

Міністерство освіти і науки України
Харківський національний економічний університет імені Семена Кузнеця
Харківський національний університет імені В. Н. Каразіна
Харківський національний університет будівництва та архітектури
Харківський національний педагогічний університет імені
Г. С. Сковороди
Національний педагогічний університет імені М. П. Драгоманова
Донецький обласний інститут післядипломної педагогічної освіти
Львівський інститут державного управління Національної академії
державного управління при Президентові України

«ФІЗИЧНЕ ВИХОВАННЯ ТА СПОРТ
В ЗАКЛАДАХ ВИЩОЇ ОСВІТИ»

МАТЕРІАЛИ
І ВСЕУКРАЇНСЬКОЇ НАУКОВО-ПРАКТИЧНОЇ КОНФЕРЕНЦІЇ
22 травня 2020 року

Харків

УДК 796.011:378.4

ББК 74.580.054

Затверджено рішенням кафедри фізичного виховання та спорту Харківського національного економічного університету імені Семена Кузнеця (протокол №12 від 04.05.2020р.)

Оргкомітет конференції:

- Маракушин А. І.** – канд. наук з фіз. виховання і спорту, доцент, завідувач кафедри фізичного виховання та спорту ХНЕУ ім. С. Кузнеця, м. Харків, Україна.
- Череднік Д. Л.** – канд. техн. наук, професор, ректор ХНУБА, академік Харківського регіонального відділення Академії будівництва України, м. Харків, Україна.
- Жукова О. А.** – д-р пед. наук, доцент, в.о. завідувача кафедри педагогіки, ХНУ ім. В. Каразіна, м. Харків, Україна.
- Калашник Н. Г.** – д-р пед. наук, професор, професор кафедри історії, соціальногуманітарних дисциплін та методики їх викладання, заслужений діяч освіти України, ОБЛППО, м. Краматорськ, Україна.
- Калашник Н. С.** – д-р наук з держ. упр., професор, професор кафедри регіонального управління та місцевого самоврядування, ЛРІДУ НАДУ при ПУ, м. Львів, Україна.
- Коваленко В. Є.** – канд. психол. наук, доцент, завідувач кафедри здоров'я, реабілітології і спеціальної психології, ХНПУ імені Г. С. Сковороди, м. Харків, Україна.
- Корх-Черба О. В.** – канд. пед. наук, доцент, доцент кафедри фізичного виховання і спорту, НПУ ім. М. П. Драгоманова, м. Київ, Україна.
- Перетяга Л. Є.** – д-р пед. наук, професор, завідувач кафедри спеціальної педагогіки, керівник науково-методичної лабораторії з охорони, розвитку та вдосконалення голосу представників голосомовних професій, ХНПУ імені Г. С. Сковороди, м. Харків, Україна.
- Скляренко В. П.** – викладач кафедри фізичного виховання та спорту, ХНЕУ ім. С. Кузнеця, м. Харків, Україна.

Ф50 Фізичне виховання та спорт в закладах вищої освіти: матеріали I Всеукраїнської науково-практичної конференції. (м. Харків, 22 травня 2020 року). Харків: ХНЕУ ім. С. Кузнеця, 2020. 142 с.

У збірці представлені матеріали учасників I Всеукраїнської науково-практичної конференції «Фізичне виховання та спорт в закладах вищої освіти», присвяченої актуальним проблемам фізичного виховання студентів, зокрема питанням спортивної підготовки студентської молоді, в тому числі осіб, віднесених до спеціальної медичної групи.

Для широкого кола наукової громадськості, працівників освіти та культури, аспірантів, студентів.

ЗМІСТ

ВІТАЛЬНЕ СЛОВО УЧАСНИКАМ КОНФЕРЕНЦІЇ	4
Секція I. СУЧАСНІ ТЕХНОЛОГІЇ В ФІЗКУЛЬТУРНО-ОЗДОРОВЧІЙ ТА СПОРТИВНІЙ ДІЯЛЬНОСТІ	4
Chornomord Ye. Ye. INFLUENCE OF HEALTH SWIMMING ON THE HUMAN ORGANISM	4
Білик О.А. КАРДІОТРЕНУВАННЯ З АНАЕРОБНИМ ІНТЕРВАЛОМ ДЛЯ РОЗВИТКУ ВИТРИВАЛОСТІ СТУДЕНТІВ НА ЗАНЯТТЯХ З БАДМІНТОНУ..	8
Білаш О.О., Губарева Т.С. ПИТАННЯ ВПЛИВУ НОВІТНІХ ТЕХНОЛОГІЙ НА ЗДОРОВ'Я МОЛОДІ	11
Голобородько Б.О. ОСНОВНІ МЕТОДИ РОЗВИТКУ АЕРОБНИХ ТА АЕРОБНО-АНАЕРОБНИХ МОЖЛИВОСТЕЙ ВЕЛОСИПЕДИСТІВ В РІЧНОМУ ЦИКЛІ ПІДГОТОВКИ	12
Грищенко Л.К., Журавльова І.М. ПІДВИЩЕННЯ МОТИВАЦІЇ СТУДЕНТІВ ЗВО ДО ЗАНЯТЬ ФІЗИЧНОЮ КУЛЬТУРОЮ ЗАСОБАМИ ZUMBA-АЕРОБІКИ	15
Гусакова О.О. РОЗВИТОК СИСТЕМИ ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ: ІСТОРИЧНИЙ АСПЕКТ	18
Канішева К.С., Коваленко К.В. ФІЗИЧНЕ ВИХОВАННЯ СТУДЕНТІВ В УМОВАХ ПЕРЕХОДУ ДО ДИСТАНЦІЙНОГО НАВЧАННЯ	22
Корх-Черба О.В., Кульчицький А.В. AGILE МЕТОДОЛОГІЇ ДЛЯ ПІДВИЩЕННЯ ЕФЕКТИВНОСТІ ФІЗКУЛЬТУРНО-ОЗДОРОВЧОЇ ДІЯЛЬНОСТІ СТУДЕНТІВ У ЗАКЛАДАХ ВИЩОЇ ОСВІТИ	25
Колеснік П.Р. ЗМІНИ В ПРАВИЛАХ ГРИ В НАСТІЛЬНИЙ ТЕНІС В ХХІ СТОРІЧЧІ ТА ЇХ ВПЛИВ НА ЗМАГАЛЬНИЙ ПРОЦЕС	28
Наретя С.Є. ФУТБОЛ ЯК ЗАСІБ ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ СТУДЕНТІВ ..	32
Первій Д.П. ХОРТИНГ— СУЧАСНИЙ ВИД СПОРТУ УКРАЇНИ	34
Сердюченко Т.С. ЗАСТОСУВАННЯ АРТ-ТЕРАПІЇ У ПРОЦЕСІ ПСИХОЛОГІЧНОЇ РЕАБІЛІТАЦІЇ СІМ'Ї ДИТИНИ З ІНТЕЛЕКТУАЛЬНИМИ ПОРУШЕННЯМИ..	37
Симоненко В.М. ВИКОРИСТАННЯ ЕЛЕМЕНТІВ НАРОДНИХ ТАНЦІВ НА ЗАНЯТТЯХ З ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ	41
Скляренко В.П. ЗМІНА ШВИДКІСНИХ І КООРДИНАЦІЙНИХ ЗДІБНОСТЕЙ У ЮНАКІВ ЗА ДОПОМОГОЮ СПЕЦІАЛЬНИХ ВПРАВ ТЕНІСІСТА НА ЗАНЯТТЯХ З ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ	43
Стасевський О.С. РІВЕНЬ РОЗВИТКУ РУХОВИХ ЯКОСТЕЙ СТУДЕНТІВ ХНУБА	46
Стрижак К.А. ВПЛИВ СТЕРОЇДІВ НА ОРГАНІЗМ ЛЮДИНИ	48

2. Єрмоєнко Е. А. Тренування в хортингу : навч.-метод. посіб. Київ, 2009. 227 с.

3. Парахонько В. М. Історія виникнення та становлення фізичної культури в Україні. *Актуальні наукові дослідження в сучасному світі* : сб. научн. трудов. Переяслав-Хмельницький, 2018. Вып. 2(34), ч. 8. С. 178–184.

УДК 615.851:376.42

Сердюченко Т.С.,
магістр ХНПУ ім.Г.Сковороди

ЗАСТОСУВАННЯ АРТ-ТЕРАПІЇ У ПРОЦЕСІ ПСИХОЛОГІЧНОЇ РЕАБІЛІТАЦІЇ СІМ'Ї ДИТИНИ З ІНТЕЛЕКТУАЛЬНИМИ ПОРУШЕННЯМИ

На сучасному етапі розвитку системи освіти в нашій країні велика увага приділяється сім'ям, які виховують дітей з особливими потребами. Ця категорія батьків потребує всебічної психологічної підтримки у зв'язку з тим, що труднощі, які відчувають сім'ї, що виховують дитину з особливими потребами, зокрема дитину з інтелектуальними порушеннями, значно відрізняються від повсякденних турбот, що хвилюють сім'ю нормотипової дитини.

Аналіз наукових джерел (І. Бех, В. Синьов, О. Хохліна, А. Максаков, А. Маллер, В. Воронкова, І. Єрмоєнко, С. Забрамна, З. Дунаєва, О. Кухарчук, М. Радченко, Л. Кислян, О. Агавелян, О. Романенко, Н. Скрипка, І. Мамайчук, О. Морозова, В. Ткачова, О. Усанова, С. Шаховська та ін.) показав, що практичних і теоретичних напрацювань щодо роботи із сім'єю дитини з особливими потребами суттєво менше, ніж щодо роботи власне з самими дітьми. Більшість досліджень свідчать про те (О. Агавелян, Р. Майрамян, М. Семаго), що поява в сім'ї дитини з інтелектуальними порушеннями порушує сформовану життєдіяльність сім'ї: змінюється психологічний клімат у сім'ї, подружні стосунки.

Питанням психологічної реабілітації сімей, які мають дітей з інтелектуальними порушеннями присвячені роботи М. Радченко, Л. Кислян, О. Агавелян, О. Комарової, В. Юртайкіна, Л. Гриценко, Т. Ілляшенко, Г. Ком'ячіної, І. Осетрової, О. Романенко, Н. Скрипки та інших.

Деформація позитивного життєвого стереотипу, обумовлена народженням дитини з особливостями у розвитку, тягне за собою порушення, які можуть проявлятися на соціальному, соматичному та психологічному рівнях.

Саме тому сім'ї, що виховують дітей з інтелектуальними порушеннями потребують психологічної реабілітації, яка спрямована на гармонізацію психоемоційного стану і підвищення рівня адаптації як дитини, так і батьків у соціумі [6]. Проте питання застосування арттерапії не знайшло свого детального висвітлення. Актуальність та практична значущість проблеми надання психологічної реабілітаційної допомоги сім'ям, де виховуються дитина з інтелектуальними порушеннями обумовила вибір теми наукової розвідки.

Соціально-психологічними факторами ризику в сім'ях, які виховують дітей та підлітків з інтелектуальними порушеннями, слід назвати: недостатній рівень психолого-педагогічної компетентності батьків; емоційне вигорання внаслідок постійного перебування матері з дитиною в соціально-замкнених умовах будинку; недовіру до медичних і педагогічних фахівців і невпевненість в позитивних результатах реабілітації дитини [2].

Важливою ланкою психологічної допомоги дітям з інтелектуальними порушеннями є власне психологічна підтримка їх батьків. Тут основними завданнями в роботі педагога-психолога з батьками цієї категорії стають:

- формування у батьків нових життєвих орієнтирів;
- корекція особистісних порушень у батьків, що мають дитину з інтелектуальними порушеннями;
- корекція неадекватних поведінкових реакцій батьків як щодо своїх дітей, так і у відносинах із соціумом;
- реконструкція перекручених або порушених батьківсько-дитячих відносин і внутрішньосімейних стосунків; - пошук внутрішніх ресурсів.

Психологічну реабілітацію батьків можна розглядати як систему заходів, спрямованих на: зниження емоційного дискомфорту в зв'язку з захворюванням дитини, зміцнення впевненості батьків у можливостях дитини; і встановлення адекватних батьківсько-дитячих відносин і стилів сімейного виховання.

Одним із методів психологічної реабілітації сім'ї, що виховує дитину з інтелектуальними порушеннями можна по праву вважати арт-терапію. Цей метод сприяє підвищенню самооцінки, здатності усвідомлювати свої відчуття і почуття, що в свою чергу дозволяє відновлювати емоційний стан і особистісні ресурси.

На сьогоднішній день розвитком арт-терапії займаються, в основному, лікарі-психіатри, психотерапевти та практикуючі психологи, які використовують елементи арт-терапії в профілактичній та корекційній роботі.

Термін «арт-терапія» означає лікування пластичною зображальною творчістю з метою вираження людиною свого психоемоційного стану.

Основними функціями арт-терапії є: катарсична (яка очищує, звільняє від негативних станів); регулятивна (зняття нервово-психічної напруги, регуляція психосоматичних процесів, моделювання позитивного психоемоційного стану); комунікативно-рефлексивна (забезпечує корекцію порушень спілкування, формування адекватної міжособистісної поведінки, самооцінки). В арт-терапії не робиться акцент на цілеспрямоване навчання і, отже, оволодіння практичними навичками і вміннями в будь-якому вигляді художньої діяльності. Арт-терапія вирішує як загальні теоретичні та організаційні завдання, так і приватні, які стосуються кожного з цих напрямків.

Незважаючи на досить великий фактичний матеріал, арт-терапія в теоретичному відношенні знаходиться на стадії емпіричних узагальнень. Огляд літератури з арт-терапії свідчить про те, що це збірне поняття, яке включає безліч різноманітних форм і методів. Тому не існує загальновизнаної класифікації арт-терапії.

Ю. Моздокова в «Атласі соціально-культурних реабілітаційних технологій» дає класифікацію і типологію культуротворчих реабілітаційних технологій, які включають: бібліотерапію, казкотерапію, арт-терапію (як використання засобів образотворчого мистецтва), музикотерапію, терапію театральним мистецтвом, танцютерапію, глинотерапію, садотерапію тощо [5].

Т. Кисельова і Ю. Красильников позначають ці технології як базові. Структурно змістовна ознака їх класифікації визначає напрямок і характер соціально-захисного, реабілітаційного впливу на особистість дитини або дорослого, відбір і локалізацію відповідних засобів і способів[2].

Використання арт-терапії як методу психологічної реабілітації членів сім'ї, де є дитина з інтелектуальними порушеннями, для корекції їхнього ставлення до своїх дітей має широкий спектр можливостей. Зокрема доцільно використовувати такі види арт-терапії, як: ігрову психотерапію, музичну терапію, піскову терапію, танцювально-рухову терапію, бібліотерапію, казкотерапію, фототерапію, кінотерапію у пасивній (рецептивній) і активній (творчій) формах. Для арт-терапії з сім'єю, де виховується дитина з інтелектуальними порушеннями ефективним буде використання таких арттерапевтичних технік, як: «Автопортрет сім'ї», «Скульптура сімейних стосунків», «Герб сім'ї», «Подорож у світ дитинства», «Лінії життя» тощо [1].

Вищеописані види арт-терапії й арт-терапевтичні техніки допомагають виходу агресивності та іншим негативним почуттям в ході роботи над малюнками, картинами і скульптурами; дають можливість опрацювати думки і почуття, які клієнт звик придушувати. Дозволяють розвинути почуття внутрішнього контролю, сконцентрувати увагу на відчуттях і почуттях,

розвинути художні здібності і підвищити самооцінку. Побічним продуктом арттерапії є почуття задоволення, яке виникає в результаті виявлення прихованих талантів і їх розвитку. Заняття образотворчим мистецтвом створюють великі можливості для експериментування з кінестетичними і зоровими відчуттями і розвитку здатності до їх сприйняття.

Якщо члени сім'ї отримують психотерапевтичну підтримку, то арттерапія полегшує процес «лікування». Неусвідомлювані внутрішні конфлікти і переживання часто буває легше виразити за допомогою зорових образів, ніж висловити їх в процесі вербальної корекції.

Психотерапевтичні прийоми в арт-терапії дають можливість налагодити стосунки між психологом і клієнтом і дають можливість спеціалісту отримати матеріал для інтерпретації і діагностичних висновків. Продукти художньої творчості достатньо довговічні, і клієнт не може заперечувати факт їх існування. Зміст і стиль художніх робіт дають можливість отримати інформацію про клієнта, який може допомагати в інтерпретації своїх творів.

Арт-терапевтичні техніки і вправи для роботи з батьками, які виховують дітей з інтелектуальними порушеннями повинні бути спрямовані як на батьків, так і побічно можуть впливати на дітей [4].

Результатом використання методів арт-терапії проектується формування нової життєвої якості сім'ї – адаптивності, тобто здатності самостійно досягати відносної рівноваги у відносинах із собою і оточуючими, як в сприятливих, так і в екстремальних життєвих ситуаціях, бути автором і творцем свого життя. Таким чином, психологічна реабілітація сім'ї, що має дитину з інтелектуальними порушеннями – це діяльність, спрямована на актуалізацію батьківських ресурсів сім'ї, що забезпечують ефективність її функціонування, особливо в періоди криз, які пов'язані з вихованням і розвитком дитини з особливими потребами, що дозволяє створювати корекційно-розвиваючий простір, формувати і реалізовувати адекватні потребам дитини стратегії виховання, які базуються на конструктивних батьківських установках і позиціях по відношенню до неї.

Список використаних джерел:

1. Вознесенська О. Л., Мова Л. В. *Арт-терапія в роботі практичного психолога : використання арт-технологій в освіті*. Київ : Шкільний світ, 2007. 120 с.
2. Киселева Т. Г., Красильников Ю. Д. *Основы социально-культурной деятельности*. Москва : МГУКИ, 2004. 539 с.
3. Копытин А. И. *Теория и практика арт-терапии*. Санкт-Петербург : Питер, 2002. 368 с.

4. Королева В. И. *Использование методов арт-терапии в консультировании родителей детей с ограниченными возможностями здоровья : методические рекомендации.* Ханты-Мансийск : Институт развития образования, 2017. 50 с.

5. Моздокова Ю. С. *Атлас социально-культурно реабилитационных технологий.* Москва : МГУКИ, 2002. 132 с.

6. Подкоритова Л.О. Використання засобів арт-терапії у психологічній роботі з батьками дітей з особливими потребами. *Індивідуальність у психологічних вимірах спільнот та професій /* за заг. ред. Л. В. Помиткіної, О. М. Ічанської. Київ : ТОВ «Альфа-ПК», 2020. 315 с.

УДК 378.015.31:796

Симоненко В.М.
студентка I курсу,
факультет міжнародних економічних відносин
ХНЕУ ім. С. Кузнеця

ВИКОРИСТАННЯ ЕЛЕМЕНТІВ НАРОДНИХ ТАНЦІВ НА ЗАНЯТТЯХ З ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ

Перетворення, що охопили всі сфери сучасного суспільства, не залишили без уваги проблему вдосконалення системи фізичного виховання у ЗВО, пов'язану із соціальним замовленням в системі освіти, що спрямоване на підготовку й формування фахівця з високим рівнем соціальної активності в гармонії з фізичним розвитком. Основним завданням освітнього стандарту навчальної програми з фізичного виховання є формування фізичної культури особистості та здатності використання засобів фізичного виховання та спорту для збереження здоров'я, психофізичної підготовки до майбутньої професійної діяльності.

Останнім часом у студентів великою популярністю користуються заняття танцювальної спрямованості. У зв'язку з цим було проведено анкетування 120 студентів, більшість з яких хотіли б відвідувати заняття танцювальної спрямованості.

На кафедрі фізичного виховання та спорту ХНЕУ імені С. Кузнеця активно застосовуються на заняттях з дисципліни «Фізичне виховання» елементи народних танців, що дозволяє виховувати як любов до фізичних вправ, так і до народного мистецтва.