

УДК 796-056.266: 159.9

<https://doi.org/10.36906/FKS-2020/72>

Б.П. Яковлев

д-р психол. наук

г. Ханты-Мансийск, Югорский государственный университет

Т.Б. Думова

г. Сургут, Сургутский государственный университет

ПСИХОЛОГИЧЕСКОЕ СОПРОВОЖДЕНИЕ ИНКЛЮЗИВНОГО ОБРАЗОВАНИЯ НА ОСНОВЕ ВЛИЯНИЯ ИНДИВИДУАЛЬНОЙ ВЕЛИЧИНЫ ПСИХИЧЕСКОЙ НАГРУЗКИ НА СТУДЕНТОВ- СПОРТСМЕНОВ С ОВЗ

Аннотация. Сущностной характеристикой психологического сопровождения инклюзивного образования является создание специфических условий для перехода личности спортсмена к саморазвитию и самоорганизации. Психологическое сопровождение означает содействие в достижении максимальных результатов и создании благоприятных условий профессионального и личностного развития для студентов-спортсменов с ОВЗ.

Ключевые слова: психологическое сопровождение; спортивная деятельность; учебная деятельность; квалифицированные студенты-спортсмены с ОВЗ; инклюзивное образование; психическая нагрузка.

B.P. Yakovlev

Doctor of Psychological Sciences

Khanty-Mansiysk, Ugra State University»

T.B. Dumova

Surgut, Surgut state University

PSYCHOLOGICAL SUPPORT OF INCLUSIVE EDUCATION BASED ON THE INFLUENCE OF INDIVIDUAL MENTAL LOAD ON STUDENTS ATHLETES WITH DISABILITIES

Abstract. The essential characteristic of the psychological support of inclusive education is the creation of specific conditions for the transition of the athlete's personality to self-development and self-organization. Psychological support means assistance in achieving maximum results and creating favorable conditions for a student-athlete with disabilities of professional and personal development.

Keywords: psychological support; sports activities; educational activities; qualified student-athletes with disabilities; inclusive education, mental load.

Введение. Под психологическим сопровождением следует понимать систему организационных, диагностических, обучающих и развивающих мероприятий для тренеров-

педагогов, спортсменов, практических психологов, направленных на создание наиболее приемлемых условий спортивной деятельности, а также систему организационных, диагностических, коррекционно-развивающих методов, направленных на самореализацию основных субъектов учебной, профессиональной и спортивной деятельности.

В процессе психологического сопровождения специалист-психолог создает условия и оказывает необходимую и достаточную (но ни в коем случае не избыточную) поддержку для перехода от позиции «я не могу» к позиции «я могу сам справиться со своими личностными и профессиональными проблемами». Психологическое сопровождение в реализуемой деятельности означает содействие в достижении максимальных для данного субъекта результатов и создании благоприятных условий для его профессионального и личностного развития, и осуществляться оно должно на всех этапах жизнедеятельности.

Большинство исследователей отмечают, что психологическое сопровождение «предусматривает поддержку естественно развивающихся реакций, процессов и состояний личности». Более того, правильно организованное психологическое сопровождение открывает перспективы личностного роста и продуктивности в различных областях деятельности.

Цель научного исследования – теоретически обосновать особенности психологического сопровождения инклюзивного образования на основе влияния индивидуальной величины психической нагрузки на студентов-спортсменов с ОВЗ.

Методы исследования: анализ, синтез, обобщение, сравнение, идеализация, беседа, наблюдение.

Результаты и их обобщение. Нужно отметить, что не только здоровые спортсмены, но и спортсмены с ограниченными возможностями здоровья испытывают огромное влияние на организм и психические проявления величины психической нагрузки. Мы сделали акцентированное внимание на студентах-спортсменах с ограниченными возможностями здоровья в процессе их обучения в физкультурном вузе. В процессе обучения студенты с ОВЗ испытывают психическую нагрузку, которая способствует развитию как положительных, так и отрицательных индивидуально-психологических качеств. В данном исследовании мы пытались раскрыть возможности применения различных программ (психодиагностической, коррекционной, консультативной) для развития толерантности и стабильности к психической нагрузке у студентов-спортсменов с нарушениями слуха в период их обучения в вузе [2–4].

Важность изучения проблемы психической нагрузки у студентов-спортсменов с ОВЗ в настоящее время ограничивается и определяется не только экстремальными условиями в области физической культуры и спорта, но также в области учебной и человеческой деятельности. В настоящее время на базе Югорского государственного университета совместно с учеными, педагогами Гуманитарного института североведения исследуется влияние особенностей психической нагрузки на адаптацию к учебной деятельности спортсменов-студентов с ОВЗ и здоровых студентов. Достаточно высокие требования к организму и психике студентов с различным уровнем здоровья в высшей школе предъявляет

увеличение учебных и психических нагрузок. Наибольшие психические нагрузки в течение всего времени обучения в вузе стрессорно воздействуют на организм и психику студентов, но особое влияние они оказывают на студентов с ограниченными возможностями здоровья.

Теоретические положения и практические рекомендации по оптимизации, гармонизации учебной и спортивной деятельности студентов с ОВЗ, которые существуют в научно-методической литературе, носят общий характер, что затрудняет их использование [2, с. 90]. В науке об инклюзивном образовании отсутствуют эмпирические исследования по оценке влияния психических нагрузок на саморегуляцию психических действий, психомоторные, психофизиологические функции, сравнительный анализ со здоровыми спортсменами с учетом возрастного-полового диморфизма в условиях специфики учебной деятельности в вузе. Это в очередной раз говорит о слабой разработанности проблемы. В связи с этим изучение влияния учебных, физических и психических нагрузок в системе получения высшего профессионального образования высококлассных спортсменов-студентов с ОВЗ с целью оптимизации и гармонизации структуры и содержания качества и эффективности учебной деятельности представляется важным и актуальным в настоящее время.

Поступая в вузы, люди с ограниченными возможностями здоровья становятся студентами, к ним должны предъявляться такие же требования, как и к здоровым студентам.

Если сравнивать юношеский возраст с другими возрастами, то здесь можно отметить наивысшую скорость оперативной памяти и переключения внимания, решения вербально-логических задач. Следовательно, возраст студентов характеризуется достижением наивысших, «пиковых» результатов, базирующихся на всех предшествующих процессах биологического, психологического, социального развития.

Поэтому в этот период студенты с ограниченными возможностями здоровья наиболее ранимы, подвержены стрессам. Маломобильным студентам присущи значительные проблемы в построении межличностных отношений. Неадекватность самовосприятия, самопознания, восприятия окружающих формирует у таких студентов неудовлетворенность отношениями с миром, окружающими людьми и нарушение социально-психологической адаптации в целом.

Исследования выявили, что студенты с ограниченными возможностями здоровья испытывают потребность в психологической поддержке при решении проблем личностного и профессионального самоопределения, сохранения и развития психического здоровья, развития социальной активности и личности в целом [1].

Инклюзивное образование предполагает равные права, равные требования, а значит, и равное отношение ко всем обучающимся. Но уровень восприятия учебной нагрузки у студентов с ОВЗ отличается от уровня восприятия у здоровых студентов. Поэтому психическая нагрузка в условиях учебной деятельности, которую испытывают студенты с ОВЗ, может быть предельной, что ведет к нарушению здоровья обучающихся.

Студенты с ограниченными возможностями здоровья нуждаются в индивидуальной величине психической нагрузки, которая бы соответствовала их умственным и физическим возможностям.

Организация учебно-воспитательного процесса, проведенная с учетом не только учебных, но и психических нагрузок, может служить одним из важных инновационных аспектов повышения познавательной активности, творческого мышления, психологической готовности, а также сохранения и развития здоровья обучающихся. Такое возможно лишь в условиях инклюзивного образования [4, с. 37].

При этом мы должны понимать: самым важным в инклюзивном образовании является то, что каждый человек, независимо от имеющихся у него каких-либо особенностей, посредством включения в образование получает доступ в общество. Идея инклюзии состоит в обеспечении равных отношений ко всем людям, исключает любую дискриминацию, строит новую культуру включающего общества. А изменение, наращивание культуры требует времени. Инклюзия – далеко не только физическое нахождение людей с ОВЗ в образовательном учреждении. Она подразумевает изменение образовательного учреждения и системы отношений участников, тесное сотрудничество педагогов и специалистов, вовлечение родителей в работу, систему поддержки всех нуждающихся в ней учеников, средовую доступность во все помещения здания. Особенность инклюзивного образования заключается в принципиально новой системе педагогики, где студенты с особыми образовательными потребностями и преподаватели работают над общей целью, опирающейся, прежде всего, на поддержку, принятие и взаимопомощь.

Только при таком подходе студенты с ОВЗ смогут получать образование, не испытывая при этом предельных психических нагрузок.

Заключение. Таким образом, важно выявить влияние психических нагрузок на готовность к учебным нагрузкам, толерантность, здоровье и индивидуальные особенности спортсменов с ОВЗ разной квалификации, стажа, вида спорта, возрастно-полового диморфизма, состояния здоровья в системе напряженной учебно-тренировочной деятельности в условиях инклюзивного образования с учетом параллельных констатирующих исследований по разработке коррекционно-развивающих программ формирования оптимальных условий продуктивного выполнения учебной, профессиональной и спортивной деятельности.

Литература

1. Купреева О.И. Особенности «Я-концепции» взрослых инвалидов с ампутационными дефектами конечностей: Дис. ... канд. психол. наук. Киев, 2003. 199 с.
2. Яковлев Б.П., Усаева Н.Р., Апокин В.В., Тарасенко И.Б., Банщикова А.Г. Диагностические критерии особенностей психической нагрузки в условиях учебной деятельности спортсменов-студентов с ОВЗ и здоровых спортсменов-студентов // Теория и практика физической культуры. 2017. № 3. С. 89–92.

3. Яковлев Б.П., Усаева Н.Р., Апокин В.В. Отличительные особенности влияния психической нагрузки на студентов-спортсменов с ограниченными возможностями здоровья и здоровых студентов в условиях учебной деятельности // Теория и практика физической культуры. 2016. № 11. С. 86–88.

4. Яковлев Б.П., Усаева Н.Р. Психическая нагрузка в аспекте организации адаптивного самовоспитания учащихся с ограниченными возможностями здоровья в условиях учебной деятельности // Адаптивная физическая культура. 2014. № 2. С. 35–38.

© Яковлев Б.П., Думова Т.Б.