

4. Жадько, Д. Д. Самостоятельное воспитание физических качеств / Д. Д. Жадько, В. В. Григоревич. – Гродно : ГрГМУ, 2017. – 104 с.

5. Григоревич, В. В. Всеобщая история физической культуры и спорта для образовательных учреждений высшего профессионального образования, осуществляющих образовательную деятельность по направлению 032100 – Физическая культура / В. В. Григоревич. – Москва : Советский спорт, 2018. – 286 с.

6. Василевский, С. С. Медицинская реабилитация: общие основы и методы медицинской реабилитации / С. С. Василевский, Л. А. Пирогова, В. В. Бут-Гусаим. – Гродно : ГрГМУ, 2024. – 196 с.

7. Артамонова, Л. Л. Лечебная и адаптивно-оздоровительная физическая культура для студентов вузов обучающихся по специальности «Физическая культура» / Л. Л. Артамонова, О. П. Панфилов, В. В. Борисова ; общ. ред. О.П. Панфилова. – Москва : ВЛАДОС, 2015. – 389 с.

8. Снежицкий, П. В. Дефинитивный кластер «физическая культура»: семантическая структура от родового понятия «культура» до видового понятия «здоровье» / П. В. Снежицкий // Российский журнал спортивной науки: медицина, физиология, тренировка. – 2025. – Т. 4, № 2 (14). – doi: 10.24412/2782-6570-2025_04_02_8.

9. Снежицкий, П. В. Инновационные методы педагогического контроля за физическим состоянием студентов / П. В. Снежицкий // Актуальные проблемы медицины : сб. науч. ст. Респ. науч.-практ. конф. с междунар. участием, Гомель, 13 ноября 2024 г. – Гомель, 2024. – Т. 3, вып. 25. – С. 177-181.

10. Снежицкий, П. В. Факторы, условия и закономерности формирования двигательной культуры личности / П. В. Снежицкий // Известия Тульского государственного университета. Физическая культура. Спорт. – 2025. – № 3. – С. 46-56. – doi: 10.24412/2305-8404-2025-3-46-56.

ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ БАРЬЕРЫ И РЕСУРСЫ ФОРМИРОВАНИЯ ДВИГАТЕЛЬНОЙ КУЛЬТУРЫ У СТУДЕНТОВ С ОГРАНИЧЕННЫМИ ВОЗМОЖНОСТЯМИ ЗДОРОВЬЯ В ИНКЛЮЗИВНОЙ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ СРЕДЕ

Ракузова А.Н.

Гродненский государственный медицинский университет

Гродно, Республика Беларусь

Научный руководитель – Кравчук А.В.

Актуальность. В настоящее время в Беларуси повышают свою значимость проблемы преодоления изоляции, социальной, двигательной и психологической адаптации лиц с ограниченными возможностями. На сегодняшний день в стране насчитывается около 180 тысяч детей с ограниченными возможностями, что составляет 10% от общего числа детей, проживающих

в Республике Беларусь. Одним из факторов, влияющих на решение данной проблемы, является доступность образования для лиц с ограниченными возможностями, в том числе и в высших учебных заведениях. Большая часть детей, имеющих ограничения здоровья, связанных с патологией опорно-двигательного аппарата, сталкиваются с проблемой двигательной адаптации к меняющимся условиям среды в рамках инклюзивного образования [1]. При этом такие студенты часто сталкиваются с социально-психологическими барьерами, такими как негативное отношение со стороны сверстников, которое может существенно влиять не только на учебный процесс, но и препятствовать трудоустройству в будущем.

Цель. Основной целью исследования является выявление специфики психологических барьеров и ресурсов формирования двигательной культуры у студентов с ограниченными возможностями в инклюзивной образовательной среде, а также разработка на этой основе психолого-педагогической программы по их оптимизации [2]. В помощи к адаптации таких детей весомая роль отводится физической подготовке и преподавателям физической культуры.

Психологические барьеры.

1. Мотивационные барьеры: к таким относятся страх перед возможным ухудшением здоровья, неуверенность в своих силах, сомнения в достижении положительного результата, а также низкая внутренняя мотивация к двигательной активности. Студенты могут избегать занятий, опасаясь неудачи или насмешек.

2. Коммуникативные и социальные барьеры: эти барьеры возникают во взаимодействии с преподавателями и однокурсниками. Несформированная инклюзивная культура и компетентность у преподавательского состава приводит к трудностям в общении и невозможности создать благоприятную атмосферу на занятии [2].

3. Эмоциональные барьеры: повышенная тревожность, заниженная самооценка, чувство собственной неполноценности и психологический дискомфорт во время групповых занятий являются серьезными препятствиями. Исследования показывают, что студенты с первой группой инвалидности могут меньше идентифицировать себя с профессиональным становлением, что косвенно влияет и на двигательную активность.

4. Барьеры адаптации: общим для всех студентов с ограниченными возможностями является трудность адаптации к новым условиям обучения в вузе, что усугубляет и неприятие физкультурной среды [2].

Психологические ресурсы. Несмотря на наличие барьеров, можно выделить внутренние и внешние ресурсы, способствующие формированию двигательной культуры.

1. Внутренние личностные ресурсы: развитие внутренней мотивации, подкрепляемой положительными эмоциями от достижений, является

ключевым ресурсом. Важную роль играют жизнестойкость, оптимизм и высокий уровень субъективного контроля, позволяющие студенту преодолевать трудности и верить в себя.

2. Ресурс социальной поддержки: любая поддержка со стороны семьи, друзей и преподавателей значительно повышает уверенность студентов с ограниченными возможностями [5]. Организация социально-психологического сопровождения является действенным способом активизации этого ресурса [2].

3. Ресурс инклюзивной среды: создание атмосферы принятия и сотрудничества на занятиях, когда здоровые студенты и студенты с ОВЗ объединяются в одну группу, само по себе становится мощным психологическим ресурсом. В такой среде дети приобретают чувство уверенности, открытости и доверия [3].

4. Ресурс самоэффективности и самопознания: формирование у студента адекватной оценки своих возможностей и ограничений, умения анализировать свои движения и состояния на основе самонаблюдения является важнейшим внутренним ресурсом для самосовершенствования и рационального управления собой.

Методы исследования. В данной работе были использованы организационные методы, цель которых сопоставить различные группы студентов с разными нозологиями, проследить динамику изменения барьеров и ресурсов в течение обучения, объединить усилия психологов, педагогов и медиков; эмпирические методы, с помощью которых можно изучить поведенческие проявления барьеров в естественных условиях, диагностировать уровень тревожности, самооценки, выявить субъективное отношение к занятиям; методы обработки данных, благодаря которым возможно установить достоверность результатов, выявить скрытые связи и структурные факторы, описать типичные случаи и исключения; интерпретационные методы, позволяющие обобщить полученные данные, интегрировать их в целостную теоретическую модель [4].

Результаты и их обсуждение. Инклюзия – активное включение в образование детей с различными стартовыми возможностями, независимо от интеллектуального уровня и физического состояния, социальной, национальной и религиозной принадлежности. Отличительная черта инклюзивной формы образования и воспитания – учет индивидуальных образовательных потребностей всех детей, не подразделяя их на обычно развивающихся и «особых».

Формирование двигательной культуры у студентов с ОВЗ в инклюзивной среде – это очень сложный, разносторонний процесс, успех которого в значительной степени определяется психологическим фактором. Преодоление существующих барьеров и целенаправленная активизация ресурсов являются взаимодополняющими задачами.

Таким образом, инклюзивное физическое воспитание студентов-инвалидов во многом зависит от подготовки педагогов к ее реализации наряду с такими элементами, как оснащение тренажерами и специальным оборудованием залов и площадок для занятий по физической культуре, то есть возлагает на образовательную организацию дополнительные финансовые вложения, а также принятия комплекса мер для достижения комфортных условий обучения студентов. При этом педагогам по дисциплине «Физическая культура» требуется проходить специальную подготовку по работе со студентами-инвалидами постоянно повышая квалификацию, так как от них зависит улучшение или же усугубление заболевания студента. В настоящее время для студентов инвалидов разрабатываются множество особых комплексов для стабилизации их состояния и вовлечения студента в жизнь общества [5].

Выводы. Таким образом, необходимость преодоления психологических барьеров и активации внутренних ресурсов для успешной интеграции студентов с ограниченными возможностями здоровья в физкультурно-спортивную среду университета напрямую может влиять на их здоровье и социальную адаптацию.

Только в этом случае инклюзивная образовательная среда станет не просто местом физического присутствия, а ресурсным пространством для полноценного личностного и физического развития каждого студента, независимо от его возможностей здоровья.

Список литературы

1. Роль физической активности в адаптации студентов к условиям инклюзивного обучения / Ю. А. Карвунис, К. В. Давлетьярова, Е. В. Медведева, Л. В. Капилевич // XIV международный междисциплинарный конгресс «Нейронаука для медицины и психологии», Судак, 30 мая 2018 г. – Судак, 2018. – С. 240-241.
2. Атлас потребностей студентов с ограниченными возможностями здоровья / Центр психологии и инклюзивного образования – 2021 – URL: https://inclusion.ksu.edu.kz/atlas_of_needs.html (дата обращения: 29.04.2025).
3. Опыт организации инклюзивного обучения детей и лиц с ограниченными возможностями средствами физической культуры / Л. М. Смирнова, С. Г. Уразова, Ф. А. Миндубаева [и др.] // Медико-физиологические проблемы экологии человека : материалы VIII Всерос. конф. с междунар. участием, Ульяновск, 1-4 дек. 2021 г. – Ульяновск, 2021. – С. 183-185.
4. Абдрахманов, А. Р. Психология спорта / А. Р. Абдрахманов. – 2024. – URL: <https://teledoctor24.ru/article/501-48-psikhologiya-sporta/?ysclid=mluqjgchra865143660> (дата обращения: 29.04.2025).
5. Ермакова, Е. Г. Инклюзивное физическое воспитание студентов-инвалидов: проблемы и пути их решения / Е. Г. Ермакова // Международный журнал гуманитарных и естественных наук. – 2020. – № 2-1 (41). – С. 78-82.