МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ
Національний аерокосмічний університет ім. М. Є. Жуковського
«Харківський авіаційний інститут»

Кафедра фізичного виховання, спорту та реабілітації

ЗБІРНИК ТЕЗ

ІІІ ВСЕУКРАЇНСЬКОЇ НАУКОВО-ПРАКТИЧНОЇ КОНФЕРЕНЦІЇ З МІЖНАРОДНОЮ УЧАСТЮ «АКТУАЛЬНІ ПИТАННЯ ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ, СПОРТУ, ЗДОРОВОГО СПОСОБУ ТА ЯКОСТІ ЖИТТЯ РІЗНИХ ВЕРСТВ НАСЕЛЕННЯ»

21 березня 2025 року

Харків «ХАІ» 2025

УДК 796(063)
А43

Актуальні питання фізичного виховання, спорту, здорового способу та якості життя різних верств населення : збірник тез ІІІ Всеукраїнської науково-практичної конференції з міжнародною участю (електронне видання), 21 березня 2025 року. Харків : Національний аерокосмічний університет ім. М. Є. Жуковського «Харківський авіаційний інститут», 2025. 391 с.

У збірнику представлені тези за тематичними напрямами конференції: фізичне виховання та рухова активність різних верств населення; теоретико-методичні основи підготовки спортсменів, олімпійський, професійний та адаптивний спорт, урбан-спорт; фізична реабілітація, проблеми формування здорового способу та якості життя людини у сучасному суспільстві; соціальна адаптація, інклюзивна освіта – навчання без бар'єрів.

Голова організаційного комітету: *Баканова О. Ф., кандидат наук з фізичного виховання та спорту, доцент, завідувач кафедри фізичного виховання, спорту та реабілітації.*

Організаційний комітет:

Рядова Л. О., кандидат наук з фізичного виховання та спорту, доцент, доцент кафедри фізичного виховання, спорту та реабілітації;

Крамаренко В. І., старший викладач кафедри фізичного виховання, спорту та реабілітації.

Голова редакційної колегії:

Баканова Олександра Феліксівна *– кандидат наук з фізичного виховання та спорту, доцент, завідувач кафедри фізичного виховання, спорту та реабілітації.*

Редакційна колегія:

Рядова Ліліана Олегівна *– кандидат наук з фізичного виховання та спорту, доцент, доцент кафедри фізичного виховання, спорту та реабілітації.*

Крамаренко Валентина Іванівна *– старший викладач кафедри фізичного виховання, спорту та реабілітації.*

Єварницький Ігор Андрійович *– старший викладач кафедри фізичного виховання, спорту та реабілітації.*

Білоус Наталія Сергіївна *– старший викладач кафедри фізичного виховання, спорту та реабілітації.*

Кононенко Неллі Миколаївна *– старший викладач кафедри фізичного виховання, спорту та реабілітації.*

Корота Микола Володимирович *– асистент кафедри фізичного виховання, спорту та реабілітації.*

Заїка Олег Анатолійович *– кандидат технічних наук, доцент, доцент кафедри фізичного виховання, спорту та реабілітації.*

Затверджено
Вченою радою гуманітарно-правового факультету
Національного аерокосмічного університету ім. М. Є. Жуковського
«Харківський авіаційний інститут»
(протокол № 7 від 11 березня 2025 року)

УДК 796(063)

© Колектив авторів, 2025
© Національний аерокосмічний
університет ім. М. Є. Жуковського
«Харківський авіаційний інститут», 2025

Шлапацький В. В. *Комплексна реабілітації на етапах відновлення кульшового суглобу після ендопротезування*…….. 309

Шумейко Д. І. *Сучасний погляд на ерготерапію дітей шкільного віку з spina bifida*…… 312

СЕКЦІЯ 4
СОЦІАЛЬНА АДАПТАЦІЯ; ІНКЛЮЗИВНА ОСВІТА – НАВЧАННЯ БЕЗ БАР'ЄРІВ

Білоус Н. С. *Соціальна адаптація здобувачів вищої освіти з особливими освітніми потребами засобоми гандболу*…… 314

Бондаренко С. Ю., Вітомський Ю. Л. *Імпліцитне соціальне пізнання та адаптація: роль несвідомих упереджень, евристики та інтерналізації соціальних норм у міжкультурній взаємодії*…… 319

Гавриленко А. Ф. *Фізичне виховання здобувачів вищої освіти з особливими освітніми потребами*…… 324

Дячок Е. Р. *Специфіка проведення корекційно-розвивальних вправ на уроках фізичної культури в інклюзивних классах*…… 329

Жомерук П. О., Гончар В. В. *Оптимізація навчального процесу з фізичного виховання засобом інтеграції онлайн фізичних вправ для здобувачів вищої освіти з особливими освітніми проблемами*…… 333

Жукова О. А. *Педагогічні підходи до створення інклюзивного освітнього простору в закладах вищої освіти засобом фізичного виховання*…… 340

Зелик О. Ю. *Роль легкої атлетики у сприянні соціальній інтеграції здобувачів вищої освіти з особливими освітніми потребами в закладах вищої освіти*…… 344

Камишан А. А. *Організаційно-методичні умови проведення занять із фізичного виховання для здобувачів вищої освіти з особливими освітніми потребами*…… 349

Качан О. А. *Соціальна адаптація учнівської молоді засобами фізичної культури*…… 354

Когут М. І. *Роль гандболу у формуванні інклюзивної культури в закладах вищої освіти*…… 359

Кононенко Н. М. *Організаційні умови проведення інклюзивних занять із гандболу в закладах вищої освіти.*…… 362

Крамаренко В. І. *До питання впливу занять волейболом на соціальну адаптацію здобувачів вищої освіти з особливими освітніми потребами.*…… 368

Мкртічян О. А., Лященко В. М. *Настільний теніс як засіб соціальної адаптації здобувачів вищої освіти з особливими освітніми потребами в закладах вищої освіти.*…… 372

Середа С. В. *Роль занять тенісом у соціальній адаптації здобувачів вищої освіти з особливими освітніми потребами.*…… 376

Сірман Д. Є. *Мотивація здобувачів вищої освіти з особливими освітніми потребами до занять гандболом.*…… 379

Широка С. І. *Інклюзивна освіта як гуманістична філософська парадигма: забезпечення рівного доступу до занять із фізичного виховання для здобувачів вищої освіти з особливими освітніми потребами.*…… 384

Мкртічян О. А.,
доктор педагогічних наук, професор, професор кафедри
Харківський національний економічний університет імені Семена Кузнеця, м. Харків, Україна
Лященко В. М.,
доктор філософії, доцент кафедри
Харківський національний педагогічний університет імені Г. С. Сковороди
м. Харків, Україна

НАСТІЛЬНИЙ ТЕНІС ЯК ЗАСІБ СОЦІАЛЬНОЇ АДАПТАЦІЇ ЗДОБУВАЧІВ ВИЩОЇ ОСВІТИ З ОСОБЛИВИМИ ОСВІТНІМИ ПОТРЕБАМИ В ЗАКЛАДАХ ВИЩОЇ ОСВІТИ

Анотація. Вивчено ефективність використання настільного тенісу як засобу соціальної адаптації здобувачів вищої освіти з особливими освітніми потребами в закладах вищої освіти. Установлено, що систематичні заняття настільним тенісом сприяють розвитку соціальних, фізичних і психоемоційних навичок, що є важливими для інтеграції здобувачів вищої освіти з особливими освітніми потребами в освітнє середовище, та допомагають зменшувати соціальну ізоляцію, підвищувати самооцінку та створювати інклюзивне середовище, що сприяє соціальній адаптації.

Ключові слова: заклади вищої освіти; здобувачі вищої освіти з особливими освітніми потребами; інклюзивна освіта; настільний теніс; соціальна адаптація.

Вступ. Соціальна адаптація здобувачів вищої освіти з особливими освітніми потребами є важливим аспектом інклюзивної освіти, що сприяє їхній інтеграції в освітнє та соціальне середовище закладів вищої освіти.

Настільний теніс, як доступний і динамічний вид фізичної активності, має значний потенціал для розвитку фізичних, психологічних і соціальних навичок, що є ключовими для адаптації здобувачів вищої освіти з особливими освітніми потребами.

Настільний теніс характеризується помірним фізичним навантаженням, можливістю індивідуалізації занять і сприянням соціальній взаємодії, що робить його ефективним засобом для підтримки інклюзивного освітнього процесу.

У контексті сучасних вимог до фізичного виховання в закладах вищої освіти настільний теніс може відігравати важливу роль у формуванні соціальних зв’язків, підвищенні самооцінки та поліпшенні психоемоційного стану здобувачів вищої освіти з особливими освітніми потребами.

Проблема дослідження полягає у визначенні того, наскільки заняття настільним тенісом сприяють соціальній адаптації здобувачів вищої освіти з особливими освітніми потребами.

Мета дослідження: вивчити ефективність використання настільного тенісу як засобу соціальної адаптації здобувачів вищої освіти з особливими освітніми потребами в закладах вищої освіти.

Методи дослідження: теоретичний аналіз і узагальнення наукової та методичної літератури.

Виклад основного матеріалу дослідження. Систематичні заняття настільним тенісом сприяють зміцненню здоров'я, поліпшенню функціонального стану систем, підвищенню рівня фізичної підготовленості та адаптації до стрес-чинників навколишнього середовища у здобувачів вищої освіти [1].

За даними Л. Г. Гришко, Н. В. Завадської, І. В. Новікової, О. М. Чиченьової [5], Є. І. Жуковського, І. В. Мички, О. І. Булгакова [2], у здобувачів вищої освіти, які систематично відвідують заняття з настільного тенісу спостерігається поліпшення зору, стану серцево-судинної системи; зміцнення суглобів та м'язів: підвищення рівня фізичної підготовленості.

Як зазначає М. В. Супруненко [4], заняття настільним теніом сприяють зміцненню здоров'я; поліпшенню фізичного розвитку, функціонального стану зорового аналізатора; підвищення рівня фізичної підготовленості, зацікавленості у систематичному відвідуванні заняття з фізичного виховання.

Л. О. Рядова зі співавторами [3] зазначають, що систематичні заняття даним видом рухової активності позитивно впливають на фізичний стан, активність систем та аналізаторів у зазначеного контингенту.

Соціальна адаптація здобувачів вищої освіти з особливими освітніми потребами є важливим елементом інклюзивної освіти, що сприяє їхній інтеграції в академічне та соціальне середовище. Настільний теніс, як доступна форма фізичної активності, має значний потенціал для сприяння соціальній адаптації завдяки своїм унікальним характеристикам: помірному фізичному навантаженню, можливості індивідуалізації занять, а також сприянню соціальній взаємодії та розвитку психомоторних навичок.

Ефективність настільного тенісу як засобу соціальної адаптації полягає в:

1. Настільний теніс є соціально орієнтованою діяльністю, що передбачає взаємодію з партнерами або суперниками, сприяючи розвитку комунікативних навичок. Для здобувачів вищої освіти з особливими освітніми потребами, які можуть стикатися з труднощами в соціальній інтеграції, заняття настільним тенісом створюють сприятливе середовище для встановлення контактів, співпраці та формування почуття приналежності до групи. Регулярна взаємодія під час гри допомагає зменшувати рівень соціальної ізоляцію та сприяє розвитку навичок командної роботи.

2. Заняття настільним тенісом сприяють зниженню рівня тривожності та стресу, що є поширеними проблемами серед здобувачів вищої освіти з особливими освітніми потребами. Фізична активність, пов'язана з грою, стимулює вироблення ендорфінів, що позитивно впливає на емоційний стан. Крім того, настільний теніс вимагає концентрації уваги та швидкої реакції, що

допомагає здобувачів вищої освіти з особливими освітніми потребами відчувати контроль над ситуацією, підвищуючи їхню впевненість у собі та самооцінку.

3. Настільний теніс є адаптивним видом фізичної активності, який легко модифікувати відповідно до індивідуальних потреб здобувачів вищої освіти з особливими освітніми потребами.

4. Настільний теніс сприяє підвищенню рівня розвитку координованості рухів, швидкості реакції та точності, що є важливими для здобувачів вищої освіти з особливими освітніми потребами, які можуть мати обмеження рухових функцій.

5. Інтеграція настільного тенісу в програми фізичного виховання закладів вищої освіти створює умови для спільної участі здобувачів вищої освіти з особливими освітніми потребами та їхніх однолітків без особливих потреб. Такий підхід сприяє формуванню інклюзивного освітнього середовища, де здобувачі вищої освіти можуть взаємодіяти на рівних умовах, долаючи соціальні бар'єри та стереотипи.

Отже, використання настільного тенісу в закладах вищої освіти може відігравати велику роль у підвищенні рівня соціальної адаптації здобувачів вищої освіти з особливими освітніми потребами сприяючи їхній інтеграції, поліпшенню психоемоційного стану та формуванню соціальних зв'язків.

Висновки. Настільний теніс є ефективним засобом соціальної адаптації здобувачів вищої освіти з особливими освітніми потребами в закладах вищої освіти.

Систематичні заняття настільним тенісом сприяють розвитку соціальних, фізичних і психоемоційних навичок, що є важливими для інтеграції здобувачів вищої освіти з особливими освітніми потребами в освітнє середовище, та допомагають зменшувати соціальну ізоляцію, підвищувати самооцінку та створювати інклюзивне середовище, що сприяє соціальній адаптації.

Перспективи подальших досліджень: вивчити роль педагогічної підготовки викладачів фізичного виховання у підвищенні ефективності занять настільним тенісом для соціальної адаптації здобувачів вищої освіти з особливими освітніми потребами в закладах вищої освіти.

Список використаної літератури

1. Кучеренко Г. В. Динаміка фізичного стану студентів, що спеціалізуються з настільного тенісу, протягом навчально-тренувального процесу у ВНЗ. *Інноваційна педагогіка :* науковий журна. Одеса : Видавничий дім «Гельветика», 2020. Вип. 23. Т. 2. С. 28–33.

2. Настільний теніс : метод. реком. / уклад. : Є. І. Жуковський, І. В. Мичка, О. І. Булгаков. Житомир : Вид-во ЖДУ імені І. Франка, 2021. 65 с.

3. Рядова Л. О., Скляренко В. П., Подмарьова І. А. Роль настільного тенісу у фізичному вихованні здобувачів вищої освіти. *Креативний простір* : електрон. наук. журн. Харків : СГ НТМ «Новий курс», 2022. No 9. С. 65–66.

4. Супруненко М. В. Оздоровчій напрямок занять з настільного тенісу. *Науковий часопис Національного педагогічного університету імені М. П. Драгоманова. Серія № 15. Науково-педагогічні проблеми фізичної культури (фізична культура і спорт)* : зб. наук. пр.. / за ред. О. В. Тимошенка. Київ : Вид-во НПУ імені М. П. Драгоманова, 2021. Вип. 11 (143) 2021. С. 139–141.

5. Фізичне виховання. Настільний теніс : навч. посіб. для студ. всіх спеціальностей / уклад. : Л. Г. Гришко, Н. В. Завадська, І. В. Новікова, О. М. Чиченьова. Київ : КПІ імені Ігоря Сікорського. 2021. 108 с.