотипів безпечної поведінки, опанування навичками захисту власних прав та інтересів, самоаналізу та отримання навичок позитивного сприйняття себе та оточуючих, навичок спілкування, забезпечення автономного проживання у суспільстві з необхідною підтримкою (соціальний, медичний, юридичний супровід, побутові послуги), протезування, забезпечення інвалідів, дітей-інвалідів технічними та іншими засобами реабілітації, санаторно-курортне лікування відповідно до медичних показань.

Інваліди, діти-інваліди з важкими формами інвалідності, які згідно з медичним висновком потребують постійного стороннього догляду, забезпечуються соціальним, педагогічним і психологічним патронажем (повсякденною допомогою) за місцем проживання (вдома). У разі необхідності послуги з соціального і педагогічного патронажу надають виїзні реабілітаційні бригади.

Соціальна реабілітація здійснюється відповідно до індивідуальних програм реабілітації інваліда та в разі необхідності супроводжується медичним спостереженням за інвалідами, дітьми-інвалідами.

Після розгляду статті треба проаналізувати ст. 40. Фізкультурно-спортивна реабілітація, де підкреслюється, що:

„Фізкультурно-спортивна реабілітація спрямовується на підвищення рухової активності, оздоровлення, формування компенсаторних функцій організму і позитивної мотивації в інвалідів, дітей-інвалідів до суспільної адаптації.

Фізкультурно-спортивну реабілітацію, проведення з інвалідами, дітьми-інвалідами фізкультурно-оздоровчих і спортивних заходів організовують центральний орган виконавчої влади у справах молоді та спорту, Національний комітет спорту інвалідів України, центральний орган виконавчої влади у галузі освіти.

Інвалідам, дітям-інвалідам послуги з фізкультурно-спортивної реабілітації реабілітаційними установами державної і комунальної форм власності надаються безоплатно.

Фізкультурно-спортивна реабілітація інвалідів, дітей-інвалідів здійснюється відповідно до їх індивідуальних програм реабілітації та супроводжується медичним спостереженням за ними”.

Після того, як проаналізовано ст. 37 і 40, законспектувати Закон та зробити висновок.

3.2. Закон України „Про фізичну культуру і спорт”

– Режим доступу до закону :
<http://mountain.net.ua/documents/minsemjamolodsporta/169-zakon-ukrainy-pro-fizychnu-kulturu-i-sport>, або

Під час конспектування Закону України „Про фізичну культуру і спорт” перш за все слід звернути увагу на главу I. Загальні положення та проаналізувати статтю 4. Право громадян на заняття фізичною культурою і спортом:

Громадяни мають право займатися фізичною культурою і спортом незалежно від походження, соціального і майнового стану, расової і національної належності, статі, освіти, віросповідання, роду і характеру занять, місця проживання та інших обставин.

Держава надає необхідну допомогу, пільги та гарантії окремим категоріям громадян, в тому числі інвалідам, для реалізації ними своїх прав у сфері фізичної культури і спорту.

Держава гарантує надання в порядку, передбаченому Кабінетом Міністрів України, безкоштовних та пільгових фізкультурно-оздоровчих послуг дітям, в тому числі: дітям-сиротам та дітям, які залишилися без піклування батьків, дітям, що постраждали внаслідок Чорнобильської катастрофи, дітям з багатодітних та малозабезпечених сімей, дітям-інвалідам.

Після аналізу статті 4. Закону перейти до аналізу статті 13. „Фізкультурно-оздоровча та спортивна діяльність серед інвалідів”:

Заняття фізичною культурою і спортом інвалідів є складовою частиною їх дозвілля, фізичної реабілітації та соціально-трудової адаптації.

Організація занять фізичною культурою і спортом у системі безперервної реабілітації інвалідів (включаючи дітей з фізичними і розумовими вадами), підготовка кадрів, методичне забезпечення, лікарський контроль здійснюються органами охорони здоров'я, фізичної

культури і спорту, освіти, соціального захисту населення та організаціями інвалідів.

Місцеві органи виконавчої влади, органи місцевого самоврядування, громадські організації фізкультурно-спортивної спрямованості та організації інвалідів створюють спеціалізовані фізкультурно-оздоровчі заклади (клуби і центри), забезпечують їх спеціальним обладнанням, сприяють участі інвалідів у спортивних змаганнях.

Центральний орган виконавчої влади з фізичної культури і спорту разом з національним Олімпійським комітетом забезпечує підготовку та участь інвалідів у Паралімпійських іграх та міжнародних іграх інвалідів. На фінансування фізкультурно-оздоровчих та спортивних заходів для інвалідів, створення та розширення їх спортивної бази виділяються кошти з державного бюджету та бюджетів місцевого самоврядування.

Ознайомившись та проаналізувавши фізкультурно-оздоровчу та спортивну діяльність серед інвалідів, слід зробити висновок і законспектувати документ. Висновок треба робити на підставі сучасних особливостей розвитку фізичної культури інвалідів в Україні.

3.3. Закон України „Про Національну доктрину розвитку фізичної культури і спорту” – Режим доступу до доктрини : <http://zakon.rada.gov.ua/cgi-bin/laws/main.cgi?nreg=1148%2F2004>
або <http://osvita.ua/legislation/law/2766>

Під час конспектування Національної доктрини розвитку фізичної культури і спорту перш за все слід звернути увагу на II розділ „Мета та завдання розвитку фізичної культури і спорту” та проаналізувати п. 4. Метою розвитку фізичної культури і спорту є:

– створення умов для забезпечення оптимальної рухової активності кожної людини впродовж усього життя, досягнення нею достатнього рівня фізичної та функціональної підготовленості, сприяння соціальному, біологічному та психічному благополуччю, *поліпшенню стану здоров'я, профілактиці захворювань і фізичній реабілітації*;

– залучення до дитячо-юнацького та резервного спорту обдарованих осіб, створення умов для максимальної реалізації їхніх здібностей у спорті вищих досягнень, задоволення видовищних запитів населення, формування у громадян почуття гордості за свою країну, підвищення авторитету держави у світовому спортивному русі.

Після аналізу п.4. Доктрини перейти до аналізу п.5. „Державна політика у сфері фізичної культури і спорту спрямовується на вирішення таких завдань”:

формування у населення сталих традицій та мотивацій щодо фізичного виховання і масового спорту як важливого чинника забезпечення здорового способу життя;

удосконалення форм залучення різних груп населення до регулярних та повноцінних занять фізичною культурою і спортом;

удосконалення на науково обґрунтованих засадах системи дитячо-юнацького спорту;

підвищення якості відбору обдарованих осіб до системи резервного спорту, створення умов для розвитку індивідуальних здібностей спортсменів на етапах багаторічної підготовки;

удосконалення системи формування та підготовки національних збірних команд, передусім з олімпійських видів спорту;

переорієнтування системи керівництва сферою фізичної культури і спорту на забезпечення поєднання зусиль організацій фізкультурно-спортивної спрямованості;

сприяння поширенню клубної системи у сфері фізичної культури і спорту;

будівництво за підтримки органів виконавчої влади та органів місцевого самоврядування сучасних спортивних споруд, належне їх обладнання та використання;

удосконалення економічних засад у сфері фізичної культури і спорту, запровадження ефективних моделей її кадрового, фінансового, матеріально-технічного, наукового, медичного та інформаційного забезпечення.

Ознайомившись та проаналізувавши мету і завдання Доктрини, слід зробити висновок і законспектувати. Висновок треба робити на підставі сучасних особливостей розвитку фізичної культури і спорту в Україні.

Далі слід ознайомитися та проаналізувати розділ VIII. „Очікувані результати” п. 31. де говориться, що „Реалізація Доктрини надасть змогу підвищити доступність, якість та різноманітність форм оздоровчих, рекреаційних, реабілітаційних та спортивних послуг для різних соціальних верств населення.

Треба зробити висновок щодо очікуваних результатів і законспектувати його. Далі законспектувати всі розділи що стосуються людей з обмеженими можливостями та проаналізувати їх щодо виконання цієї Доктрини у сучасному житті.

3.4. Інструктивно-методичний лист № 1/9-515 від 04 серпня 2009 року „Організаційно-методичні засади здійснення комплексної реабілітації учнів (вихованців) у спеціальних загальноосвітніх навчальних закладах” – Режим доступу до інструктивно-методичного листа: http://osvita.ua/legislation/Ser_osv/4445

Під час конспектування Інструктивно-методичного листа слід звернути увагу на те, що відповідно до законодавства, з метою створення умов для здобуття освіти в системі загальної середньої освіти функціонує мережа спеціальних загальноосвітніх навчальних закладів для дітей, які потребують корекції фізичного та (або) розумового розвитку: шкіл, шкіл-інтернатів, навчально-реабілітаційних центрів, навчально-виховних комплексів, об'єднань для дітей глухих, зі зниженим слухом, сліпих, зі зниженим зором, розумово відсталих, з порушеннями опорно-рухового апарату, із затримкою психічного розвитку, з тяжкими порушеннями мовлення.

Вилучення з назви спеціальної загальноосвітньої школи (школи-інтернату) визначення нозології контингенту учнів (вихованців) зумовлено гуманістичними підходами, численними зверненнями батьків, громадських організацій, які опікуються питаннями соціального захисту дітей з особливими освітніми потребами.

Треба звернути увагу, що у даний час спеціальні загальноосвітні школи (школи-інтернати) працюють в умовах оновленого правового поля. Це підтверджується нормативними документами, а саме:

З 1 січня 2006 року уведено в дію Закон України „Про реабілітацію інвалідів в Україні”, яким визначено, що спеціальні загальноосвітні навчальні заклади для дітей, які потребують корекції фізичного та (або) розумового розвитку, є складовою системи реабілітації дітей-інвалідів та забезпечують якість реабілітації (абілітації) відповідно до державного стандарту в галузі освіти.

На виконання зазначеного Закону та з метою забезпечення системного підходу до організації реабілітації, запровадження державних реабілітаційних стандартів постановами Кабінету Міністрів України від 08.12.2006 р. №1686 затверджено Державну типову програму реабілітації інвалідів (далі – Програма), від 23.05.2007 р. №757 – Положення про індивідуальну програму реабілітації інваліда.

Механізм складання форм індивідуальної програми реабілітації інваліда, дитини-інваліда, внесення до неї змін і результатів виконання реабілітаційних заходів визначено у наказі Міністерства охорони здоров'я від 08.10.2007 р. № 623 „Про затвердження форм індивідуальної програми реабілітації інваліда, дитини-інваліда та Порядку їх складання”, зареєстрований у Міністерстві юстиції України 19.10.2007 р. за № 1197/14464.

Далі треба перейти до характеристики Програми, звернувши увагу на те, що в даний час відпрацьовується методика змістового заповнення зазначених розділів Програми з метою сприяння максимального задоволення потреб у комплексній реабілітації, побажань дітей-інвалідів та їх батьків, урахування оптимальних можливостей їх задоволення.

Відповідно до Програми у спеціальних загальноосвітніх школах (школах-інтернатах) для дітей з сенсорними порушеннями (глухих та зі зниженим слухом, сліпих та зі зниженим зором), з порушеннями опорно-рухового апарату), для розумово відсталих дітей учням (вихованцям) надаються такі послуги з реабілітації: освітні послуги (колективна форма навчання, в тому числі інтегроване, інклюзивне навчання, індивідуальна та дистанційна форми навчання); медична реабілітація (лікувально-профілактичні заходи); психолого-педагогічна реабілітація (консультування, психолого-педагогічна

діагностика, психологічна та педагогічна корекція, освітні послуги); фізична реабілітація (лікувальний масаж, лікувальна фізкультура); професійна реабілітація (професійна орієнтація, допрофесійна підготовка, професійна підготовка (за наявності ліцензії); фізкультурно-спортивна реабілітація (ритміка, лікувальна фізкультура, навчально-тренувальні заняття з фізичної культури і спорту, заняття спортом); соціальна та побутова реабілітація (пристосування меблів, встановлення обладнання для адаптації приміщень, навчання основних соціальних навичок, соціально-побутовий патронаж, працетерапія).

Реабілітація в школі (школі-інтернаті) носить комплексний характер і забезпечується поєднанням спеціального педагогічного (корекційного), психологічного, медичного супроводу (лікувально-відновлювальні, лікувально-профілактичні заходи).

Особливості здійснення навчально-реабілітаційної роботи, охоронно-педагогічного режиму у спеціальній школі (школі-інтернаті) визначаються: спеціальною системою навчальної, виховної, корекційно-розвиткової роботи; створенням спеціальних умов для корекційної спрямованості навчання, виховання та подолання порушень фізичного і психічного розвитку, формування та розвитку мовлення, відновлення здоров'я; здійсненням індивідуального та диференційованого підходу у навчанні та корекційно-розвивальній роботі з дітьми з особливостями психофізичного розвитку з урахуванням характеру порушення.

Система реабілітації дітей-інвалідів та дітей, які потребують корекції фізичного та (або) розумового розвитку, має забезпечити комплексність і неперервність медичної, психолого-педагогічної, трудової, фізичної,

соціальної реабілітації для створення оптимальних умов їх фізичного, психічного, інтелектуального розвитку.

Зокрема, **педагогічна реабілітація** передбачає запровадження комплексу заходів (у т. ч. відповідних форм, методів, змісту навчання), що створюють передумови для оволодіння дітьми з особливими освітніми потребами системою знань, умінь і навичок, застосування яких сприяє подальшому розвитку особистості: підвищення освітнього, кваліфікаційного рівня, здатність до самостійної трудової діяльності, організації побуту, адекватного планування самостійного життя.

Психологічна реабілітація спрямована на корекцію та розвиток психічних функцій, особистості в цілому, створення оптимальних умов для подальшого становлення кожної дитини як особистості в процесі засвоєння цінностей та пристосування до вимог та критеріїв суспільства.

Здійснення психолого-педагогічної, соціальної реабілітації учнів (вихованців) спеціальних загальноосвітніх навчальних закладів забезпечують, насамперед, **спеціально розроблені навчальні плани** з корекційно-розвивальною складовою.

Надзвичайно важливим є **абілітаційне навчання** під час пропедевтичного періоду, особливо у підготовчому класі (формування навичок охайності, самообслуговування, спілкування, мотивації до праці, оволодіння елементарними трудовими навичками, розвиток емоційно-вольової сфери в комплексі з іншими реабілітаційними заходами).

Після повного ознайомлення з Інструктивно-методичним листом треба зробити висновок і законспектувати його.

4. ТЕМИ ТА ВИМОГИ ДО НАПИСАННЯ РЕЦЕНЗІЙ НА СТАТТІ

Теми статей

1. Денисенко Н.Ф., Лупінович С.М. Реабілітація дітей з особливостями психофізичного розвитку як основа їх життєтворчості.
http://www.nbu.gov.ua/Portal/Soc_Gum/PPMB/texts/2008-02/index.html
2. Розторгуй М.С., Передерій А.В., Бріскін Ю.А. Принцип класифікації в паралімпійському спорті.
http://www.nbu.gov.ua/Portal/Soc_Gum/PPMB/texts/2008-02/08rmseps.pdf
3. Евсеев С.П. Адаптивная физическая культура и социальная интеграция инвалидов
<http://lib.sportedu.ru/GetText.idc?TxtID=1141>

Вимоги до написання рецензій на статті:

- назва статті, що рецензується;
- П.І.Б. автора статті;
- актуальність і правильність обраної теми;
- вдалий огляд літератури;
- використання системи доказів;
- повнота розкриття проблеми;
- наявність чітких висновків;
- якість оформлення роботи;
- недоліки, наявні в статті;
- висновок про можливість допуску роботи до

друку.

5. ВИМОГИ ДО КОНТРОЛЮ ЗА САМОСТІЙНОЮ РОБОТОЮ

На практичних заняттях

1. На практичні заняття викладачу подаються на перевірку **роздруковані** доповіді за темами і підписані магістрантами.
2. Термін доповіді 3–5 хвилин.
3. Обов'язкові питання доповідачу.
4. Обов'язкове обговорення доповіді.

На КСР

1. На перевірку надаються **роздруковані** нормативно-правові документи у швидкозшивачу з титульним листом, підписані магістрантом. Роздруковані нормативно-правові документи і програма залишаються у магістранта.
2. Надається конспект щодо аналізу нормативно-правових документів. Конспект залишається у магістранта.
3. Надаються 3 рецензії на 3 статті в 2 примірниках. 1 примірник залишається у викладача, 1 – у магістранта.
4. Реферат надається у швидкозшивачу з титульним листом, підписаний магістрантом.

Карта оцінювання СРМ

№	Критерії	Бали
1	Перевірка роздрукованих нормативно-правових документів (у швидкозшивачу з титульним листом, підписані магістрантом. Роздруковані нормативно-правові документи і програма залишаються в магістранта).	10 балів
2	Конспект висновків та аналізу нормативно-правових документів (конспект залишається в магістранта).	5 балів
3	3 рецензії на 3 статті в 2 примірниках (1 примірник залишається у викладача, 1 – у магістранта).	5 балів
	Максимальна кількість балів за самостійну роботу	25 балів

ВИСНОВКИ

Самостійна позааудиторна робота є важливою складовою організації навчального процесу у вищих навчальних закладах освіти. Науково доведено, що тільки ті знання, які студент здобув сам, завдяки власному досвіду, думці та діям, є насправді міцними.

Самостійна робота слухачів магістратури з фізичного виховання передбачає їх пізнавальну діяльність при будь-якій формі навчального заняття (лекція, практична робота, семінар). Найчастіше самостійну роботу визнають як вид навчальних занять особливістю яких є відсутність викладача в момент навчальної діяльності студента.

Метою самостійної позааудиторної роботи з вивчення адаптивної фізичної культури є формування в магістрантів прагнення до самоосвіти, здатності постійно поновлювати здобуті теоретичні знання, навчитися

працювати над програмним матеріалом, визначати важливі питання відповідних тем дисципліни.

Самостійна робота забезпечує глибоке засвоєння магістрантами не тільки програмного матеріалу з дисциплін, що вивчаються, але й активізує мислення, пробуджує зацікавленість, сприяє більш повному розкриттю їх здібностей, формує моральні та вольові якості: організованість, наполегливість, допомагає майбутнім фахівцям глибше осмислити матеріал, підвищує їх творчу активність. Тому організація самостійної роботи магістрантів у сучасних умовах стає однією з центральних проблем навчального процесу.

Розроблені методичні рекомендації мають на меті дати можливість магістрантам підвищити рівень професійної обізнаності, використовуючи не лише друковані підручники в бібліотеках, а й електронні видання в мережі Internet.

СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ЛІТЕРАТУРНИХ ДЖЕРЕЛ

1. Драгнев Ю. В. Організація самостійної роботи магістрантів спеціальності 8.010201 „Фізичне виховання” з дисциплін: „Фізичне виховання студентів ВНЗ”, „Методика фізичної підготовки учнівської молоді” / Ю. В. Драгнев ; Держ. заклад. „Луган. нац. ун-т імені Тараса Шевченка”. – Луганськ : Вид-во ДЗ „ЛНУ імені Тараса Шевченка”, 2009. – 78 с.
2. Евсеев С. П. Адаптивная физическая культура и функциональное состояние инвалидов : учеб. пособие / С. Ф. Курдыбайло, А. С. Солодков, О. В. Морозова ; под ред. С. П. Евсеева, А. С. Солодкова. – Спб. : СПбГАФК, 1996. – 95 с.

3. Теория и организация адаптивной физической культуры : учебник / под ред. С. П. Евсеева. – М. : Советский спорт, 2002. – 235 с.
4. Физическая реабилитация и спорт инвалидов: нормативные правовые документы, механизмы реализации, практический опыт, рекомендации / А. В. Царик. – М. : Советский спорт, 2003. – 576 с.
5. Про науково-методичне забезпечення самостійної роботи студентів – Режим доступу : <http://luguniv.edu.ua/?z1=b.1110>.
6. Особливості модернізації самостійної роботи студентів в умовах кредитно-модульної системи навчання – Режим доступу : <http://zag-pedagogika.at.ua/publ/1-1-0-5>
7. Закон України „Про реабілітацію інвалідів в Україні” – Режим доступу : <http://gold-child.ru/zakon/234/1859/>, або http://info.rehab.org.ua/ukrainian/zakonodavstvo/zakonu/reab_inv/i
8. Закон України „Про Національну доктрину розвитку фізичної культури і спорту” – Режим доступу до доктрини : <http://zakon.rada.gov.ua/cgi-bin/laws/main.cgi?nreg=1148%2F2004> або <http://osvita.ua/legislation/law/2766>
9. Інструктивно-методичний лист № 1/9-515 від 04 серпня 2009 року „Організаційно-методичні засади здійснення комплексної реабілітації учнів (вихованців) у спеціальних загальноосвітніх навчальних закладах” – Режим доступу до інструктивно-методичного листа: http://osvita.ua/legislation/Ser_osv/4445
10. Закон України „Про фізичну культуру і спорт” — Режим доступу до закону : <http://mountain.net.ua/documents/minsemjamolodsporta/169-zakon-ukrainy-pro-fizychnu-kulturu-i-sport>, або <http://www.ngo.if.ua/themes/ngo/material.asp?folder=1886&matID=1886>

Навчальне видання

СОКОЛЕНКО Олена Іванівна

**САМОСТІЙНА РОБОТА МАГІСТРАНТІВ
СПЕЦІАЛЬНОСТІ „ФІЗИЧНЕ ВИХОВАННЯ”
З ДИСЦИПЛІНИ
«АДАПТИВНА ФІЗИЧНА КУЛЬТУРА»**

Методичні рекомендації

За редакцією автора
Комп'ютерний набір і макет – Соколенко О. І.
Коректор – Найда Н. А.

Здано до склад. 09.11.2009 р. Підп. до друку 09.12.2009 р.
Формат 60x84 1/16. Папір офсет. Гарнітура Times New Roman.
Друк ризографічний. Ум. друк. арк. 3,49.
Наклад 100 прим. Зам. № 5.

Видавець і виготовлювач
Видавництво Державного закладу
„Луганський національний університет імені Тараса Шевченка”
вул. Оборонна, 2, м. Луганськ, 91011. Тел./факс: (0642) 58-03-20.
e-mail: alma-mater@list.ru
Свідоцтво суб'єкта видавничої справи ДК № 3459 від 09.04.2009 р.