

7. Практикум по психологии здоровья / под ред. Г.С. Никифорова. СПб.: Питер, 2005. – 351 с.
8. Присяжнюк С.І. Фізичне виховання. Навч. пос. / С.І. Присяжнюк, В.П. Краснов, М.О. Третьякова, Р.Т. Раєвський, В.Й. Кійко, В.Ф. Панченко. – К.: Центр учбової літератури, 2007. – 192 с.
9. Райгородский Д.Я. Практическая психодиагностика. Методики и тесты. Учебное пособие / Д.Я. Райгородский. – Самара: Бахрах-М, 2001. – 672 с.
10. Сидоренко Е.В. Методы математической обработки в психологии / Е.В. Сидоренко. – СПб. : Речь, 2003. – 350 с.
11. Epstein L.H. Attendance and fitness in aerobics exercise: The effects of contract and lottery procedures. *Behavior Modification*. – 2003. – №4. – P. 465–47.
12. Keefe F.J. The lite fitness program: A behavioral approach to making exercise a habit / F.J. Keefe // *Journal of Behavior Therapy and Experimental Psychiatry*. – 2006. – 11. – P. 31–34.

Shishkina O., Beygul I., Mullagildina A.

POSITIVE CHANGES IN WOMEN'S PSYCHO-EMOTIONAL STATE WHEN APPLYING THE FITNESS AEROBICS

Objective: to identify the impact of fitness aerobics classes on women's psycho-emotional sphere and health rates. **Material and methods:** 52 women aged 21-25 took part in the research. It was formed two groups from them, which differed from the experience in fitness aerobics classes. The first group is beginners ($n = 26$), who have just begun to engage in fitness aerobics. The second group is ($n = 26$) women, who have been engaging in fitness aerobics during one year. Rates of physical, psychical and social health were detected by S.S. Stepanova's method; rates of women's emotional state were detected using SUPOS-8 method developing by O. Mikshilom; rating of state of health, activity and mood was appraised using questionnaire "SAN". The quantitative data obtained from the research were processed by mathematical statistics methods. **Results:** the positive dynamics of health rates of the women with different experience in fitness aerobics classes has been found out: physical health rate has improved at 4,14 points ($p < 0,05$); psychical health rate has increased by 3,56 points ($p < 0,01$); social health rate has increased by 1,8 points ($p < 0,01$). It is found that aerobics fitness classes have positive influence on women's emotional state. In the case the findings about the women, who were engaging in fitness aerobics classes during one year, the degree of mobilizing components has increased in comparison with the beginners: rate of a factor E "sense of power and energy" has increased by 0,93 points ($p < 0,05$); rate of a factor P "mental rest" has increased by 0,13 points ($p < 0,01$); rate of a factor A "drive to act" has improved at 0,23 points ($p < 0,05$), and rate of a factor O "impulsive reactivity" has increased by 0,26 points ($p < 0,05$). On the other hand demobilizing rates of the women, who have some experience in aerobics fitness have decreased. Rate of a factor S "depression, sluggishness" have decreased by 1,74 points ($p < 0,05$); rate of a factor N "psychic anxiety" have decreased by 1,15 points ($p < 0,01$), and rate of a factor H "fear, alarm, apprehensiveness" have decreased by 0,97 points ($p < 0,01$), and rate of a factor D "depression, apathy" have decreased by 0,76 points ($p < 0,05$). It was found out that results of the diagnostic rates of health, activity and mood of the women, who were engaging in fitness aerobics during one year in comparison with the beginners have higher rates: a rate "health" has improved at 1,72 points ($p < 0,05$); a rate "activity" has increased by 0,93 points ($p < 0,05$); a rate "mood" has improved at 0,38 ($p < 0,01$). **Conclusion.** Based on the actual data about the presence positive influence of aerobics fitness classes on women's psychological sphere, it can be recommended to engage in this sport not only from the sports achievements and training but also from the gaining more expressive manifestation of female rice and positive changes in the psyche.

Key words: fitness aerobics, psycho-emotional sphere, women, health, rates.

Стаття надійшла до редакції 01.09.2015 р.

УДК 378.091.2

Шишова І.О.

ПІДГОТОВКА СТУДЕНТІВ ПЕДАГОГІЧНОГО УНІВЕРСИТЕТУ ДО ПСИХОКОРЕКЦІЙНОЇ ДІЯЛЬНОСТІ В УМОВАХ ІНКЛЮЗИВНОЇ ОСВІТИ

Підвищення ефективності навчання і виховання дітей із особливими потребами є актуальним як для України та інших держав світу, адже великий відсоток школярів має порушення у розвитку. Важливим компонентом модернізації сучасної системи освіти є виявлення сутності підготовки майбутнього фахівця до психокорекційної роботи, створення умов для інтеграції певних груп дітей у загальноосвітній процес масової школи, з'ясування педагогічної технології, яка дасть змогу забезпечити результативність підготовки фахівців у вищому навчальному закладі та інклюзивної освіти у цілому.

Ключові слова: психолого-педагогічна підготовка, інклюзивна освіта, діти із порушеннями розвитку, психокорекційна діяльність.

Постановка проблеми. Для системи освіти нашої держави важливими є завдання щодо забезпечення права дітей з особливими освітніми потребами на рівний доступ до якісної освіти, незалежно від стану здоров'я, місця їх проживання; створення належних умов для функціонування і розвитку інклюзивної освіти в Україні, забезпечення достатнього обсягу фінансування для впровадження інклюзивного навчання; зміни освітньої парадигми, удосконалення навчального процесу шляхом урахування сучасних досягнень науки та практики; урахування архітектурної доступності загально-освітніх навчальних закладів різних типів, незалежно від форм власності, та підпорядкування, відповідно до потреб дітей; підготовка достатньої кількості кваліфікованих педагогічних кадрів, які володіють методиками інклюзивного навчання, створення системи підвищення їх професійної майстерності.

Важливою складовою діяльності майбутнього педагога та психолога є психокорекційна робота із дітьми, що потребують особливого підходу, або дітьми із порушеннями розвитку.

Мета. Виховання дітей з особливими потребами в умовах інклюзивного середовища передбачає створення умов для розвитку самосвідомості спонукальної сфери особистості, відображення в її свідомості смислів і мотивів людської діяльності, результатом чого є прагнення дитини до оволодіння власною життєдіяльністю. Ми плануємо розглянути психокорекційну діяльність у структурі підготовки студентів педагогічного університету в умовах інклюзивного освітнього простору.

Виклад основного матеріалу дослідження. Важливим для гуманізації сучасного освітнього процесу дітей із порушеннями розвитку є інклюзивна освіта (інклюзія – inclusion (англ.) – включення) (інший термін – інтегрована) – навчання і виховання дітей із особливими освітніми потребами, у тому числі з інвалідністю, в єдиному освітньому просторі; гнучка, індивідуалізована система освіти дітей з особливостями психофізичного розвитку в умовах масової загальноосвітньої школи за місцем проживання. Навчання і виховання здійснюються за індивідуальним навчальним планом, забезпечуються медико-соціальним та психолого-педагогічним супроводом.

Цей процес передбачає створення у загальноосвітньому навчальному закладі адекватного освітнього середовища, яке б відповідало потребам та можливостям кожної дитини, незалежно від особливостей її психофізичного розвитку, і необхідних умов для організації засвоєння цими дітьми учбової інформації та здійснення медико-соціальної і психолого-педагогічної реабілітації.

Процес інклюзивного навчання дітей з особливими освітніми потребами було ініційовано батьками дітей із проблемами у розвитку, які декларували право своїх дітей навчатися спільно з іншими, у загальноосвітніх закладах, де мають бути створені умови, які задовольнятимуть вітальні і освітні потреби цих дітей.

В історичному контексті питання інклюзивної освіти є відносно новим. Проникненню в педагогіку, як загальну, так і спеціальну, гуманістичних ідей, інноваційних теорій і технологій, у тому числі впровадження та реалізації теорії і практики інтерактивного та екологічного підходів в освіті сприяли технологічна та інформаційна революції ХХ ст. у поєднанні з ліберально-демократичними реформами 70-х років. Наприкінці ХХ століття економічні, технологічні та інформаційні можливості розвинених країн Європи, США, Японії дозволили створити умови для реалізації інклюзивної освіти. Поряд з наявною системою спеціальної освіти почали створювати паралельне спеціальне освітнє середовище у системі масової освіти.

У класичній та сучасній науці напрям підготовки майбутнього вчителя-професіонала розкривають праці К. Ушинського, М. Пирогова, С. Русової, А. Макаренка, В. Сухомлинського, М. Монтессорі, А. Маслоу, І. Беха, М. Боришевського, І. Кона. Проблеми формування професійної культури майбутнього спеціаліста, забезпечення його готовності до практичної, зокрема педагогічної, діяльності досліджувалися багатьма вченими у філософських (В. Андрущенко, І. Зязюн, В. Кремінь [1], В. Луговий та ін.), психологічних (Д. Богоявленський, П. Гальперін, С. Кабанова-Меллер, О. Леонтьєв, С. Максименко, Н. Менчинська, С. Рубінштейн), дидактичних (В. Бондар, Ф. Гоноблін, Т. Ільїна, Н. Кузьміна, О. Мороз, В. Сластьонін) та інших аспектах.

Наразі потрібно проводити випереджальне навчання життя у нелінійному світі. Сучасна освіта має нести нову функцію підготовки людини до життя в епоху криз та спиратися на ідеї цілісності. Як пише В. Кремень: "Система освіти у вітчизняному просторі володіє низкою унікальних особливостей, причому перебуває в "перехідному періоді". Це надає нові можливості для управління, яке повинно враховувати структуру освітнього процесу" [1, с. 14].

Тепер ми повинні готувати студентів не тільки до професійної діяльності з того фаху, який вони обрали, вступаючи до вищого навчального закладу. Майбутні фахівці мають отримати принципово іншу картину світу, установку і мотивацію щодо професійної діяльності, зрозуміти, інколи – прийняти як беззаперечний факт, що у соціумі є діти, які потребують особливої уваги, ставлення, глибини розуміння, докладання більших зусиль, постійного удосконалення професійного рівня. І це може надати відчуття виконання місії педагога або психолога, служіння високій меті.

Принциповим для сучасного педагога є індивідуальний підхід до кожного школяра. Студентам усіх без винятку педагогічних та психологічних спеціальностей потрібні як ґрунтовні знання з методик навчання учнів з особливими потребами фаховим дисциплінам, а відмінності у викладанні предметів шкільного курсу різному контингенту школярів часто є принциповими як за змістом, так і за формою, так і оволодіти знаннями щодо раннього виявлення порушень розвитку і здійснення корекційної роботи; правильного діагностування розвитку дитини та урахування її можливостей; психологічної підготовки дитини та її батьків до навчання спільно зі здоровими однолітками; надання психологічного супроводу; тісної співпраці з батьками; створення спеціальних умов у класі, школі; підготовки здорових учнів класу до взаємодії з дитиною, яка має особливості розвитку.

Необхідною умовою ефективної освіти дітей з порушеннями розвитку є створення ситуації оптимального розвитку особистості, в якій важливе місце займає комунікативний аспект, адже педагог в умовах інклюзії має не тільки ефективно навчати і виховувати учнів, будувати стратегію життєвого розвитку особистості, але й здійснювати самопрофілактику особистісного емоційного вигорання. Водночас спілкування в умовах інклюзії є досить своєрідним, складним. Значно збільшується кількість і змінюється якість функцій, які має здійснювати педагог. Крім традиційних, додається робота щодо організації корекційно-розвивальної діяльності, співпраця з батьками школярів щодо подолання наслідків порушень розвитку, специфічні організаційні моменти.

У зв'язку з необхідністю успішного вирішення цих питань у студентів потрібно формувати психолого-дидактичні, спеціально-дефектологічні вміння, розвивати професійну самосвідомість, психологічну культуру, вміння володіти психологічними технологіями. Однією з рис сучасного виховання має стати одухотворення. "Педагог у процесі одухотворення навчального матеріалу має використовувати наступні виховні прийоми: пораду, показ, нагадування, умовляння, розкриття, роз'яснення" [1, с. 106]. Найвищими мають стати як рівень освіти, так і особистісні якості – толерантність, емпатія, життєва мудрість, шляхетність. Особливу увагу варто приділити шляхам формування та розвитку психічного здоров'я майбутніх фахівців, які працюватимуть в умовах інклюзивної освіти.

Важливим у діяльності педагога є здійснення позитивного психологічного впливу на учнів з метою здійснення змін їхнього стану, думок, почуттів, дій. Цей вплив має бути суто позитивним, розвивальним, оздоровлювальним, тобто фасилітувальним впливом – стимулювальним впливом активності педагога, внаслідок якого поведінка дитини стає вільнішою, більш невимушеною й продуктивнішою порівняно з її попередніми проявами. За таких умов той, хто навчається, як правило, переживає стан радості, піднесеності, відчуває приплив сил, бажання активних дій. Важливою характеристикою діяльності педагога в умовах інклюзивної освіти є її психокорекційний характер.

Особливості психолого-педагогічної корекції розглядали Л. Занков, О. Граборов, М. Гнезділов, Т. Власова, І. Грошенкова, Г. Дульнев, І. Єременко, В. Лубовський, С. Кузікова, Б. Пінський, В. Рожнов [5].

За словами С. Кузікової, "психокорекція сприяє повноцінному функціонуванню та розвитку особистості шляхом розв'язання її конкретних психологічних проблем, впливу на окремі психологічні структури людини, виконуючи завдання не тільки зміни, а й навчання, формування, розвитку певних сфер психологічної реальності людини [3, с. 13-14].

Вчена розглядає психокорекцію як "спрямований і обґрунтований вплив на певні психологічні структури для забезпечення повноцінного розвитку і функціонування особистості" [3, с. 9].

У системі інклюзивної освіти важливо, щоб студенти оволоділи методиками корекції особистісної сфери, психодрамою, сугестивними методами, методами тілесної, ігрової, зображувальної терапії, музики, танцю, ритміки, психогімнастики, методами поведінкової терапії, групової психокорекції, вміли комплексно використовувати методи психокорекції. "Майбутні фахівці мають не тільки оволодіти основами фахових предметів, але й навчитися власній емоційній саморегуляції, творчим підходам до майбутньої діяльності" [5, с. 269].

Унаслідок цього активними є пошуки оптимальних шляхів реалізації корекційної роботи, удосконалення існуючих форм та методик спеціального навчання, розробка нових корекційних технологій. Необхідними є удосконалення змісту та поглиблення вивчення предметів психологічного та дефектологічного спрямування, формування особистісних та професійних якостей студентів, впровадження у навчальну діяльність тренінгів професійного спілкування, підвищення ефективності проходження педагогічної практики у закладах освіти.

Студентам також слід опанувати професійне педагогічне спілкування, спрямоване на створення сприятливого психологічного клімату та психологічну оптимізацію діяльності і міжособистісних стосунків. Воно має бути діалогічним і передбачати ставлення до іншої людини як до цінності,

неповторної індивідуальності, адже саме під час діалогу створюється оптимальний психологічний фон, який дозволяє розкритися кожній із сторін.

Висновки дослідження полягають у тому, що:

1. Дослідження історичного досвіду становлення і розвитку дефектологічної освіти в Україні, вивчення тенденцій кадрового забезпечення загальноосвітніх навчальних закладів, де вже навчаються діти із особливими потребами, необхідність урахування національних і європейських сучасних тенденцій інклюзивної освіти свідчать про доречність поглиблення професійної підготовки студентів педагогічного університету до роботи з дітьми, що мають порушення розвитку.

2. Процес професійної підготовки майбутніх педагогів має максимально модулювати майбутню професійну діяльність, враховуючи не тільки загальноосвітню, але й корекційно-розвивальну складову.

3. У вищих навчальних закладах має здійснюватися робота щодо формування психологічної культури майбутнього фахівця, який працюватиме в умовах інклюзивної освіти, у тому числі важливою стає підготовка студентів до здійснення психокорекційної діяльності.

Перспективи наших подальших наукових розвідок полягають у дослідженні форм і методів етнопедагогіки з метою їх використання у психокорекційній діяльності.

Використані джерела

1. Бех І. Д. Одухотворення як метод виховання у професійному становленні студентів / І. Д. Бех // Вища освіта України № 3 (додаток 2) – 2014 р. – Тематичний випуск: "Педагогіка вищої школи: методологія, теорія, технології. – Додаток 2, том 1, 2014 р. – С. 105-107.
2. Кремень В.Г. Освітній процес у вимірах синергетичного аналізу / В.Г. Кремень // Вища освіта України № 3 (додаток 2) – 2014 р. – Тематичний випуск: "Педагогіка вищої школи: методологія, теорія, технології. – Додаток 2, том 1, 2014 р. – С. 7-15.
3. Кузікова С.Б. Основи психокорекції : навч. посіб. / С.Б. Кузікова. – К.: Академвидав, 2012. – 320 с. – (Серія "Альма-матер").
4. Руководство по психотерапии [под ред. В.Е. Рожнова]. – 3-е изд., доп. и перераб. – Т. : Медицина, 1985. – 719 с.
5. Шишова І.О. Емоційно-творча складова підготовки майбутніх вчителів до корекційної діяльності / І. О. Шишова // Вища освіта України № 3 (додаток 2) – 2014 р. – Тематичний випуск: "Педагогіка вищої школи: методологія, теорія, технології". – Додаток 2, том 1, 2014 р. – С. 266-270.

Shishova I.

PREPARATION OF STUDENTS OF PEDAGOGICAL UNIVERSITY TO PSYCHO-ACTIVITIES WORK IN THE CONDITIONS OF INCLUSIVE EDUCATION

The problem of the increase of efficiency of the training and education of children with special necessities is vital question as for Ukraine as for other countries of world community because more and more pupils have problems of various organs and systems development. Important component of modernization of current education system is creation of conditions for efficient integration of certain groups of children with problems of development into general education of secondary school. Psychological and pedagogical conditions of future elementary school teachers and psychologists to work under conditions of integral education are: updating the content of training future teachers and psychologists of theoretical issues concerning the problem of educational neglect; providing future teachers the skills and abilities of correctional and educational work; complex organization of practice lessons of the content character. In article is devoted to the problems of preparation of students who provide correction work in the system of education of children with defects. In article theoretical and methodical principles of education in higher educational institution are scientifically proved; theoretical basis of teachers' professional preparation to correctional work in institutions for children with defects are generalized; modern state of specialists preparation and students' professional readiness to correction work in educational for children with defects is investigated.

It is specified the meaning of terms "children with problems of development", "psycho-activities work" regarding corrective-rehabilitation education, a system of psychocorrection preparation of a future pedagogue and psychologists is specified and is theoretically based, characteristics of preparation of a future remedial pedagogue is developed.

In article is considered of education of students of pedagogical university for psychotherapeutic work in inclusion environment. As the result of the research the essence of preparation of a future teacher and psychologists for psychocorrection work was revealed, the parameters of pedagogical technology able to guarantee the stable result of the preparation of a future primary school teacher and psychologists in a higher educational establishment in this direction were found out.

Key words: *psychological and pedagogical training, inclusive education, children with problems of development, psycho-activities work.*

Стаття надійшла до редакції 04.09.2015 р.