

було обумовлене, головним чином, істотним поліпшенням силової підготовленості (збільшення кількості підтягувань на високій поперечині склало $19,92 \pm 1,53\%$). Далі в цій своєрідній градації йшли: підвищення швидкісних якостей (на $8,82 \pm 1,41\%$), швидкісно-силовий підготовленості (на $6,67 \pm 1,23\%$), спритності (на $5,07 \pm 1,61\%$) і загальній витривалості (на $2,25 \pm 1,33\%$).

Певною мірою не високі величини відносного приросту параметрів фізичної підготовленості юнаків 15-16 років можна пояснити їх досить оптимальними вихідними значеннями.

Висновки. У цілому матеріали проведеного дослідження дозволили констатувати не лише досить високу ефективність типової програми тренувальних занять для борців 15-16 років на етапі спеціалізованої базової підготовки, але і були підставою для її певного корегування з акцентом на більш суттєвий розвиток загальної витривалості спортсменів, їх спритності, швидкісної та швидкісно-силової підготовленості.

Перспективи подальших досліджень. Перспективи подальших досліджень в обраному напрямі передбачають розширення переліку показників загальної підготовленості юних спортсменів, які спеціалізуються у греко-римської боротьби шляхом вивчення динаміки показників їх функціональної підготовленості.

Література

1. Лукіна О., Вороний В. Особливості змагальної діяльності борців греко-римського стилю. Спортивний вісник Придніпров'я. 2019. № 2. С. 21-29.
2. Огарь Г.О., Санжаров В.А., Ласиця В.І., Ручинський Д.О. Особливості спеціальної підготовленості юних борців греко-римського стилю з різними тактичними манерами ведення поєдинку. Вісник Чернігівського національного педагогічного університету. Сер.: Педагогічні науки. Фізичне виховання та спорт. Чернігів. 2014. Вип. 118(4). С. 143-145.
3. Пашков І.М., Тропін Ю.М., Романенко В.В., Голоха В.Л., Коваленко Ю.М. Аналіз змагальної діяльності борців високої кваліфікації. Слобожанський науково-спортивний вісник. 2021. № 5(85). С. 22-25.
4. Прозар М., Стасюк І., Петров А., Чобітько М. Зміна показників фізичної підготовки юних борців вільного стилю на етапі попередньої базової підготовки. Вісник Кам'янець-Подільського національного університету імені Івана Огієнка. Фізичне виховання, спорт і здоров'я людини. 2023. № 14. С. 41–45.
5. Русанов Р., Вострокнутов Л., Голенкова Ю. Особливості фізичної підготовки юних борців греко-римського стилю. Фізична культура і спорт. Виклики сучасності : зб. ст. за результатами II наук.-практ. конф. Харків. нац. пед. ун-т ім. Г.С. Сковороди. Харків. 2022. С. 110-117.
6. Ставрін М.Г., Орлюк В.В., Волошин В.М. Греко-римська боротьба. Навчальна програма для дитячо-юнацьких спортивних шкіл, спеціалізованих дитячо-юнацьких шкіл олімпійського резерву, шкіл вищої спортивної майстерності та спеціалізованих навчальних закладів спортивного профілю. Київ. 2018. 89 с.
7. Тропін Ю.М., Пономарьов В.А., Клименко О.І. Взаємозв'язок рівня фізичної підготовленості з показниками змагальної діяльності у юних борців греко-римського стилю. Слобожанський науково-спортивний вісник. Харків. 2017. 1(57). С. 111-115.
8. Malikov N., Tyshchenko V., Bogdanovska N., Orlov A., Popov S. Functional fitness assessment of elite athletes. Journal of Physical Education and Sport. 2021. 21(1). P. 374–380.

Reference

1. Lukina O., Voroniy V. (2019). Osoblivosti zmagalnoy diyalnosti borciv greko-rimskogo stilyou. Sportivnyi visnik Pridnipriyviya. № 2. S. 21-29.
2. Ogar G.O., Sanzharov V.A., Lasiciya V.I., Ruchinskiy D.O. (2014). Osoblivosti specialnoy pidgotovlenosti younih borciv greko-rimskogo stilyou z rznimi manerami vedennya poedinku. Visnik Chernigovskogo nacionalnogo pedagogichnogo universitetu. Ser.: Pedagogichni nauki. Phizichne vihovannya ta sport. Chernigiv. Vip. 118(4). S. 143-145.
3. Pashkov I.M., Tropin Yu.M., Romanenko V.V., Goloha V.L., Kovalenko Yu.M. (2021). Analiz zmagalnoy diyalnosti borciv visokoy kvalifikacii. Slobozchanskiy naukovo-sportivniy visnik. № 5(85). S. 22-25.
4. Prozar M., Stasyuk I., Petrov A., Chobitko M. (2023). Zmina pokaznikov phizichnoy pidgotovki younih borciv greko-rimskogo stilyou na etapi poperedniy bazovo] pidgotovki. Visnik Kamyane-Podl'skogo nacionalnogo universitetu imeni Ivana Ogiyenko. Phizichne vihovannya, sport i zdoroviya ludini. № 14. S. 41–45.
5. Rusanov R., Vostroknutov L., Golenkova Yu. (2022). Osoblivosti phizichnoy pidgotovki younih borciv greko-rimskogo stilyou. Phizichna kultura i sport. Vikliki suchasnosti : zb. st. za rezultatami II nauk.-prakt. konf. Kharkiv. nac.ped.un-t im. G.S. Skovorodi. Kharkiv. S. 110-117.
6. Stavrinov M.G., Orluk V.V., Voloshin V.M. (2018). Greko-rimska borotba. Navchalna programa dlya dityachoyunackih sportivnih shkil, specializovanih dityachoyunackih sportivnih shkil olimpiyskogo rezrevu, shkil vicshoy sportivnoy maysternosti ta specializovanih navcalnih zakladiv sportivnogo profilyou. Kiiv. 89s.
7. Tropin Yu.M., Ponomariov V.A., Klimenko O.I. (2017). Vzaemovviazok rivnya phizichnoy pidgotovlenosti z pokaznikami zmagalnoy diyalnosti u younih borciv greko-rimskogo stilyou. Slobozchanskiy naukovo-sportivniy visnik. № 1(57). S. 111-115.
8. Malikov N., Tyshchenko V., Bogdanovska N., Orlov A., Popov S. (2021). Functional fitness assessment of elite athletes. Journal of Physical Education and Sport. 21(1). P. 374–380.

доцент
Рівненський державний гуманітарний університет
ORCID : 0000-0001-7782-898X,
Ковальський В.В.
кандидат педагогічних наук, доцент
Рівненський державний гуманітарний університет
ORCID : 0000-0001-8282-0173
Годлевський П.М.
кандидат наук з фізичного виховання і спорту, доцент
Національний університет водного господарства та природокористування
ORCID : 0000-0001-8655-4546
Бовсунюк Д.В.
Викладач фізичного виховання
ВСП Рівненський економіко-технологічний коледж

СОЦІАЛЬНА ІНТЕГРАЦІЯ ТА АДАПТАЦІЯ ВЕТЕРАНІВ ТА УЧАСНИКІВ БОЙОВИХ ДІЙ В ПРОЦЕСІ ЗАНЯТЬ АДАПТИВНИМ СПОРТОМ

У статті розглянуто значимість адаптивного спорту в процесі соціальної інтеграції та адаптації ветеранів війни та учасників бойових дій до умов мирного життя.

Визначено, що після повернення до цивільного життя ветеранів, учасників бойових дій очікує період пристосування до нових особливостей життя, умов соціальної взаємодії, формування особистісних навичок у вирішенні нових викликів.

Виокремлено, що процес соціальної адаптації ветеранів та учасників бойових дій є цілісним комплексом медичних, фізичних, психологічних, соціально-педагогічних заходів спрямованих на відновлення здоров'я, психо-емоційного стану і працездатності.

Представлено можливості і завдання адаптивного спорту як дієвого і ефективного інструменту успішної соціалізації, який сприяє фізичній реабілітації, розвитку навичок психічного та емоційного відновлення та благополуччя, а залучення до занять адаптивними видами спорту є одним із суттєвих інструментів реабілітації та соціальної інтеграції ветеранів війни, учасників бойових дій.

Ключові слова: соціальна інтеграція, адаптація, ветерани війни, учасники бойових дій, адаптивний спорт, реабілітація.

Anatolii Kashuba, Volodymyr Kovalskyi, Petro Godlevskii, Dmytro Bovsaniuk. Social integration and adaptation of veterans and participants of combat actions in the process of engagement in adaptive sports. The article examines the importance of adaptive sports in the process of social integration and adaptation of war veterans and combatants to the conditions of peaceful life.

It was determined that after the return to civilian life of veterans and participants in hostilities, a period of adaptation to new features of life, conditions of social interaction, formation of personal skills in solving new challenges awaits.

It is highlighted that the process of social adaptation of veterans and participants in hostilities is a complete complex of medical, physical, psychological, socio-pedagogical measures aimed at restoring health, psycho-emotional state and working capacity.

The possibilities and tasks of adaptive sports as an effective and efficient tool for successful socialization are presented, which promotes physical rehabilitation, the development of mental and emotional recovery skills, and well-being, and participation in adaptive sports is one of the essential tools for the rehabilitation and social integration of war veterans, participants in hostilities.

It was established that the general level of development of Ukrainian society, the degree of understanding of the importance of the problem of social integration and adaptation of veterans and combatants to peaceful life determines the model of their social adaptation in the country.

However, social integration includes not only psychological adaptation, but also the need for multifunctional changes: moral, physical, social.

Key words: social integration, adaptation, war veterans, combatants, adaptive sports, rehabilitation.

Постановка проблеми. У сучасних умовах воєнного стану та економічної нестабільності ветерани війни, учасники бойових дій, які отримали інвалідність, зіткнулись з проблемою, що потребує негайного вирішення. Ця проблема полягає в тому, що психо-фізіологічні структурні порушення, або яскраво виражені, або такі, що діагностуються за допомогою медичної апаратури, могли призвести до втрати або недосконалості навичок, необхідних для певних видів діяльності, внаслідок чого і формуються «обмежені можливості» для життєдіяльності, а це в свою чергу, за відповідних умов, спричинятиме соціальну дезадаптацію, неуспішну або уповільнену соціалізацію.

Війна залишає чимало військових із травмами й пораненнями, тому адаптивний спорт має великий потенціал і може стати одним із видів реабілітації, яким можуть скористатися захисники та захисниці України. І йдеться не лише про фізичну активність, а про підтримку та можливості розвивати свої здібності, стати частиною спільноти однодумців. Повернення учасників бойових дій та членів їх сімей до цивільного життя є своєрідним викликом як для самих ветеранів, так і суспільства у цілому.

Соціальна інтеграція та адаптація ветеранів війни та учасників бойових дій є складним питанням, яке і досі не є повністю дослідженим, особливо широкий спектр роботи саме в українському контексті, де потрібно зважати на багато факторів, наприклад культурні/релігійні особливості, вмотивованість тощо. Особливостями, що стають на шляху надання якісних послуг соціальної адаптації є відсутність єдиної системи визначення потреб та механізмів їх задоволення.

Розуміння важливості соціальної інтеграції та психологічної реабілітації захисників та захисниць України робить цю проблему досить актуальною, тому використання адаптивного спорту як інструменту реабілітації та соціальної інтеграції ветеранів війни є досить перспективним і заслуговує на подальший розвиток і вдосконалення.

Огляд останніх досліджень і публікацій. Аналіз наукових доробок з даної тематики показав, що серед українських дослідників проблема соціальної інтеграції та адаптації ветеранів війни, учасників бойових дій є різноплановою. Значна кількість праць зацікавлена на психологічних аспектах адаптації. Проблема психологічної адаптації до умов військової служби висвітлено у працях А. Алдашевої, Л. Гребінь, Л. Литвиненко, А. Маклакова, А. Камишева, В. Попкова, В. Чайки та ін. [6]. Психологічні особливості адаптації військових до бойових умов досліджено І. Бобровничим, О. Веритягіною, С. Заковряшиною, Н. Тарабріною та ін. Вікові особливості адаптації учасників бойових дій до умов мирного життя висвітлено у дисертаційному дослідженні О.В. Мельник [6].

Серед багатьох українських дослідників переважає розуміння процесу адаптації та інтеграції як, в першу чергу, пристосування до умов ринку праці шляхом професійної перепідготовки (В.С. Рубцов [9], А.Л. Красильщиков [5]). Окремі аспекти працевлаштування колишніх військовослужбовців розкриті в дослідженнях Абрамова Є.В. [1], О.О. Буряка і М.І. Гіневського [3]. Питанням фінансового забезпечення соціальної адаптації приділено увагу у роботі Т. Вдовиченка [4]. У дисертаційному дослідженні Ю.Л. Бриндікова [2] розглянуто наукові підходи до визначення складових реабілітації військовослужбовців – учасників бойових дій, обґрунтовано теоретичні і методичні основи реабілітаційної діяльності на основі впровадження арт-терапії, ігрових технологій, тренінгів, сімейної терапії. Однак, незважаючи на це, наявних наукових досліджень, які б розкривали вагомий соціалізуючий потенціал адаптивного спорту у сфері реінтеграції до цивільного життя недостатньо.

Соціальна інтеграція та адаптація ветеранів і учасників бойових дій є складним питанням, яке на сучасному етапі потребує подальших досліджень, особливо широкий спектр роботи саме в українському контексті, де потрібно зважати на багато факторів, наприклад культурні/релігійні особливості, вмотивованість, менталітет тощо.

Мета статті – висвітлити значимість адаптивного спорту у соціальній інтеграції та адаптації ветеранів війни та учасників бойових дій до мирного життя.

Виклад змісту основного матеріалу. В Україні, як і в усьому світі, проблема інтеграції осіб з інвалідністю у суспільство є однією з найактуальніших соціальних проблем. Найбільш гідним способом забезпечення соціальної рівності цієї категорії громадян є надання можливості самореалізації, психо-емоційної стабільності та досягнення ними внутрішньої гармонії.

Реабілітація ветеранів та їх реінтеграція у цивільне життя як зараз, так і після Перемоги, на основі комплексного підходу – є нагальним завданням для українського суспільства і його державних органів (Міністерство у справах ветеранів України). Адже по завершенню війни кількість ветеранів, членів їхніх сімей, осіб з інвалідністю внаслідок війни та членів родин загиблих військових за прогнозами може зрости до 4–5 мільйонів осіб.

«Наше суспільство має бути готовим гідно зустріти захисників і захисниць України, створити належні умови для розвитку фізкультурно-спортивної реабілітації, що забезпечить доступ ветеранів до якісних послуг із відновлення фізичних, психологічних і соціальних функцій, повернення їх до повноцінного життя у громадах», – Юлія Лапутіна, міністр у справах ветеранів України.

Одним із найдієвіших інструментів реабілітації ветеранів війни є залучення до заняття адаптивними видами спорту. Спорт для таких ветеранів-це не лише можливість відчувати радість руху або адреналін змагань, а й двері в нове життя, де, попри обмеження, можливості для реалізації нескінченні. Через спорт, вони можуть знову відчувати цілісність отримати підтримку однодумців і знайти новий сенс у цивільному житті.

«Спорт – один із ключових видів психологічної та фізичної реабілітації, але неможливо переконати ветеранів займатися спортом, їх можна лише зацікавити. Показати на прикладі, чого можна досягнути. Щоб кожен бачив: якщо в інших виходить, то і йому до снаги. Але якщо ніхто такого не робив раніше, він може стати першим»(О. Маковей – капітан команди Національної збірної України Invictus Games 2023).

Наразі через об'єктивні причини цьому перешкоджають низка обставин: зокрема, відсутність системності, нестача кваліфікованих фахівців у сфері фізичної культури та спорту (тренерів, адміністраторів спортивних заходів), недостатнє забезпечення спортивних локацій у громадах регіонів тощо.

Для усунення цих перепон в Україні, Міністерство у справах ветеранів розроблює єдину методологію проведення заходів із фізкультурно-спортивної реабілітації ветеранів війни та членів їхніх сімей, сімей загиблих (померлих) ветеранів війни, для того, щоб надалі в кожного ветерана війни була можливість займатися адаптивними видами спорту як засобом соціальної інтеграції та адаптації до мирного життя, де йдеться не лише про фізичну активність, а й про підтримку та можливість розвивати їхні здібності.

В рамках реалізації Національної стратегії зі створення безбар'єрного простору в Україні до 2030 року розроблено і втілюється флагаманський проєкт «Розвиток спорту для ветеранів» у п'яти областях України: Дніпропетровській (м. Дніпро), Львівській (м. Львів), Вінницькій (м. Вінниця), Миколаївській (м. Миколаїв), Київській (м. Київ). А у 2025-2027 роках проєкт планується масштабувати по всіх областях України. Він зокрема, передбачає створення комплексної системи залучення ветеранів, учасників бойових дій та членів їхніх родин до занять різними видами спорту, в тому числі адаптивними; розширення мережі безбар'єрних закладів, які враховують потреби ветеранів й ветеранок – осіб з інвалідністю – в містах, громадах та регіонах; забезпечення підготовки відповідних фахівців (тренерів) з восьми видів

адаптивного спорту: баскетбол на візках, стрільба з лука, пауерліфтинг, плавання, велоспорт, веслування на тренажерах, легка атлетика та регбі на візках; створення належної спортивної інфраструктури по всій країні, розвиток ветеранського спорту в закладах вищої освіти та в територіальних громадах за моделлю «рівний з рівним».

Протягом 2023 року вже було організовано підготовку та участь національних збірних команд України в міжнародних спортивних змаганнях. Зокрема, національна збірна команда України взяла участь у міжнародних спортивних змаганнях для ветеранів і поранених військовослужбовців Invictus Games 2023 у Дюссельдорфі (українці здобули рекордні 34 медалі); проведено національний відбір з дев'яти видів адаптивного спорту, в якому взяло участь 202 учасники (м. Львів): три навчально-тренувальних збори (Україна, Хорватія) та один відновлювальний навчально-тренувальний збір. Також було організовано навчально-тренувальні збори та Всеукраїнські змагання з відбору кандидатів до United States Air Force Trials 2024, які тривали з 8 по 14 березня в американському Лас-Вегасі. Команда з 30 українських ветеранів та **військовослужбовців**, які отримали важкі поранення, **повернулася** додому після феєричної участі у міжнародних змаганнях з адаптивних видів спорту. Українці здобули 76 медалей: 44 золотих, 20 срібних та 12 бронзових, що є рекордною кількістю нагород за всю історію участі наших команд у міжнародних ветеранських змаганнях. Вони продемонстрували на міжнародній арені – хто такі українці і що вони можуть [8].

Участь у цих змаганнях свідчить про те, що українське суспільство вчиться і переймає світовий досвід як піклуватися, забезпечувати та захищати своїх ветеранів, хворих або поранених воїнів і підтримувати їх, щоб вони могли жити повноцінним життям, відновили впевненість та цілеспрямованість.

Висновки. Загальний рівень розвитку українського суспільства, ступінь розуміння важливості проблеми соціальної інтеграції й адаптації ветеранів і учасників бойових дій до мирного життя зумовлює в країні модель їх соціальної адаптації.

Адаптація ветеранів, учасників бойових дій до цивільного життя є складним процесом пристосування особистості до нових умов життя. Для її успішної реалізації важливими є аспекти психологічної допомоги: впровадження системи психотерапевтичних методів, засобів та технік, які сприяють розвитку навичок саморегуляції та емоційного відновлення і благополуччя; пошуку способів створення психоемоційних ресурсів у вирішенні складних життєвих ситуацій; формуванню мотиваційних моделей соціальних перспектив життєдіяльності ветеранів та учасників бойових дій.

Однак, соціальна інтеграція включає не тільки психологічне пристосування, але й необхідність багатофункціональних змін: моральних, фізичних, соціальних.

Залучення до занять адаптивними видами спорту є одним із найдієвіших інструментів реабілітації та соціальної інтеграції ветеранів, учасників бойових дій. Спорт для них - це не лише можливість відчувати радість руху або адреналін змагань, він акумулює в собі можливості відчувати цілісність, отримати підтримку однодумців і знайти новий сенс у цивільному житті.

Література

1. Абрамов Є.В. (2016). Адаптація військовослужбовців, звільнених в запас як інструмент забезпечення їх конкурентоспроможності на ринку праці. *Економіка і організація управління*. №2 (22). С. 259-265.
2. Бриндіков Ю.Л. (2019) Теорія та практика реабілітації військовослужбовців-учасників бойових дій в системі соціальних служб [дисертація] Тернопіл. нац. пед. ун-т ім. Володимира Гнатюка. Тернопіль, 559с.
3. Буряк О.О., Гіневський М.І. (2014). Соціальна адаптація армії України до нових умов існування. *Збірник наукових праць Харківського національного університету Повітряних Сил*. № 4(41). С. 160-166.
4. Вдовиченко Т. (2017). Соціальна та професійна адаптація звільнених військовослужбовців як об'єкт фінансового забезпечення. *Світ фінансів*. № 1 (50). С. 166-180.
5. Красильщиков А.Л. (2005). Соціальна адаптація звільнених у запас військовослужбовців (проблеми та досвід їх вирішення в Україні та зарубіжних країнах). *Демографія та соціальна економіка*. № 2. С.117-125.
6. Мельник О.В. (2019). Вікові особливості адаптації учасників бойових дій до умов мирного життя [автореферат]. Київ, 20с.
7. Офіційний сайт ВПС США. Електронний ресурс. Режим доступу: <https://www.woundedwarrior.af.mil/>
8. Офіційний сайт Міністерства у справах ветеранів України. Електронний ресурс. Режим доступу: <https://mva.gov.ua/ua>
9. Рубцов В.С. Адаптація кадрових воєнослужачих і конверсія воєнних об'єктів. Електронний ресурс. Режим доступу: http://ifsa.kiev.ua/files/IFSA_2009.pdf
10. Субашкевич І., Бордіян Я., Галько С. (2023). Особливості соціально-психологічної адаптації військовослужбовців, які брали участь в бойових діях. *Вісник Львівського унів-у. Серія пед. Вип.39*. С.218-226.

References

1. Abramov E.V., (2016), Accommodatio veteranorum dimissa est subsidiis sicut instrumentum ad aemulationem laboris in mercatu suo curandi. Aliquam sit amet fringilla augue. N. 2 (XXII). P. 259-265.
2. Yu.L. Bryndikov. Theoria et praxis rehabilitationis veteranorum, hostilitates participandi in systemate officiorum socialium [auctoris abstracti] Ternopil. nationalis ped. Universitas nomine Volodymyr Hnatyuk, Ternopil, MMXIX. 559 p.
3. Buryak O.O. (2014), Ginevskiy M.I. Socialis adaptatio exercitus Ucrainae ad novas condiciones existentiae. Collectio operum scientificorum Universitatis Nationalis Kharkiv Air Force. No. 4(41). P. 160-166.
4. Vdovichenko T. (2017), Socialis et professionalis adaptatio veteranorum exauctoratorum obiecto subsidii oeconomici. Mundus de rebus oeconomicis. No. 1 (50). P. 166-180.
5. Krasylshchikov A.L. (2005), Social adaptatio veteranorum subsidiis dimissa (quaestiones et experientias solvendi eas in Ucraina et regionibus exteris). Demographia et oeconomia socialis. N. 2. P.117-125.

6. Melnyk O.V. (2019), *Aetas accommodationis pugnantium ad condiciones vitae pacificae [auctoris abstractae]*. Kyiv, 20 p.
7. Officialis US Air Force. Electronic resource. Aditus modus: <https://www.woundedwarrior.af.mil/>
8. Officialis Ministerii Veteranorum Negotiis Ucrainae. Electronic resource. Accessus modus: <https://mva.gov.ua/ua>
9. Rubtsov V.S. *Accommodatio personarum et conversio facilitatum militarium*. Electronic resource. Accessus modus: http://ifsa.kiev.ua/files/IFSA_2009.pdf
10. Subashkevich I., Bordiyan Y., Galko S. (2023), *Peculiarities accommodationis socialis-psychologicae militum curatorum, qui hostilitates participaverunt*. *Nomenclator Universitatis Leopoliensis. Series ped. Part XXXIX*. P. 218-226.