

РУБАН Ася

Ізмаїльський державний гуманітарний університет

<https://orcid.org/0000-0003-0427-3551>e-mail: ruban_ak@ukr.net

ПОЗИТИВНА СОЦІАЛІЗАЦІЯ ДІТЕЙ З ОСОБЛИВИМИ ПОТРЕБАМИ НА ЕТАПІ ПОЧАТКОВОЇ І БАЗОВОЇ ЗАГАЛЬНОЇ СЕРЕДНЬОЇ ОСВІТИ ЗАСОБАМИ ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ

Питання соціалізації дітей з особливими освітніми потребами (ООП) в контексті інклюзивної освіти є одним із найбільш стратегічно важливих та гуманістично значущих викликів сучасної освіти. Україна, активно інтегруючись у європейський освітній простір, дедалі більше усвідомлює необхідність створення умов для повноцінного розвитку та інтеграції кожної дитини, незалежно від її індивідуальних особливостей. На етапі початкової та базової загальної середньої освіти, коли формуються базові знання, навички та ціннісні орієнтири і закладається фундамент майбутньої дорослості та самостійності. У цьому процесі одним із найпотужніших, проте часто недооцінених, інструментів виступає фізична культура.

Мета дослідження – теоретичне обґрунтування та практичне доведення порівняльної ефективності щодо використання засобів фізичної культури для позитивної соціалізації дітей з ООП на етапі початкової та базової загальної середньої освіти.

Аналіз наукових джерел, педагогічних практик та спостереження за навчальною діяльністю учнів.

Заняття фізичною культурою сприяють формуванню комунікативних навичок, емпатії, толерантності та прийняття індивідуальних відмінностей. Командні ігри та спортивні вправи створюють умови для співпраці, відповідальності та взаємодопоміжки. Заняття фізичною культурою дозволяють природним чином долати ці бар'єри. У спільній грі чи командній естафеті діти вчаться співпрацювати, домовлятися, допомагати одне одному, брати на себе відповідальність за спільний результат. Принципово важливо, щоб учителі фізичної культури вже на етапі університетської підготовки набули відповідну фахову компетентність щодо індивідуалізації та диференціації навчального процесу, адаптуючи фізичні вправи та правила ігор на фізичну активність і навчання через рух до можливостей та потреб кожної дитини. Це вимагає від педагогів глибоких знань у галузі спеціальної психології, педагогіки, а також постійного вдосконалення професійних компетенцій. Використання допоміжного обладнання, модифікація правил, візуальні підказки, спрощені завдання – усе це дозволяє інтегрувати дітей з різними нозологіями в єдиний освітній процес. Окрім розвитку комунікативних навичок, фізична культура сприяє розвитку емоційно-вольової сфери. Досягнення успіху у фізичних вправах, подолання труднощів, вміння програвати гідно та радіти перемогам – все це важливі уроки, які формують стійкість характеру, наполегливість та самоконтроль. Рухова активність також сприяє зниженню рівня стресу, покращенню настрою та загального психоемоційного стану, що особливо важливо для дітей з ООП, які можуть бути схильні до підвищеної тривожності чи депресивних станів.

Позитивна соціалізація дітей з ООП засобами фізичної культури потребує комплексного та міждисциплінарного підходу. Це передбачає тісну співпрацю вчителів фізичної культури з психологами, дефектологами, логопедами, лікарями та, що найважливіше, з батьками. Обмін інформацією про індивідуальні особливості дитини, спільне планування та реалізація програм, спрямованих на розвиток соціальних компетенцій, забезпечують синергетичний ефект та позитивну соціалізацію.

Ключові слова: позитивна соціалізація, діти з особливими освітніми потребами, початкова та базова загальна середня освіта, соціальні навички, інваспорт, майбутній вчитель фізичної культури, інклюзивна освіта, адаптивна фізична культура.

<https://doi.org/10.31891/pcs.2025.4.20>

1. ПОСТАНОВКА ПРОБЛЕМИ У ЗАГАЛЬНОМУ ВИГЛЯДІ ТА ЇЇ ЗВ'ЯЗОК ІЗ ВАЖЛИВИМИ НАУКОВИМИ ЧИ ПРАКТИЧНИМИ ЗАВДАННЯМИ

Питання позитивної соціалізації дітей з ООП постає одним із найактуальніших у цивілізованому суспільстві, відтак, є на часі сучасної науки. В умовах розбудови ві в соціумі, і в освітній сфері інклюзивного освітнього середовища, де визнано, що саме кожна дитина, незалежно від її

індивідуальних особливостей, має право на повноцінний розвиток і рівні можливості, особливої ваги набуває здатність, щонайперше педагогів, до компетентного розв'язання проблемних питань інклюзивної освіти.

Особливо значущою постає роль вчителя, який здійснює фахову діяльність. На етапі початкової та базової загальної середньої освіти, тобто коли формуються базові соціальні навички, відбувається активне

пізнання дитиною навколишнього світу та цінується взаємодія з однолітками. З огляду на це, критично важливим є повноцінне використання різноманітних педагогічних інструментів, що сприяють гармонійному входу таких дітей у соціум.

Вивчення й узагальнення конструктивного досвіду інклюзивної освіти засвідчує, що одним із потужних, натомість ще й досі, недооцінених у цьому процесі залишається фізична культура. Творчі фахівці, фокус інновацій яких сконцентровано на спеціальній і здоров'язбережувальній та фізкультурній освітніх галузях. Здебільшого єдині у визнанні. Що саме фізична культура не лише забезпечує фізичний розвиток та зміцнення здоров'я, але й створює унікальні умови для формування комунікативних навичок, збагачення емоційно-вольової сфери, підвищення самооцінки та відчуття приналежності до колективу. Можливості фізичної культури як ефективного засобу позитивної соціалізації дітей з ООП важко переоцінити, ще й в аспекті збагачення педагогічного інструментарію освітнього партнерства; феноменологія останнього складає предмет наукових дискусій в умовах інклюзивної освіти.

2. АНАЛІЗ ОСТАННІХ ДОСЛІДЖЕНЬ І ПУБЛІКАЦІЙ

Дослідженням проблемам соціалізації дітей та молоді присвячені праці Т. Білан, Т. Грицишина, Н. Кабусь, Н. Климеєнук, Н. Мельник, В. Юрченко та ін. Дотично проблематики соціалізації саме дітей з ООП звертаються як вітчизняні (Т. Ілляшенко, О. Мілейко, Г. Олійник, Н. Пилик, Н. Сабат, В. Синьов, та ін.) та зарубіжні (Ф. Гіддінс, Г. Тард, Д. Томпсон, Т. Парсонс, Ч. Куля, У. Томас, Дж. Мід) учені. Фундаментальним вивченню позитивного впливу фізичної культури на соціалізацію дитини з ООП присвятили наукові розвідки Т. Зорочкіна, Т. Кавченко, Т. Лавріненко, І. Литвин, І. Юзковець, С. Яцина та ін.

3. ВИДІЛЕННЯ НЕВИРІШЕНИХ РАНІШЕ ЧАСТИН ЗАГАЛЬНОЇ ПРОБЛЕМИ

Попри значну кількість досліджень, присвячених проблематиці інклюзивної освіти та соціалізації дітей з особливими освітніми потребами, окремі аспекти залишаються недостатньо розробленими й

потребують подальшого наукового осмислення. Зокрема, потенціал фізичної культури як засобу позитивної соціалізації традиційно розглядався переважно крізь призму розвитку фізичних якостей та зміцнення здоров'я, тоді як її соціалізуючий вплив досліджувався фрагментарно. Недостатньо висвітленими залишаються питання порівняльної ефективності різних форм фізичної активності – уроків, секцій, рухливих ігор та командних змагань – у формуванні соціальних компетенцій дітей з ООП. Окремої уваги потребує проблема професійної підготовки вчителів фізичної культури, які мають володіти компетентностями щодо індивідуалізації та диференціації навчального процесу в умовах інклюзивного середовища. Водночас малодослідженою є міждисциплінарна взаємодія педагогів, психологів, дефектологів, логопедів, лікарів та батьків у процесі соціалізації дітей з ООП засобами фізичної культури, що має вирішальне значення для досягнення синергетичного ефекту. Не менш актуальним залишається питання розвитку емоційно-вольової сфери дітей з ООП через рухову активність, адже саме цей компонент безпосередньо впливає на їхню самооцінку, стресостійкість та здатність до інтеграції у соціум. Таким чином, означена стаття спрямована на заповнення окреслених прогалин, доведення ефективності фізичної культури як комплексного засобу позитивної соціалізації та обґрунтування необхідності підготовки педагогів до роботи в інклюзивному освітньому середовищі. Натомість сучасний стан дослідження означеного спектру проблемних питань вимагає наукових узагальнень, що підвищать практико-орієнтовний контент наукових здобутків.

4. ФОРМУЛЮВАННЯ ЦІЛЕЙ СТАТТІ

Мета статті полягає в теоретичному обґрунтуванні та практичному доведенні порівняльної ефективності щодо використання засобів фізичної культури для позитивної соціалізації дітей з ООП на етапі початкової та базової загальної середньої освіти.

5. ВИКЛАД ОСНОВНОГО МАТЕРІАЛУ ДОСЛІДЖЕННЯ 3 ПОВНИМ

ОБҐРУНТУВАННЯМ ОТРИМАНИХ НАУКОВИХ РЕЗУЛЬТАТІВ

У сучасному суспільстві інклюзивна освіта стала невід'ємною частиною освітнього процесу, що забезпечує рівні можливості для дітей з ООП. Одним із ключових чинників успішної інтеграції таких дітей у соціальне середовище є фізична культура. Вона не лише сприяє фізичному розвитку, але й є потужним засобом позитивної соціалізації, формування комунікативних навичок, побудови міжособистісних зв'язків та розвитку впевненості в собі. Актуальність окресленої проблеми обумовлена потребою в глибшому розумінні механізмів соціалізації дітей з ООП та пошуку ефективних методів їхньої адаптації у шкільному та позашкільному середовищі. Самоцінність означеної площини важко переоцінити через ресурсність наступності етапів початкової та базової середньої освіти, адже формуючи навички спілкування і командної роботи та впевненості в собі, фізична культура постає чинником пропедевтики утруднень дитини зумовлених звичної для неї впливом єдиного вчителя (класовода) та нерідко різновекторним впливом учителів-предметників.

Зазначимо, що соціалізація дітей з ООП — це складний, багатогранний процес, який залежить від багатьох чинників: сім'ї, освітнього середовища, ставлення суспільства та індивідуальних особливостей самої дитини.

Соціалізація дітей з ООП має унікальні риси, які відрізняють її від соціалізації дітей без порушень розвитку. Вона потребує глибокого розуміння, чутливого підходу та системної підтримки [4, с. 456].

Основні особливості такої соціалізації полягають у засвоєнні індивідом соціальних норм, цінностей, ролей та навичок, необхідних для функціонування у суспільстві. Це комплексний процес, що триває все життя, впливаючи на формування особистості, її самосвідомості та поведінки. Зауважимо на науковій позиції учених, які фундаментально досліджують феноменологію соціалізації (А. Капська, Н. Лавриненко, В. Радул та ін.), про те, що соціалізація особистості є процесом засвоєння людиною соціального досвіду, норм, цінностей, знань, умінь і навичок, які дозволяють їй функціонувати як повноправний член суспільства. Це процес

«перетворення» біологічного індивіда на соціальну особистість, що триває протягом усього життя. Успішному засвоєнню усталених норм, цінностей суспільства сприяють низка чинників, з-поміж яких такі:

- індивідуалізація процесу, в якому кожна дитина має власний темп, стиль спілкування та потреби, тому універсальні методи «не працюють»;

- підвищена роль сім'ї, адже йдеться про перше і найважливіше середовище соціалізації; її підтримка, прийняття та активна участь — критично важливі;

- якісне інклюзивне середовище, оскільки саме спільне навчання з дітьми без ООП сприяє більш результативному формуванню навичок комунікації, толерантності та впевненості;

- психолого-педагогічний супровід, означеного процесу командою фахівців — психологів, логопедів, соціальних педагогів;

- відсутність бар'єрів та стереотипів, адже діти з ООП часто стикаються з упередженим ставленням, що може гальмувати їхню інтеграцію в суспільство.

І вчені, і практики освітньої сфери єдині у визнанні, що універсального способу позитивної соціалізації дітей з ООП не існує. Індивідуальний підхід в кожному окремому випадку має бути обґрунтований реальними можливостями, своєрідністю індивідуальності, пізнавальними потребами, психологічними особливостями, інтересами та наявними у дитини досвідом. Практика інклюзивної освіти у дітей з ООП життєдіяльність істотно залежить від наявного виду нозології і засвідчує про те, що, як правило, не знаходить виходу в природних іграх, якими з раннього дитинства займаються звичайні діти. Це тягне за собою гіподинамію, а також обізнаності щодо власного організму і його можливостей.

Принагідно вкажимо, що соціалізація особистості засобами фізичної культури є надзвичайно важливим напрямком, що сприяє повноцінній інтеграції в суспільство та підвищенню якості життя. Натомість, у будь-який віковий період не є винятком і етап становлення майбутнього педагога в умовах вищої школи. До прикладу, здійснені наукові розвідки засвідчили важливість саме системи психолого-педагогічного супроводу студентів, де суттєвим аспектом постає

пропедевтика, зокрема, соціальної їх дезадаптованості [6]. Фізична культура, зокрема адаптивна фізична культура (АФК), відіграє ключову роль у процесі позитивної соціалізації особистості з ООП.

При цьому не можна не відзначити позитивний вплив занять фізкультурою і спортом на розвиток особистості, що яскраво проявляється безпосередньо серед дітей з ООП. Для того, щоб їх фізична форма була на високому рівні протягом усього життя, необхідні систематичні заняття з дитинства. Багаторічні дослідження показують, що фізичний потенціал людини формується, перш за все, в перші два десятиліття. Саме в цей період потрібно домогтися, можливо, найвищого для кожної людини рівня розвитку фізичних якостей. Безсумнівно, що виявлення нових оздоровчих ефектів використання засобів фізичної культури підвищить якість внутрішнього потенціалу, закладеного природою у тому числі й у дітей з ООП.

Найновіші дослідження потенціалу адаптивної фізичної культури (далі – АФК) можуть стати і важливим засобом підвищення імунологічних можливостей організму дітей з ООП. До прикладу, саморефлексія досвіду у цьому плані доводить, що систематичне застосування статичних вправ на тренувальних заняттях з дартсу в групі дітей з ДЦП сприяє розвитку статичної витривалості, координації рухів, точності влучання дротиків у мішень. Відзначимо й більш виражений приріст результатів, щодо підвищення адаптивних можливостей серцево-судинної та дихальної систем, розвиток вольових якостей, працездатності, координації рухів на основі тонких диференціацій кінестетичного відчуття, розширення своїх фізичних можливостей, що в цілому створює сприятливий психологічний клімат у дітей з ООП. Вважається, що особливу роль у реабілітаційних впливах на таких дітей можуть відігравати комплексні методи соціально-педагогічної спрямованості з індивідуальним дбайливим підходом до кожної дитини [2, с. 77].

Актуальною проблемою є розробка ефективних методів і засобів корекції та адаптації недоліків фізичного розвитку дітей з ООП. Заняття з такими дітьми, як правило, проводяться вчителями фізичної культури, тренерами-інструкторами додаткової освіти, асистентами вчителів, фахівцями ЛФК.

З метою вивчення особливостей процесу соціалізації дітей з ООП на етапі початкової і базової загальної середньої освіти засобами фізичної культури ми провели локальне експериментальне дослідження на базі гімназії №10 з початковою школою м. Ізмаїл. В експерименті взяли участь учні 5-9 класі з ООП в з різними нозологіями у кількості 10 осіб (відповідно по 5 осіб в експериментальній групі та контрольній групі).

В експериментальній виборці здійснювалися психолого-педагогічний супровід фахівців – невропатолога, психіатра, лікаря ЛФК, педіатра, ортопеда. Тренувальні навантаження в експериментальній групі давалися з повним урахуванням не лише нозології, а й фізичної підготовленості, індивідуальних особливостей тих, хто займався; при цьому застосовувався інструментарій (на кшталт ігрові прийоми) з метою стимулювання їх інтересу до занять. Зазначимо, що на початку експерименту рівень фізичного розвитку дітей експериментальної та контрольної груп був значно нижчим, ніж у їхніх однолітків з «основної» групи. Зауважимо й на тому, що вихідні дані відносно індивідуальності дітей з ООП свідчили про нерівномірність розвитку фізичних якостей.

У ході експерименту (протягом вересня-травня 2024-2025 н.р.) окремі показники у всіх групах залишалися незмінними, а в деяких випадках діагностувалися навіть зниження показників. В результаті було виявлено, що режим зі спортивною спрямованістю сприяє підвищенню функціональних можливостей організму дітей з ООП, поліпшенню їх соматичного здоров'я.

Так, за даними упродовж навчального року учні з ООП жодного разу не хворіли на гостру респіраторну інфекцію та грип, у них не було виявлено й загострення хронічних захворювань, покращився загальний стан здоров'я. Як правило, вони справлялися з тренувальними завданнями, що сприяло їх успішній соціалізації у спільноті однолітків. Нами припускається, що фізичний розвиток дітей з ООП залежить насамперед від особливостей моторики – стійкі порушення окремих компонентів руху. Перевага приросту показників в експериментальній групі спостерігалася на шостому місяці

експерименту; це дозволило констатувати про дієвість компенсаторних механізмів фізичного розвитку учнів з ООП, як результат запровадженої системи тренувальних занять.

Команда фахівців установила приріст показників у динаміці учасників експериментальної групи середньогрупової фізичної підготовленості. До прикладу, це позитивно позначилось на результатах їх участі у Перевага експериментальних учнів у шкільних та міських змаганнях за програмами Паралімпіади та Спеціальної Олімпіади. Крім цього, прямий ефект занять адаптивним спортом був установлений і за соціально-психологічних параметрів. Запропонований і використаний у проведеному дослідженні раціонально організований режим рухової активності, як природного стимулу життєдіяльності дітей з ООП, дозволив отримати комплексну і об'єктивну інформацію про психофізичні можливості дітей зі складним поєднанням нозологій. Встановлено, зокрема, що у тих, хто має відхилення у фізичному розвитку, значно збільшились резервні можливості організму та здатність до спортивної діяльності. Контрольні випробування показали, що найбільш ефективним у розвитку рухових якостей дітей з ООП є режим зі спортивною спрямованістю. Отримані дані дозволяють прогнозувати оптимальний потенціал фізичних можливостей осіб, які займаються з дітьми з певними нозологіями, для їх подальшої самореалізації. Так, у дітей з церебральним паралічем (ДЦП) існують адаптаційно-компенсаторні системи організму, які включають підвищення показників фізичного розвитку під впливом регулярних занять адаптивними видами спорту. Отже, педагогічно вмотивоване застосування адаптивної фізичної культури та спорту сприяє пришвидченню позитивної соціалізації здобувачів загальної середньої освіти.

Якщо акцентувати на визначеному критеріальному підході, то ми керувались наступним: в основу були покладені висновки психологів відносно показників прояву соціальної активності дітей з ООП; йдеться про рівні суб'єктивного відчуття самотності, депресії та тривожності, адекватну самооцінку та ступінь емпатії (співпереживання) і доброзичливості.

Схарактеризуємо означений аспект більш докладно. Так, за отриманими даними показник депресивності дітей з ООП виявився високим; різниця за критерієм Вілкоксона є прийнятною, $P \leq 0,01$; середній бал самооцінки після експерименту у дітей з ООП – 60,9 балів, у «здорових» дітей – 31,6 бала $P \leq 0,001$; різниця рівня суб'єктивного відчуття самотності за методикою Рассела – Фергюссона достовірна $P \leq 0,001$; рівень особистісної та ситуативної тривожності у дітей з ООП вищий, ніж у «здорових». До зазначеного додамо ще й таке: за критерієм Вілкоксона різниця середніх показників за шкалою ситуативної тривожності виявилася прийнятною $P \leq 0,01$; різниця середніх показників рівня доброзичливості (за шкалою Кемпбела) висока, $P \leq 0,01$; рівень соціальної емпатії (за методикою В. Бойко) у дітей з ООП нижчий, ніж у «здорових» однолітків, $P \leq 0,01$. Команда дослідників дійшла згоди, що після закінчення дослідження рівень депресії у дітей з ООП знизився (різниця достовірна, $P \leq 0,01$). Визнано, що зниження рівня суб'єктивного відчуття самотності відбулося за рахунок інтенсивного спілкування дітей у тренувальній групі, вияв ними прагнення до спільної мети та набуття нових друзів. Педагогічне спостереження підтверджує дані тестування: діти стали більш розкутими в спілкуванні, частіше виявляючи небайдужість до своїх товаришів. Рівень ситуативної тривожності знизився (з 48,7 балів до 40,9 балів, а різниця висока, $P \leq 0,01$). Припускаємо, що великий вплив мало те, що діти тренувалися в команді. Рівень доброзичливості у дітей з ООП в результаті занять підвищився за рахунок активного спілкування дітей в колективі; різниця суттєва, $P \leq 0,01$. Рівень соціальної емпатії у дітей з ООП підвищився; різниця достовірна, $P \leq 0,001$.

Отримані результати ілюструють можливість розвитку адаптивного спорту, адже у такий спосіб уможливорюються активні заняття дітей з ООП фізичною культурою і спортом; останнє може розглядатися, як соціальний ліфт у динаміці їх позитивної соціалізації.

Таким чином, саме комплексне фізичне виховання є дієвим засобом попередження та усунення у дітей вроджених вад у їх фізичному розвитку, що виникли в ранньому віці, забезпечує його подальшу корекцію і

слугує, з одного боку, важливим засобом компенсації порушень, а з іншого – успішній і соціальної адаптації.

Стає актуальною популяризація серед дітей з ООП фізичної культури у формі екстернальної інтеграції дітей з ООП з оздоровчих груп адаптивного спорту та здорових дітей зі звичайних спортивних секцій, так званої інклюзивної фізичної інтеграції.

Особливу увагу у вирішенні проблем соціальної інтеграції доцільно приділити дітям з церебральним паралічем (ДЦП). За даними Міністерства охорони здоров'я України (2024 р.) в нашій країні понад 30 тисяч дітей із захворюваннями нервової системи, в тому числі і ДЦП, що характеризується руховими порушеннями, пов'язаними із затримкою розвитку, аномальними статокінетичними рефлексамі, патологією тону, парезами і комунікативними порушеннями.

Слушною у цьому відношенні є заувага дослідників такого змісту: психологічним фактором руховий недолік і порушення в комунікативній сфері стають тоді, коли людина вступає в спілкування з відмінними від неї здоровими людьми; складність дефекту і створювані ним обмеження, вторинні ускладнення викликають у дітей з ООП негативне ставлення до себе [1, с. 274].

Саме тому успішною соціалізація буде тільки при адекватній самооцінці дитини. Звернемо увагу на взаємозв'язок між рівнем фізичної підготовленості та рівнем самооцінки, оскільки процес соціалізації особистості базується на трьох основних аспектах: діяльності, спілкуванні та самосвідомості.

Рухова активність здатна змінювати показники самооцінки дітей з ООП за допомогою рівня фізичної підготовки; досягнутої мети; соматичного благополуччя; почуття компетентності, майстерності або контролю; формування здорового способу життя; соціального досвіду та ін.

Саме адаптивна фізична культура ставить перед собою завдання щодо вирішення проблем корекції порушень осіб з ООП, вироблення компенсацій, профілактики вторинних ускладнень і сприяння соціальній інтеграції тих, хто займається. Одним із рішень проблем позитивної соціалізації дітей з ООП у середовищі «здорових однолітків» є

поєднання адаптивної рухової рекреації та занять фізичною рекреацією

Для підвищення ефективності фізичної активності учнів з ООП ми використовували ті фізичні вправи та види спорту, займаючись якими діти набувають здатності компенсувати перераховані вище недоліки у фізичному розвитку, оволодіти і виконувати рухи в тій же мірі, що і «здорові діти». Саме таким вимогам відповідають заняття лікувально-оздоровчою фізкультурою та інваспором, які спроможні забезпечити і гармонійний фізичний розвиток, і можливість виконувати рухи без страху травм.

Наш досвід переконує в тому, що діти з ООП можуть відновлювати деякі втрачені функції за допомогою ЛФК. Це відбувається за рахунок внутрішніх, фізіологічних і природних компенсаторних механізмів на всіх рівнях організму – від центральної нервової системи до периферії. Це доцільно, на наш погляд, розглядати як доповнення до загальної реабілітації, зокрема, учня з таким захворюванням, як церебральний параліч, адже, які відомо, з часом здорові клітини мозку беруть на себе функції уражених, і рухи відновлюються.

Спеціальні дослідження довели наступне: для здійснення рухової дії мозок транслює «наказ» м'язовим волокнам і акумулює від органів чуття сигнали про виконані дії; на їх основі коригуються «команди» та виникає не тільки прямий, але і зворотний зв'язок між центральною і периферичною нервовими системами. Відтак, конструювання рухових актів різної складності «команди» віддаються на ієрархічно різних рівнях нервової системи, при доведенні дії до автоматизму функція «спускається» на більш низький рівень.

Більш того, встановлено, що динамічне і статичне фізичне навантаження викликають морфологічні перебудови м'язової тканини (статичний режим викликає саркоплазматичний тип гіпертрофії, а динамічний – збільшення тетанічних волокон). Отже, особливість роботи м'язів змінює їх не тільки морфологічно, але й збільшує функціональні показники опорно-рухового апарату. Відтак, проводячи аналіз різних видів гіпертрофій, можна передбачити стратегію поведінки дитини з ООП в умовах зниженої рухової активності. А це зумовлює

сукупність передумов успішності ЛФК [3, с. 132]:

- дозована м'язова робота рівня порогової інтенсивності викликає м'язову гіпертрофію змішаного типу, що підвищує потужність вегетативних систем і кістково-м'язового апарату. Отже, розвиваючи гіпертрофію, можна посилити трофіку і відновлення найбільш інертних частин опорно-рухового апарату: суглобів, зв'язок, кісток;

- при виконанні фізичного навантаження доречно акцентувати дихання на тому, що на стадії «видиху» під час м'язового напруження м'язів постає необхідною умовою позитивного ефекту. При появі дихання через ротову порожнину, необхідно зниження навантаження в вправах, а, відтак, не рекомендується тривала затримка дихання у дітей;

- необхідно стежити за рівнем навантаження, виключаючи ефект перетренованості (за нашими спостереженнями після вступної частини заняття ЛФК показник частоти серцевих скорочень не повинен перевищувати $15 \div 20\%$ від вихідного, а після основної частини – 40% ; після занять пульс повинен повернутися до вихідного показника через 1-2 хв);

- профілактика перевтоми дітей здійснюється за допомогою індивідуалізації в дозуванні фізичних вправ на кожному з інтегрованих занять. Технологія ЛФК носить профілактичний характер і придатна для щоденного використання. Найбільш важливими коригувальними вправами в рамках організації комплексів ЛФК є дихальні, заспокійливі, нормалізуючі пози, положення голови і кінцівок, координуючі рухи, функції рівноваги, опороздатності, прямиостояння, ходьби, розвиток ритму і просторової організації рухів.

Вкажимо, що наш досвід організації занять ЛФК уможливив об'єднання 10 дітей з різними нозологіями середнього шкільного віку спортивно-оздоровчих груп адаптивної фізичної культури. Так, зазвичай, заняття проводилися регулярно, один раз на тиждень тривалістю по 2 години, мали класичну структуру навчально-тренувального заняття, що складалася з підготовчої, основної, заключної частини. Такі заняття засновані на комплексному використанні вправ,

адекватних до виконання дітьми, та ускладнених елементів спортивних і рухливих ігор (футбол великим м'ячем, регбі на колінах, жмурки, естафети в парах тощо); акробатичних елементів; локальних силових вправ на основні м'язові групи (перетягування каната, перекидання набивного м'яча та ін.) за допомогою змагального та ігрового методів, елементів йоги, фітнесу. Розроблена технологія ЛФК враховувала характер нозології, функціональні можливості організму, індивідуальні особливості кожного з учасників процесу за принципами індивідуального підходу, свідомості та активності, наочності, доступності, систематичності та регулярності, поступовості та циклічності, новизни та різноманітності. Комплексність впливу дозволила активізувати всі механізми адаптації, включаючи діяльність психоемоційних і фізіологічних систем організму.

Зауважимо, що регулярні заняття ЛФК та АФК підвищують можливість інтеграції дітей з ООП у середовище «здорових однолітків», їх позитивну соціалізацію. «Здоровим дітям» заняття допоможуть сприймати однолітків з «особливістю» як повноцінних членів суспільства, товаришів по команді.

6. ВИСНОВКИ З ДАНОГО ДОСЛІДЖЕННЯ І ПЕРСПЕКТИВИ ПОДАЛЬШИХ РОЗВІДОК У ДАНОМУ НАПРЯМКУ

Дослідження одного з аспектів проблеми соціалізації дітей з ООП на етапі початкової та базової загальної середньої освіти засобами фізичної культури уможливило низку узагальнень.

По-перше, фізична культура є потужним і багатограним інструментом позитивної соціалізації. Особистість не обмежується лише розвитком фізичних якостей, а створюються унікальні умови для формування соціальних навичок, емоційного інтелекту, саморегуляції та самооцінки. Рухова активність, ігри, командні вправи сприяють розвитку комунікації, взаємодії, емпатії та здатності до співпраці, що є критично важливим для успішної інтеграції дітей з особливими потребами в суспільство.

По-друге, інклюзивне освітнє середовище, особливо як контент уроку фізичної культури, відіграє ключову роль у

процесі позитивної соціалізації дитини з ООП. Спільні заняття з однолітками, які не мають особливих освітніх потреб, сприяють руйнуванню стереотипів, формуванню толерантності та прийняття. А це дає дітям з ООП можливість відчувати себе частиною колективу, подолати соціальну ізоляцію та розвинути впевненість у собі.

По-третє, ефективність соціалізації засобами фізичної культури значною мірою залежить від індивідуалізації та диференціації навчального процесу. Необхідно враховувати специфічні особливості кожної дитини, її можливості та обмеження, адаптуючи вправи, ігри та методи навчання. Це вимагає від фахівців не лише знання спеціальної педагогіки, але й творчого підходу, готовності до постійного пошуку та впровадження нових форм і методів роботи.

По-четверте, успішна соціалізація потребує комплексного підходу та міждисциплінарної взаємодії. Це означає тісну співпрацю вчителів фізичної культури з

психологами, дефектологами, батьками та іншими фахівцями. Обмін інформацією, спільне планування та реалізація програм, спрямованих на розвиток соціальних навичок, забезпечують цілісний та гармонійний розвиток дитини.

Нарешті, систематичне та цілеспрямоване використання засобів фізичної культури сприяє не лише позитивній соціалізації, а й загальному покращенню якості життя дітей з ООП. Йдеться про зміцнення їхнього здоров'я, підвищення функціональних можливостей, розвиток життєві компетентцій та сприяння процесу формування активної життєвої позиції, що є запорукою їхньої самостійності та успішної адаптації в дорослому житті.

Перспективи подальшого дослідження окресленої проблеми пов'язуємо із пошуком новітніх педагогічних інструментів успішної професійної підготовки майбутнього вчителя фізичної культури, здатного до компетентної фахової діяльності з дітьми з ООП.

Література

1. Васкан І., Циба Ю., Бражнюк А. Адаптивна фізична культура: види, завдання, результати та визначення. *Physical Culture and Sport: Scientific Perspective*. 2025. №1(1). С. 274–280. DOI: [https://doi.org/10.31891/pcs.2025.1\(1\).36](https://doi.org/10.31891/pcs.2025.1(1).36)
2. Качан О., Отравенко О. Цікава фізкультура як бренд Нової Української Школи. Полтава. ДЗ «Луганський національний університет імені Тараса Шевченка». 2025. 154 с. URL: <https://dspace.luguniv.edu.ua/xmlui/handle/123456789/11180>
3. Кобобел А. Організація інклюзивних занять з фізичної культури в умовах Нової української школи. *Витоки педагогічної майстерності*. 2025. Випуск 35. С. 132–138. DOI: <https://doi.org/10.33989/2075-146x.2025.35.331103>
4. Стеблюк С. Інклюзія як один із пріоритетних напрямів розвитку педагогічної освіти в Україні. *Innovations in education and science in the context of European integration: Scientific monograph. Volume 2*. Riga, Latvia: «Baltija Publishing». 2025. С.455-473. DOI <https://doi.org/10.30525/978-9934-26-557-0-45>
5. Топузов О.М. Освітня сфера України: національні пріоритети, проблеми і перспективи. Київ. Педагогічна думка. 2024. 208 с. <https://doi.org/10.32405/978-966-644-762-6-2024-208>
6. Khallo O., Kichuk N., Vertuhina V., Fedorak V., Rhimchuk L., Vorobets O. Methodological principles of psychological and pedagogical support of future specialists professional training in higher education institutions. *Jornal of Ineterdiscoplinary Research*. 2024 (14/02-XLIV). PP. 19-24. URI: <https://elibrary.kubg.edu.ua/id/eprint/50282>

References

1. Vaskan I., Tsyba Yu., Brazhniuk A. (2025) *Adaptyvna fizychna kultura: vydy, zavdannia, rezultaty ta vyznachennia* [Adaptive physical culture: types, objectives, results and definitions] *Physical Culture and Sport: Scientific Perspective*. №1(1). S. 274–280. [in Ukrainian] DOI: [https://doi.org/10.31891/pcs.2025.1\(1\).36](https://doi.org/10.31891/pcs.2025.1(1).36)
2. Kachan O., Otravenko O. (2025) *Tsikava fizkultura yak brend Novoi Ukrainskoi Shkoly* [Interesting physical education as a brand of the New Ukrainian School] Poltava. DZ «Luhanskyi natsionalnyi universytet imeni Tarasa Shevchenka». 154 s. [in Ukrainian] URL: <https://dspace.luguniv.edu.ua/xmlui/handle/123456789/11180>
3. Kobobela A. (2025) *Orhanizatsiia inkluzyvnykh zaniat z fizychnoi kultury v umovakh Novoi ukrainiskoi shkoly* [Organising inclusive physical education classes in the New Ukrainian School] *Vytoky pedahohichnoi maisternosti*. Vypusk 35. S. 132–138. [in Ukrainian] DOI: <https://doi.org/10.33989/2075-146x.2025.35.331103>
4. Stebliuk S. (2025) *Inkluziia yak odyin iz priorytetnykh napriamiv rozvytku pedahohichnoi osvity v Ukraini* [Inclusion as one of the priority areas for the development of teacher education in Ukraine] *Innovations in education and science in the context of European integration: Scientific monograph. Volume 2*. Riga, Latvia: «Baltija Publishing». S.455-473 [in Latvian] DOI <https://doi.org/10.30525/978-9934-26-557-0-45>

5. Topuzov O.M. (2024) Osvitnia sfera Ukrainy: natsionalni priorytety, problemy i perspektyvy [Education in Ukraine: national priorities, problems and prospects]. Kyiv. Pedahohincha dumka. 208 s. [in Ukrainian] <https://doi.org/10.32405/978-966-644-762-6-2024-208>
6. Khallo O., Kichuk N., Vertuhina V., Fedorak V., Rhimchuk L., Vorobets O. (2024) Methodological principles of psychological and pedagogical support of future specialists professional training in higher education institutions. *Jornal of Ineterdisciplinary Research*. (14/02-XLIV). PP. 19-24 [in Ukrainian] URI: <https://elibrary.kubg.edu.ua/id/eprint/50282>

Abstract

RUBAN Asia

Izmail State University of Humanities, Ukraine

POSITIVE SOCIALISATION OF CHILDREN WITH SPECIAL NEEDS AT THE STAGE OF PRIMARY AND BASIC GENERAL SECONDARY EDUCATION THROUGH PHYSICAL CULTURE

The issue of socialization of children with special educational needs (SEN) in the context of inclusive education is one of the most strategically important and humanistically significant challenges of modern education. Ukraine, actively integrating into the European educational space, is increasingly aware of the need to create conditions for the full development and integration of each child, regardless of their individual characteristics. At the stage of primary and basic general secondary education, when basic knowledge, skills and value orientations are formed and the foundation of future adulthood and independence is laid. In this process, one of the most powerful, but often underestimated, tools is physical culture. The purpose of the study is the theoretical justification and practical proof of the comparative effectiveness of using physical culture tools for the positive socialization of children with SEN at the stage of primary and basic general secondary education. Analysis of scientific sources, pedagogical practices and observation of students' educational activities. Physical education classes contribute to the formation of communication skills, empathy, tolerance and acceptance of individual differences. Team games and sports exercises create conditions for cooperation, responsibility and mutual support. Physical education classes allow to overcome these barriers in a natural way. In a joint game or team relay, children learn to cooperate, negotiate, help each other, take responsibility for a common result. It is fundamentally important that physical education teachers already at the stage of university training acquire the appropriate professional competence in individualization and differentiation of the educational process, adapting physical exercises and rules of games for physical activity and learning through movement to the capabilities and needs of each child. This requires teachers to have in-depth knowledge in the field of special psychology, pedagogy, as well as constant improvement of professional competencies. The use of auxiliary equipment, modification of rules, visual prompts, simplified tasks - all this allows integrating children with different nosologies into a single educational process. In addition to the development of communication skills, physical education contributes to the development of the emotional-volitional sphere. Achieving success in physical exercises, overcoming difficulties, the ability to lose with dignity and rejoice in victories - all these are important lessons that form the stability of character, perseverance and self-control. Physical activity also helps to reduce stress levels, improve mood and general psycho-emotional state, which is especially important for children with SEN, who may be prone to increased anxiety or depressive states. Positive socialization of children with SEN by means of physical education requires a comprehensive and interdisciplinary approach. This involves close cooperation of physical education teachers with psychologists, defectologists, speech therapists, doctors and, most importantly, with parents. Sharing information about the child's individual characteristics, joint planning and implementation of programs aimed at developing social competencies, provide a synergistic effect and positive socialization.

Keywords: positive socialisation, children with special educational needs, primary and basic general secondary education, social skills, future physical education teacher, inclusive education, adaptive physical education

Стаття надійшла до редакції / Received 02.12.2025

Прийнята до друку / Accepted 29.12.2025