



На Всеукраїнський конкурс авторських програм практичних психологів і соціальних педагогів «Нові технології в новій школі»

Номінація «Особливості роботи вчителя фізичної культури з дітьми з ООП»

«Розвиток професійної рефлексії як важливої складової інклюзивної компетентності вчителя фізичної культури»

Практичний психолог Акімов Володимир Анатолійович

Корекційно-розвивальна програма



«Розвиток професійної рефлексії як важливої складової інклюзивної компетентності вчителя фізичної культури»

Мета: розвиток рефлексії для покращення виконання професійних функцій в умовах інклюзивної освіти.

Завдання:

- формування інклюзивної толерантності;
- розвиток емпатії до різноманітних потреб учнів;
- покращення творчої адаптації для розв'язання нестандартних ситуацій;
- розвиток ціннісної мотивації до оволодіння інклюзивною компетентністю та подальшого вдосконалення;
- розвиток здатності усвідомлювати основи власної діяльності;
- усвідомлення власних переконань і ставлень та їх вплив на виконання професійної діяльності;
- розвиток гнучкості вчительських стратегій, що сприяють інноваціям та особистому навчанню.

Цільова аудиторія: вчителі фізичної культури, що працюють в інклюзивних класах.

Матеріально-технічне оснащення закладу для реалізації програми: спортивний інвентар для дітей з ООП (сенсорна тактильна доріжка, сенсорна гойдалка «Гніздо», великі геометричні фігури, гімнастичні палиці та фітболи, килимок «Тіп-топ», басейн з кульками для релаксації тощо).

Перелік навчальних та методичних матеріалів, необхідних для реалізації програми: договір про співпрацю закладу з інклюзивним центром та реабілітологом, набір карток (МАК) «Креатив», ноутбук, мультимедійний проектор, фліпчат, олівці та фарби.

Методи:

- тематичні і вільні ігри на взаємодію;
- гештальт-терапія (терапевтичні метафори, ампліфікація емоцій)
- психогімнастика (імітаційні ігри);
- арт-терапія (вільне і тематичне малювання);
- міні-лекція;
- етюди-релаксації;
- короткі авторські відеоролики (пам'ятки з рекомендаціями)
- бесіда, обговорення розповідей, ігор (рефлексія заняття, підбиття підсумків, зміни думок і поведінкових реакцій);

Очікуванні результати та критерії ефективності програми:

Критеріями ефективності даної програми будуть наступні параметри особистісних проявів у поведінці учасників:

- збагачена система цінностей вчителя щодо інклюзивної освіти;
- зростання обізнаності у виборі стратегій поведінки;
- помітні зміни у здатності до рефлексії;
- розвиток мотивації до здійснення професійної діяльності;
- покращення здатності до самоконтролю та саморегуляції;
- розвиток емоційного інтелекту;
- використання різноманітності у навчальних підходах та стилях як ресурс для викладання.

Вимоги до спеціаліста, який впроваджує програму, - наявність сертифікату про проходження курсу за напрямками: арт-терапія або гештальт-терапія.

Структура занять. *Вступна частина* займає 20% загального часу. Вона сприяє позитивному емоційному входженню в заняття.

Основна частина направлена на розвиток практичних навичок і займає 50-60% загального часу.

Завершальна частина складається з *рефлексії* – оцінки-аналізу заняття вчителями та *ритуалу прощання* – комфортному, оптимістичному завершенню роботи. Ця частина охоплює 20% загального часу заняття.

Етапи реалізації програми

1. Підготовчий етап

- проведення емпіричного дослідження (аналіз літератури);
- розроблення наукової методології робіт і плану програмних заходів;
- формування програми психологічної корекції;
- укладання договорів про співпрацю закладу з інклюзивним центром та реабілітологом;
- проведення ряду заходів з метою заохочення учасників до участі в групі;
- проведення вхідної діагностики.

Термін реалізації. Даний етап у нашому випадку зайняв 2 місяця. У разі користування готовою розробкою він буде займати від одного до двох тижнів залежно від кількості учасників групи, що ставить перед собою організатор та його активності.

2. Основний етап

- Підготувати необхідний матеріал та обладнання;
- проведення блоків тренінгової програми.

Термін реалізації. Протягом 3 місяців з частотою проведення тренінгу раз в два тижні.

3. Завершальний етап

- проведення завершальної зустрічі;
- анкетування та вихідна діагностика відповідно до параметрів заявлених в очікуваних результатах програми з метою дослідження її ефективності;
- аналіз результатів анкетування та діагностики;
- підбиття підсумків.

Термін реалізації. Один тиждень

Опис корекційно-розвивальної програми та проведення апробації

компетентності ми спланували й провели спеціальний курс психокорекції мотиваційної та рефлексивної складових інклюзивної компетентності вчителя фізичної культури.

Цей спецкурс розглядається як формувальний експеримент. Він проводився на базі Коломийського ліцею №8 протягом 2 місяців . В експерименті брали участь вчителі фізичної культури Коломийського ліцею №8 та вчителі міста, що виявили бажання долучитися (всього 12 чоловік).

Проведення формувального експерименту здійснювалося на основі застосування різноманітних методів психологічного дослідження. Зокрема, ми використовували активні методи соціально-психологічної підготовки для навчання досліджуваних умінням і навичкам спілкування.

Наукове обґрунтування методів що використовуються.

Зупинимось на загальних моментах організації процесу активного соціального навчання. Відмінною рисою всіх форм активного соціального навчання є те, що воно відбувається в спеціально організованій групі. На думку Н. М. Богомолової і Л. А. Петровської, специфіка цього виду соціального навчання полягає в тому, що в ньому цілеспрямовано використовуються навчальний ефект групової взаємодії, соціально-психологічний феномен впливу групи на особистість. Необхідною нормою взаємин учасників малої групи стає довіра, завдяки якій забезпечується зворотний зв'язок і соціальне зближення між ними.

Аналізуючи *основні принципи* використання активних методів, Л.А. Петровська вказує, що:

- 1) вони орієнтовані на навчальний ефект групової взаємодії;
- 2) у них послідовно реалізується принцип активності учасників навчання;
- 3) ці методи передбачають своєрідний матеріал навчання на моделях .

Для цілей дослідження, зокрема для розв'язання завдань цього етапу формувального експерименту, вказані принципи мають велике значення. Вони є основою спеціальних завдань розвивального характеру й методів, які використовуються для розвитку здатностей до педагогічної взаємодії.

У психологічній літературі застосовується різна термінологія й класифікація активних методів навчання. Із цього приводу Л. А. Петровська зазначає, що при всьому розмаїтті класифікацій активних методів (і за відсутності єдиної, прийнятої всіма) ці методи можна звести до двох великих блоків - групові дискусії й ігрові методи. Ми виділяємо *три основні методи: групові дискусії, тренінг, рольові ігри*. Такий розподіл умовний, оскільки важко визначити чіткі межі, які розділяють ці методи. У той же час ці різновиди активних методів навчання можна, на наш погляд, певною мірою упорядкувати, асоціювавши їх з трьома базисними аспектами спілкування, виділеними Г. М. Андрєєвою: комунікативним, інтерактивним і перцептивним компонентами.

Результати здійснених нами емпіричних досліджень вказують, що головними умовами, які сприяють розвитку здатності професійної рефлексії, є:

- 1) розвиток особистості фахівця через актуалізацію поведінкової, емоційної та когнітивної сфер, формування здатності до усвідомлення власних емоційних станів;
- 2) розвиток внутрішньої мотивації та почуття компетентності, створення позитивної мотивації до засвоєння знань й оволодіння педагогічними вміннями;
- 3) взаємозв'язок теоретичної та практичної підготовки.

Перераховані умови створювалися за допомогою моделювання реальної ситуації в навчально-виховній роботі зі вчителями фізичної культури. Ми провели спеціальний навчальний курс, у програму вивчення якого увійшли вказані вище аспекти. Нижче подано програму розвивальних впливів. Для

формувального експерименту використано низку вправ, адаптовану нами відповідно до мети та завдань дослідження .

Тренінг - курс «Розвиток професійної рефлексії педагога» складається з трьох блоків

1. Усвідомлення власного «Я». Рефлексія себе перед початком виконання професійної діяльності.

Його мета — допомогти педагогам зрозуміти важливість усвідомлення власного «Я», оскільки тільки через пізнання себе, свого характеру, своєї особистості можна переходити до пізнання інших людей . Мета цього блоку-виробити в особистості педагога свідоме ставлення до свого життя, до себе , засвоїти навички психологічно правильного цілеспрямованого самопізнання та самоаналізу ,вироблення вмінь аналізувати свій емоційний стан, розвивати свій емоційний інтелект. Підкорювати емоції цілям, використовувати їх під час вирішення проблем.

2. Блок "Міжособистісна взаємодія" включає в себе вправи та інформаційні повідомлення, спрямовані на оптимізацію взаємодії з іншими людьми. Усвідомлення себе в процесі взаємодії в умовах інклюзивного середовища. Оволодіння новими професійними технологіями та формами роботи, що сприяють ефективному виконанню професійних функцій в роботі з дітьми з ОПП. Бути ефективним вербальним та невербальним комунікатором, здатним реагувати на комунікаційні потреби інших.

3. Блок "Я-професіонал" безпосередньо стосується професійного поля діяльності педагога, його самореалізації.

До деяких занять даних блоків підібрані вправи на релаксацію, велика увага приділяється розвитку навичок розслаблення.

Під час проведення тренінгових занять ми послідовно реалізували такі специфічні принципи роботи групи:

1. Принцип активності учасників: учасники групи постійно залучаються до різних дій — беруть участь у рольових іграх, групових дискусіях,

спостерігають поведінку учасників рольової гри чи групової дискусії, виконують запропоновані тренером вправи, психогімнастику та деякі елементи арт-терапії тощо.

2. Принцип дослідницької творчої позиції учасників: у процесі занять постійно створюють ситуації, в яких учасникам групи доводиться самим вирішувати проблеми, відкривати вже відомі закономірності взаємодії, спілкування людей, реалізовувати принципи партнерського спілкування.

3. Принцип об'єктивації поведінки: поведінка учасників групи переводиться на початку занять з імпульсивного на об'єктивований рівень і підтримується на цьому рівні.

4. Універсальним засобом об'єктивації поведінки, який використовується в усіх видах тренінгу, є зворотний зв'язок, ефективність якого підвищується у випадку використання відеозапису.

Зворотний зв'язок, тобто ті відомості, які отримує людина від інших учасників групи стосовно своєї поведінки, досягає своєї мети за таких умов:

а) описовий характер зв'язку;

б) невідкладність зворотнього зв'язку;

в) специфічність зворотнього зв'язку, а не узагальненість, тобто він повинен стосуватися конкретного прояву учасника, а не поведінки в цілому;

г) відповідність потребам і того, хто дає зворотній зв'язок, і того, хто отримує;

д) реалізація зворотнього зв'язку в контексті групи;

г) висловлювання з приводу таких якостей, які можуть бути реально змінені.

Керівник слідкує, щоб перераховані умови послідовно реалізувалися, а також за тим, щоб той учасник групи, який отримує зворотній зв'язок, не пояснював свою поведінку, запитував лише за необхідності в додатковій інформації.

5. Принцип оптимізації пізнавальних процесів в умовах спілкування: коли до індивідуального перебігу пізнавального процесу залучається також і та

інформація, яку індивід отримує від партнерів по спілкуванню, то ефективність пізнавальних процесів в умовах спілкування підвищується.

6. Принцип партнерського спілкування: партнерське (або, за термінологією Л.А.Петровської, суб'єкт-суб'єктне) спілкування характеризується рівністю психологічних позицій учасників, визнанням цінності особистості іншої людини, прийняттям до уваги інтересів співбесідників, а також — активністю сторін, за якої кожна не тільки відчуває вплив, а й сама такою ж мірою діє на інших, взаємним проникненням партнерів у світ почуттів і переживань, а також взаємною гуманістичною установкою партнерів, прагненням до співучасті, співпереживання, прийняття один одного.

Тренінг має досить чітку структуру, частини якої мають визначене змістове наповнення і рекомендовані часові межі .

Структура тренінгу

Частини тренінгу	Етапи частин тренінгу	Рекомендована тривалість етапів, % загального часу
Вступна	Вступ	5
	Знайомство	5
	Правила	5
	Очікування	5
Основна	Оцінка рівня поінформованості про проблему та експрес-опитування	5-10
	Актуалізація проблеми	10-30
	Інформаційне повідомлення	20-40
	Розвиток практичних навичок	20-60
Завершальна	Рефлексія	10

	Завершення роботи	5
--	-------------------	---

Етапи тренінгу.

Проаналізуємо кожен етап тренінгу. Найбільш характерними компонентами вступної частини є вступ, правила, знайомство та очікування.

Вступ складається з представлення тренерської команди, повідомлення теми і мети тренінгу, ознайомлення учасників із методичними та організаційними особливостями роботи.

Знайомство - це процедура, під час якої використовуються вправи на зняття психоемоційного напруження, так звані криголами, та вправи, протягом яких учасники знайомляться один з одним. Цей ритуальний етап тренінгу є невід'ємною частиною включення в роботу, що сприяє позитивному налаштуванню, подоланню скутості, сором'язливості, тривожності, зняттю м'язових зажимів, підвищує пізнавальний інтерес, задовольняє потребу в міжособистісному спілкуванні.

Етап прийняття правил групової роботи передбачає, що вони складаються й приймаються всіма учасниками групи, а психолог може додати декілька своїх, котрі повинні бути записані на великому аркуші паперу, підписані всіма учасниками тренінгу і розташовані на видному місці. У випадку їх недотримання психолог або учасники тренінгу нагадують порушнику про це. Протягом роботи групи слід постійно акцентувати увагу учасників на правилах, повторюючи їх за допомогою різних вправ, крім того, за необхідності, можна доповнювати новими. Не слід недооцінювати важливість цієї роботи, оскільки вона сприяє уникненню ситуації примусу і створює атмосферу добровільності й групової приналежності.

Очікування. Для успішності та ефективності тренінгу кожен його учасник повинен знати, навіщо йому ці заняття, тобто мати певну мотивацію. Для практичного психолога така інформація буде дуже цінною, оскільки дасть можливість спрямувати роботу групи в належному напрямі. Як правило,

очікування, які висловлюють учасники тренінгу, стосуються заняття (отримання цікавої і корисної інформації), очікувань від самого себе (самопізнання), інших учасників тренінгу (ближче познайомитися, поспілкуватися), тренера (прояву професіоналізму, компетентності). Перед початком роботи тренер і група повинні домовитися про бажаний результат співпраці. Очікування на початку першого заняття групи стосуються, перш за все, загальної спрямованості тренінгу та його користі для кожного учасника, а в наступні дні роботи - уточнення конкретних кроків для досягнення поставленої мети.

Основна частина тренінгу складається з 3 послідовних етапів, які зосереджені на визначенні проблеми, котрій присвячений тренінг, пошуку шляхів її розв'язання та розвитку практичних навичок, необхідних для цього.

Етап оцінки поінформованості про проблему та експрес-опитування спрямований на окреслення проблеми, яку повинна вирішити група і кожен учасник зокрема, усвідомлення міри її важливості, переосмислення наявних знань та браку інформації, самодіагностику кожного учасника тренінгу.

Актуалізація проблеми слугує введенню учасників у коло понять та термінів теми заняття, допомагає визначити причини актуальності обраної тематики тренінгу та наслідки для кожного учасника групи.

Інформаційні повідомлення мають бути короткотривалими: від короткого повідомлення (1-2 хвилини) до міні-лекції(10-15 хвилин). Цей етап передбачає надання учасникам необхідної інформації з проблеми, яка може подаватися вербально (усно) або письмово.

Етап розвитку практичних навичок є центральним у всій тренінговій роботі. Він включає в себе добір методів, форм та технік, спрямованих на закріплення отриманих знань та відпрацювання необхідних навичок. Після кожної вправи слід обов'язково виділяти час на рефлексію - самоаналіз, переосмислення кожним учасником своїх вчинків, думок, почуттів,

поведінки.

Завершальна частина. Кожне тренінгове заняття повинно закінчуватися спеціальними вправами, які входять до ритуалу прощання і дають можливість учасникам комфортно завершити роботу, створюють відчуття завершеності заняття, позитивний оптимістичний настрій для подальшої роботи, сприяють налаштуванню учасників на атмосферу звичайного життя. Передуює прощанню оцінка-аналіз заняття, яка здійснюється через керовану групову рефлексію. Мета такої оцінки - перевірити ефективність навчання, передусім установити, що з виконаного на заняттях було корисним для учасників, допомогло їм змінити свої погляди, поведінку чи задуматися над необхідністю змінитися на краще. Оцінка сприяє самоаналізу учасників групового процесу, стимулює народження нових ідей, допомагає зрозуміти, наскільки вдалося досягнути поставленої мети, дає можливість коригувати плани наступних занять.

Кожен блок включає в себе 2 заняття. Всі вони апробовані. Тренінг-курс може впроваджуватися цілісно, дотримуючись тієї послідовності, яка запропонована, або вибірково, оскільки кожне заняття є структурованим і логічно завершеним. Критерії комплектування груп повинні будуватися за принципом добровільності; група повинна бути сталою, тобто протягом роботи в ній повинні брати участь одні й ті ж особи (не більше 20). Кожне тренінгове заняття побудоване за єдиною структурою і розраховане на 2-3 академічні години.

Аналіз ефективності програми

Вивчаючи вплив запропонованих нами експериментальних засобів на розвиток особистості вчителя фізичної культури, ми використали методики, які забезпечували розв'язання дослідницьких завдань.

Зокрема ми спробували визначити вплив експериментальних засобів на формування мотивації при виконанні професійної діяльності, попередження і подолання конфліктності і нервозності у педагогів,

суб'єктивної локалізації контролю та анкетування з метою визначення рівня розвитку окремих параметрів критеріїв ефективності даної програми шляхом самоаналізу учасників . Для діагностики мотивації педагогічної діяльності використано методику „Мотивація професійної діяльності” (методика К,Земфір у модифікації А.Реана).

Кількісні результати мотивації до здійснення професійної діяльності

Рівень	Вибірка досліджуваних							
	контрольна група (п=12)				експериментальна група (п=12)			
	до формувального експерименту		після формувального експерименту		до формувального експерименту		після формувального експерименту	
	к-сть досліджуваних	%	к-сть досліджуваних	%	к-сть досліджуваних	%	к-сть досліджуваних	%
Внутрішня мотивація	5	41,67	6	50	4	33,33	7	58,33
Зовнішня позитивна мотивація	4	33, 33	4	33, 33	5	41,67	4	33, 33
Зовнішня негативна мотивація	3	25	2	16, 67	3	25	1	8. 34

Показники внутрішньої мотивації після формувального експерименту збільшились на 25%, а зовнішня негативна зменшилась на 16, 66% .

Кількісні показники рівня особистісної тривожності у вчителів фізичної культури.

Таблиця

Рівень	Вибірка досліджуваних							
	контрольна група(п=12)				експериментальна група (п=12)			
	до формувального експерименту		після формувального експерименту		до формувального експерименту		після формувального експерименту	
	к-сть досліджуваних	%	к-сть досліджуваних	%	к-сть досліджуваних	%	к-сть досліджуваних	%
Високий	2	16,67	2	16,67	3	25	1	8,33
Середній	6	50	5	41,67	6	50	5	41,67
Низький	4	33,33	5	41,66	3	25	6	50

Високий рівень тривожності знизився на 16, 67% порівняно з контрольною групою, покращився показник низького рівня тривожності на 25%.

Наступним кроком у цьому експериментальному дослідженні було визначення провідної стратегії в конфлікті з використанням тесту Томаса . За допомогою цього тесту можна визначити власний стиль поведінки в ситуації неузгодженості.

Кількісні показники виявлення провідної стратегії поведінки в
конфлікті
вчителів фізичної культури

Таблиця

Стратегія поведінки	Вибірка досліджуваних							
	контрольна група(п=12)				експериментальна група (п=12)			
	до формувального експерименту		після формувального експерименту		до формувального експерименту		після формувального експерименту	
	к-сть досліджуваних	%	к-сть досліджуваних	%	к-сть досліджуваних	%	к-сть досліджуваних	%
Співробітництво	1	8,34	1	8,34	2	16,67	5	41,67
Компроміс	1	8,34	2	16,66	2	16,67	4	33,34
Уникання	4	33,33	3	25	2	16,66	1	8,33
Пристосування	2	16,66	3	25	3	25	1	8,33
Суперництво	4	33,33	3	25	3	25	1	8,33

Аналіз кількісних показників виявлення провідної стратегії поведінки вчителів фізичної культури у конфліктній ситуації показав, що співробітництво як стиль поведінки в конфлікті характерне для 16,67% вибірки, а після формуючого експерименту - для 41,67%. Це засвідчує, що велика частина досліджуваних оптимальним варіантом поведінки в конфлікті обирають саме співробітництво. Компроміс - до експерименту кількість досліджуваних складала 16,67%, після - 33,34% вибірки. Отже, як бачимо, після експерименту збільшилась кількість досліджуваних, що надають перевагу компромісу як стилю поведінки в конфлікті, вважаючи його допустимим не завжди й не скрізь, а лише в окремих випадках. Уникання – зменшилося: до експерименту кількість вибірки складала

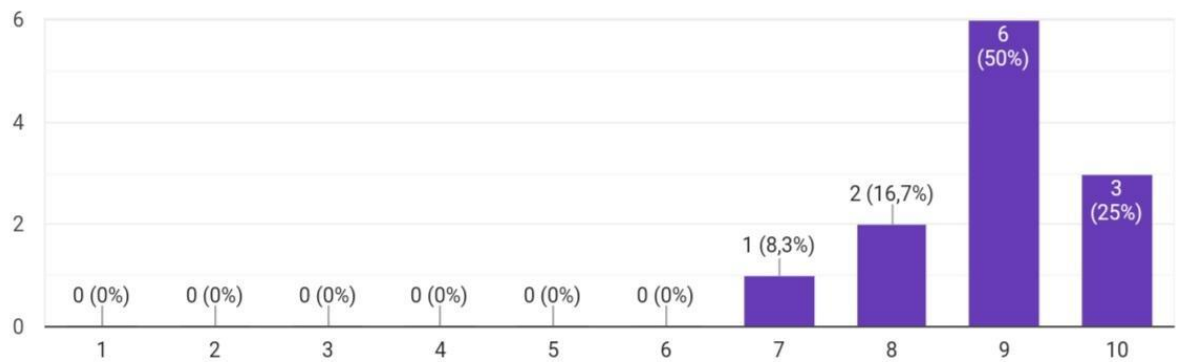
16,66%, після експерименту - вже 8,33% від чисельності експериментальної вибірки. Пристосування - до експерименту становило 25% вибірки, а вже після експерименту – 8,33%. Суперництво - цій стратегії до експерименту віддавало перевагу 25% вибірки, а після вже - 8,33%. Як бачимо, також спостерігається зменшення кількості досліджуваних, які обирали цю стратегію. Такі результати вказують на те, що для вчителів фізкультури є важливим зрозуміти, яка зі сторін має рацію в певній ситуації, і правильно обрати найбільш оптимальну стратегію.

У контрольній групі, як і за попередніми методиками, у досліджуваних значних змін не відбулося. Підібрані нами засоби проведення експерименту, а саме тренінги другого блоку "Ключі до ефективної та гнучкої взаємодії", певною мірою змінили результати. І вже після експерименту перше місце посідає співпраця (41,67 %) як найбільш оптимальний стиль поведінки в конфліктних ситуаціях. Опрацювання зазначеної теми дало змогу визначити, що найважливішою і найважчою стратегією з п'яти представлених є співпраця - процес, за допомогою якого люди, які мають спільні та протилежні інтереси й бажають дійти згоди, намагаються знайти шляхи взаємопорозуміння. Саме це вдалося зрозуміти більшості учасникам програми розвивальних впливів.

Анкетування проводилося на завершальному занятті групи. Відповіді досліджуваного будуються на основі самоаналізу досвіду отриманого в процесі проходження корекційно-розвивальної програми та розвитку певних навичок на даний момент.

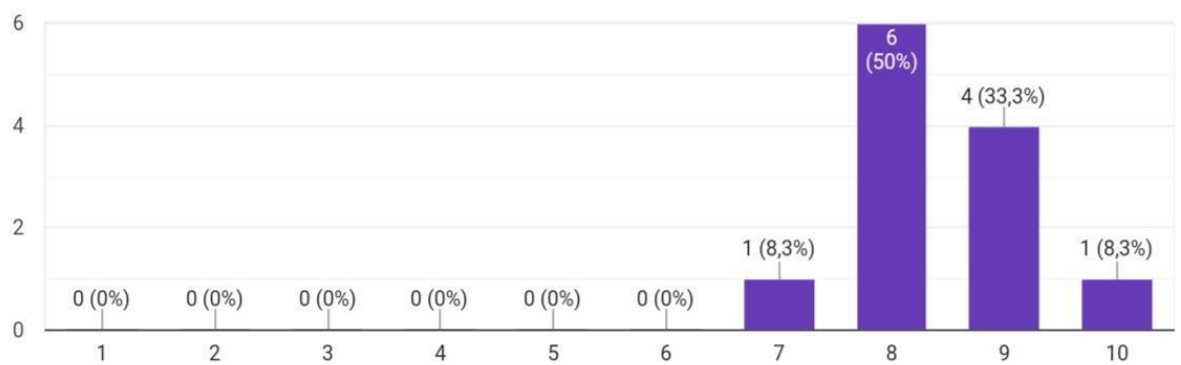
1.Актуальність даної теми для Вас ?

12 відповідей



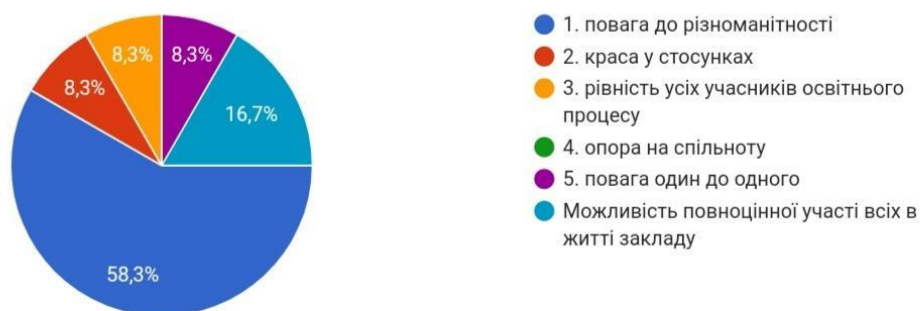
2. Доступність матеріалу ?

12 відповідей



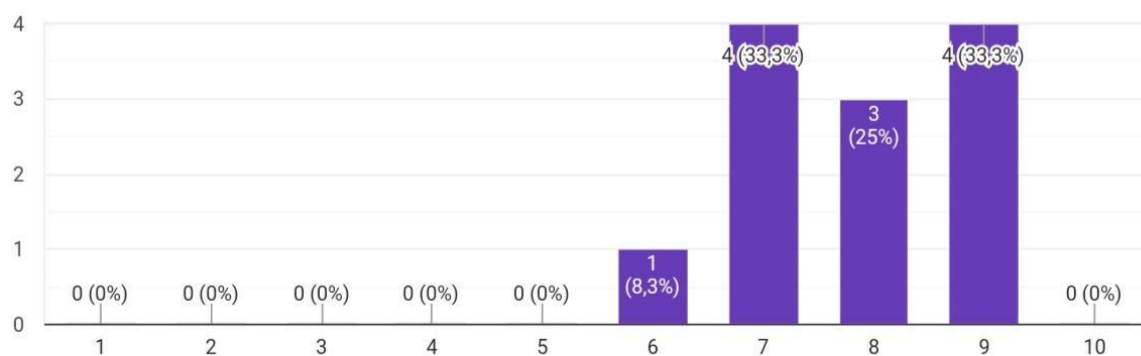
3. Які з інклюзивних цінностей, на вашу думку, зросли після проходження програми?

12 відповідей



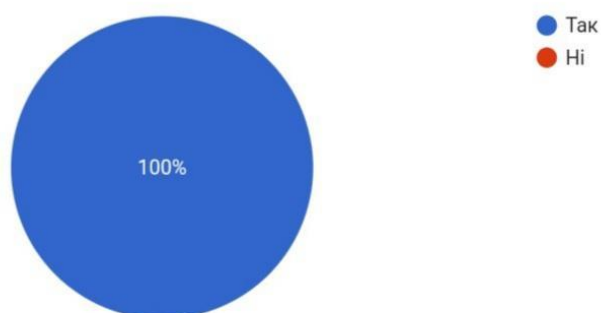
4. Чи вдалося Вам розвинути навички самоконтролю та саморегуляції?

12 відповідей



5. Чи вдалося Вам підвищити рівень професійної рефлексії ?

12 відповідей



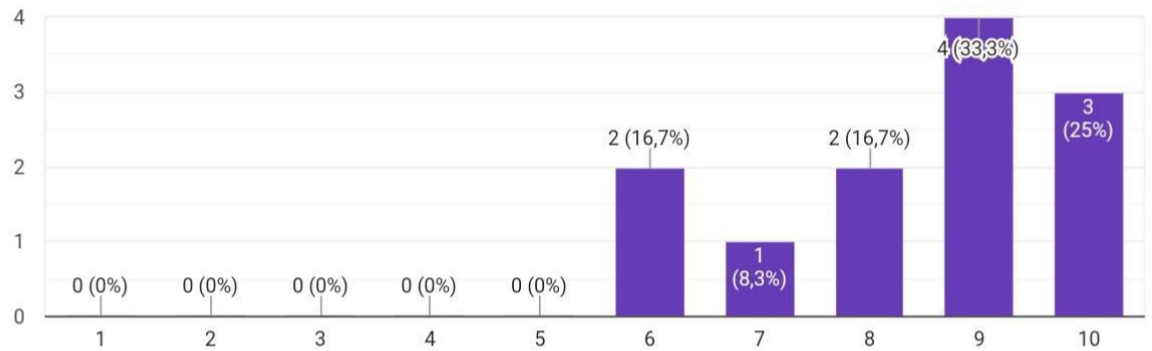
6. Якщо так, то які навички професійної рефлексії вдалося розвинути найбільше?

12 відповідей



7. Можливість застосовувати отримані навички на практиці?

12 відповідей



Завершальним кроком у цьому експериментальному дослідженні було визначення суб'єктивної локалізації контролю за допомогою тесту СЛК (Модифікація за С.Р.Пантелєєвим, В.В.Стояновим шкали Дж.Ротера). (додаток).

Кількісні показники суб'єктивної локалізації контролю

Стратегія поведінки	Вибірка досліджуваних							
	контрольна група (n=12)				експериментальна група (n=12)			
	до формувального експерименту		після формувального експерименту		до формувального експерименту		після формувального експерименту	
	к-сть досліджуваних	%	к-сть досліджуваних	%	к-сть досліджуваних	%	к-сть досліджуваних	%
Інтерналі	7	58,33	7	58,33	6	50	7	58,33
Екстернали	5	41,67	5	41,67	6	50	5	41,67

Дослідження показують, що інтернали проявляють більшу когнітивну активність. Вони емоційніші, стабільніші, довірливіші, більш сердечні і комунікабельні. А екстерналам більше притаманні тривожність, репресивність стану, агресивність, конформізм, авторитарність. Тому збільшення кількості інтерналів на 8,33% в результаті експериментальних засобів вважаємо важливим позитивним чинником становлення особистості і професійних рис майбутнього педагога.

Підбиття підсумків

Експериментальні тренінгові засоби дали змогу частині вчителів фізичної культури :

- збільшити «індекс інклюзії» важливих структурних, моральних та пов'язаних із взаєминами цінностей ;
- розвинути внутрішню мотивацію, домінуючим мотивом якої є прагнення повнішої самореалізації саме в професійній діяльності;
- підвищити рівень професійної рефлексії та оволодіти навичками аналізу своєї поведінки;
- розвинути свої навички самоусвідомлення та самоконтролю , які є важливими чинниками впливу на професійне спілкування і побудову ефективної взаємодії суб'єктів освітнього процесу;
- виробили психотехніки послаблення стресових переживань;
- впроваджені засоби розвивальних впливів значною мірою змінили стратегії взаємодії досліджуваних з дітьми з ООП . Однією з провідних стала стратегія співробітництва як вагомий засіб узгодження інтересів, знаходження взаєморозуміння.

Актуальність

Проблема формування та розвитку інклюзивної компетентності педагога як важливої складової забезпечення права дітей з особливими потребами на освіту в умовах загальноосвітнього навчального закладу - актуальна вимога сучасності.

Відповідно до Конвенції ООН про права дитини Україна посилила увагу до проблем дітей із порушеннями психофізичного розвитку і тому здійснює цілеспрямовані кроки для створення максимально сприятливих умов для їх інтеграції та соціалізації. Особливістю сьогодення є реорганізація системи спеціальної освіти на демократичних і гуманістичних засадах, створення в країні альтернативних моделей психолого-педагогічної підтримки дітей з особливими освітніми потребами, вирішення питань реалізації їх права на вільний вибір форм навчання, рівня і діапазону освітніх потреб, розробка технологій корекційно - реабілітаційної роботи з цією категорією дітей.

Метою інклюзивної освіти є забезпечення рівного доступу до якісної освіти в умовах загальноосвітнього навчального простору, пристосованого до задоволення особливих освітніх потреб кожної людини; створення умов для вдосконалення системи освіти і соціальної реабілітації дітей з особливими освітніми потребами через упровадження інноваційних технологій, зокрема інклюзивного навчання. Тому актуальною є підготовка педагогів, які є компетентними у таких умовах освітнього середовища. Накопичений досвід інклюзивної освіти в Європі та в Україні показує, що першочерговим завданням і стратегічною метою професійної освіти є формування та розвиток інклюзивної компетентності у педагогів як складника їх професії.

Проаналізувавши наукові джерела з проблеми інклюзивної компетентності учителя, ми беремо за основу твердження Т. Соловей і М. Чайковського, які розрізняють такі компоненти інклюзивної компетентності: мотиваційний, когнітивний, операційний і рефлексивний. Мотиваційний компонент

інклюзивної компетентності визначає спрямованість, систему мотивів, потреб, цінностей особистості педагога, є детермінантою професійної компетентності й фактором її успішного формування. Рівень сформованості мотивації впливає на розвиток інших компонентів професійної компетентності. Мотивація передбачає гуманістичні ціннісні орієнтації, позитивну орієнтацію на діяльність в умовах включення дітей з особливими потребами в соціальне середовище здорових ровесників, сукупність мотивів (соціальних, пізнавальних, професійних, особистісного розвитку й самоутвердження тощо), спрямованих на процес інклюзії. Когнітивний компонент інклюзивної компетентності майбутнього педагога визначає цілісність уявлень про соціально-педагогічну діяльність, активізує пізнавальну роботу особи, сприяє розвитку та збагаченню когнітивного досвіду. Цей компонент описують як здатність сприймати, опрацьовувати у свідомості, зберігати в пам'яті та відтворювати в потрібний момент інформацію для розв'язання тих чи тих теоретичних і практичних завдань. В основі лежать наукові професійні знання про інноваційні інтеграційні процеси у сфері освіти людей з особливими потребами; основи розвитку особистості; анатомо-фізіологічні, вікові, психологічні та індивідуальні риси нормальних дітей і молоді та з різними порушеннями в розвитку; основи соціально-педагогічного впливу на процес саморозвитку вихованців, стимулювання позитивної самореалізації в усіх можливих сферах діяльності; базові закономірності взаємодії людини з особливими потребами й суспільства. Рефлексивний компонент інклюзивної компетентності виявляється в здатності усвідомлювати основи власної діяльності, у процесі якої оцінюють та переосмислюють свої здібності, особистісні досягнення, а також у свідомому контролі результатів професійних дій, аналізі реальних ситуацій. Рефлексія вможливує самопізнання, самоконтроль, саморегуляцію та власний саморозвиток. У системі інклюзивної компетентності рефлексія тлумачиться як здатність до аналізу в процесі

професійної діяльності, що спрямована на інтеграцію дітей і молоді з особливими потребами в соціум загальноосвітнього закладу та передбачає аналіз стану реалізації ідей процесу інклюзії, власного досвіду й досвіду колег у досягненні інтеграції дітей та молоді з особливими потребами в соціум загальноосвітнього закладу в процесі професійної діяльності, вибір оптимального варіанта розв'язання різних соціально-педагогічних ситуацій у процесі інклюзії; адекватне оцінювання результатів власної соціально-педагогічної діяльності, уміння визнавати власні помилки і здатність їх долати; потреби в професійному й особистісному зростанні та підвищенні рівня інклюзивної компетентності. Операційний компонент інклюзивної компетентності – це здатність виконувати конкретні професійні завдання соціально-педагогічної діяльності, застосовувати способи й досвід успішного сприяння процесові інклюзії дітей та молоді з особливими потребами в соціум загальноосвітнього закладу, розв'язувати соціально-педагогічні ситуації, використовувати прийоми самостійного виконання професійних завдань, провадити пошуково-дослідницьку діяльність. Стан готовності вчителя до соціально-педагогічної діяльності у загальноосвітній школі в умовах інклюзивної освіти визначається критеріями інклюзивної готовності. Критерії готовності до інклюзивної діяльності:

- усвідомлення необхідності виконувати соціально-педагогічну діяльність;
- готовність до подолання невдач;
- упевненість у тому, що виконувана діяльність принесе позитивні результати;
- знання фахових і методичних матеріалів;
- здатність до професійної рефлексії;
- наявність реактивного мислення для розв'язання нестандартних ситуацій;

- схильність до творчості;
- наявність особистісно значущих якостей, необхідних для виконання соціально-педагогічної діяльності в умовах інклюзивної освіти;
- бажання допомогти розкрити потенціал учнів.

У реалізації освіти дуже важливо, щоб діти з обмеженими можливостями здоров'я могли відвідувати навчальні заклади, установи додаткової освіти, спортивні зали. В системі заходів соціального захисту цих дітей все більшого значення набувають активні форми. До них належать реабілітація і соціальна адаптація засобами фізичної культури і спорту. Серед основних цілей і завдань державної політики в цій галузі є створення умов для занять фізичною культурою і спортом та формування потреб в цих заняттях. Тому дуже важливим є розвиток у вчителів фізичної культури мотивації активно займатися впровадженням інклюзії на уроках та позаурочний час, глибоко усвідомлювати, що спорт, крім позитивного впливу на здоров'я, є важливим інструментом для соціалізації та майбутньої реалізації у житті дітей з особливим потребами.

Тренінгова програма «Розвиток здатності до професійної рефлексії вчителя фізичної культури»

Блок 1

Усвідомлення власного «Я». Рефлексія себе перед початком виконання професійної діяльності.

Тренінг « Рефлексія. Погляд в середину себе»

Мета тренінгу: прагнення до самовдосконалення, постійного підвищення свого професійного рівня через оволодіння новими знаннями і навичками; усвідомлення необхідності розвитку рефлексивності як здатності що підвищує рівень соціальної і професійної компетентності;

Завдання тренінгу:

- формування сприятливого психологічного клімату;

- розвиток вміння працювати в групі;
- підвищення рівня рефлексивності педагогів;
- оволодіння навичками аналізу своєї поведінки;
- усвідомлення власного емоційного стану за допомогою використання елементів арт-терапії;

Вправа „Я і мій настрій” (10хв)

Мета: познайомити учасників групи, сприяти створенню позитивного емоційного клімату в групі та усвідомленню себе.

Опис. Тренер пропонує учасникам по колу назвати своє ім'я та асоціацію, на яку був би схожий його настрій (іменник та прикметник н-д «сумний тигр», «сильний вітер»). Можна зобразити за допомогою пантоміми.

Прийняття правил роботи групи.

Ресурси: плакат, фломастери

Тренер звертається до групи з питанням: *«Для чого в нашому житті існують різні правила?»*. Після відповідей учасників він пропонує прийняти правила роботи групи під час тренінгу, які записуються на плакаті «Правила групи».

Обговорення.

- Для того, щоб наша робота була ефективною, давайте напрацюємо правила.
- Отож, які ви пропонуєте варіанти? Що це правило означає?
- Чи всі погоджуються?
- Приймаємо дане правило?

ДО УВАГИ ТРЕНЕРА!!!

Орієнтовними правилами тренінгу можуть бути такі:

- брати участь у виконанні вправ і завдань добровільно;
- правило конфіденційності;

-правило «стоп»: учасник може зупинити потік питань до нього, якщо йому не комфортно;

- один говорить — усі слухають;

- говорити від свого імені, про себе, висловлювати власні думки;

- обговорювати дію, а не особу.

Учасники тренінгу обговорюють записані правила, складають їх остаточний варіант. Далі тренер підсумовує роботу і записує останнє правило: ці правила мають силу протягом усіх наших тренінгів.

Доцільно вивісити правила на видному місці і починати кожний тренінг з їх повторення.

Вправа «Пісочний годинник» (7хв)

Мета: відстежити динаміку здійснення очікувань учасників.

Ресурси: аркуш паперу для фліпчарту, стікери, маркери.

Опис. Необхідно намалювати на великому аркуші паперу для фліпчарту пісочний годинник. Очікування учасників, записані на стікерах, розмістити у верхній частині годинника. По закінченні тренінгу запропонувати учасникам проаналізувати, які очікування реалізувались, та перемістити їх у відповідне місце на «годиннику».

Вправа «Я + інші» (30хв)

Мета: розвиток рефлексії, усвідомлення власних емоцій перед початком взаємодії.

Ресурси: фломастери, аркуші паперу А4 на кожного учасника;

Опис. Під час виконання вправи кожен учасник має підійти до трьох інших, до яких хоче, постояти мовчки 10 секунд (за цей час відчуті власні емоції біля даного учасника) та висловити те, що спало йому на думку. Інший слухає та дає зворотній зв'язок.

Рекомендовані питання для обговорення : Чи однакові емоції у Вас були біля кожного учасника? Найчастіше вибирали учасника Ви чи навпаки? Чи вдалося витримати паузу 10 секунд? Чи вдалося підійти до тих, кого хотілося, і якщо ні, то що завадило?

Друга частина вправи полягає в тому, щоб учасники створили асоціацію: якщо мій емоційний стан зараз був би схожий на тварину, він би був схожий на..! І запропонувати намалювати цю тварину. Потім обговорити у парах або на загальне коло. Рекомендовані питання для обговорення (оскільки тварина казкова, то вона дружить, працює на роботі.....): що подобається тварині, що не подобається? З ким тварина дружить? Чого не вистачає?

Вправа «Автопортрет»(20хв)

Мета: формування умінь розпізнавання незнайомої особистості, розвиток навичок опису інших людей за різними ознаками.

Опис. Уявіть собі, що вас чекає зустріч з незнайомою людиною і потрібно, щоб вона дізналася про вас. Опишіть себе. Знайдіть такі ознаки, які виділяють вас із натовпу. Опишіть свій зовнішній вигляд, ходу, манеру казати, одягатися.

Робота відбувається у парах. У процесі виступу одного з партнерів інший може ставити уточнюючі питання, щоб "автопортрет" був повнішим.

Після закінчення завдання учасники сідають у коло та діляться враженнями.

Вправа "Рефлексія "Тут і тепер". (10хв)

Мета : знайомство із суттю процесу рефлексії; вироблення навички рефлексії.

Опис. Примітка: завдання 3 - одна з тих, які бажано використовувати на початку та в кінці кожної зустрічі.

1. Ведучий пропонує кожному учаснику висловити своє уявлення про те, що відбувається з ним та з групою. Робити це можна у будь-якій формі – вербально, невербально, малюнком на аркуші паперу та ін.

2. Кожен із учасників групи за семибальною шкалою оцінює ступінь своєї втоми, активності та інтересу до того, що відбувається.

3. Після того, як ця процедура зроблена, ведучий дає основні поняття рефлексивної роботи.

Заключна рефлексія (10хв)

Вправа «Найважливішим сьогодні для мене було...»

Мета: рефлексування пережитих на занятті емоцій та почуттів, резюмування отриманого на занятті

Опис. Кожен учасник у відкритий спосіб обирає картку з набору «Креатив» та через зображення на ній продовжує речення «Найважливішим сьогодні для мене було...»

Підводиться підсумок. Учасники проговорюють, з чим вони завершають.

Тренінг «Розвиток емоційного інтелекту як шляху самопізнання»

Мета: показати шляхи самопізнання особистості, розглянути ситуації впливу проблемних ситуацій на емоційний стан людини та знайти шляхи їх вирішення, вчити керувати своїм настроєм.

Завдання:

- Розвиток емоційної компетентності,
- сформувати ставлення до емоцій та почуттів як до життєвих орієнтрів;
- пропрацювати навички самопізнання та саморегуляції;
- зняти психоемоційне напруження.

Методи роботи: мозковий штурм, інтерактивні ігри, міні-лекція, релаксація з елементами дихальної гімнастики.

Обладнання: аркуш паперу та ручка для кожного учасника; 5 аркушів (формат А4), 5 наборів для малювання (олівці або фломастери); 1 плакат (ватман), маркери, ноутбук, музика для релаксації, роздатковий матеріал.

1. Вправа "Пухнастики і колючки" (15хв)

Мета: підготувати учасників до роботи, створити позитивну атмосферу, хороший настрій, сприяти згуртованості групи.

Ресурси: набір невеликих пухнастих і колючих предметів (кульки вати і кнопки), скринька (коробка).

Опис. Психолог вітається з групою і запитує, з якими емоціями вони прийшли на сьогоднішнє заняття: з "колючкою", яка символізує якісь неприємності, роздратування, негатив, чи з "пухнастиком" - радістю, піднесеністю? Починаючи з психолога, всі по черзі вибирають "колючку" чи "пухнастика" і висловлюють свої емоції на даний момент, кладучи їх у скриньку.

2.Вправа «Очікування»

Мета: визначення сподівань та очікувань учасників щодо заняття.

Хід вправи: педагогам роздають стікери, вирізані у формі яблук. Психолог просить написати на них свої очікування, прочитати і приклеїти їх на плакат, на якому зображене дерево, а збоку кошик.

Рефлексія: Для чого ми виконували б вправу? Психолог робить, висновок про те, що очікування вимагає більшої відповідальності від кожного з учасників.

4. Правила роботи

Мета: прийняття нових правил роботи групи.

Хід вправи. Тренер додає такі нові правила: бути позитивним до себе та інших; «віхола»- поміняти місцями на стільцях; «снігова королева»-завмерти. Усі учасники ставлять свій підпис під правилами, які з цієї хвилини стають нормою життя.

Проведіть бесіду з людиною.

Будьте емоційними, однак не фальшивте, не переграйте. Компетентність, інтерес, щирість і емоційність - важливі елементи бесіди.

Прагніть використовувати такі привабливі і запалюючі слова і вирази, як «Здорово!». «Цікаво!». «Це прекрасно!». Враховуйте словесний спектр Вашого співрозмовника. Якщо для нього захват і захоплення матеріалізується в словах «Кльово!», «Вау!», то введіть їх у текст бесіди.

8. Відзначте, наскільки цікаво, уважно Вас слухав співрозмовник. Чи змогли Ви захопити його, зацікавити в процесі бесіди.

Інформаційне повідомлення.

Шкала емоційних тонів



Наші емоції – не хаос, а шкала. Від найпозитивніших до самих негативних. Ми завжди знаходимося в якомусь емоційному тоні. Тон – це як би ступінь благополуччя, успішності нашого життя на наш погляд. На Шкалі тонів показані емоційні тони людини. Під тоном мається на увазі емоційний стан людини, що швидко проходить або постійний. У кожної людини є хронічний або звичний для нього тон. Людина може підніматися або опускатися за шкалою тонів, коли він випробовує перемоги або поразки - і це буде його тимчасовий, або гострий, емоційний тон. Грубо можна уявити, що якщо людину постійно пригнічувати і бити по голові, то він опускатиметься за шкалою тонів зверху вниз. Ось найосновніші тони шкали:

1. 4,0 Ентузіазм: “Я все роблю і все можу. Життя – прекрасна гра!”
2. 3,5 Веселість: (бадьорість) “Я – прекрасний, жити - здорово!”
3. 3,3 Інтерес: “Це ж просто класно, давайте це зробимо!”
4. 3,0 Консерватизм: “Я точно знаю, як треба жити, і упевнений в собі”.
5. 2,5 Нудьга: “Життя – і є життя. Хай йде, як йому хочеться, а я відпочину”.
6. 2,0 Антагонізм: “Ти не маєш рації! Перестань!”
7. 1,8 Біль: “Біс! Прокляття! Про, немає, тільки не це! Ах, так, так?!”
8. 1,5 Гнів (злість): “Уб'ю!!!”
9. 1,2 Відсутність співчуття (холодність): “Це твої проблеми, мені

плювати”.

10. 1,1 Прихована ворожість (фальш): “Всі – погані. Доведеться прикидатися хорошим. Гаразд, подивимося, хто кого”.
11. 1,0 Страх: “Господи, матуся, що ж це? Допоможіть!”
12. 0,9 Співчуття: “Бідненький, мені так тебе шкода! Але все так погано, і нічого не поробиш!”
13. 0,8 Підлещування: “Живу для тебе!.. Зроблю все, що хочеш!..”
14. 0,5 Горе: “І-і-і!!! Який я нещасливий! Як мені себе шкода!”
15. 0,1 Апатія: “Все - кінець. Нічого не можна зробити. Залиште мене”.

Життя б'є ключем, і ми можемо підстрибувати вгору або падати вниз за шкалою. Але велику частину часу – коли все гаразд і спокійно - ми проводимо в своєму характерному тоні. Цей тон і визначає нашу здатність жити і бути партнером.

По-перше, з падінням тону падає загальна розумність - здатність застосовувати свій розум до життя, перегравати реактивний банк (Збори розумових образів-картинок людини. Термін походить з комп'ютерної технології, де всі дані зберігаються в “банку даних”). Причому падає круто: у ентузіазмі – 100%, в консерватизмі – вже 50%, в антагонізмі – 20%, в прихованій ворожості – 10%. По-друге, від тону прямо залежать більше двадцяти комунікативних і життєвих характеристик людини (детально викладено в книзі “Самоаналіз”). Ось головні: енергійність, здоров'я, сексуальна поведінка, способи контролю над оточенням, етичний рівень, здатність спілкуватися, здатність передавати повідомлення, відповідальність, відношення до правди, відношення до цілей, ставлення до людей і речей, відчуття гумору або буквальність сприйняття, схильність навіюванню, здатність бути іншим, здатність випробовувати задоволення, потенціал успіху і виживання, здатність бути зрозумілим та здатність розуміти інших.

1. ЗДАТНІСТЬ РОЗУМІТИ, тобто створювати ЗГОДУ або ЗАГАЛЬНУ РЕАЛЬНІСТЬ.

1. 4,0 Легко розширює свою реальність, враховуючи інші точки зору. Змінює свою і чужу реальність.
2. 3,5 Здатний розглянути чужі точки зору і змінити свою. Готовий до згоди.
3. 3,0 Усвідомлює, що чужа реальність теж може бути цінною. Стримана згода.
4. 2,5 Байдужість до різниці реальностей, відмова зіставляти. Безтурботний.
5. 2,0 Захищає свою реальність, не погоджується. Намагається зганьбити чужу точку зору.
6. 1,5 Руйнує чужу реальність, жодної згоди.
7. 1,1 Сумнівається і в своїй, і в чужій реальності. Не вірить.
8. 0,5 Сором, неспокій, сильний сумнів в своїй реальності. Під тиском легко приймає чужу, не оцінюючи.
9. 0,1 Повний відхід від реальностей. Своя реальність відсутня.

5. Вправа "Розуміння власного гніву" (10хв)

Мета: виробити навички вчасного визначення причин гніву.

Опис. Усвідомлення власних почуттів є важливим і до певної міри важким завданням. Багатьох із нас вчили приховувати свої почуття. Ми навчилися вдавати, що їх у нас просто немає. Особливо коли йдеться про ті почуття, які вважаємо негативними, зокрема гнів. Ми часто стримуємо гнів і поводимося так, ніби нічого особливого не сталося. Ми не зізнаємося собі, що розгнівані. Одним із найпоширеніших проявів емоцій у конфліктах є гнів. Гнів - це захисна емоційна реакція, що виникає тоді, коли хто-небудь руйнує наші плани, заважає нам чи нападає на нас. Коли ми гніваємося на інших людей, наслідки можуть бути або руйнівними або конструктивними. Коли ми складаємо план, як впоратись зі своїм гнівом конструктивно, нам треба мати

на увазі, що гнів - це праведна, захисна реакція на фрустрацію й агресію, що базується на одновимірному фокусі сприймання ситуації. Причини гніву можуть бути різними. Відповідно різні і його функції.

Хід виконання вправи

1. Допишіть незакінчені речення, що подаються нижче, на окремому аркуші паперу. Відповіді давайте якомога вичерпніші.
2. Укомплектуйте підгрупи по чотири особи в кожній. Візьміть перше речення й обговоріть відповіді кожного члена групи. Потім перейдіть до другого речення.
3. Після того, як закінчите обговорення, запишіть:
 - а) п'ять основних причин гніву членів вашої підгрупи;
 - б) п'ять основних способів, за допомогою яких члени вашої підгрупи виражають свій гнів;
 - в) п'ять основних висновків, яких дійшла ваша підгрупа стосовно проявів гніву.
4. Поділіться висновками з іншими підгрупами, а вони нехай поділяться висновками з вами.
5. У своїй підгрупі з чотирьох осіб обговоріть, наскільки ваші висновки узгоджуються з висновками інших підгруп. Чи в усіх вас виникає гнів з однієї й тієї ж причини? Чи всі ви виражаєте свій гнів однаково? Чи виникають у вас однакові почуття, коли на вас хтось сердиться? Чи всі ви погоджуєтесь між собою стосовно тих наслідків, які мають прояви гніву?

Мій гнів

Допишіть подані нижче речення. Будьте конкретними. Намагайтеся думати про ті моменти, коли ви гнівалися чи хтось гнівався на вас.

1. Я серджуся, коли мої друзі...
2. Коли серджуся на моїх друзів, я здебільшого...
3. Після того як розгніваюся, я відчуваю...
4. Те, як я гніваюсь, змушує моїх друзів...
5. Коли мої друзі сердяться на мене, я відчуваю...

6. Коли почуваюсь так, я, як правило...
7. Після того як я зреагував на гнів моїх товаришів...
8. Моя реакція на гнів моїх приятелів здебільшого закінчується тим, що вони...

6. Вправа "Заміна негативних думок на позитивні"(10хв)

Мета: навчитися нести відповідальність за своє життя і формувати на цій основі позитивне мислення.

Опис. Психолог пропонує всім учасникам пригадати й записати свої думки чи вислови інших людей в ситуаціях власної невдачі. Наприклад, я надто поступливий, мені давно пора схуднути, я надміру довіряю іншим. Психолог демонструє напис на дошці і пояснює, як негативні думки можуть трансформуватись у позитивні. Наприклад, я надміру довіряю людям - негативне висловлювання; я щирий у спілкуванні - позитивне висловлювання. Усім учасникам необхідно дати інформаційний листок і достатньо часу, щоб попрацювати над перетворенням власних фраз.

Подумайте над тим, як Ви будете заохочувати, підбадьорювати Вашого «партнера» (адже Ви не хочете, щоб він пішов від Вас ображеним, з комплексом меншовартості!).

Наприклад, Ви можете підбадьорювати його, коментуючи:

«Це цікава думка»!

«Це оригінальна відповідь!»

«Над цим варто подумати».

7. Вправа "Місце спокою". (5хв)

Релаксація з елементами дихальної гімнастики (психолог)

Мета: розслаблення.

Ресурси: ноутбук, записи релаксаційної музики.

Опис. «А зараз у вас є можливість навчитися ще одного чудового й дуже приємного засобу боротьби зі стресом - релаксації, або розслабленню.

(Вмикають аудіозапис і з текстом поданим нижче додаток 3.4.)

Сядьте зручно, заплющіть очі. Спокійно вдихніть і видихніть. Уявіть собі, що ви пливете на човні морем далеко від дому. Усі проблеми і турботи залишилися вдома, ви відчуваєтеся вільно, на вас не тисне тягар відповідальності. Ваш човен вільно пливе на хвилях. Ви насолоджуєтеся відчуттям спокою. Ви то підіймаєтеся на хвилі, то опускаєтеся. Ви відчуваєте приємне тепло сонячних хвиль. Ви спокійні і розслаблені. Ви відчуваєте своє дихання: вдих, видих... Теплий, м'який спокій розливається по всьому тілу. Ви дедалі спокійніші, вільніші... Ваш погляд зупиняється на маленькому острові. Вас тягне туди, ви там шукаєте спокою, захисту, задоволення. Ваш човен наближається до острова. Уже можна розрізнити рослинність, дерева, пісок. І ось ви виходите на берег. Ви лягаєте, вам тепло, розслабляється... На губах у вас морська сіль... Ви дивитеся на хмаринки й відчуваєте тепло сонця. Тут ваша гавань. Насолоджуйтеся почуттям спокою, впевненості, тепла. Сюди ви зможете повернутися будь-коли. Це місце дасть вам упевненість, силу, безпечність. Попрощайтесь з цим місцем, настав час повертатися в реальність. Повільно розплющуйте очі.

8. Вправа «Доторкнись до блакитного» (5хв)

Мета: зняття втоми, напруги.

Опис. Ведучий пропонує групі встати. Тоді каже: «Доторкніться до блакитного», - і кожен учасник повинен знайти якусь річ даного кольору та доторкнутись до неї. Ведучий називає різноманітні кольори та елементи одягу(чорні туфлі, червоний светр, наручний годинник), а учасники шукають даний колір або річ.

9.Вправа «Підзарядка» (5хв)

Мета. Підзарядка позитивними емоціями. Розвиток внутрішньої мотивації.

Опис. Спостерігаючи за собою і за іншими, Ви неодноразово помічали, що свою удачу людина виражає рухами рук і тіла (тобто невербально, як кажуть психологи). Поспостерігайте за футболістами, які забивають голи: один б'є себе в груди (від захвату і радості!), інший піднімає руки догори, третій -плескає в долоні, четвертий пританцьовує і т.д. Те ж саме можна сказати

стосовно будь-якої діяльності: свій успіх, задоволення, радість людина виражає мімікою, рухами рук, ніг і т.д. У кожного суб'єкта існує індивідуальний набір таких рухів. Один індивід, зустрічаючи цікаву ідею (чи фразу) у тексті, плескає при цьому в долоні; інший - у захваті б'є себе в груди; третій - піднімає догори палець («люкс!»); четвертий - починає стукати пальцем (чи руками) по столі.

Уявіть собі, скільки разів у житті Ви виражали зовні, невербально (фізичними рухами) свої позитивні емоції (захват, захоплення, радість, подив). За кожним з Ваших улюблених рухів закріпилося стільки емоційного (і мотиваційного) заряду! Відтворюючи цей рух, сполучаючи його з деякими ідеями, фразами, можна підсилити інтерес до них.

Наприклад, для мене важливо завчити фразу «Віхола», я хочу викликати (або підсилити) інтерес до неї.

Проговорюючи її про себе чи вголос, я одночасно (чи послідовно) настукою пальцем по столі (чи виконую інший мій улюблений рух), або ж наспівую свою улюблену мелодію.

Замість фрази з англійської може бути формула з математики, хімії, фізики, концепції менеджменту (тобто до будь-якого компоненту інтелектуальної діяльності у такий спосіб можна розвинути або ж підсилити інтерес).

Завдання

1. Визначте, яким саме способом (якими рухами) Ви виражаєте свої позитивні емоції (захват, захоплення, радість, успіх).
2. Вивчаючи щось чи працюючи розумово над чимось, відзначте ідеї, фрази, концепції, які Вам сподобалися (чи які важливі, корисні, продуктивні). Виділіть те, що цікаво, корисно, важливо.
3. Переглядаючи знову ці ідеї, фрази, (по черзі, не поспішаючи, при цьому, насолоджуючись, відчуваючи їхню важливість), одночасно виконуйте і відповідний рух (поплескування, постукування тощо), викликаючи у такий спосіб закріплені за ними позитивні емоції.

Це характерно і стосовно Ваших улюблених мелодій. Коли в індивіда

піднятий настрій, коли йому таланить, то він наспівує мелодії, ритми («пам-пара-па...»чи «тра-та-та-та...»). Ваші улюблені мелодії і ритми, «мелодії успіху і радості» - величезне джерело позитивних емоцій і мотиваційного заряду. Відтворюючи їх, асоціюючи (паруючи) їх з певними ідеями, фразами, концепціями, Ви здатні підсилити інтерес до них.

Завдання

1. Визначте, які мелодії, ритми Ви наспівуєте в ситуації успіху, удачі, захвату, радості.
2. Відзначте ідеї, фрази, які Вам цікаві (чи які важливі, корисні).
3. Переглядаючи кожен з цих ідей, фраз, наспівуйте вашу улюблену мелодію (краще без слів, тільки мелодію, щоб слова пісні не заважали)

10. Вправа "Бурхливі овації, привітання" (10хв)

Мета цієї вправи полягає в тому, щоб надати вам можливість приймати від колег вияви глибокої пошани, визнання й прихильності.

Опис

1. Потрібно стати колом щонайменше із шести осіб. Чим більшою є група, тим краще.
2. Кожен член групи по чергові стає в центр кола й називає своє прізвище та ім'я та враження від тренінгу, після чого всі радісними вигуками й оплесками вітають обрану особу. Влаштуйте все так, щоб кожен член групи почував себе особливим, поцінованим та визнаним.

Блок 2 "Міжособистісна взаємодія"

Тренінг « Розвиток здатності до професійної рефлексії в процесі взаємодії з дітьми з особливими освітніми потребами».

Мета тренінгу: актуалізувати особистісний потенціал та оптимально реалізовувати креативний підхід у нестандартних ситуаціях; усвідомлення необхідності розвитку інклюзивної компетентності. Ознайомлення з новими

технологіями та формами роботи на уроці фізичної культури, що дозволять перейти від сегрегації до інтеграції дітей з ооп у колектив.

ЗАВДАННЯ:

- розкрити поняття «інклюзивна компетентність»
- активізувати процеси самоусвідомлення;
- знизити рівень емоційної напруги;
- формування інклюзивної толерантності;
- відпрацювання певних професійних навиків педагогів;
- оволодіння засобами прийняття рішень

1.Вправа "Мій герб" (10 хв)

Мета: сприяти саморозкриттю учасників, згуртуванню групи.

Ресурси: фломастери, аркуші паперу А4 на кожного учасника.

Опис. Всім учасникам групи потрібно зобразити себе, а на спеціальному аркуші паперу намалювавши асоціативний малюнок, в якому буде розкрита власна особистість. Після завершення завдання кожен учасник по черзі розповідає про свій малюнок і поясню, чому намалював його саме таким.

(Наприклад: якщо людина любить спорт, то вона може зобразити себе у вигляді символіки улюбленого виду).

2. Незакінчені речення

Мета: дати можливість учасникам визначити свої очікування.

Ресурси: аркуші паперу з чотирма незакінченими реченнями на кожного учасника, ручки.

Опис. Тренер роздає кожному учаснику аркуш паперу, на якому написані такі незакінчені речення:

- Від тренера я очікую...
- Від інших учасників я очікую...
- Від себе я очікую...
- Мета, яку я маю намір досягти, ...

Тренер пропонує кожному відповісти на запитання одразу, або після короткого обговорення в парах, малих групах, всією групою, потім збирає

заповнені аркуші. Коли тренінг завершиться, ці аркуші будуть роздані учасникам знову, щоб вони могли вирішити, якою мірою тренінг задовольнив їхні очікування. Це допоможе учасникам у виробленні підсумкової оцінки тренінгу.

3. Рефлексія попереднього заняття(5хв)

Мета: закріпити сформовані на попередньому занятті знання, дати можливість кожному учаснику висловити свою думку.

Опис. Тренер ставить учасникам питання, які спрямовані на актуалізацію знань, отриманих на минулому занятті:

- Про що ми говорили на минулому занятті?

3.Вправа «Мозковий штурм»

Мета: розкрити зміст поняття.

Опис. Інклюзія – це..... Інклюзивна компетентність – це.... Інтеграція – це (розкрити поняття продовживши речення).

4.Вправа «Акваріум» «Особливі діти – особливі потреби»

Мета: формування інклюзивної толерантності.

Опис. Група спеціалістів – це «риби», їх завдання – висловити по чергову (по колу) свою думку з приводу даного питання та ефективних шляхів його вирішення. Для кожного виступу пропонується 1-2 хв. А потім йде обговорення з усіма педагогами)

5.Доповідь «Що таке інклюзивна компетентність?» (додаток 1)

Демонстрація авторського відео (додаток 3.2)

Вправа «Ярлики»

Матеріали: клейка стрічка, картки з зверненнями, будівельний матеріал, іграшки,

Опис. Педагогам роздаються ярлики в вигляді карток, на кожній картці написано одне з таких звернень, не називаючи його треба показати мімікою, жестами. А інші учасники повинні вгадати, який ярлик:

- Агресивний – остерігайтеся мене, поступайте мені місцем;
- Дружелюбний – прислухайтеся до мене;

- Затримка розвитку – спрощуйте і повторюйте все мені;
- Спотворене обличчя – уникайте зорового контакту зі мною;
- Обдарований – завжди погоджуйтеся зі мною;
- Поганий слух – говоріть голосно, жестикулюйте;
- Лідер – уважно слухайте мене;
- Заразний – тримайтеся від мене подалі.

Запитання: Як ви здогадалися, який ярлик?

Вправа «Ролі»

Мета : розвиток емпатії до потреб іншого, інклюзивної толерантності.

Ресурси: конструктор, роздатковий матеріал з формами роботи та вправами.

Опис. Вчителі повинні виконати якусь спільну роботу, наприклад, побудувати з конструктора будинок. При цьому вони мають поводитися відповідно до ролі (певного діагнозу або порушення н-д глухота, сліпоту), яку вони попередньо за допомогою жереба вибрали. Інші учасники до кінця гри мають здогадатися, хто які ролі виконував.

2 частина

Обговорення та ознайомлення з формами роботи та технологіями, що рекомендують для дітей з ООП, які будуть сприяти не сегрегації таких дітей, а навпаки, інтеграції їх в колектив (додаток 2). Які вправи і форми роботи, на вашу думку, можуть підійти дітям з тими порушеннями, ролі яких Ви виконували?

А зараз Ви будете мати змогу спробувати їх застосувати на практиці. Вчителів запрошують у спортзал, де на них чекають інклюзивні діти, асистенти вчителя та реабілітолог, щоб отримати новий досвід роботи (з новим інвентарем та вправами під керівництвом реабілітолога).

Вправа «Підведення підсумків, рефлексія заняття»

Мета: узагальнити досвід набутий в тренінгу, підвести підсумки роботи.

Опис. Повернімося до наших очікувань. Я пропоную аркуші із записами ваших очікувань покласти в рюкзак, якщо ви взяли на цьому тренінгу для

себе щось нове, у м'ясорубку – якщо вам потрібно щось обміркувати, і викинути в кошик, якщо вважаєте, що нічого корисного ви не отримали.

Щастя і успішність вчителя багато в чому залежить від того, який сенс він вкладає у свою працю, як багато він працює над собою, своїм зростанням, своєю незамінністю. Дякую вам за співпрацю!

Тренінг «Ключі до ефективної та гнучкої взаємодії»

Мета: актуалізація та поглиблення знань, мотивація педагогів до самовдосконалення, розвиток професійної рефлексії в процесі взаємодії, сприяти формуванню внутрішньої позиції педагога в умовах інклюзивної освіти.

Завдання:

- навчити учасників простим навикам саморефлексії в процесі взаємодії;
- активізувати та виробити навички гнучкої взаємодії;
- сприяти формуванню навичок ефективної педагогічної взаємодії;
- збагатити систему цінностей вчителя;
- сприяти згуртованості учасників для подальшої плідної роботи;

Вправа «Як ми схожі»

Мета: допомагає учасникам краще пізнати одне одного, а також дозволяє обговорити питання, пов'язані зі встановленням контакту зі співрозмовником.

Ресурси: аркуші паперу А4 на кожного учасника, кулькові ручки.

Опис. 1. Тренер просить групу об'єднатися в пари й пояснює, як буде проходити вправа.

2. Кожна пара повинна якомога швидше знайти й записати 10 характеристик, спільних для них обох. Не можна писати загальнолюдські відомості, такі як «у мене дві ноги». Можна вказати, наприклад, рік народження, місце навчання, хобі, сімейний стан тощо.

3. Після того як 10 характеристик записані, кожен член групи обирає іншого партнера й повторює те ж саме з ним.

4. Після вправи тренер обговорює, що спільні риси можна знайти будь з ким. Обговорення - Чи зі всіма ви поспілкувались? - Що Ви відчували, виконуючи завдання.

Вправа «Парасолька»(10хв)

Мета: виявлення очікувань учасників.

Ресурси: аркуш паперу для фліпчарту, стікери, маркери.

Опис. Намалювати на аркуші парасольку, а очікування учасників, записані на клейких папірцях у вигляді літаючих комах, розмістити під парасолькою. Наприкінці тренінгу учасники аналізують, які сподівання справдились, і переносять їх на парасольку. Примітка: Коментар. Учасники мають фрагментарні знання з певної теми, а тому в чомусь відчують небезпеку і ховаються від неї під парасолькою.

2. Вправа «Портрет»

Мета: усвідомлення матеріалу попереднього заняття.

Опис. Тренер ставить учасникам питання, які спрямовані на актуалізацію знань отриманих на минулому занятті:

Про що ми говорили на минулому занятті!?

Вправа «Взаємодія з інклюзивною дитиною схожа на...»

Мета: розвиток здатності до професійної рефлексії в процесі взаємодії з інклюзивними дітьми.

Ресурси: фломастери, аркуші паперу А4 на кожного учасника;

Опис. Якщо би Ваша взаємодія з дитиною ОПП була би схоже на якесь явище природи, вона би була схожа на... озвучити дану метафору і намалювати її та обговорити.

Рекомендовані питання для обговорення

Що це за явище?

Яке воно?

Що є ключовим, щоб це явище посилювалося або послаблювалося!?

Що може допомогти цьому явищу стати кращим?

4.Інформаційне повідомлення(10хв)

Мета: збагачення системи цінностей вчителя стосовно інклюзивної освіти

Ресурси: мультимедійний проектор, ноутбук.

Опис. Основні принципи та цінності інклюзивної освіти:

Інклюзивна освіта – цінності:

- це визнання того, що всі діти можуть навчатися;
- це робота зі всіма дітьми, незалежно від їх віку, національності, мови, походження, особливостей розвитку;
- це вдосконалення освітніх структур, систем і методик для забезпечення потреб всіх дітей;
- це частина великої стратегії по створенню інклюзивного суспільства;
- це динамічний процес, який знаходиться постійно в розвитку.

Інклюзивна освіта базується на таких принципах:

- цінність людини не залежить від її здібностей і досягнень;
- кожна людина здатна відчувати і думати;
- кожна людина має право на спілкування і на те, щоб бути почутою;
- адаптація системи до потреб дитини, а не навпаки;
- справжня освіта може здійснюватися тільки в контексті реальних взаємостосунків;
- всі люди потребують підтримки і дружби ровесників;
- задоволення індивідуальних освітніх потреб кожної дитини;
- визнання спроможності до навчання кожної дитини та, відповідно, необхідність створення суспільством відповідних для цього умов;

Обговорення:

Які цінності Вам здаються найважливішими?

Чому?

Вправа "Подаруй собі ім'я"(25-30хв)

Мета: досягнення кожним учасником емоційного ресурсного стану.

Опис.1) Тренер пропонує учасникам зайняти зручне положення, заплющити очі та розслабитися.

2) Тренер каже учасникам: "Згадайте конкретну подію, коли ви відчували себе впевненою (успішною, удачливою, досягли мети і т.д.).

Згадайте: де і коли ця подія сталася. Згадайте свої почуття в той момент. Переживіть знову цю подію".

3) Після достатнього для виконання завдання часу (5-7 хвилин) тренер пропонує учасникам групи обговорити результати індивідуальної візуалізації.

4) Кожен учасник розповідає групі про побачене і пережите у своїй уяві конкретну подію з обов'язковою рефлексією джерела свого позитивного почуття (впевненості, успішності, удачі тощо).

5) Після закінчення розповіді кожному учаснику тренер за допомогою групи вигадує нове ім'я. У якому б відбивалася сама суть отримання емоційного ресурсного стану: "Я той, який (ая) ... (робить те й те)" або "Я впевнений (а) в собі, коли я ... (роблю то й те)".

Обговорення групи (при необхідності).

Вправа „Мені було..., тому що...”(10хв)

Мета: підведення підсумків.

Опис. Вчителі по черзі продовжують фразу.

Блок 3 "Я-професіонал"

Тренінг «Особистісні ресурси або де взяти енергію для роботи»

Мета: стимулювати прагнення до самовдосконалення, постійного підвищення свого професійного рівня через оволодіння новими знаннями і навичками;

Завдання:

- актуалізувати особистісний ресурс учасників для саморозвитку;
- формувати мотивацію до досягнень;

- створити умови для перебування учасників у рефлексивній позиції;
- розвинути комунікативні навички.

Вправа «Мій настрій зараз» (10хв)

Мета: Усвідомлення власного емоційного стану , актуалізація їх особистісних ресурсів, налаштування на роботі в групі.

Ресурси: фломастери, аркуші паперу А4 на кожного учасника;

Опис. Учасники малюють свій емоційний стан на даний момент

Вправа «Чарівна подушка» (10хв)

Мета: дати можливість учасникам висловити свої бажання, і при цьому відчувати, що інші уважно слухають ці бажання, сприймають їх.

Ресурси: маленька подушка.

Опис. Тренер повідомляє, що є чарівна подушка, яку покладено в центрі кола, і кожний учасник, по черзі, має, сидячи на ній, розповісти групі про свої очікування від тренінгу та про бажання, які виникають із цього приводу

Вправа «Успішна професія –успішний вчитель» (10хв)

Інструкція: із 9 критеріїв виберіть і відірвіть листочок з критерієм, найбільш важливим для Вас.

- 1.взаємовиручка
- 2.висока мотивація до успіху
- 3.бажання вчитися новому
- 4.креативність
- 5.мобільність
- 6.професіоналізм
- 7.організованість
- 8.самореалізація кожного
- 9.почуття моральної відповідальності

Обговорення:

- Які критерії Ви вважаєте найважливішими для себе?
- Чому саме ці?

Вправа «Тарілка з водою» (20 хв)

Мета: розвивати взаєморозуміння у групі, зрозуміти і обговорити закономірності виникнення ефективної взаємодії.

Опис. Важливими складовими мобільності педагога є комунікабельність, вміння налагоджувати взаємодію, соціальна активність. Зараз із вами ми над цим попрацюємо...

Вам необхідно мовчки з закритими очима передати по колу тарілку з водою.

При передачі розвиваються способи комунікації, пошук рук партнера до моменту передачі тарілки, попередження про передачу дотиком.

Обговорення:

- 1.Що, на вашу думку, не вдалося?
2. Як це можна виправити, що необхідно зробити?
3. Які емоції відчували ви під час цієї вправи?

Тренер: Ця вправа проведена з метою згуртування колективу, зняття напруги, адже психологічний клімат – це міжособистісні відносини, типові для трудового колективу, які визначають його основний настрій.

В одних умовах люди відчують себе некомфортно, прагнуть покинути колектив, проводять в ньому менше часу, їх особистісний ріст сповільнюється, в інших – колектив функціонує оптимально і його члени отримують можливість максимально реалізувати свій потенціал.

Будівництво психологічного клімату, згуртованості колективу – це найважливіша справа не тільки адміністрації, але і кожного члена колективу.

Вправа «Мої якості». (10хв)

Мета: сприяти виробленню в учасників об'єктивнішої самооцінки.

Ресурси: аркуші паперу А4 на кожного учасника, кулькові ручки.

Опис. Кожен повинен написати 10 позитивних та 10 негативних своїх якостей, потім проранжувати їх. Слід звернути увагу на перші та останні якості.

Вправа «Мій ресурс»(15хв)

Мета: виявлення конструктивних установок, які будуть сприяти особистісному та професійному розвитку в інклюзивному середовищі.

Ресурси: набір карток (МАК) «Креатив»

Опис.

1. Задайте собі запитання: «Які думки про себе (характер, здібності, досвід та вміння) будуть допомагати вам адаптовуватись у нових умовах вашої професійної діяльності.
2. Всліпу витягніть 1-2 карти.
3. Почергово відкривайте карти, виявляючи конструктивні установки, які можуть бути ресурсами у вашій професійній діяльності. Розкажіть про свої відкриття. Запишіть сказане.

Запитання для обговорення:

- Про що підказують карти?
- Яким чином можна використати відкритий ресурс під час адаптації до нового?
- Які емоції та почуття вас супроводжували під час виконання цієї вправи?

Слова ведучого.

Коли ми вирушаємо у подорож на зустріч незвіданому, важливо запастися ресурсами, щоби не виснажитися у дорозі. Ресурси – це те, що дає нам сили й допомагає відновлюватися, наповнює енергією. Робота з картами допомогла вам побачити ваші особисті і унікальні здібності, вміння, якості, на які ви можете спертися, вони також можуть бути орієнтирами у випадку невизначеності.

Крім виявлених ресурсів у вас також є інші. Зокрема ваші цінності, наявність яких вам відчуття опори і впевненості в собі, стійку самооцінку, внутрішнє право на активність і прийняття рішень. Толерантність до невизначеності, схильність до ризику, оптимізм, життєстійкість є своєрідними ресурсами

стійкості, знижуючи вашу вразливість під час стресових ситуацій, і як ресурси саморегуляції.

Наступний ресурс – це досвід подолання труднощів. Саме тому, що ми прожили те, що прожили, ми знаємо тепер те, що знаємо.

Важливим ресурсом є ваше рішення рухатися вперед і не озиратися назад. Це шлях, в якому ви самі керуєте своїм життям, не чекаючи, коли воно створить для вас некомфортні умови, вимагає самому собі ставити завдання. Якщо ви починаєте діяти, з'являється шанс на успіх. Той, хто набереться рішучості і подолає всі труднощі на своєму шляху, може виграти дуже багато.

Підведення підсумків, рефлексія заняття (5 хв)

Мета: узагальнити досвід набутий в тренінгу, підвести підсумки роботи.

Опис. Повернімося до наших очікувань. Я пропоную аркуші із записами ваших очікувань покласти в рюкзак, якщо ви взяли на цьому тренінгу для себе щось нове, у м'ясорубку – якщо вам потрібно щось обміркувати, і викинути в кошик, якщо вважаєте, що нічого корисного ви не отримали.

Тренінг «Я-професіонал»

Мета: підвищити прагнення до самовдосконалення, професійної рефлексії постійного вдосконалення свого професійного рівня через оволодіння новими знаннями і навичками.

Завдання:

- підвищити психолого-педагогічну компетентність педагогів шляхом ефективної групової взаємодії;
- актуалізувати знання вчителів щодо проблеми професійної рефлексії педагога, навчити використовувати їх на практиці;
- розвиток саморефлексії;
- формування установки на самопізнання.

Вправа «Екран настрою». (15хв)

Мета: розвиток рефлексії, позитивного настрою у колективі.

Ресурси: роздатковий матеріал – картки «Кумедні емоції». **Опис.** По колу передаються картки з кумедним зображенням емоцій. Кожен учасник запам'ятовує номер картки, на якій намальовано ту емоцію, що відповідає його настрою. Картка, яку обрало більшість, прикріплюється до стенду «Екран настрою». (Зображень може бути декілька).

Рекомендовані запитання: що повпливало на те, що сьогодні Ви прийшли саме з такими емоціями?

- Як вони будуть впливати на нашу зустріч?

Вправа «Чотири сфери»(10хв)

Мета: дати можливість учасникам висловити свої очікування.

Ресурси: аркуші паперу, ручки.

Опис. Тренер повідомляє, що люди звичайно вкладають енергію в різні сфери свого життя, з яких можна умовно виділити такі – власне тіло, життєва діяльність, контакти з іншими людьми, фантазії. Він пропонує подумати й написати, як учасники використали б свою енергію й час, якщо можливості були б необмеженими; які бажання й очікування мають учасники на найближчий день, тиждень, місяць, півроку, п'ять років, розподіливши записи за такими чотирма сферами:

- що робитиме учасник для фізичного аспекту – зовнішньої краси, фізичного здоров'я (тіло);
- для професійної кар'єри, (діяльність);
- для родини, друзів (контакти);
- для творчості, майбутнього, наприклад, для міста, країни, людства (фантазії).

Потім група коротко обговорює записані очікування/бажання, намагаючись уявити, чи енергія розподіляється рівномірно між цими чотирма сферами, чи рівноваги немає, а превалюють очікування в певних сферах.

Демонстрація авторського відео (додаток 3.3)

Вправа "Дослідження внутрішніх установок"(20хв)

Мета: подосліджувати внутрішні установки відносно професійних функцій.

Ресурси: аркуші паперу А4 на кожного учасника, кулькові ручки.

Опис. На шляху нашої професійної діяльності ми виконуємо багато завдань. Їх можна умовно розділити на бажані і не зовсім.

Зараз ми спробуємо крок за кроком дослідити їх:

- 1) Запишіть 10 різноманітних завдань, що Ви виконуєте на роботі
- 2) Проаналізуйте і допишіть поряд з кожним із завдань «Я хочу робити» або «я мушу робити»
- 3) Поділіться на пари та обговоріть результати.
- 4) Поверніться в загальне коло та бажаючи поділіться власними думками!

Запитання для обговорення:

- Що Ви відчували, читаючи різні завдання?
- Яких завдань у Вас більше?
- Чи так було завжди?

Проективний малюнок "Я такий, який я є на роботі".

Мета вправи: сприяти виробленню в учасників об'єктивнішої самооцінки.

Опис .Учасники малюють себе у вигляді якоїсь професійної асоціації , щоби ніхто не бачив. Після цього малюнки збираються та змішуються. Здійснюється обмін враженнями по кожному малюнку.

Вправа-енергізатор «Хто я?» (3хв)

Мета: сприяти створенню позитивного емоційного настрою на роботу.

Опис. Присутні стають у коло і виконують таке завдання: слід визначитися і вибрати з трьох позицій ту, яка чомусь найближча. Для цього слід ототожнити себе із вибраним словом, а потім зобразити його.

Ви: вітер, гора чи сонце?

Ви: поїзд, авто чи кінь?

Ви: урок, перерва чи канікули?

Ви: табличка з написом «Вхід заборонено», «Відкрито для відвідування» чи «Будь ласка, хвилинку зачекайте»?

Запитання для обговорення:

1. Чому були спільні позиції?
2. Від чого залежали відповіді?

Підсумок. Незважаючи на те, що у вас свої прагнення і сподівання, мрії і бажання, різні вміння і здібності, але є речі які нас об'єднують. Незважаючи на власну самоцінність, на нашому шляху зустрічаються люди, які чимось схожі на нас.

Вправа «Три імені»(10хв)

Мета : Розвиток саморефлексії, формування установки на самопізнання.

Ресурси: 3 аркуші паперу А4 на кожного учасника, кулькові ручки.

Опис. Кожному учаснику видається три картки. На картках потрібно написати три варіанти свого імені (наприклад, як вас називають родичі, товариші по службі та близькі друзі). Потім кожен член групи представляється, використовуючи ці імена і описуючи той бік свого характеру, що відповідає цьому імені, а може бути причиною виникнення цього імені.

Вправа «Моє ставлення» (15хв)

Мета: вивільнити творчу енергію групи, оцінити ефективність засвоєння матеріалу силами самих учасників.

Ресурси: приладдя для письма, ресурсні матеріали (роздаткова інформація, підручники, книги, документи тощо) за темою пройденого матеріалу.

Опис. Тренер об'єднує учасників у 3 малі групи, присвоює кожній групі власний символ (номери – від 1 до 3; літери – від А до В; назви, які групи самі собі оберуть, наприклад, «професори», «магістри», «бакалаври» або «леви», «ведмеді», «вовки» тощо). Пропонує кожній малій групі сформулювати два запитання за тематикою заняття, яке пройшло раніше, користуючись розданими ресурсними матеріалами. Коли запитання підготовлено, всі ресурсні матеріали «закриваються» (здаються тренеру, відкладаються далеко від учасників тощо). Вправа починається з того, що

перша мала група ставить своє перше запитання другій, яка має сформулювати максимально повну відповідь. Третя група після відповіді критикує другу і оцінює її відповідь за десятибальною шкалою, обґрунтовуючи свою оцінку. Далі групи міняються ролями: друга ставить третій своє перше запитання, а перша група оцінює відповідь і пояснює, як її можна поліпшити. Потім своє перше запитання третя група ставить першій, а друга оцінює відповідь. Процес триває, поки кожна група поставить по одному запитанню двом іншим групам. Коментар Особливі вимоги до приміщення – столи, стільці. Корисно влаштувати символічний приз для членів групи.

Використана література

1. Косс В.О. Инклюзивное образование. К постановке проблемы / В.О. Косс // Социальная работа: образование и практика: сб. науч. тр. под ред проф. Н. А. Грика.– Томск, 2009, – С. 114–117.

2. Основи інклюзивної освіти : навчально-методичний посібник / за заг. ред. А. А. Колупаєвої. – К. : «А. С. К.», 2012. – 308 с.
3. П'яткова Т. Розвиток інклюзивної компетентності вчителя : швейцарський досвід [Електронний ресурс] / Т. П'яткова. – Режим доступу : <http://www.deseco.admin.ch>.
4. Підготовка педагогів до роботи в умовах інклюзивного навчання // Вісник науково-дослідницької лабораторії інклюзивної освіти / упорядники: І. В. Юхимець, Л. О. Савчук. – Випуск 3. – Рівне : РОІППО, 2012. – 69 с.
5. Пасічник В., Шестакевич Т. Застосування формальних граматики у моделюванні інформаційно-технологічного супроводу інклюзивного навчання. Вісник Національного університету «Львівська політехніка». Серія: Інформатизація вищого навчального закладу, 2015.- С. 58-64.
6. Приступа Є. Н., Петришин Ю. В., Боднар І. Р. Інклюзивне фізичне виховання школярів 1-3 груп здоров'я. Педагогіка, психологія та медико-біологічні проблеми фізичного виховання і спорту, 2013.- С.62-67
7. Хозраткулова І. А. Проблеми впровадження інклюзивного та інтегрованого навчання у загальноосвітніх навчальних закладах / І. А. Хозраткулова // Науковий вісник Миколаївського державного університету ім. В.О. Сухомлинського: зб. наук. праць. Серія «Психологічні науки». – Т.2. – Вип. 5. – Миколаїв : МДУ ім. В.О. Сухомлинського, 2010. – С. 279–284.
8. Фонд громадських досліджень і розвитку (Civilian Research and Development Foundation (CRDF). Режим доступу: <http://www.crdglobal.org/grants-and-grantees>
9. Алехина С. В. Готовность педагогов как основной фактор успешности инклюзивного процесса в образовании // Психологическая наука и образование. 2011. № 1. С. 83–91.
10. Киричук О.В. Проблеми психології педагогічної взаємодії //Психологія: Наук.-метод.зб. - Вип.37. - К., 1993. - С. 4-11.
11. Коломинский Н.Л. Повышение психологической компетентности педагогических кадров //Повышение квалификации педагогических кадров. - К.: Освіта, 1992. -С.62-80.
12. Курлянд З.Н. Професійна усталеність вчителя — основа його педагогічної майстерності: Навч. посіб. — О.: ОДШ, 1995. — 162 с.

13. Кушнірюк В.М. Гуманізація міжособистісних стосунків як умова запобігання конфліктів у педагогічному процесі: Автореф.дис...канд.псих,наук., 19.00.07 Ін-т психології ім. Г.С.Костюка.- К., 2001. - 19с.
14. Пономарьова Р.О., Пилипенко Л.І. Психологічна компетентність вчителя - передумова попередження конфліктів з учнями //Конфлікти в педагогічних системах. 36 доповідей наук.-пр.конфер. - Вінниця: ВДТУ,2007.-С.258-260.
15. Бойчук Ю. Д., Бородіна О. С., Микитюк О. М. Інклюзивна компетентність майбутнього вчителя основ здоров'я: монографія. Харків : ХНПУ ім. Г. С. Сковороди, 2015. 117 с.
16. Колупаева А. А. Інклюзивна освіта: реалії та перспективи: монографія. Київ : «Самміт-Книга», 2009. 326 с.
17. Концепція розвитку інклюзивної освіти: Наказ МОН від 01.10.2010 № 912. URL: <https://mon.gov.ua/ua/npa/prozatverdzhennya-kontseptsii-rozvitku-inklyuzivnogo-navchannyu>

Додаток 1

Ірина Бельке,

Інна Вдовенко

ФОРМУВАННЯ ІНКЛЮЗИВНОЇ КОМПЕТЕНТНОСТІ ВЧИТЕЛЯ

Ключові слова: компетентність, компетентність педагога, діти з особливими потребами, інклюзія, інклюзивна компетентність

Постановка проблеми. На сучасному етапі перед суспільством стоїть невідкладне завдання задовольнити освітні потреби дітей з особливими потребами, створити умови для розкриття їх здібностей, для реалізації їх можливостей як членів суспільства, створити умови для їх особистісного розвитку. Тобто докласти максимум зусиль для того, щоб діти з особливими потребами мали можливість успішно інтегруватися у суспільство, стати його гідними членами. Шляхом вирішення цього завдання виступає інклюзія.

Аналізуючи шляхи впровадження інклюзивного навчання, фахівці виокремлюють низку причин, що гальмують упровадження такої форми освіти: відсутність належної підготовки педагогів, неспроможність викладати навчальний матеріал дітям та молоді з особливими освітніми потребами в умовах загальноосвітньої школи. Успішність створення інклюзивного освітнього середовища прямо пропорційна до рівня професійної готовності педагогів, тому постає нагальна потреба з'ясувати особливості, структуру, складники професійної компетентності, дослідити місце інклюзивної компетентності в системі професійної компетентності.

Аналіз останніх досліджень. Сучасний стан розвитку інклюзивної освіти в Україні постає предметом вивчення в працях вітчизняних і зарубіжних фахівців. У наукових розвідках (В. Бондаря, А. Колупасової, Ю. Найди, Н. Софій) виокремлено концептуальні аспекти інклюзивного навчання. Проблеми впровадження інклюзивного навчання в систему освіти України студіювали (Л. Вавіна, Л. Даниленко, В. Засенко, К. Кольченко, Є. Синьова). Особливості формування професійної компетентності осмислено наукових працях (І. Беха, А. Маркової, В. Сластьоніна, І. Хафізулліної).

Мета статті. Для досягнення мети поставлено до виконання такі завдання: уточнити сутність інклюзивної компетентності в її основних змістовних

компонентах і в динаміці формування; розробити критерії визначення рівнів сформованості знань, умінь і навиків готовності учасників навчально-виховного процесу ЗОШ до участі в інклюзивному навчанні; визначити базовий рівень сформованості інклюзивної компетентності учасників навчально-виховного процесу на етапі впровадження інклюзивного навчання.

Виклад основного матеріалу. «Коли інклюзивне навчання буде повністю опановане, ми зможемо відмовитись від ідеї, що всі діти для того, щоб приносити користь суспільству, мають бути схожими один на одного. Замість цього ми будемо шукати і підтримувати таланти, властиві всім людям. Ми починаємо розглядати нетипові способи, щоб виховувати корисних членів суспільства, і в процесі цієї роботи ми зможемо дати всім дітям відчуття того, що вони потрібні», – Норман Кунц, американський адвокат з питань прав людей з обмеженими можливостями, автор Декларації взаємної залежності.

У педагогічній літературі поняття «компетентність» поширилося відносно недавно. Вважаємо за необхідне, перш за все, розкрити зміст самого поняття компетентність». Звернення до енциклопедичних джерел і словників дає можливість конкретно розглянути цей феномен. Так, у «Сучасному тлумачному словнику української мови» та «Новому тлумачному словнику української мови» дається визначення поняття «компетентний» як той, що «має достатні знання будь-якій галузі, який із чим-небудь добре обізнаний; тямущий».

У вітчизняній науковій літературі до поняття компетентності в основному включають певну сукупність знань, рівень умінь і певний досвід їх використання. В англійських словниках на перший план виходить категорія «здатність до дії» як уміння використовувати знання у практичній діяльності, як певні стратегії для реалізації творчого потенціалу особистості. Під професійною компетентністю педагога розуміють особистісні можливості вчителя, які дозволяють йому самостійно й ефективно реалізувати цілі педагогічного процесу. Бути компетентним – значить уміти мобілізувати у

даній ситуації набуті знання і досвід. Компетентність не може бути ізольована від конкретних умов її реалізації. Вона органічно пов'язує одночасну мобілізацію знань, умінь і способів поведінки, спрямованих на умови конкретної діяльності.

Враховуючи спрямованість освітньої політики в Україні на впровадження інклюзивного навчання в закладах освіти різних рівнів, постає проблема підготовки фахівців до цього виду діяльності.

У Концепції розвитку інклюзивної освіти, затвердженій наказом МОН від 01.10.2010 р інклюзивне навчання визначено як комплексний процес забезпечення рівного доступу до якісної освіти дітям з особливими освітніми потребами шляхом організації їх навчання загальноосвітніх навчальних закладах на основі застосування особистісно-орієнтованих методів навчання, з урахуванням індивідуальних особливостей навчально-пізнавальної діяльності таких дітей . У свою чергу, інклюзивна освіта визначається як система освітніх послуг, що ґрунтується на принципі забезпечення основного права дітей на освіту та права здобувати її за місцем проживання, що передбачає навчання дитини з особливими освітніми потребами в умовах загальноосвітнього закладу.

Широке запровадження інклюзивної освіти передбачає всеохоплюючі якісні зміни у підготовці педагогів. Проте, на теперішній час проблему формування професійної компетентності педагога інклюзивного класу не можна вважати вирішеною. Вчені звертають увагу на різні важливі її аспекти, які потребують поглибленого опрацювання.

Так, вітчизняна дослідниця М. Є. Захарчук вказує на існуючі суперечності між сучасною світовою тенденцією визнання професійної підготовки вчителів до роботи в умовах інклюзивного середовища одним із пріоритетних напрямів освітньої підготовки та неналежною реалізацією цього підходу в Україні. Також вона вказує на недостатній ступінь вивчення зарубіжного досвіду з реалізації різних видів і форм професійного вдосконалення

педагогів, що працюють з дітьми з особливими потребами та адаптацією його в освітньому просторі України.

Аналізуючи сучасний стан проблеми формування професійної компетентності вчителя в умовах інклюзивної освіти, дослідниця виділила низку її найбільш актуальних компонентів, серед яких: емпіричний компонент, свідомоформуючий, емпатійний, почуттєво-комунікативний, контрольно-регулювальний та оцінювально-результативний.

Емпіричний компонент забезпечує знання основних закономірних зв'язків і відносин, які проявляються через аналіз безпосередніх даних спостереження; спонукання до перетворювального мислення, зіставлення, узагальнення, роздумів і співпереживання.

Свідомоформуючий компонент забезпечує світоглядне самовизначення викладача, розвиток його спеціального мислення, бажання підтвердити або спростувати достовірність явищ чи тверджень, довести їх хибність або доцільність, зробити свідомий вибір і перетворити його на елемент власних переконань.

Емпатійний компонент забезпечує глибоке розуміння внутрішнього світу, вчинків і спонукань учнів. Почуттєво-комунікативний компонент включає можливості учителя транслювати власні почуття й думки, створюючи відповідні взаємозв'язки і налагоджуючи взаємодію між суб'єктами всіх учасників педагогічного процесу.

Контрольно-регулювальний передбачає одночасний контроль учителя за процесом вирішення поставлених завдань і правильністю виконання навчальних операцій, за точністю відповідей.

Оцінювально-результативний компонент включає оцінку вчителем результатів, які були досягнуті у процесі навчання, а також встановлення їх відповідності навчально-виховним завданням та з'ясування причин тих чи інших прогалин.

Професор А. Колупаєва наводить дані про те, що нині до 65% вчителів, які є слухачами курсів підвищення кваліфікації, не володіють методами роботи з

дітьми, які мають особливі освітні потреби. Більше того, до 24% педагогів не знайомі із спеціальними програмами, не мають точних і глибоких знань щодо психофізіологічних особливостей дітей даної категорії.

Ці відомості викликають серйозне занепокоєння, оскільки саме вчитель виступає найважливішою ланкою процесу інклюзивного навчання. У роботі з учнями з особливими освітніми потребами, педагог повинен вміти здійснювати діагностику можливостей та потреб кожної конкретної дитини, кваліфіковано оцінювати їх і долучатися, разом і з ПМПК, до розробки, на основі аналізу цих потреб, ІНП та ІПР такої дитини.

Наголошуємо, в роботі з дітьми, які потребують особливих освітніх потреб, необхідно відмовлятися від колективних методів навчання та виховання, а, насамперед, робити наголос на індивідуальному та індивідуалізованому до них підході.

Як пише М. Є. Захарчук, для того, щоб задовольняти цим вимогам, вчитель має володіти глибокими знаннями свого предмета, методики навчання, а також методики роботи з дітьми з особливостями психофізичного розвитку. На превеликий жаль, на практиці значна кількість вчителів відчувають труднощі, оскільки не володіють такими знаннями, не мають достатнього досвіду ефективної роботи в команді.

Професор А. Колупаєва прямо вказує на те, що ефективність навчально-виховної, корекційно-розвивальної і лікувально-профілактичної роботи в інклюзивному класі значною мірою залежить від скоординованості дій педагога та різнопрофільних фахівців (соціального працівника, спеціального педагога, медичного працівника, психолога та ін.), які входять до так званої мультидисциплінарної команди, члени якої спільно оцінюють стан розвитку кожної дитини, розробляють перспективні й короткочасні індивідуальні плани роботи з дитиною, реалізують їх разом з дитиною, вирішують питання залучення до команди інших фахівців, планують додаткові послуги, аналізують результати спільної діяльності, оцінюють її, а також різнобічно підвищують свою кваліфікацію .

Цей підхід є цілком слушним, оскільки командна робота педагогів та інших фахівців, їх зважене, уважне ставлення до учнів з особливими освітніми потребами в умовах запровадження інклюзії дійсно має першочергове значення. Працюючи у команді вчителі, психологи, фахівці з корекційної педагогіки і інші спеціалісти можуть повною мірою охопити всі аспекти роботи. З такими учнями, узгодити свої кроки, врахувати професійні поради один одного з тим, щоб забезпечити максимальну ефективність своєї діяльності.

Але не слід випускати з уваги, що найбільше навантаження в процесі інклюзії, все ж таки, припадає саме на вчителя. Він має враховувати у своїй діяльності низку важливих особливостей дітей з особливими потребами, і у першу чергу – те, що діти з психічними або фізичними вадами мають своєрідний характер розвитку.

діяльності.

Стан готовності вчителя до соціально-педагогічної діяльності у загальноосвітній школі в умовах інклюзивної освіти визначається критеріями інклюзивної готовності.

Критерії готовності до інклюзивної діяльності є:

- усвідомлення необхідності виконувати соціально-педагогічну діяльність;
- готовність до подолання невдач;
- упевненість у тому, що виконувана діяльність принесе позитивні результати;
- знання фахових і методичних матеріалів;
- здатність до професійної рефлексії;
- наявність реактивного мислення для розв'язання нестандартних ситуацій;
- схильність до творчості;
- наявність особистісно значущих якостей, необхідних для виконання соціально-педагогічної діяльності в умовах інклюзивної освіти;
- бажання допомогти розкрити потенціал учнів.

На підставі теоретичного аналізу, згідно з вибраними критеріями, нами виокремлено такі рівні сформованості інклюзивної компетентності педагога: продуктивний, достатній, елементарний.

Елементарний рівень сформованості інклюзивної компетентності педагога характеризується такими показниками: відсутністю зацікавленості працею вчителя в умовах інклюзивного навчання; нерозумінням і несприйманням мотивів і цілей оволодіння професією вчителя в умовах інклюзивного навчання; відсутністю прагнення до професійного зростання у зв'язку з переходом до інклюзивної моделі навчання; навчання у вищих навчальних закладах підпорядковане особистим цілям чи переконанням; необізнаністю в розвитку та інтересах учнів з обмеженими можливостями здоров'я; проявляє психологічну неготовність до роботи з дітьми з обмеженими можливостями здоров'я; не в достатній мірі сформовані особистісно та професійно значущі якості, необхідні для оволодіння інклюзивною компетентністю; обмеженим запасом інклюзивних знань, які мають поверхневий, нестійкий характер; слабо володіє психолого-педагогічною термінологією, майже не використовує навчальну та науково-методичну літературу для професійного вдосконалення в умовах інклюзивного навчання; несформованість системи спеціальних інклюзивних умінь і навичок; неадекватною самооцінкою (завищена або занижена) власного рівня сформованості інклюзивної компетентності й недостатнім стимулом для самовдосконалення.

Педагог із продуктивним рівнем сформованості інклюзивної компетентності має проявляти: стійкий інтерес до питання формування інклюзивної компетентності, сформованість стійкої ціннісної мотивації до оволодіння нею та подальшого вдосконалення; обізнаність з індивідуальними особливостями розвитку особистості учня з обмеженими можливостями здоров'я, визнання його права на навчання в умовах інклюзії, цінувати його інтереси; усвідомлення значення наявності особистісно та професійно значущих якостей, необхідних для оволодіння інклюзивною компетентністю; сформованість системи інклюзивних знань, упевненість у їх істинності,

наявність міцних, глибоких і дієвих знань про сутність інклюзивної компетентності, постійна самоосвіта; сформованість системи інклюзивних умінь і навичок, ґрунтовне оволодіння ними в будь-яких ситуаціях, пов'язаних з інклюзивним навчанням; здатність до об'єктивного самоконтролю й адекватної самооцінки сформованості власної інклюзивної компетентності; самостійне визначення шляхів подолання труднощів, вимогливість до себе та постійне прагнення до самовдосконалення.

Для достатнього рівня сформованості інклюзивної компетентності педагога характерним є: ситуативний інтерес до питання формування інклюзивної компетентності; мотиви оволодіння педагогічною професією в умовах інклюзивного навчання нестійкі або можуть змінюватися залежно від зовнішніх впливів, часткове прагнення до професійного зростання в умовах інклюзивного навчання; урахування інтересів суб'єкта навчання та цінування особистості учня з обмеженими можливостями здоров'я, обізнаність з особливостями розвитку учнів з обмеженими можливостями здоров'я, часткове визнання його права на навчання в умовах інклюзії; не в повній мірі сформовані особистісно та професійно значущі якості, необхідні для оволодіння інклюзивною компетентністю; сформованість певних інклюзивних знань, часткова впевненість у їх істинності, не завжди розкриває сутність інклюзивної компетентності в повному обсязі, самоосвіта не постійна; сформованість більшості спеціальних інклюзивних умінь і навичок, необхідних для здійснення інклюзивної діяльності педагога; уміння здійснювати самоконтроль і самооцінку переважно мають несталий характер, необхідний стимул до самовдосконалення.

І. Хафізулліна виокремлює в структурі інклюзивної компетентності змістові компоненти, кваліфіковані як здатність усвідомлювати зміст професійної діяльності в умовах інклюзивного навчання та функційні компоненти, що характеризують функційну сферу та постають як сукупність умінь, які сприяють виконанню професійних завдань у навчально-виховному процесі. Диференціюють діагностичні, прогностичні, конструктивні, організаційні,

комунікативні, технологічні, корекційні й дослідницькі вміння [11]. Перелік умінь не є вичерпним і може бути доповнений залежно від конкретної ситуації. Для дослідження готовності членів колективу до впровадження інклюзивного навчання використовують критерії інклюзивної компетентності, що відображають її змістову характеристику за обсягом знань, умінь і навичок відповідно до особливостей професійної діяльності та ступеня участі в інклюзії.

На підставі компонентного складу професійної компетентності Т. Соловей і М. Чайковський розрізняють такі компоненти інклюзивної компетентності соціального працівника: мотиваційний, когнітивний, операційний і рефлексивний.

Мотиваційний компонент інклюзивної компетентності маркує спрямованість, систему мотивів, потреб, цінностей особистості педагога, є детермінантою професійної компетентності й фактором її успішного формування. Рівень сформованості мотивації впливає на розвиток інших компонентів професійної компетентності. Мотивація передбачає гуманістичні ціннісні орієнтації, позитивну орієнтацію на діяльність в умовах включення дітей з особливими потребами в соціальне середовище здорових ровесників, сукупність мотивів (соціальних, пізнавальних, професійних, особистісного розвитку й самоутвердження та ін.), спрямованих на процес інклюзії.

Когнітивний компонент інклюзивної компетентності майбутнього соціального працівника вможливорює цілісність уявлень про соціально-педагогічну діяльність, активізує пізнавальну роботу особи, сприяє розвитку та збагаченню когнітивного досвіду. Аналізований компонент описують як здатність сприймати, опрацьовувати у свідомості, зберігати в пам'яті та відтворювати в потрібний момент інформацію для розв'язання тих чи тих теоретичних і практичних завдань. В основі лежать наукові професійні знання про інноваційні інтеграційні процеси у сфері освіти людей з особливими потребами; основи розвитку особистості; анатомо-фізіологічні, вікові, психологічні та індивідуальні риси нормальних дітей і молоді та з

різними порушеннями в розвитку; основи соціально-педагогічного впливу на процес саморозвитку вихованців, стимулювання позитивної самореалізації в усіх можливих сферах діяльності; базові закономірності взаємодії людини з особливими потребами й суспільства.

Рефлексивний компонент інклюзивної компетентності виявляється в здатності усвідомлювати основи власної діяльності, у ході якої оцінюють та переосмислюють свої здібності, особистісні досягнення, а також у свідомому контролі результатів професійних дій, аналізі реальних ситуацій. Рефлексія вможливорює самопізнання, самоконтроль, саморегуляцію та власний саморозвиток. У системі інклюзивної компетентності рефлексія витлумачена як здатність до аналізу в процесі професійної діяльності, що спрямована на інклюзію дітей і молоді з особливими потребами в соціум загальноосвітнього закладу та передбачає аналіз стану реалізації ідей процесу інклюзії, власного досвіду й досвіду колег у досягненні інклюзії дітей та молоді з особливими потребами в соціум загальноосвітнього закладу в процесі професійної діяльності, вибір оптимального варіанта розв'язання різних соціально-педагогічних ситуацій у процесі інклюзії; адекватне оцінювання результатів власної соціально-педагогічної діяльності, уміння визнавати власні помилки і здатність їх долати; потреби в професійному й особистісному зростанні та підвищенні рівня інклюзивної компетентності.

Операційний компонент інклюзивної компетентності – це здатність виконувати конкретні професійні завдання соціально-педагогічної діяльності, застосовувати способи й досвід успішного сприяння процесові інклюзії дітей та молоді з особливими потребами в соціум загальноосвітнього закладу, розв'язувати соціально-педагогічні ситуації, використовувати прийоми самостійного виконання професійних завдань, провадити пошуково-дослідницьку діяльність [10, 223].

У руслі порушеної проблеми більш докладного вивчення потребує такий її змістовий аспект, як з'ясування місця інклюзивної компетентності.

З огляду на універсальність, інклюзивна компетентність може належати до ключових (життєвих) компетентностей та входити до складу професійної компетентності як підвид або спеціальна компетентність. Необхідність спрямування суспільної думки на соціальну інтеграцію вимагає опанування інклюзивної компетентності всіма членами громади.

Оновлення системи підготовки педагогічних кадрів для підготовки фахівця нового покоління, спроможного працювати в інклюзивному освітньому середовищі, потребує включення інклюзивної компетентності до складу професійної компетентності. Тому в системі компонентів професійної компетентності логічно доповнити перелік підвидів інклюзивною компетентністю, що містить необхідний обсяг знань, умінь, навичок і здатність реалізувати професійні функції в умовах інклюзивного середовища. Результати дослідження дозволяють зробити такі висновки: інклюзивна компетентність є обов'язковою складовою професійної компетентності. Вона включає необхідний обсяг знань і вмінь для учасників процесу інклюзії різних категорій та виражається у здатності здійснювати професійні функції з урахуванням особливих потреб молоді з вадами здоров'я і забезпечувати їх включення в середовище ЗОШ, створюючи умови для їх розвитку і саморозвитку; певним рівнем інклюзивної компетентності мають володіти всі учасники інклюзії – від педагогічних працівників і адміністративного персоналу до здорових студентів (учнів) та допоміжного персоналу закладу освіти для кваліфікованої взаємодії у процесі навчально-виховної роботи; використані в дослідженні критерії та рівні сформованості інклюзивної компетентності всіх учасників освітнього процесу дозволяють визначити ступінь готовності колективу інтегрованого закладу освіти до впровадження інклюзивного навчання.

Інклюзивне навчання з фізичної культури

Аналіз практичної діяльності застосування фізичних вправ підтверджує, що для дітей з обмеженими можливостями здоров'я заняття фізичною культурою є найбільш ефективним засобом фізичної, соціальної та психічної адаптації.

Для підготовки спеціаліста з фізичної культури для роботи з дітьми з ОМЗ, важливо враховувати не тільки існуючі проблеми, такі як: залучення до навчального процесу психолога, правильний підбір навчального матеріалу та труднощі спілкування особливих дітей зі здоровими однолітками та викладачами. Слід зазначати, що викладач буде перебувати в умовах підвищеної емоційної напруги, через те, що в значній мірі ускладняється дотримання усіх умов безпеки виконання фізичних вправ для учасників навчального процесу, та приділення особливої уваги учням з ОМЗ.

Спеціалісту з фізичної культури та спорту приділяється особлива увага через важливість даної дисципліни для особливих дітей через соціальну адаптацію інвалідів та встановлення ними контактів з однолітками. Необхідно зазначити, що спорт, у цілому, покликаний задля забезпечення гарної фізичної форми та профілактики різних захворювань. У дітей з ОМЗ уроки фізичної культури направлені, в залежності від особливостей дітей, на відновлення опорно – рухового апарату, розвиток основних фізичних якостей, підвищення функцій можливостей організму, становлення, соціальна та емоційна адаптація, збереження та використання рухових вправ, які

залишилися, та формування необхідних знань для використання у майбутньому.

У навчанні дітей з особливими освітніми потребами вчитель фізичної культури може спиратись на додаткові психолого-педагогічні та корекційно-розвиткові послуги. Проте перелік цих учнів є здебільшого умовним, а забезпечення якнайкращого розвитку кожної дитини вимагає особливого ставлення до всіх учнів без винятку.

Урок фізичної культури вирішує цілий ряд різних завдань (освітні, оздоровчі, виховні, розвиваючі), що в свою чергу позначається на методиці проведення уроків.

Навчання фізичній культурі і спорту будується, перш за все, на результатах діагностики вихідних показників рухових можливостей дитини. Необхідність оцінки вихідного рівня фізичної підготовленості обумовлена, перш за все, тим фактом що, руховий аналізатор відіграє важливу роль у розвитку вищої нервової діяльності і психічних функцій людини.

Серед вчених було багато спроб створити модель, яка допоможе вчителям зробити уроки інклюзивними та забезпечити реальне залучення цільових груп.

Спектр включення, запроваджений Кеном Блек та Памелою Стівенсон у 2007 році, полягає в тому, що тренери та педагоги мають урізноманітнити свої заняття з фокусом на зміну світогляду та розширення перспектив, а основну увагу приділяти тому, що можуть робити діти, а не тому, чого вони не можуть.

Визначають п'ять підходів до реалізації програм фізичної культури, починаючи з цілком відкритих занять до відокремленої участі.

Перша форма інклюзивної взаємодії - Відкрите заняття, де грають усі разом, а педагогу не потрібно звертатися до прогресій.

Форма охоплює вправи, завдання та ігри, які може виконувати кожен учень, у тому числі з особливими освітніми потребами. Залежно від складу класу,

прикладом може бути доступна всім руханка для розминки, де діти виконують вправи, що розігрівають та розтягують м'язи.

У відкритій діяльності всі роблять те ж саме, без адаптації чи модифікації. Так, учні з порушеннями слуху можуть вчитись виконувати технічний елемент разом із усіма.

Друга форма - Модифіковані заняття, де ви вносите зміни залежно від озвучених потреб учнів або в ході власних спостережень.

Завдяки цій формі кожен учень здійснює ту саму діяльність, але з індивідуальними або груповими прогресіями у сферах завдань, обладнаннях, людських ресурсів, швидкості та частково простору, що підтримує залучення всіх та дає можливість змагатись на рівних.

Так, під час гри в теніс, діти з функціональними порушеннями можуть мати додатковий «відскок» м'яча від підлоги перед тим, як його відбити.

Результат діяльності, як правило, залишатиметься однаковим, але для його досягнення учні матимуть зробити різні кроки.

Третя форма - Паралельні заняття, де вчитель або вчителька створюють кілька локацій, виходячи із потреб, здібностей та спортивного таланту дітей.

Паралельна діяльність дуже схожа на модифіковану, але пропонує більше прогресій у сфері простору, і результат завдань є необов'язково однаковим для різних груп. Дітей можна об'єднати разом за рівнем навичок, антропометричними даними або їхнім розумінням гри. Так, три групи учнів можуть окремо вчитись пасувати в нетболі, менш контактній та більш тактичній версії баскетболу, а їхні завдання, швидкість та ігрова зона будуть відрізнятись.

Варто давати і локації на вибір, з можливістю залишитись або перейти в іншу кожні 5-7 хвилин. Наприклад, однакова вправа з м'ячем може виконуватись тільки руками або лише ногами на різних майданчиках.

Таким чином, усі діти навчаються в комфортних умовах, де постійно відчують ситуації успіху та час від часу пробують свої сили з іншими групами або в складі команд учнів на іншій локації. Паралельні заходи

корисно впроваджувати з метою ознайомлення з різними видами спорту. Наприклад, за час уроку кожна дитина пробує себе в 5-6 дисциплінах та ділиться враженнями з педагогом, які аналізують дитячі уподобання та потенційний освітній вплив, формують план вже відкритих занять на наступні уроки.

Четверта форма - Роздільні заняття, застосовується якщо ви маєте підстави виокремити дитину або групу учнів, виходячи із принципу якнайкращого розвитку дитини.

П'ята форма - Спорт людей з інвалідністю, який може відрізнятися правилами, обладнанням та ігровим майданчиком.

Остання форма є прикладом зворотної інтеграції та переважно зосереджується на тому, щоб залучити учнів, які не мають інвалідності і, відповідно, особливих освітніх потреб. Є сотні версій спортивних ігор для людей з інвалідністю, а деякі волейбольні або футбольні не вимагають жодного додаткового інвентарю. Елементи фізичних навантажень на основі спортивних програм для людей з інвалідністю можуть бути роз'яснені дітям та включені в усі визначені форми інклюзивної взаємодії.

Уміле використання всіх складників інклюзивного спектра значно підсилює прагнення педагога долучити дітей до регулярного вшанування спорту та активного відпочинку. А учням дає змогу обрати корисні шляхи самовираження та не втратити мотивацію пізнавати себе і світ навколо.

Не існує магічної формули для інклюзивного уроку, тим більше, що деякі учні мають комбіновані потреби через одночасну приналежність до декількох визначених груп. Головне – постійна підтримка спілкування та акцент на три послідовні компоненти кожного уроку:

Фан або Розвага – Атлетичний розвиток – Соціалізація.

1. Фан. Першим і найважливішим завданням педагога є створення веселої, невимушеної атмосфери. Діти радіють цікавим завданням та отримують задоволення від їх виконання. Доброзичливий сміх і посмішки на обличчях є найкращими індикаторами успіху ваших уроків. Фан – це завжди

добровільно, неможливо змусити розважатися. Саме тому, весела фізична культура робить кожен урок маленьким святом у навчанні таких дітей.

2. Атлетичний розвиток. Там, де є зацікавлення та рухливість, починається й атлетичний розвиток. Діти люблять змагатись та встановлювати рекорди. Олімпійський девіз «Швидше, вище, сильніше» залишається актуальним, і педагогу варто навчати учнів не порівнювати себе з іншими, а відстежувати власний атлетичний поступ, приділяти увагу всебічному розвитку тіла та відкривати для себе якомога більше спортивних дисциплін. Кожний урок має дарувати відчуття успіху та самовдосконалення через захопливі вправи, ігри, конкурси.

3. Соціалізація. Окрім розвитку емоційного інтелекту та вміння належно сприймати як перемоги, так і поразки, уроки фізичної культури мають готувати учнів до дорослого самостійного життя. Саме тут вони мають безліч можливостей спільно приймати рішення, пізнавати суспільні проблеми та виклики, творчо та критично мислити, досліджувати етичні якості та побутові звички відомих спортсменів, змагатись у чесній боротьбі за визначеними правилами. Ці компоненти є взаємопов'язаними й мають працювати як годинникова стрілка. Якщо діти нудьгують або засмучені неспроможністю виконати технічний елемент, не варто навантажувати їх спілкуванням про соціальні проблеми. Краще повернутись до створення позитивної атмосфери, наприклад, через веселий енерджайзер, потім дати більш доступну вправу, де всі точно зазнають успіху, а після цього змодельовати ігрову ситуацію для формування навичок співпраці, тактичного мислення або обізнаності про шкідливі звички.

Тривалість підготовчої частини уроку невелика (5-8 хвилин) і може включати в себе як раніше розучені «тематичні комплекси вправ (наприклад, на гнучкість, корекцію, координацію, поставу), так і вправи загальнорозвиваючого характеру, що сприяють підвищенню працездатності, активності процесів уваги, пам'яті і мислення. Головне, щоб використовувані вправи не характеризувалися значними фізичними навантаженнями, що

приводять до стомлення, не викликали яскраво виражених емоційних напружень.

В основній частині уроку необхідно виділити освітній і руховий компоненти. Освітній компонент основної частини уроку включає в себе навчальні знання і способи фізкультурної діяльності і в залежності від обсягу навчального матеріалу його тривалість може становити від 3-4 хвилин до 10-12 хвилин. У свою чергу, руховий компонент - представлений навчанням руховим діям і розвитком фізичних якостей, і його тривалість буде залежати від того, скільки часу буде потрібно на вирішення завдань, запланованих в освітньому компоненті. При розробці змісту рухового компонента необхідно включити обов'язкову розминку, яка за своїм характером повинна співвідноситися з поставленими педагогічними завданнями.

Тривалість заключної частини уроку буде залежати від сумарної величини фізичного навантаження, виконаної школярами-студентами в його основній частині.

Використання диференційованого навчання з метою більшої індивідуалізації навчання, ніж потрібно для нормально розвинутого студента, це:

- введення спеціальних розділів в робочу програму для підлітків з ОМЗ, відсутніх в освітніх програмах для нормально розвинутих студентів;
- систематизація вправ і завдань по виду захворювань (якщо такі є); які погано бачать, які погано чують, діти із затримкою психічного розвитку, діти з порушенням функцій опорно-рухового апарату, з викривленням хребта.

Готуючись до уроків, для цих студентів треба готувати індивідуальні завдання.

Особливістю фізичного виховання дітей з відхиленнями в стані здоров'я є той факт, що досягти достатнього рівня фізичної підготовленості, схожого з рівнем здорових однолітків не можна, однак регулярне застосування фізичних вправ вже в найближчій перспективі дають позитивний ефект.

Учитель фізичної культури має забезпечити безпеку на уроках усім дітям. Разом із тим, вимоги щодо організації техніки безпеки на уроках з дітьми з

інвалідністю різної нозології (сліпі, глухі, з порушеннями опорно- рухового апарату) та здоровими дітьми мають дуже великі відмінності. При чому зайві заходи безпеки для здорових дітей будуть обмежувати їх розвиток та досягнення, а для дітей із інвалідністю недотримання необхідних заходів безпеки може мати фатальні наслідки. Тобто організація сумісної діяльності здорових дітей і дітей із інвалідністю потребує розроблення для такої групи дітей окремих правил техніки безпеки на уроках фізичної культури.