

Середа С. В.,

здобувач першого (бакалаврського) рівня вищої освіти

Науковий керівник: Баканова О. Ф.,

кандидат наук з фізичного виховання та спорту, доцент, завідувач кафедри

Національний аерокосмічний університет ім. М. Є. Жуковського

«Харківський авіаційний інститут», м. Харків, Україна

РОЛЬ ЗАНЯТЬ ТЕНІСОМ У СОЦІАЛЬНІЙ АДАПТАЦІЇ ЗДОБУВАЧІВ ВИЩОЇ ОСВІТИ З ОСОБЛИВИМИ ОСВІТНИМИ ПОТРЕБАМИ

Анотація. У дослідженні вивчено роль занять тенісом у соціальній адаптації здобувачів вищої освіти з особливими освітніми потребами в закладах вищої освіти. Виявлено, що заняття тенісом є ефективним засобом соціальної адаптації здобувачів вищої освіти з особливими освітніми потребами, оскільки вони сприяють поліпшенню фізичного, функціонального та психоемоційного стану, розвитку соціальних навичок і формуванню інклюзивного фізичного виховання в закладах вищої освіти.

Ключові слова: заклади вищої освіти; здобувачі вищої освіти з особливими освітніми потребами; соціальна адаптація; теніс; фізичне виховання.

Вступ. Соціальна адаптація здобувачів вищої освіти з особливими освітніми потребами є важливим аспектом забезпечення інклюзивного освітнього середовища в закладах вищої освіти.

Здобувачі вищої освіти з особливими освітніми потребами часто стикаються з психологічними, соціальними та фізичними бар'єрами, що ускладнюють їхню інтеграцію в студентське середовище, формування міжособистісних зв'язків та активну участь у соціальному житті. У цьому контексті заняття з фізичного виховання, зокрема теніс, набувають особливого значення як засіб поліпшення здоров'я, підвищення рівня фізичної активності, розвитку соціальних навичок і психоемоційної стійкості.

Актуальність дослідження зумовлена необхідністю розвитку інклюзивної освіти та пошуку ефективних засобів соціальної адаптації здобувачів вищої освіти з особливими освітніми потребами в закладах вищої освіти. Сучасні виклики інклюзивного навчання підкреслюють важливість вивчення ролі занять тенісом як засобу соціальної адаптації.

Дослідження ролі занять тенісом у соціальній адаптації здобувачів вищої освіти з особливими освітніми потребами є актуальним для розробки практичних рекомендацій щодо організації інклюзивного фізичного виховання в закладах вищої освіти.

Мета дослідження: вивчити роль занять тенісом у соціальній адаптації здобувачів вищої освіти з особливими освітніми потребами в закладах вищої освіти.

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

Виклад основного матеріалу дослідження. Заняття тенісом у фізичному вихованні здобувачів вищої освіти сприяють вирішенню оздоровчих, освітніх і виховних завдань у закладах вищої освіти [3].

А. В. Лукачина [4], М. В. Супруненко і О. М. Коломейцева [5] вважають, що систематичні заняття тенісом сприяють поліпшенню стану здоров'я, підвищенню рівня фізичної підготовленості та працездатності у здобувачів вищої освіти.

На думку О. О. Шевченко, М. В. Мерзлікіна, Н. І. Чучи [6], під впливом занять тенісом у здобувачів вищої освіти спостерігається поліпшення зорово-моторної реакції та стану психофізіологічних функцій.

О. Ф. Баканова [1; 2] зазначає, що систематичні заняття тенісом сприяють поліпшенню фізичного, функціонального й психологічного стану та формуванню вольових якостей у здобувачів вищої освіти.

Заняття тенісом відіграють значну роль у соціальній адаптації здобувачів вищої освіти з особливими освітніми потребами в закладах вищої освіти, сприяючи їхній інтеграції, психоемоційному розвитку та формуванню соціальних навичок. Основні аспекти цієї ролі:

1. Теніс, особливо парний, створює умови для командної роботи та спілкування. Здобувачі вищої освіти з особливими освітніми потребами отримують можливість взаємодіяти з однолітками, розвивати комунікативні навички та будувати дружні стосунки, що сприяє подоланню соціальної ізоляції.

2. Регулярні заняття тенісом допомагають знижувати рівень стресу, тривожності та депресивних станів, які часто супроводжують здобувачів вищої освіти з особливими освітніми потребами. Фізична активність стимулює вироблення ендорфінів, підвищуючи настрій і впевненість у собі.

3. Заняття тенісом в інклюзивному освітньому середовищі дозволяє здобувачам вищої освіти з особливими освітніми потребами відчувати себе частиною студентської спільноти.

4. Теніс вимагає концентрації уваги, стратегічного мислення та регулярності. Ці якості переносяться на академічне та повсякденне життя, допомагаючи здобувачам вищої освіти з особливими освітніми потребами краще організовувати свій час і виконувати завдання.

5. Для здобувачів вищої освіти з фізичними обмеженнями адаптований теніс (наприклад, теніс на візках) допомагає розвивати функціональні можливості, що позитивно впливає на їхню самооцінку та сприйняття власних здібностей.

**III Всеукраїнська науково-практична конференція з міжнародною участю
«АКТУАЛЬНІ ПИТАННЯ ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ, СПОРТУ, ЗДОРОВОГО СПОСОБУ
ТА ЯКОСТІ ЖИТТЯ РІЗНИХ ВЕРСТВ НАСЕЛЕННЯ»**

6. Заняття тенісом здобувачів вищої освіти з особливими освітніми потребами разом з іншими здобувачами вищої освіти сприяє формуванню інклюзивного освітнього середовища, де поважаються індивідуальні особливості. Це допомагає руйнувати стереотипи та сприяє взаєморозумінню в студентському колективі.

Висновки. Заняття тенісом є ефективним засобом соціальної адаптації здобувачів вищої освіти з особливими освітніми потребами, оскільки вони сприяють поліпшенню фізичного, функціонального та психоемоційного стану, розвитку соціальних навичок і формуванню інклюзивного фізичного виховання в закладах вищої освіти.

Перспективи подальших досліджень полягають у розробці методичних рекомендацій для викладачів фізичного виховання щодо організації та проведення занять тенісом для здобувачів вищої освіти з особливими освітніми потребами.

Список використаної літератури

1. Баканова О. Ф. Ефективність занять тенісом у фізичному вихованні здобувачів вищої освіти. *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 УДУ імені Михайла Драгоманова, 2023. Вип. 2 (160) 2023. С. 54–57.
2. Баканова О. Ф. Теніс як вид рухової активності здобувачів вищої освіти. *Фізична активність і якість життя людини* : матеріали III наук.-практ. заоч. конф. з міжнар. участю, 6 трав. 2022 р. Харків : Харків. нац. мед. ун-т, 2022. С. 34–39.
3. Бурлака І. В., Лукачина А. В. Фізичне виховання: теніс : навч. посіб. Київ : КПІ ім. Ігоря Сікорського, 2022. 75 с.
4. Лукачина А. В. Особливості використання різних підходів у навчанні гри в теніс студентів ВНЗ неспортивного профілю. *Актуальні проблеми гуманітарних та природничих наук*. 2016. С. 78–80.
5. Супруненко М. В., Коломейцева О. М. Особливості початкового навчання з тенісу студентської молоді в університеті неспортивного профілю. *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, 2019. Вип. 6 (114) 2019. С. 93–96.
6. Шевченко О. О., Мерзлікін М. В., Чуча Н. І. Порівняльний аналіз показників моторної функціональної асиметрії у студентів спортивної спеціалізації бадмінтон, теніс. *Спортивні ігри*. 2020. No 3 (17). С. 115–124.