

УДК 796.035:376

THE ACTIVITIES OF THE SPECIAL OLYMPICS OF UKRAINE IN THE SYSTEM OF ADAPTIVE PHYSICAL EDUCATION AS A FACTOR IN THE TRANSFORMATIONAL POWER OF SPORT

ДІЯЛЬНІСТЬ СПЕЦІАЛЬНОЇ ОЛІМПІАДИ УКРАЇНИ У СИСТЕМІ АДАПТИВНОГО ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ ЯК ЧИННИК ТРАНСФОРМАЦІЙНОЇ СИЛИ СПОРТУ

Pavlenko V.O. / Павленко В. О.*c.ped.s. as.prof. / к. пед. н., доц.*

ORCID: 0000-0003-0888-2485

*Kharkiv State Academy of Physical Culture,**Kharkiv, str. Klochkivska, 99, 61022**Харківської державної академії фізичної культури,**Харків, Клочківська, 99, 61022*

Анотація. В статті розглядається проблема адаптації інвалідів до умов життя. Систематичні заняття спортом зі спортсменами з відхиленнями в розумовому розвитку розширюють їх функціональні можливості, сприятливо діють на психіку інвалідів, мобілізують їх волю на долання фізичних, соціальних чи ментальних бар'єрів. Обґрунтовуючи актуальність дослідження організації, що розвиває спорт для людей з ментальними порушеннями слід відмітити, що Спеціальна Олімпіада України реалізує програми, спрямовані на здоровий спосіб життя та інтенрацію через спорт. Мета статті – розглянути діяльність Спеціальної Олімпіади України у системі адаптивного фізичного виховання. **Методи дослідження** - аналіз теоретичних основ аспектів фізичного виховання людей з різними стійкими порушеннями життєзабезпечувальних функцій організму, узагальнення існуючої науково-методичної літератури та джерел інформації мережі Інтернет. **Результати:** у ході **дослідження** виявлено найбільш поширені проблеми адаптації людей з відхиленнями розумового розвитку до умов життя. Спираючись на матеріали публікацій представлені програми спрямовані на покращення стану здоров'я спортсменів та їх функціональних можливостей. Надано рекомендації, спрямовані на вдосконалення системи медичного обстеження стану опорно-рухового апарату спортсменів та формування культури здорового способу життя людей з відхиленнями розумового розвитку. **Висновки:** програми Спеціальних Олімпіад спрямовані на об'єднання людей з відхиленнями розумового розвитку для сприяння їх соціальної інтеграції в тренувальній та змагальній діяльності, демонструючи свої уміння та навички.

Ключові слова: адаптивне фізичне виховання, особи з відхиленнями у розумовому розвитку, програми Спеціальних Олімпіад.

Abstract. The article considers the problem of adaptation of disabled people to living conditions. Systematic sports activities with athletes with mental disabilities expand their functional capabilities, have a beneficial effect on the psyche of disabled people, mobilize their will to overcome physical, social or mental barriers. Substantiating the relevance of the study of an organization that develops sports for people with mental disabilities, it should be noted that the Special Olympics of Ukraine implements programs aimed at a healthy lifestyle and integration through sports. The purpose of the article is to consider the activities of the Special Olympics of Ukraine in the system of adaptive physical education. **Research methods** - analysis of the theoretical foundations of aspects of physical education of people with various persistent disorders of the body's life-supporting functions, generalization of existing scientific and methodological literature and sources of information on the Internet. **Results:** the study identified the most common problems of adaptation of people with mental

disabilities to living conditions. Based on the materials of the publications, programs aimed at improving the health of athletes and their functional capabilities are presented. Recommendations are provided aimed at improving the system of medical examination of the musculoskeletal system of athletes and the formation of a culture of a healthy lifestyle for people with mental disabilities. Conclusions: Special Olympics programs are aimed at uniting people with mental disabilities to promote their social integration in training and competitive activities, demonstrating their skills and abilities.

Keywords: *adaptive physical education, individuals with intellectual disabilities, Special Olympics programs.*

Вступ. Адаптивне фізичне виховання – напрямок у національній системі освіти та науки, яка розглядає аспекти фізичного виховання людей, що після захворювань або травм отримали різні постійні порушення життєдіяльності і відповідні фізичні обмеження. Головна мета адаптивного фізичного виховання є формування та розвиток рухової активності, фізичних і психологічних здібностей, щоб забезпечити адаптацію особистості до свого стану здоров'я, навколишнього середовища, суспільства та різних видів діяльності. В Україні створена всеукраїнська громадська організація людей з інвалідністю (Спеціальна Олімпіада України) для адаптації та інтелектуального розвитку до умов сучасного життя, гарантованих Конституції України. Система адаптивного фізичного виховання спрямована на формування передумов досягнення осіб з відхиленнями у розумовому розвитку як спортсменів, так і чисельного загалу членів суспільства, надаючи їм постійну можливість вдосконалювати свою фізичну форму, проявляти мужність, отримувати відчуття радості та розділяти свої досягнення зі своїми сім'ями та іншими членами суспільства.

Більшість учених (Маріонда І. І., Мордвінцев Г. О., Розторгуй М, Передерій А.) вважають, що адаптивне фізичне виховання спрямоване на підтримку здоров'я, розвиток фізичних здібностей людини, отримання психофізичного розвантаження, повноти спілкування з людьми, самодіяльної творчості [7;8].

Систематичні заняття адаптивною фізичною культурою, участь у змаганнях не тільки підвищують адаптацію інвалідів до умов життя, які змінилися, розширюють їх функціональні можливості, допомагають оздоровленню організму, але й сприяють виробленню координації в діяльності опорно-

рухового апарату, кардіореспіраторної системи, систем травлення і системи виділення, сприятливо діють на психіку інвалідів, мобілізують їх волю на боротьбу з хворобою, повертають людям відчуття соціальної повноцінності. [1].

Існує брак досліджень, присвячених участі у фізичній активності та організованих спортивних заходах, а також знанням у галузі фізичного виховання серед людей з інтелектуальною інвалідністю.

Заняття фізичною культурою і спортом для осіб з відхиленнями у розумового розвитку є одним з найдієвіших засобів для підготовки цих людей до життя в суспільстві, спілкування з іншими громадянами, удосконалення своїх здібностей та збережених навичок потрібних на робочих місцях

Вивчаючи та узагальнюючи останні, публікації сучасних авторів можна констатувати, що багато провідних науковців вивчали адаптивне фізичне виховання для людей з ослабленим здоров'ям [4], підготовку спортсменів з інвалідністю на етапі спортивно- реабілітаційної підготовки[8]. Формування культури здорового способу життя спортсменів Спеціальної Олімпіади в свої роботах розглядали вітчизняні науковці Гончаренко Є. В. Андрієць Є. К., Маринич В. Л. [5].

Аналіз науково-методичної літератури закордонних авторів , J. Everett, A. Boggis, J.Everett M Holder та практичний досвід роботи тренерів зі спортсменами з інтелектуальними порушеннями підкреслюють важливість застосування розроблених програм Спеціальної Олімпіади, спеціально призначених для спортсменів зважаючи на їх унікальні потреби [10;12].

Проте лише окремі роботи розкривають адаптивне фізичне виховання як соціальну справедливість [9].

Трансформаційна сила спорту полягає в його здатності кардинально змінювати людину: від фізичного вдосконалення та формування гармонійної статури до психологічних змін та соціальної інтеграції, а також впливати на суспільство через паралімпійський рух, здоровий спосіб життя та розвиток спортивної інфраструктури й підготовки [3]. У русі Спеціальної Олімпіади люди з інтелектуальною недостатністю змагаються з іншими, і дослідження

повідомляють про кілька мотиваційних факторів участі, включаючи вищу самооцінку та можливість встановлювати соціальні зв'язки з тренерами, товаришами по команді та суперниками [11].

На думку А. Бабаліча ключовим фактором підготовки спортсменів з інвалідністю на етапі спортивно-реабілітаційної підготовки є провадження в тренувальний процес волонтерських програм Спеціальної Олімпіади [2].

Важливість даного дослідження полягає у пропозиції наукових рішень цієї проблеми за допомогою розробки та реалізації волонтерських програм спеціальних олімпіад на прикладі регіонів Європи та Євразії.

Мета статті – розглянути діяльність Спеціальної Олімпіади України у системі адаптивного фізичного виховання.

Основний текст. *Останім часом в Україні спостерігаються позитивні зміни у ставленні до осіб з інвалідністю, залучення їх до активного способу життя, реалізації інклюзивного підходу в освіті, спорті, культурі, інших сферах. Разом з тим однією з найменш захищених верств населення залишаються люди з відхиленнями розумового розвитку. Спорт та фізична культура стали доступними для людей цієї нозологічної групи з появою руху Спеціальних Олімпіад. Водночас участь у спортивних заходах, тренуваннях і змаганнях для людей з розумовими відхиленнями важко уявити без сторонньої допомоги, а тим більше без спеціальної підготовки. На допомогу такій категорії спортсменів, які мають бути фізично активними з розвинутими спортивними та соціальними навичками приходять волонтери, тренери. Щоб цей процес був організований так, щоб задовольнити усі потреби спортсменів, необхідно створити інклюзивні програми, а їх реалізацію покласти на кваліфікованих спеціалістів.*

Спеціальна Олімпіада України розробляє та впроваджує в тренувальний процес підготовки спортсменів комплексні програми з літніх та зимових видів спорту. Ці програми допомагають спортсменам із вадами інтелекту розвивати фізичну форму та навички.

Спеціальна Олімпіада розробила безліч програм спеціально призначених для

спортсменів з інтелектуальними порушеннями, включаючи найбільшу у світі програму скринінгу громадського здоров'я для людей з інтелектуальними порушеннями, відому як Програма «Здорові спортсмени Спеціальної Олімпіади» [12].

Встановлено, що існують три види програм Спеціальних Олімпіад: навчальні; паралельні; національні. Навчальні націлені на опанування руховими навичками в обраному виді спорту. До навчальних належать програми тренування рухової активності, програма для юних спортсменів, об'єднаний спорт. Це інклюзивні програми, які покликані об'єднати спортсменів з вадами і без та їхні сім'ї для проведення різних спортивних заходів. Паралельні націлені на підтримку здоров'я спортсменів з інвалідністю – це програма «здорові спортсмени», яка реалізовується за напрямками: «Об'єднаний спорт», «Маленькі спортсмени», «Лідерство спортсменів», «Тренувальна програма рухової активності», «Адаптивне фізичне виховання». Освітня програма «Приєднуйся» – для учнів загальноосвітніх закладів різного рівня акредитації про потреби людей зі спеціальними потребами та досягнення Спеціальної Олімпіади, що надає можливість для залучення більшої кількості добровільних помічників для надання допомоги цій категорії населення. Загальнонаціональні програми більше приділяють увагу змагальній діяльності спортсменів з розумовими відхиленнями.

На прикладі легкої атлетики здійснено аналіз комплексної програми Спеціальної Олімпіади України, яка охоплює різноманітні **бігові дисципліни, стрибки та метання**. Ці програми допомагають спортсменам із вадами інтелекту розвивати фізичну форму та навички. Програма легкої атлетики для спортсменів Спеціальної Олімпіади України включає такі основні види: біг від коротких спринтів до довших забігів, стрибки у довжину, стрибки у висоту; штовхання ядра, метання диска, списа та молота. Ці тренувальні програми та змагання надають постійні можливості для розвитку фізичної підготовки, демонстрації мужності та досвіду радості участі в спорті.

Легка атлетика спонукає спортсменів усіх рівнів підготовки та віку

змагатися на оптимальному рівні. Завдяки програмі тренувань з легкої атлетики, учасники можуть розвинути всебічну фізичну форму для участі в будь-якому виді спорту. Як і всі види спорту Спеціальної Олімпіади, легка атлетика надає спортсменам можливість навчатися через розвиток навичок та змагань, а також брати участь у житті великої спільноти.

У рамках своєї місії Спеціальна Олімпіада надає спортсменам середовище, що сприяє підвищенню спортивних результатів, участі та особистісного розвитку. Дослідники повідомляли що участь у спорті може призвести до позитивних результатів щодо фізичного та психічного здоров'я [14].

Висновки.

Участь у фізичній активності та організованих спортивних заходах сприймається учасниками як позитивне явище з кількох причин, пов'язаних із фізичним здоров'ям. Важливість навчання та освоєння нових навичок, є однією з цих причин, а соціальна взаємодія стає додатковою перевагою.

Список використаних джерел.

1. Антіпова Ж. І., Кучеренко Г. В. Адаптивне фізичне виховання як соціалізація людей з обмежаними можливостями //Європейські орієнтири розвитку України: науково-практичний вимір в умовах. – 2024. – С. 961.

2. Бабаліч В. Реалізація волонтерських програм Спеціальних Олімпіад (на прикладі регіонів Європи та Євразії) // Physical culture and sport: scientific perspective. – 2024. – Т. 2. – №. 1. – С. 61-70.

3. Бойко Ю. Ж., Махно В. В. Фізична культура і спорт в системі загальнолюдських цінностей, забезпечення здоров'я та фахової дієздатності. – 2024. – 40 с. <https://dspace.kntu.kr.ua/handle/123456789/14032>

4. Гарнусова В. В., Ракітіна Т. І., & Орґєєва С. В. (2021). Адаптивне фізичне виховання для людей з ослабленим здоров'ям. Фізичне виховання в контексті сучасної освіти: тези доповідей XVI Міжнародної науково-методичної конференції. Київ: Національний авіаційний університет, С. 53-58.

5. Гончаренко Є. В. Формування культури здорового способу життя спортсменів Спеціальної Олімпіади / Є. В. Гончаренко, І. О. Когут // Спортивна

медицина, фізична терапія та ерготерапія. – 2023. - № 2. - С. 7-12.

6. Гончаренко Є., Когут І. Сталий розвиток Спеціальних Олімпіад: стратегічний план розвитку. Теорія і методика фізичного виховання і спорту. 2021; 4: 59-64 DOI: 10.32652/tmfvs.2021.4.59-64

7. Маріонда І. І. Роль адаптивного фізичного виховання в системі педагогічної освіти / І. І. Маріонда, Г. О. Мордвінцев // Науковий часопис Національного педагогічного університету імені М. П. Драгоманова. Серія 5 : Педагогічні науки : реалії та перспективи : зб. наук. праць / Міністерство освіти і науки України, Національний педагогічний університет імені М. П. Драгоманова. – Київ : Видавничий дім «Гельветика», 2022. – Вип. 90. – С. 90-93. – DOI <https://doi.org/10.31392/NPU-nc.series5.2022.90.18>

8. Розторгуй М., Передерій А. Підготовка спортсменів з інвалідністю на етапі спортивно реабілітаційної підготовки в силових видах спорту. Фізичне виховання, спорт і культура здоров'я у сучасному суспільстві. 2018. № 1 (41). С. 61-66.

9. Турчак А. Л., & Маркова О. В. (2024). Адаптивне фізичне виховання і соціальна справедливість. Наукові записки. Серія: Педагогічні науки, 214, 339–347.

10. Everett J. et al. Special Olympics: Athletes' perspectives, choices and motives //British Journal of Learning Disabilities. – 2020. – Т. 48. – №. 4. – С. 332-339.

11. Hansen, E., Nordén, H., & Ohlsson, M. L. (2023). Adolescents with intellectual disability (ID) and their perceptions of, and motivation for, physical activity and organised sports. *Sport, Education and Society*, 28(1), 59–72. <https://doi.org/10.1080/13573322.2021.1969909>

12. Holder, Matt MD, MBA. The Special Olympics Healthy Athletes Experience. *Current Sports Medicine Reports* 14(3):p 165-170, May/June 2015. | DOI: 10.1249/JSR.0000000000000158

13. Ollila, B. R., & Haegele, J. A. (2025). Special Olympics' Unified Sports and Physical Education Programming: A Systematic Review. *Quest*, 77(4), 554–572. <https://doi.org/10.1080/00336297.2025.2513361>

14. Turgeon S., Turgeon J., Morin D. Coaching special olympics: A scoping review // *International Journal of Sports Science & Coaching*. – 2023. – T. 18. – №. 1. – C. 304-323.

References.

1. Antipova Zh. I., Kucherenko G. V. Adaptive physical education as socialization of people with disabilities // *European guidelines for the development of Ukraine: scientific and practical measurement in conditions*. – 2024. – P. 961.
2. Babalich V. Implementation of volunteer programs of Special Olympics (on the example of regions of Europe and Eurasia) // *Physical culture and sport: scientific perspective*. – 2024. – T. 2. – No. 1. – P. 61-70.
3. Boyko Yu. Zh., Makhno V. V. Physical culture and sport in the system of universal human values, ensuring health and professional capacity. – 2024. – 40 p. <https://dspace.kntu.kr.ua/handle/123456789/14032>
4. Garnusova V. V., Rakitina T. I., & Orgeeva S. V. (2021). Adaptive physical education for people with impaired health. *Physical education in the context of modern education: abstracts of the reports of the XVI International Scientific and Methodological Conference*. Kyiv: National Aviation University, pp. 53-58.
5. Goncharenko E. V. Formation of a culture of a healthy lifestyle of Special Olympics athletes / E. V. Goncharenko, I. O. Kohut // *Sports medicine, physical therapy and occupational therapy*. – 2023. - No. 2. - pp. 7-12.
6. Goncharenko E., Kohut I. Sustainable development of Special Olympics: strategic development plan. *Theory and methods of physical education and sports*. 2021; 4: 59-64 DOI: 10.32652/tmfvs.2021.4.59-64
7. Marionda I. I. The role of adaptive physical education in the system of pedagogical education / I. I. Marionda, G. O. Mordvintsev // *Scientific journal of the National Pedagogical University named after M. P. Dragomanov. Series 5: Pedagogical sciences: realities and prospects: collection of scientific works / Ministry of Education and Science of Ukraine, National Pedagogical University named after M. P. Dragomanov*. – Kyiv: Publishing house “Helvetica”, 2022. – Issue 90. – P. 90-93. – DOI <https://doi.org/10.31392/NPU-nc.series5.2022.90.18>
8. Roztorhui M., Perederiy A. Training of athletes with disabilities at the stage of sports rehabilitation training in power sports. *Physical education, sports and health culture in modern society*. 2018. No. 1 (41). P. 61-66.
9. Turchak A. L., & Markova O. V. (2024). Adaptive physical education and social justice. *Scientific notes. Series: Pedagogical sciences*, 214, 339–347.
10. Everett J. et al. Special Olympics: Athletes' perspectives, choices and motives // *British Journal of Learning Disabilities*. – 2020. – T. 48. – №. 4. – C. 332-339.
11. Hansen, E., Nordén, H., & Ohlsson, M. L. (2023). Adolescents with intellectual disability (ID) and their perceptions of, and motivation for, physical activity and organised sports. *Sport, Education and Society*, 28(1), 59–72. <https://doi.org/10.1080/13573322.2021.1969909>
12. Holder, Matt MD, MBA. *The Special Olympics Healthy Athletes Experience*. *Current Sports Medicine Reports* 14(3):p 165-170, May/June 2015. | DOI: 10.1249/JSR.000000000000158
13. Ollila, B. R., & Haegele, J. A. (2025). Special Olympics' Unified Sports and Physical Education Programming: A Systematic Review. *Quest*, 77(4), 554–572. <https://doi.org/10.1080/00336297.2025.2513361>
14. Turgeon S., Turgeon J., Morin D. Coaching special olympics: A scoping review // *International Journal of Sports Science & Coaching*. – 2023. – T. 18. – №. 1. – C. 304-323.

Статтю надіслано: 19.12.2025 г.

© Павленко В.О.