



ФІЗИЧНА ОСВІТА І СПОРТ

УДК 796:338.28; 796.078,

DOI <https://doi.org/10.5281/zenodo.14922634>

Розробка та верифікація технології соціально-педагогічної та психологічної реабілітації дітей, які постраждали внаслідок воєнних дій, засобами оздоровчо-рекреаційної рухової активності

Гакман Анна Вікторівна

доктор наук з фізичного виховання та спорту, професор, професор кафедри теорії та методики фізичного виховання і спорту, Чернівецький національний університет імені Юрія Федьковича, 58000, м. Чернівці, вул. М. Коцюбинського, 2, Україна, <https://orcid.org/0000-0002-7485-0062>

Прийнято: 17.10.2024 | Опубліковано: 29.10.2024

Анотація. Метою дослідження є розробка та верифікація технології соціально-педагогічної та психологічної реабілітації дітей, які постраждали внаслідок воєнних дій, із використанням оздоровчо-рекреаційної рухової активності. Дослідження спрямоване на створення інноваційного інструментарію, який сприятиме фізичному, психологічному та соціальному відновленню дітей, враховуючи сучасні виклики українського суспільства. Методи. У дослідженні застосовувалися методи аналізу наукових джерел, узагальнення теоретичних і емпіричних даних, досліджень. Міждисциплінарний підхід, що базується на використанні трансцендентального, діалектичного,



системного, соціокультурного, особистісного та аксіологічного підходів, був теоретичними засадами розробленої технології. **Результати.** Запропонована технологія показала високу ефективність у відновленні фізичних, психологічних і соціальних ресурсів дітей, які постраждали внаслідок воєнних дій. Основними критеріями оцінки ефективності стали рівень рухової активності, показники фізичної та розумової працездатності, якість життя, задоволеність життям і когнітивні функції. Програма складається з трьох періодів: підготовчого, підтримуючого та закріплювального, що забезпечило поступове формування звички до регулярної рухової активності та позитивного ставлення до занять. Інтеграція соціально-педагогічних та психологічних підходів сприяла комплексному процесу реабілітації. **Висновки.** Результати дослідження підтвердили, що оздоровчо-рекреаційна рухова активність є потужним засобом соціально-педагогічної та психологічної реабілітації дітей, які постраждали від воєнних дій. Ключовими чинниками успішної реалізації програми стали інклюзивність, адаптивність, підтримуюче середовище та міждисциплінарний підхід. У майбутньому необхідно сприяти подоланню ресурсних обмежень, підвищенню кваліфікації фахівців та адаптації технології до індивідуальних потреб дітей для її масштабування.

Ключові слова: оздоровчо-рекреаційна рухова активність, соціально-педагогічна реабілітація, психологічна реабілітація, діти, поствоєнне суспільство.



Development and Verification of the Technology for Socio-Pedagogical and Psychological Rehabilitation of Children Affected by Military Actions Through Health-Enhancing Recreational Physical Activity

Anna Hakman

Doctor of Sciences in Physical Education and Sports, Professor, Professor at the Department of Theory and Methods of Physical Education and Sports, Yuriy Fedkovych Chernivtsi National University, 58000, Chernivtsi, 2 M. Kotsiubynskiy Street, Ukraine, <https://orcid.org/0000-0002-7485-0062>

Abstract. *The aim of the study is to develop and verify the technology for socio-pedagogical and psychological rehabilitation of children affected by military actions through the use of health-enhancing recreational physical activity. The research focuses on creating innovative tools to promote the physical, psychological, and social recovery of children, considering the current challenges of Ukrainian society.*

Methods. *The study employed methods of analyzing scientific sources, synthesizing theoretical and empirical data, and conducting interdisciplinary research. The theoretical foundations of the developed technology were based on transcendental, dialectical, systemic, sociocultural, personal, and axiological approaches.*

Results. *The proposed technology demonstrated high effectiveness in restoring the physical, psychological, and social resources of children affected by military actions. The main criteria for evaluating its effectiveness included the level of physical activity, indicators of physical and mental performance, quality of life, life satisfaction, and cognitive functions. The program consists of three periods: preparatory, supportive, and consolidating, which facilitated the gradual formation of a habit for regular physical activity and a positive attitude toward participation. The integration of socio-pedagogical and psychological approaches contributed to a comprehensive*



*rehabilitation process. **Conclusions.** The study's findings confirmed that health-enhancing recreational physical activity is a powerful tool for socio-pedagogical and psychological rehabilitation of children affected by military actions. Key factors in the successful implementation of the program included inclusivity, adaptability, a supportive environment, and an interdisciplinary approach. Future efforts should focus on overcoming resource constraints, enhancing specialist qualifications, and adapting the technology to meet the individual needs of children for its scalability.*

***Keywords:** health-enhancing recreational physical activity, socio-pedagogical rehabilitation, psychological rehabilitation, children, post-war society.*

Постановка проблеми. Військові конфлікти серйозно впливають на дітей, залишаючи їх вразливими до фізичних, емоційних і психологічних травм [1, 4, 6, 9]. У сучасних умовах військових конфліктів та їх наслідків перед системою освіти, охорони здоров'я та соціального захисту постає нагальна потреба у створенні ефективних програм реабілітації для дітей, які пережили травматичні події. Війна в Україні, розпочата Російською Федерацією, спричинила значні психоемоційні та фізичні страждання серед дітей, які потребують комплексної допомоги для відновлення [3, 5]. Розробка ефективної реабілітаційної системи є критично важливою для зменшення цих негативних наслідків і сприяння всебічному відновленню. Наше дослідження прокладає шлях до створення спеціалізованої технології, яка інтегрує соціально-педагогічні та психологічні підходи із засобами оздоровчо-рекреаційної рухової активності. У цьому контексті використання рухової активності в оздоровчо-рекреаційних програмах є перспективним підходом для подолання негативних наслідків війни. Новизна полягає у систематичному дизайні, експериментальній валідації та практичній придатності для дітей віком 8–10 років, які зазнали стресів війни.



Теоретико-методологічну основу дослідження складають концепції впливу стресогенних чинників на особистість [7]. Дослідники, такі як Карог-Stanulovic, у 90-х роках ХХ ст. акцентували увагу на необхідності подолання думок і емоцій, пов'язаних із травмою [25]. У 90-х роках Glasgow J.N., Baer A. звернули увагу на роль оптимізму й емоційного уникнення як механізмів адаптації до травматичних подій [22]. Сучасні підходи, запропоновані Blattman С. та іншими, визначають резилентність до травми як результат гнучкого використання копінг-стратегій, соціальної підтримки та фізичного здоров'я [18].

Дослідження підкреслює необхідність інтеграції соціально-педагогічних та психологічних технологій реабілітації в програми рухової активності для дітей, які постраждали внаслідок бойових дій. У сучасних наукових працях українських вчених зазначено, що рухова активність має значний вплив на покращення емоційного стану дітей, сприяє зниженню рівня стресу та відновленню соціальних навичок [8, 14]. Аналіз праць Гакман А.В., Михайлової М.В., Гакмана А.Д. (2024) свідчить про успішність застосування фізичної активності як засобу соціальної інтеграції та психологічної підтримки дітей у кризових ситуаціях [2].

Дослідження Локшина О. І., із співтворами розкриває особливості адаптації освітнього процесу до умов війни, враховуючи рекомендації міжнародних організацій, які зосереджуються на створенні безпечного, доступного та підтримуючого середовища для дітей, які пережили травматичні події. Рекомендації з організації освіти допомагають створювати освітньо-виховні умови, які враховують специфічні потреби дітей, що постраждали від війни [10]. Це корелює із завданням забезпечити доступність реабілітаційних програм у межах освітнього середовища. Психосоціальна підтримка дітей у дослідженні Локшина та співавторів підкреслює необхідність інтеграції психологічної допомоги у процес навчання. Це відповідає меті реабілітаційної



технології, яка поєднує рухову активність із психосоціальною підтримкою [13, 15]. Міжнародний досвід і стандарти, представлені у дослідженні, допомагають формувати реабілітаційні підходи на основі кращих практик. Зокрема, рухова активність як спосіб подолання стресу й травм може інтегруватися в освіту для забезпечення сталого розвитку дітей [16, 17, 18].

Дослідження робота виконувалася відповідно до Плану НДР за темою «Соціально-педагогічна та психологічна реабілітація дітей, які постраждали внаслідок воєнних дій» (№ державної реєстрації 0124U004153).

Аналіз останніх досліджень і публікацій. Збройний конфлікт та його наслідки для громади були детально вивчені в різних галузях. Ключові теми здебільшого стосуються з точки зору фізичного, психічного та соціального здоров'я [11, 12, 25, 26, 27] або були зосереджені на психосоціальній допомозі задля покращення особистого становища тих, хто постраждав від збройного конфлікту [25]. Освіта в умовах збройних конфліктів, організація навчання в умовах війни та відновлення освітнього процесу після закінчення бойових дій є предметом ретельного вивчення і міжнародних організацій, зокрема ЮНЕСКО, ЮНІСЕФ, ОЕСР, Німецького товариства міжнародного співробітництва (GIZ), Глобальної коаліції на захисті освітніх установ від нападів (GCPEA), Міжвідомчої мережі освіти в надзвичайних ситуаціях (INEE), Агентства ООН у справах біженців (UNHCR), Інституту досліджень миру в Осло, Норвегія (PRIO) тощо [19, 20, 23, 24, 28, 29].

Виділення невирішених раніше частин загальної проблеми. Використання оздоровчо-рекреаційної рухової активності як технології складової соціально-педагогічної та психологічної реабілітації є ефективним інструментом для покращення якості життя дітей, які постраждали внаслідок війни. Подальші дослідження мають зосередитися на розробці стандартизованих програм реабілітації, що поєднують оздоровчо-рекреаційну рухову активність із



психотерапевтичними методиками. Це сприятиме не лише відновленню фізичного та психологічного здоров'я дітей, але й їхній соціальній адаптації в умовах постконфліктного середовища.

Метою дослідження є теоретико-методологічне обґрунтування технології соціально-педагогічної та психологічної реабілітації дітей, які постраждали внаслідок воєнних дій, засобами оздоровчо-рекреаційної рухової активності

Виклад основного матеріалу дослідження. Під час нашого дослідження за методологічну основу було використано положення доктрини перспективного віку, структурної залежності тощо. Теоретичною основою розробки технології стало розуміння важливості оздоровчо-рекреаційної рухової активності для дітей які постраждали внаслідок війни як засобу соціально-педагогічної та психологічної реабілітації, що істотно впливатиме на розвиток українського суспільства у поствоєнний період та зумовлюватиме нові виклики для соціального й економічного прогресу.

При розробці технології оздоровчо-рекреаційної рухової активності дітей які постраждали внаслідок воєнних дій, нами було враховано концептуальні підходи, а саме: трансцендентальний, діалектичний, системний, соціокультурний, особистісний, діяльнісний, функціоналістський, конфліктологічний, аксіологічний.

Запропонована технологія базувалася на принципах інклюзивності, адаптивності та практиках, які ґрунтуються на доказах, що забезпечує її актуальність у різних контекстах. Рамкова структура об'єднує теоретичні та практичні підходи, використовуючи міждисциплінарні знання з психології, педагогіки та фізичної культури.

Метою технології оздоровчо-рекреаційної рухової активності дітей які постраждали внаслідок воєнних дій є розробка, обґрунтування та впровадження оздоровчо-рекреаційних програм, спрямованих на соціально-педагогічну та



психологічну реабілітацію, із метою відновлення фізичних та духовних сил, соціалізацію особистості, покращення якості та задоволення життям. Процес проектування оздоровчо-рекреаційної рухової активності є складним та багатоструктурним, у якому реалізуються зв'язки між його етапами.

Першим етапом запропонованої технології проектування оздоровчо-рекреаційної рухової активності виокремлено концептуальний. На цьому етапі здійснювалося планування роботи, визначення організаційно-педагогічних умов функціонування практичних складових технології організації активного дозвілля, оцінювалися можливості впровадження оздоровчо-рекреаційної рухової активності.

Наступним етапом технології нами визначено організаційний, на якому здійснювалася підготовка умов реалізації оздоровчо-рекреаційної програми та оптимального рухового режиму дітей які постраждали внаслідок воєнних дій, що формувався з урахуванням вікових, фізичних, функціональних та психологічних особливостей.

Наступним етапом був діагностичний, впродовж якого виконувалося відновлення та корекція фізичного та психічного станів, фізичної працездатності, формування мотивації до оздоровчо-рекреаційних занять дітей які постраждали внаслідок воєнних дій.

Заключним етапом виокремлено програмно-методичний, який передбачав розробку, реалізацію, перевірку ефективності авторської оздоровчо-рекреаційної програми.

Загальна структура проектної діяльності складається із таких компонентів як мета, завдання, критерії відповідності, принципи, етапи, умови, форми впровадження, програму та критерії ефективності.

Програма складається із трьох періодів. Перший період – підготовчий. Метою цього періоду є вивчення контингенту досліджуваних, комплектація груп



ПЕДАГОГІЧНА АКАДЕМІЯ: НАУКОВІ ЗАПИСКИ

відповідно до інтересів та рівня здоров'я, проведення ввідних практичних занять із оздоровчо-рекреаційної рухової активності, формування базових знань, вмінь, навичок із обраних засобів ОРРА. Наступний – підтримуючий період, впродовж якого діти закріплюють набуті вміння у підготовчому періоді та відвідують заняття, строго регламентовані попередньо затвердженим розкладом. На цьому періоді формується звичка до систематичних занять. У підтримуючому періоді закріплюється звичка регулярних занять ОРРА, акцентується увага на позитивних перевагах програми занять. Адже дітей які постраждали внаслідок воєнних дій мають оволодіти навичками застосування засобів ОРРА для досягнення рекреаційного ефекту, систематично самостійно займатись організованою руховою активністю.

Основними критеріями ефективності технології оздоровчо-рекреаційної рухової активності дітей які постраждали внаслідок воєнних дій виступили: рівень рухової активності, фізичної працездатності, якості та задоволеності життям, психологічний стан, показники фізичної та розумової працездатності, показники когнітивних функцій. Результати свідчать про те, що оздоровчо-рекреаційна рухова активність є потужним засобом реабілітації дітей, які постраждали від воєнних дій. Інтеграція соціально-педагогічних та психологічних підходів забезпечує всебічний і стійкий процес відновлення. Ключовими чинниками успіху програми є використання практик, що ґрунтуються на доказах, створення підтримуючого середовища та залучення міждисциплінарних фахівців. Дослідження також висвітлює виклики, зокрема обмеження ресурсів, необхідність постійного професійного навчання та важливість адаптації втручань до індивідуальних потреб. Вирішення цих проблем є необхідним для масштабування технології та її адаптації до різних умов.



Висновки. Проведене дослідження підтвердило ефективність розробленої технології соціально-педагогічної та психологічної реабілітації дітей, які постраждали внаслідок воєнних дій, засобами оздоровчо-рекреаційної рухової активності. Теоретичний і методологічний базис технології враховує ключові концептуальні підходи, серед яких трансцендентальний, діалектичний, системний, соціокультурний, особистісний та аксіологічний. Це забезпечує її багатогранність та міждисциплінарність. Застосування принципів інклюзивності, адаптивності та доказовості сприяло розробці програм, які є універсальними для різних вікових та соціальних груп. У ході дослідження виокремлено чотири етапи технології: концептуальний, організаційний, діагностичний та програмно-методичний. Такий підхід забезпечив логічність та послідовність впровадження оздоровчо-рекреаційних програм, дозволивши максимально адаптувати їх до індивідуальних потреб дітей. Програма складалася з трьох періодів: підготовчого, підтримуючого та закріплювального. У кожному з них реалізовувалися різні завдання, спрямовані на формування, закріплення та підтримку звички до систематичних занять оздоровчо-рекреаційною руховою активністю. Зазначено, що основними критеріями ефективності виступали показники фізичної працездатності, рівень рухової активності, психологічний стан, якість та задоволеність життям.

Результати підтвердили значний реабілітаційний потенціал оздоровчо-рекреаційної рухової активності для дітей, які постраждали внаслідок воєнних дій. Інтеграція міждисциплінарних підходів, створення підтримуючого середовища та впровадження практик, що ґрунтуються на доказах, забезпечує стійкий і всебічний процес відновлення. Водночас дослідження висвітлило низку викликів, серед яких обмеженість ресурсів, необхідність постійного професійного навчання фахівців та адаптація програм до індивідуальних потреб



дітей. Подолання цих перешкод є ключем до успішного масштабування та адаптації технології в різних умовах.

Список використаних джерел

1. Борщ К. К.. Особливості прояву стресу серед дітей в умовах війни. Науковий вісник Ужгородського національного університету. Серія: Психологія, 2023. (1), 47-51.

2. Гакман А. В., Михайлова М. В., Гакман А. Д. Рухова активність як засіб соціально-педагогічної та психологічної реабілітації дітей, які постраждали внаслідок бойових дій. Актуальні проблеми фізичного виховання, спорту, фізичної реабілітації та туризму в сучасних умовах життя: Матеріали VI між. конф. 2024: 24.

3. Гакман А., Дудко М., Сobotюк С. Законодавчі та нормативні засади соціально-педагогічної та психологічної реабілітації дітей, які постраждали внаслідок бойових дій із застосуванням засобів рухової активності. Науковий часопис Національного педагогічного університету імені М. П. Драгоманова. Серія 15. Науково-педагогічні проблеми фізичної культури (фізична культура і спорт). (9(169), 2023. 27-31. [https://doi.org/10.31392/NPU-nc.series15.2023.9\(169\).05](https://doi.org/10.31392/NPU-nc.series15.2023.9(169).05)

4. Гакман А. Роль рухової активності для дітей постраждалих унаслідок воєнних дій. Науковий часопис Українського державного університету імені Михайла Драгоманова. Серія 15. 2024. (12(185), 77-81. [https://doi.org/10.31392/UDU-nc.series15.2024.12\(185\).14](https://doi.org/10.31392/UDU-nc.series15.2024.12(185).14).

5. Грицюк С. А. Рухова активність як засіб подолання розумової втоми молодших школярів. Педагогічні науки: теорія, історія, інноваційні технології, 20146:(2), 402-411.



6. Демченко І. І., Ревнюк Н. І. Особливості соціально-психологічної реабілітації дітей війни творчістю. Продовольча та екологічна безпека в умовах війни та повоєнної відбудови: виклики для України та світу. 2023. 145.
7. Зливков В. Л., Лукомська С. О. Діти війни: теоретико-методичні і практичні аспекти психологічної допомоги. 2022.
https://lib.iitta.gov.ua/id/eprint/734178/1/War_Kids_2022.pdf
8. Іванова К. Вплив фізичних вправ на реабілітацію дітей, постраждалих від українсько-російського конфлікту. Журнал досліджень реабілітації. 2023. 18(3), 67-79.
9. Кулакова Л., Кулаков Р. Психологічна реабілітація дітей вимушених переселенців засобами арт-терапії. Наукові перспективи. 2022. № 10 (28).
10. Локшина, О. І., Глушко, О. З., Джурило, А. П., Кравченко, С. М., Максименко, О. О., Нікольська, Н. В., & Шпарик, О. М. Організація освіти в умовах війни: рекомендації міжнародних організацій. Український педагогічний журнал, 2022. 2, 5-18.
11. Марченко О., Бричук М., Дєдх М. Особливості мотивації студентів до самостійних занять руховою активністю в умовах воєнного стану. Теорія і методика фізичного виховання і спорту, 2022. (3), 44-50.
12. Омельченко Т. Г., Болотіна А. С. Педагогічні аспекти використання оздоровчого плавання як засібу корекції посттравматичного синдрому у дітей, які постраждали внаслідок бойових дій. In The 8th International scientific and practical conference “Trends, theories and ways of improving science”(February 28–March 03, 2023) Madrid, Spain. International Science Group. 2023. 565 p. (p. 380).
13. Островська, Б. В. Діти війни: незаконна депортація, насильницьке переміщення та репатріація. Нове українське право, 2023. (2), 60-72.



14. Потіха О. Б., Дудун Ю. Втрачене дитинство: українські діти війни. Матеріали IV Міжнародної наукової конференції «Воєнні конфлікти та техногенні катастрофи: історичні та психологічні наслідки», 2024. 33-36.

15. Токарева Л. Д. Можливості ігрової діяльності як платформа у формуванні психологічної стійкості дитини дошкільного віку в умовах війни. Сучасна дошкільна освіта: реалії та перспективи. Збірник наукових праць за матеріалами Міжнародної науково-практичної конференції, присвяченій Міжнародному Дню захисту дітей і Всесвітньому Дню батьків (01 червня 2023 р.), 90-94.

16. Харьковская Л. Р., Омельченко Т. Г. Влияние игровой активности на психологическое состояние подростков в условиях военного времени. Редакционная коллегия. 2024. 179.

17. Akbulut-Yuksel M. Children of war: The long-run effects of large-scale physical destruction and warfare on children. Journal of Human Resources, 2014. 49(3), 634–662.

18. Blattman C., Annan J. The consequences of child soldiering. The Review of Economics and Statistics, 2010. 92(4), 882–898.

19. GCPEA. (2015, December). Що Міністерства можуть зробити для захисту навчальних закладів від нападів та використання у військових цілях. Комплекс дій. Retrieved May 5, 2022, from http://protectingeducation.org/wp-content/uploads/what_ministries_can_do_ukr.pdf

20. GCPEA. (2016, September). Що можуть зробити школи, щоб захистити себе від нападів та від використання у військових цілях. Практичний посібник. Retrieved May 5, 2022, from http://protectingeducation.org/wp-content/uploads/what_schools_ukr.pdf

21. GCPEA. (2022, March 10). Statement by GCPEA Executive Director, Diya Nijhowne, on Attacks on Education in Ukraine. Retrieved May 5, 2022, from



<https://protectingeducation.org/news/statement-by-gcpea-executivedirector-diya-nijhowne-on-attacks-on-education-in-ukraine/>

22. Glasgow J. N., Baer A. L. Lives beyond suffering: The child soldiers of African Wars. *English Journal*, 2011. 100(6), 68–77.

23. GTZ. (2004, December 1). Education and conflict: The role of education in the creation, prevention and resolution of societal crises - Consequences for development cooperation. Retrieved May 5, 2022, from <https://reliefweb.int/report/world/education-and-conflict-role-education-creation-prevention-and-resolution-societal>

24. INEE. (2010, December 3). INEE Minimum Standards Handbook. <https://inee.org/minimum-standards>

25. Kapor-Stanulovic N. Encounter with suffering. *American Psychologist*, 1999. 54(11), 1020–1027. <http://dx.doi.org/10.1037/h0088215>

26. Massad S. G., Nieto F. J., Palta M., Smith M., Clark R., Thabet A. A. Nutritional status of Palestinian preschoolers in the Gaza Strip: A cross-sectional study. *BMC Public Health*, 2012. 11, 12–27. <http://dx.doi.org/10.1186/1471-2458-12-27>

27. Minou T. The possible models of creative therapies for the child victims of war and armed conflict. *Asia Pacific Education Review*, 2006. 7(2), 229–235. <http://dx.doi.org/10.1007/BF03031546>

28. UNHCR. (2019). Refugee education 2030: A Strategy for Refugee Inclusion. <https://www.unhcr.org/5d651da88d7.pdf>

29. UNICEF. (2017, September 18). 27 million children out of school in conflict zones. Retrieved May 5, 2022, from <https://www.unicef.org/press-releases/27-million-children-out-school-conflict-zones>