

## ЕФЕКТИВНІСТЬ ПРОГРАМИ ІНКЛЮЗИВНОГО ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ У ФОРМУВАННІ ПСИХОФІЗИЧНОЇ ГОТОВНОСТІ ДО НАВЧАННЯ ДІТЕЙ ІЗ РОЗЛАДАМИ АУТИЧНОГО СПЕКТРА

Алі Хамаде<sup>1</sup>, Іванна БОДНАР<sup>2</sup>

<sup>1</sup>Міністерство освіти і вищої освіти Катару, м. Доха, Катар;

<sup>2</sup>Львівський державний університет  
фізичної культури імені Івана Боберського,  
м. Львів, Україна

**Вступ.** Тенденція до збільшення кількості дітей із розладами аутичного спектра (РАС) у світі та висока соціальна й економічна значущість застосування фізичних вправ підтверджує актуальність наших досліджень. Сьогодні вкрай недостатньо комплексних програм, які поєднували б у собі різні ефективні засоби фізичного виховання. Найчастіше це нетривалі дослідження, які охоплюють невелику кількість дітей. Частота занять, їхня тривалість, як і тривалість самих програм фізичного виховання, коливаються у значних межах [1, 2].

**Мета** – розробити програму інклюзивного фізичного виховання школярів із розладами аутичного спектра та перевірити її ефективність.

Застосовано методи теоретичного та емпіричного дослідження (аналіз, синтез, тестування, педагогічний експеримент, методи математичної статистики). Учасниками дослідження були хлопчики 12 років із розладами аутичного спектра.

**Результати.** Розроблено програму з фізичного виховання дітей з аутизмом на підставі аналізу літературних джерел, передового закордонного досвіду, власного досвіду та отриманих на попередньому етапі досліджень даних авторів. Програма, розрахована на 9 місяців, складалася з трьох етапів. Засоби варіативних модулів та інваріантного складника діти з розладами аутичного спектра виконували разом із класом. Як матеріал інваріантного складника програми для дітей з РАС застосовували асани, ката, медитативні пози, імітацію їзди на коні. Зміст розроблених домашніх завдань теж відповідав темі модуля.

В умовах застосування авторської програми інклюзивного фізичного виховання психофізична готовність до шкільного навчання в дітей із розладами аутичного спектра в ЕГ достовірно поліпшилася (82,4%  $p < 0,05-0,01$ ) за більшістю тестових вправ. Виняток становить вправа на частоту плескань у долоні за 10 с, результат якої (34,7%,  $p < 0,01$ ) погіршився.

У підсумку після завершення педагогічного експерименту показники психофізичної готовності до навчання дітей ЕГ та КГ достовірно відрізнялися за більшістю тестів. Результат у плесканні в долоні відрізнявся, але недостовірно ( $p > 0,05$ ) на користь дітей ЕГ. Переважання дітей ЕГ у написанні літери «О» за 10 секунд становило 50,3% ( $p < 0,05$ ).

Результати присідання на двох ногах дітей КГ достовірно були нижчими ( $p < 0,05$ ) від показників дітей ЕГ на 47,1%. Діти ЕГ випереджали дітей із КГ за результатом тесту «Фламінго» (65,2%,  $p < 0,05$ ). Це свідчить про те, що авторська програма інклюзивного фізичного виховання краще, ніж типова ( $p < 0,05$ ), формує психофізичну готовність дітей із розладами аутичного спектра до навчання (зокрема тонку координованість м'язів кистей, швидкісну силу м'язів ніг і рівновагу).

**Висновок.** Авторська програма фізичного виховання краще, ніж типова ( $p < 0,05$ ), формує психофізичну готовність дітей із розладами аутичного спектра до навчання (зокрема тонку координованість м'язів кистей, швидкісну силу м'язів ніг і рівновагу).

**Ключові слова:** програма, фізичне виховання, інклюзія, аутизм, школярі.

**Список використаних джерел**

1. Bodnar I. Physical education of children with autism spectrum disorders: a systematic review of structure and effects of interventional programs / Bodnar I., Pavlova I., Khamade A. // *Physiother Quart.* – 2020. – Vol. 28, N. 4. – P. 61–70. doi: 10.5114/pq.2020.96232
2. Боднар І. Вплив авторської програми фізичного виховання на показники фізичної підготовленості школярів з аутизмом / Іванна Боднар, Алі Хамаде // *Науковий часопис Нац. пед. ун-ту імені М. П. Драгоманова. Серія 15, Науково-педагогічні проблеми фізичної культури (фізична культура і спорт)* : зб. наук. пр. – Київ, 2021. – Вип. 6К(135)21. – С. 34–37.