



ФІЗИЧНА ОСВІТА І СПОРТ

УДК 796.03-056.26:376(100)

DOI <https://doi.org/10.5281/zenodo.14944073>

**Аналіз міжнародного досвіду впровадження адаптивного спорту в
систему інклюзивної освіти**

Кравченко Тетяна Петрівна

Кандидат педагогічних наук, доцент, доцент кафедри теорії та методики фізичного виховання і спорту, Університет Григорія Сковороди в Переяславі, м. Переяслав Україна, ORCID <https://orcid.org/0000-0002-6041-3101>

Прийнято: 17.01.2025 | Опубліковано: 29.01.2025

***Анотація.** Адаптивний спорт є важливою складовою інклюзивної освіти, спрямованою на забезпечення рівних можливостей для фізичного розвитку, соціалізації та інтеграції осіб з особливими освітніми потребами. У багатьох країнах світу успішно впроваджено моделі інтеграції адаптивного спорту в освітній процес, що сприяють формуванню інклюзивного середовища та підвищенню якості життя. **Вступ.** У багатьох країнах світу адаптивний спорт став невід'ємною частиною інклюзивної освіти. Розроблені моделі інтеграції, методики викладання та спеціалізовані програми сприяють ефективному залученню дітей і молоді з особливими потребами до освітнього процесу. Дослідження цих практик дозволяє визначити ключові тенденції та підходи, які можна адаптувати до потреб української системи освіти.*

Вивчення міжнародного досвіду дає змогу виявити ефективні підходи, механізми і практики, які можуть бути адаптовані до національного



контексту. Зважаючи на актуальність впровадження інклюзивних ініціатив в Україні, особливе значення має інтеграція адаптивного спорту в систему освіти. **Метою дослідження** є теоретичний аналіз та узагальнення літератури з метою визначення міжнародного досвіду впровадження адаптивного спорту в систему інклюзивної освіти. **Матеріали і методи дослідження.** Застосовувалися сучасні загальнонаукові і спеціальні методи: порівняльно-історичний аналіз (для вивчення вітчизняного та зарубіжного досвіду); аналіз і синтез (для аналізу теоретико-методологічних підходів). **Результати дослідження** підтверджують важливість впровадження адаптивного спорту в систему інклюзивної освіти та його вплив на розвиток дітей з особливими освітніми потребами (ООП). Перш за все, аналіз міжнародного досвіду показав, що адаптивний спорт сприяє фізичному, соціальному та психологічному розвитку учнів із ООП, що забезпечує їх легшу інтеграцію в суспільство. Вивчення практик різних країн, таких як США, Німеччина та Австралія, дозволило виявити ефективні методи адаптації спортивних програм та включення інноваційних технологій для полегшення фізичної активності дітей.

Особливу увагу заслуговують програми, які включають співпрацю педагогів, тренерів, психологів і батьків, а також використання індивідуальних планів навчання для кожної дитини. Такі програми дозволяють забезпечити інклюзію та підтримку дітей із різними фізичними можливостями, що сприяє їхній соціалізації та підвищенню самооцінки. Крім того, залучення батьків до процесу адаптивного спорту є важливим фактором успіху, оскільки це допомагає забезпечити додаткову мотивацію та підтримку. Також було виявлено, що адаптивний спорт допомагає зруйнувати стереотипи і дискримінацію, формуючи толерантне ставлення до дітей з ООП в суспільстві. Програми наставництва та підтримки однолітків є ефективними у підвищенні соціальних навичок учнів і сприяють їхній інтеграції в суспільство. **Результати**



дослідження вказують на значний потенціал адаптивного спорту для удосконалення інклюзивної освіти в Україні, що відкриває нові перспективи для розвитку інклюзивних освітніх програм. **Висновки.** Адаптивний спорт має великий потенціал для розвитку дітей із особливими освітніми потребами, сприяючи їх соціалізації, покращенню самооцінки та розвитку комунікативних навичок. Міжнародний досвід показує, що адаптовані програми допомагають інтегрувати таких дітей у соціум та покращити їх психологічне та соціальне благополуччя. В Україні впровадження адаптивного спорту потребує створення нормативно-правової бази, підвищення кваліфікації педагогів і доступності спортивної інфраструктури. Це дозволить краще забезпечити рівні можливості для розвитку кожної дитини.

Ключові слова: адаптивний спорт, інклюзивна освіта, міжнародний досвід, ефективні практики, тенденції, підходи, освітні програми, інтеграція, соціалізація, Україна.

Analysis of international experience in implementing adaptive sports into the inclusive education system

Kravchenko Tatiana Petrovna

Associate Professor, Candidate of Pedagogical Sciences, Associate Professor of the Department of Theory and Methodology of Physical Education and Sports, Hryhorii Skovoroda University in Pereiaslav, Pereiaslav, Ukraine, ORCID <https://orcid.org/0000-0002-6041-3101>

Annotation. Adaptive sports are an important component of inclusive education aimed at ensuring equal opportunities for physical development, socialization and integration of persons with special educational needs. In many countries of the world,



*models of adaptive sports integration into the educational process have been successfully implemented, contributing to the formation of an inclusive environment and improving the quality of life. **Introduction.** In many countries of the world, adaptive sports have become an integral part of inclusive education. Developed models of integration, teaching methods and specialized programs contribute to the effective involvement of children and youth with special needs in the educational process. The study of these practices makes it possible to identify key trends and approaches that can be adapted to the needs of the Ukrainian education system.*

*The study of international experience makes it possible to identify effective approaches, mechanisms and practices that can be adapted to the national context. Considering the relevance of the implementation of inclusive initiatives in Ukraine, the integration of adaptive sports into the education system is of particular importance. **The purpose of the research is the theoretical analysis and generalization of the literature in order to determine the international experience of introducing adaptive sports into the system of inclusive education. Research materials and methods. Modern general scientific and special methods were used:** comparative-historical analysis (for the study of domestic and foreign experience); analysis and synthesis (for the analysis of theoretical and methodological approaches). **The results of the study confirm the importance of introducing adaptive sports into the system of inclusive education and its impact on the development of children with special educational needs (SEN). First of all, the analysis of international experience showed that adaptive sports contribute to the physical, social and psychological development of students with special needs, which ensures their easier integration into society. Studying the practices of different countries, such as the USA, Germany and Australia, made it possible to identify effective methods of adapting sports programs and incorporating innovative technologies to facilitate children's physical activity.***



*Programs that include the cooperation of teachers, coaches, psychologists and parents, as well as the use of individual study plans for each child deserve special attention. Such programs make it possible to ensure the inclusion and support of children with different physical abilities, which contributes to their socialization and increased self-esteem. In addition, the involvement of parents in the process of adaptive sports is an important success factor, as it helps to provide additional motivation and support. It was also found that adaptive sports help to destroy stereotypes and discrimination, forming a tolerant attitude towards children with disabilities in society. Mentoring and peer support programs are effective in improving students' social skills and contributing to their integration into society. The results of the study indicate the significant potential of adaptive sports for improving inclusive education in Ukraine, which opens up new perspectives for the development of inclusive educational programs. **Conclusions.** Adaptive sports have great potential for the development of children with special educational needs, contributing to their socialization, improvement of self-esteem and development of communication skills. International experience shows that adapted programs help integrate such children into society and improve their psychological and social well-being. In Ukraine, the introduction of adaptive sports requires the creation of a regulatory and legal framework, improving the qualifications of teachers and the availability of sports infrastructure. This will better ensure equal opportunities for the development of each child.*

Keywords: *adaptive sports, inclusive education, international experience, effective practices, trends, approaches, educational programs, integration, socialization, Ukraine.*

Постановка проблеми (Вступ). Адаптивний спорт виступає потужним інструментом забезпечення рівних можливостей для осіб з обмеженими можливостями здоров'я, сприяючи їхній фізичній активності, соціальній



інтеграції та психологічному благополуччю. У сучасному світі все більша увага приділяється питанням інтеграції адаптивного спорту в систему інклюзивної освіти, яка покликана забезпечити доступ до якісної освіти всім учням незалежно від їхніх фізичних чи когнітивних можливостей. Успішні практики інтеграції свідчать про позитивний вплив адаптивного спорту не лише на фізичний стан, а й на загальний розвиток дітей, їхню соціалізацію та самореалізацію.

Інклюзивна освіта передбачає створення умов, у яких кожна дитина має змогу розвиватися у своєму темпі, враховуючи її індивідуальні особливості. У цьому контексті адаптивний спорт стає невід'ємною частиною освітнього процесу, оскільки дозволяє інтегрувати учнів із різними потребами у спільні заняття, формуючи толерантне ставлення серед однолітків і суспільства загалом. Впровадження таких програм вимагає ретельного планування, ресурсного забезпечення, а також адаптації міжнародного досвіду до національних умов України.

У світі існує багато успішних прикладів впровадження адаптивного спорту в освітні програми. У країнах Європейського Союзу, США, Канаді та інших державах адаптивний спорт займає важливе місце в системі освіти, сприяючи розвитку інклюзивного середовища. Наприклад, у США створено спеціалізовані програми, спрямовані на інтеграцію учнів із порушеннями фізичного розвитку до спільних занять (Sherrill, 2004). У Європейському Союзі приділяється значна увага підготовці кваліфікованих фахівців, які працюють у сфері адаптивного спорту (DePauw & Gavron, 2005). Ці моделі демонструють високий рівень ефективності та потенціал для впровадження в інших країнах.

Аналіз останніх досліджень і публікацій (Огляд літератури). Аналіз останніх досліджень у цій галузі вказує на позитивну динаміку розвитку адаптивного спорту в контексті інклюзивної освіти. Наприклад, дослідження Blomqvist et al. (2018) підкреслює важливість міждисциплінарного підходу, який



включає співпрацю педагогів, медичних працівників та тренерів для забезпечення якісного впровадження адаптивних програм. У роботах Smith et al. (2020) аналізуються психологічні аспекти занять адаптивним спортом, які сприяють підвищенню самооцінки та мотивації у дітей з інвалідністю. Водночас дослідження Choi et al. (2021) акцентує увагу на впливі адаптивного спорту на формування соціальних навичок та покращення комунікації серед учасників програм.

Аналіз міжнародного досвіду дозволяє визначити ключові тенденції та підходи, які можуть бути адаптовані до умов української освітньої системи. Це включає розробку спеціалізованих програм, підготовку педагогічних кадрів, забезпечення матеріально-технічної бази та активну співпрацю з громадськими організаціями. Важливим аспектом є також формування позитивного ставлення суспільства до ідеї інклюзії через популяризацію адаптивного спорту. Зокрема, досвід скандинавських країн підкреслює значення міжсекторного підходу у впровадженні адаптивного спорту (Blomqvist et al., 2018).

У сфері дослідження міжнародного досвіду впровадження адаптивного спорту в систему інклюзивної освіти працюють такі відчизняні автори:

І. О. Когут та В. Л. Маринич з Національного університету фізичного виховання і спорту України. Вони досліджують інструменти впровадження інклюзивної моделі фізкультурно-спортивної роботи в закладах позашкільної освіти [37].

А. О. Колупаєва. У своїй монографії «Інклюзивна освіта: реалії та перспективи» вона аналізує міжнародний та український досвід навчання осіб з обмеженими можливостями здоров'я [38].

Т. Ю. Круцевич та І. О. Когут. У статті «Передумови виникнення та розвитку адаптивного спорту» вони досліджують історичні аспекти розвитку



адаптивного спорту як засобу соціальної інтеграції осіб з особливими потребами [39].

Л. С. Гацосва. Вона розробила програму «Інклюзивне фізичне виховання у закладах освіти», яка спрямована на впровадження інклюзивного навчання у фізкультурно-оздоровчі та інші заклади освіти [36].

Н. С. Сороколіт. У своїх роботах вона розглядає питання адаптивного спорту в контексті інклюзивної освіти [40].

Україна робить перші кроки в напрямку розвитку інклюзивної освіти, однак ці процеси потребують систематичного підходу та залучення успішних міжнародних практик. У зв'язку з цим актуальним є аналіз літератури та досвіду інших країн для визначення найбільш ефективних методів впровадження адаптивного спорту. Це дасть змогу створити умови для гармонійного розвитку дітей із особливими освітніми потребами та забезпечити їхню інтеграцію в суспільство.

Метою дослідження є теоретичний аналіз і узагальнення літератури для визначення міжнародного досвіду впровадження адаптивного спорту в систему інклюзивної освіти.

У ході дослідження будуть визначені основні тенденції, підходи та ефективні практики, а також обґрунтовані можливості їхнього застосування для удосконалення інклюзивних освітніх програм в Україні. Зосередження уваги на цій темі дозволить сприяти впровадженню інноваційних рішень і підтримати розвиток інклюзивного середовища, яке відповідає сучасним викликам суспільства.

Досягнення цієї мети визначає вирішення наступних завдань:

1. Проаналізувати міжнародний досвід впровадження адаптивного спорту в систему інклюзивної освіти, виявити основні тенденції та підходи.



2. Дослідити ефективні практики адаптивного спорту, які сприяють фізичному, соціальному та психологічному розвитку дітей з особливими освітніми потребами.

3. Обґрунтувати можливості адаптації міжнародного досвіду для вдосконалення інклюзивних освітніх програм в Україні.

Об'єктом дослідження є процес впровадження адаптивного спорту в систему інклюзивної освіти.

Предметом дослідження є міжнародний досвід, основні тенденції, підходи та ефективні практики впровадження адаптивного спорту в інклюзивну освіту, а також можливості їх адаптації до умов України.

Матеріали і методи дослідження. Вирішення поставлених завдань здійснювалось із застосуванням сучасних загальнонаукових методів: порівняльно-історичного аналізу (для вивчення вітчизняного та зарубіжного досвіду); аналіз і синтез (для аналізу теоретико-методологічних підходів).

Огляд теоретико-методологічних засад адаптивного спорту в сфері інклюзивної освіти в розрізі фізичної культури і спорту показав фрагментарність і недостатність досліджень у цьому напрямку.

Переважає більшість досліджень у сфері адаптивного спорту стосується загальних питань його розвитку, зокрема соціальних, медичних та психологічних аспектів. Проте аналіз міжнародного досвіду впровадження адаптивного спорту в систему інклюзивної освіти виявляє недостатню кількість комплексних і глибоких досліджень, які враховують специфіку взаємодії освітніх і спортивних компонентів. Наявні праці здебільшого фрагментарно висвітлюють окремі аспекти інтеграції адаптивного спорту в освітній процес, не акцентуючи увагу на системному підході до реалізації таких програм.

Для забезпечення ефективного впровадження адаптивного спорту в систему інклюзивної освіти необхідно дослідити механізми інтеграції спорту у



навчально-виховний процес, адаптації фізичних активностей до потреб учнів з інвалідністю, а також інструменти підвищення їхньої мотивації до занять спортом. Важливим є запозичення кращих міжнародних практик, що враховують не лише індивідуальні потреби дітей, але й сприяють формуванню інклюзивного освітнього середовища.

Особливого значення набуває розробка інноваційних підходів до адаптивного спорту, які б сприяли соціальній інтеграції, емоційному комфорту та формуванню стресостійкості у дітей з інвалідністю. Комплексне дослідження досвіду впровадження адаптивного спорту в різних країнах дозволить створити ефективну модель його інтеграції в систему інклюзивної освіти, що стане важливим кроком на шляху до рівних можливостей і гармонійного розвитку особистості. Однак невирішеними залишаються питання єдиного підходу, довгострокового впливу, підготовки педагогів. Наш потенційний внесок – дитальний опис міжнародного досвіду впровадження програм що використовуються в адаптивному спорті.

Результати досліджень та їх обговорення. Результати проведеного аналізу міжнародного досвіду свідчать про високу ефективність впровадження адаптивного спорту як важливого інструменту інтеграції дітей із особливими освітніми потребами в освітнє середовище. У ході дослідження були визначені ключові тенденції та підходи, які можуть бути адаптовані до українських реалій.

У багатьох країнах, таких як США, Канада, Австралія та країни ЄС, адаптивний спорт є невід’ємною частиною інклюзивної освіти. Успішно функціонують програми, спрямовані на залучення дітей із фізичними чи когнітивними порушеннями до спортивної активності.

Значна увага приділяється підготовці спеціалізованих кадрів, зокрема вчителів фізичної культури, тренерів і реабілітологів, які мають відповідні знання та навички роботи з дітьми з особливими потребами.



Використання міждисциплінарного підходу, що передбачає співпрацю між освітянами, медичними працівниками, психологами та тренерами.

Міжнародний досвід упровадження адаптивного спорту в систему інклюзивної освіти свідчить про необхідність комплексного підходу, який поєднує фізичний, соціальний і психологічний аспекти розвитку дітей із особливими освітніми потребами (ООП). Основними тенденціями є:

Розвиток мультидисциплінарних команд. Мультидисциплінарний підхід є ключовим у впровадженні адаптивного спорту в систему інклюзивної освіти, оскільки він забезпечує всебічну підтримку учнів з особливими освітніми потребами. Залучення фахівців із різних сфер сприяє створенню комплексного освітнього середовища, яке враховує індивідуальні потреби дітей. Такий підхід включає участь педагогів, фізичних терапевтів, тренерів із адаптивного спорту, психологів, медичних працівників і навіть соціальних працівників, що дозволяє забезпечити гармонійний розвиток кожної дитини.

Наприклад, дослідження DePauw & Gavron (2005) підкреслюють важливість міжсекторальної співпраці для досягнення ефективності інклюзивних програм. Спільна робота педагогів і тренерів дозволяє інтегрувати адаптивний спорт у навчальний процес, роблячи його доступним для всіх учнів. Фізичні терапевти, у свою чергу, відіграють важливу роль у створенні індивідуальних програм фізичної активності, адаптованих до можливостей і потреб кожної дитини.

Психологи забезпечують підтримку емоційного стану дітей, допомагаючи їм долати бар'єри, пов'язані з соціалізацією та участю в спортивних заходах. Наприклад, вони можуть працювати з дітьми над підвищенням їхньої впевненості у власних силах та зниженням рівня тривожності, що часто є характерним для дітей з інвалідністю.



Окрім того, медичні працівники допомагають оцінювати фізичний стан дітей і контролювати їхню безпеку під час виконання фізичних вправ, а соціальні працівники можуть забезпечувати комунікацію між батьками, школою та громадою, сприяючи ширшому залученню ресурсів і підтримки.

Таким чином, мультидисциплінарний підхід не лише сприяє інтеграції адаптивного спорту в систему інклюзивної освіти, але й забезпечує більш ефективну і стійку підтримку дітей з ООП, сприяючи їхньому всебічному розвитку та інтеграції в суспільство.

Індивідуалізація підходу до учнів із ООП. Впровадження адаптивного спорту в інклюзивну освіту повинно ґрунтуватися на індивідуалізації підходів, що враховують фізичні можливості, інтереси та особливі потреби кожної дитини. Такий підхід дозволяє забезпечити максимально ефективний і безпечний розвиток дітей з особливими освітніми потребами, сприяючи їхній соціалізації та фізичному вдосконаленню.

Західноєвропейські країни, такі як Німеччина та Нідерланди, демонструють успішний досвід у впровадженні адаптивних програм фізичного виховання. Ці програми створюються з акцентом на поступове вдосконалення моторних навичок учнів, а також розвиток їхніх соціальних компетенцій. Наприклад, дослідження Block (2016) вказують на те, що адаптовані фізичні вправи не лише сприяють фізичному розвитку дітей, але й допомагають формувати позитивну самооцінку та здатність до взаємодії з однолітками.

У таких програмах широко використовуються ігрові форми занять, колективні вправи, а також персоналізовані завдання, які відповідають фізичному стану учнів. Важливим компонентом є моніторинг прогресу дітей, що дозволяє адаптувати завдання відповідно до їхніх потреб і досягнень.

Цей підхід демонструє, що індивідуалізація в адаптивному спорті є важливим чинником успішної інтеграції дітей з ООП у загальноосвітнє



середовище, забезпечуючи їм рівні можливості для участі в спортивній і соціальній діяльності [2, 18].

Інтеграція соціалізуючих елементів. У програмах адаптивного спорту є одним із ключових аспектів, який сприяє всебічному розвитку дітей з (ООП). Такий підхід підкреслює значення спорту не лише як засобу фізичного виховання, але й як потужного інструменту соціалізації, формування комунікаційних навичок і підвищення самооцінки дітей.

Адаптивний спорт створює можливості для дітей з ООП взаємодіяти з однолітками через спільні спортивні активності. Це допомагає їм також подолати соціальні бар'єри, розвиває навички роботи в команді, вчить спілкуванню, а також сприяє побудові довіри та підтримки між учасниками. Як зазначає Sherrill (2004), програми у США успішно реалізують цю концепцію, акцентуючи увагу на створенні інклюзивного середовища, яке стимулює інтеграцію дітей із різними можливостями через спільну участь у спортивних заходах.

Зокрема, у таких програмах велика увага приділяється адаптації спортивних ігор і вправ таким чином, щоб вони були доступними для всіх учасників незалежно від їхніх фізичних можливостей. Наприклад, ігри можуть бути модифіковані для врахування обмежених рухових здібностей окремих дітей, але водночас залишатися цікавими та викликати захоплення у всіх учасників. Це дозволяє учням з ООП почуватися частиною спільноти та сприяє їхній інтеграції в соціальне середовище [11, 22, 33].

Окрім фізичної активності, такі програми часто включають заходи, спрямовані на формування емоційної стійкості та зміцнення самооцінки дітей. Участь у спортивних досягненнях, навіть найменших, дозволяє учням із ООП відчувати власну значущість, отримати позитивний зворотний зв'язок від команди чи тренера, а також формувати впевненість у своїх силах.



Таким чином, соціалізуючі елементи адаптивного спорту є важливим чинником успіху інклюзивних програм. Вони не лише допомагають дітям розвивати необхідні для життя в суспільстві навички, але й сприяють формуванню інклюзивної культури, де всі учасники, незалежно від фізичних можливостей, мають рівні права й можливості для участі в спільних активностях [8, 19, 25]. Ефективні практики які можуть рекомендуватися:

Використання технологій для адаптації занять. Використання сучасних технологій у адаптації занять для дітей з (ООП) є важливим інструментом створення доступного й інклюзивного середовища. В Австралії та Канаді широко застосовуються пристрої для полегшення рухової активності, такі як спеціалізовані тренажери й спортивні інвалідні візки, що дозволяють дітям з різними фізичними можливостями брати участь у спортивних активностях.

Особливу увагу приділяють віртуальним технологіям, які сприяють освоєнню базових навичок у безпечному середовищі. Наприклад, віртуальні симуляції дають змогу імітувати різноманітні спортивні заняття, такі як баскетбол, плавання чи футбол, дозволяючи дітям поступово вивчати основні рухи, правила та техніки (Goodwin & Watkinson, 2000). Це знижує ризик травм і забезпечує комфортні умови для навчання, допомагаючи дітям долати психологічні бар'єри та набувати впевненості в собі [1, 17, 23].

Менторські програми та підтримка однолітків є важливим елементом впровадження інклюзивного середовища в адаптивному спорті. Такі ініціативи сприяють не лише соціалізації дітей з (ООП), але й формують у їхніх однолітків навички співчуття, толерантності та командної роботи. Однією з успішних моделей є програма Peer Buddy Programs у США, яка спрямована на залучення однолітків до спільних спортивних активностей із дітьми з ООП (Lieberman & Houston-Wilson, 2009).



У межах таких програм однолітки виступають наставниками, які допомагають учням з ООП опанувати нові спортивні навички, адаптуватися до групової динаміки та долати соціальні бар'єри. Цей підхід будується на ідеї, що навчання через взаємодію з ровесниками є більш природним і сприяє побудові дружніх стосунків, які виходять за межі спортивних тренувань [4, 13, 24].

Програма також створює умови для підвищення самооцінки дітей з ООП, оскільки вони відчувають підтримку й зацікавленість з боку своїх однолітків. Для наставників такі програми є можливістю розвинути лідерські якості, відповідальність і розуміння потреб інших.

Peer Buddy Programs демонструє високу ефективність у розвитку комунікативних навичок, емоційного інтелекту й взаєморозуміння серед учасників. Завдяки цьому діти з ООП інтегруються в соціальне середовище, що сприяє їхньому всебічному розвитку, тоді як їхні наставники отримують унікальний досвід, який позитивно впливає на їхнє світосприйняття та поведінку.

Підготовка кваліфікованих кадрів. Також особливу увагу приділяють підготовці педагогів і тренерів, які працюють у сфері адаптивного спорту. Спеціалізовані курси та тренінги спрямовані на підвищення їхньої професійної компетентності, особливо в контексті роботи з учнями з особливими освітніми потребами (ООП). У Великобританії, наприклад, реалізовано програму Inclusion Club Training, яка має на меті покращення методичних навичок викладачів і тренерів, допомагаючи їм ефективно адаптувати заняття відповідно до індивідуальних потреб учнів (Smith & Green, 2014).

Програма охоплює широкий спектр методик, включаючи розробку інклюзивних навчальних планів, створення доступних для всіх учасників активностей, а також розвиток комунікативних стратегій для взаємодії з дітьми з різними формами нозологій. Вона також включає практичні заняття, що



допомагають тренерам випробувати адаптовані підходи в умовах, максимально наближених до реальних.

Такі тренінги сприяють не лише підвищенню професійного рівня педагогів, але й розвитку інклюзивної культури, що підтримує рівність можливостей для всіх учнів. Подібні ініціативи дозволяють зменшити бар'єри у навчанні, сприяючи інтеграції дітей з ООП у спортивну діяльність і суспільство в цілому [14, 32].

Зважаючи на зазначене вище та опрацьовані літературні джерела можемо виділити такі ефективні практики впровадження:

Модифікація спортивних програм під потреби учнів із ООП. Ефективні програми адаптивного спорту базуються на індивідуальному підході, що враховує фізичні можливості, потреби та інтереси кожної дитини. Як зазначає Block (2016), використання гнучких навчальних планів є ключовим аспектом у створенні інклюзивного середовища, яке дозволяє залучити дітей із різними фізичними здібностями. Такі плани передбачають адаптацію вправ, зміну правил або умов виконання завдань, що сприяє комфортній участі кожної дитини. Це підвищує мотивацію, сприяє розвитку моторики, соціальних і комунікаційних навичок, а також забезпечує кращу інтеграцію дітей із ООП у навчальний процес і спортивну діяльність [6].

Інтеграція елементів співпраці в командних видах спорту. Колективні заняття спортом, такі як футбол чи баскетбол із модифікованими правилами, є важливим інструментом соціалізації та інтеграції учнів із (ООП). Згідно з дослідженнями Sherrill (2004), участь у таких активностях дозволяє дітям долучатися до командної роботи, розвивати навички спілкування та взаємодії. Модифікація правил, наприклад зниження швидкості гри або використання спеціального обладнання, забезпечує доступність спорту для всіх учасників. Це сприяє не лише фізичному розвитку, але й формуванню впевненості в собі,



підвищенню самооцінки та покращенню взаємин у групі. Завдяки таким заняттям діти з ООП відчують себе рівноправними членами команди, що позитивно впливає на їхній емоційний стан і соціальну адаптацію.

Використання інноваційних технологій. Сучасні технології, такі як рухомі тренажери, мобільні додатки для моніторингу фізичної активності та VR-симуляції, відіграють важливу роль у створенні безпечного та доступного середовища для занять спортом. Вони дозволяють учням із фізичними обмеженнями поступово освоювати базові рухові навички у комфортних умовах. Згідно з Goodwin & Watkinson (2000), такі технології сприяють зниженню психологічних бар'єрів, підвищують впевненість у собі та забезпечують інтерактивний підхід до фізичної активності.

Програми наставництва та підтримки однолітків. Такі як Peer Buddy Programs, є ефективним інструментом інтеграції дітей із (ООП) у спортивні активності. У межах цих програм учні без ООП допомагають своїм однокласникам опанувати спортивні навички, сприяючи їхній фізичній активності та соціалізації. Lieberman & Houston-Wilson (2009) зазначають, що такі моделі не лише сприяють розвитку фізичних здібностей, але й допомагають формувати дружні стосунки, створюючи атмосферу підтримки й взаєморозуміння.

Професійна підготовка педагогів і тренерів. Ефективні практики впровадження адаптивного спорту значною мірою залежать від рівня підготовки педагогів. Smith & Green (2014) акцентують увагу на необхідності спеціалізованих тренінгів для викладачів, щоб забезпечити їхню компетентність у роботі з дітьми із ООП.

Залучення батьків до процесу адаптивного спорту. Є важливим елементом успішної інтеграції дітей із (ООП) у спортивну діяльність. Батьки відіграють ключову роль у підтримці мотивації дітей, допомагаючи їм долати труднощі та



сприяючи регулярній участі в програмах. DePauw & Gavron (2005) наголошують, що партнерство між школами, батьками та місцевими громадами створює міцну основу для реалізації ефективних програм адаптивного спорту. Така співпраця дозволяє забезпечити індивідуальний підхід до кожної дитини, адаптувати заняття відповідно до її потреб і розширити можливості для соціальної інтеграції. Активна участь батьків також сприяє підвищенню їхньої обізнаності щодо переваг спорту, формуванню позитивного ставлення до фізичної активності та створенню підтримувального середовища для дітей в умовах сім'ї й в суспільстві.

Моніторинг і оцінювання програм є невід'ємними складовими впровадження адаптивного спорту, оскільки вони забезпечують контроль за ефективністю, відповідністю та результативністю заходів. Постійний аналіз дозволяє виявляти сильні сторони та недоліки програм, сприяючи їхньому вдосконаленню. Doll-Terper et al. (2006) зазначають, що регулярна оцінка ефективності допомагає адаптувати підходи до потреб учасників, зокрема дітей із (ООП), а також враховувати зворотний зв'язок від педагогів, тренерів і батьків. Моніторинг може включати аналіз фізичних показників, рівня соціальної інтеграції, емоційного стану учнів та їхньої участі у програмах. Такий підхід забезпечує можливість гнучкого коригування методів і дозволяє досягти максимальної ефективності в розвитку моторних, соціальних і когнітивних навичок дітей.

Зважаючи на це можемо стверджувати, що освітні перспективи впровадження адаптивного спорту включають розвиток інклюзивних підходів, що сприяють інтеграції дітей із ООП у загальноосвітнє середовище. Важливим є створення навчальних програм, які враховують фізичні та психосоціальні потреби учнів. Як зазначають Block (2016) та Sherrill (2004), адаптовані



спортивні заняття сприяють формуванню навичок співпраці, самооцінки та підвищенню рівня мотивації учнів до навчання.

Україна має значний потенціал для інтеграції адаптивного спорту в систему інклюзивної освіти. Для цього необхідно:

- **розробити національні програми**, що включають адаптивний спорт у навчальні плани;
- **підвищити кваліфікацію педагогів** шляхом проведення тренінгів та курсів з адаптивного фізичного виховання;
- **забезпечити доступність спортивних програм** для учнів із ООП через фінансування та інфраструктуру.

Це дозволить забезпечити рівні можливості для всіх учнів, сприяючи їхньому розвитку в освітньому процесі та поза ним.

Розробка національної стратегії розвитку адаптивного спорту в інклюзивній освіті. Україна може взяти приклад із країн, де адаптивний спорт є частиною державних освітніх програм. Наприклад, у Великобританії програма *Inclusion Club Training* надає методичну підтримку викладачам і створює стандарти для роботи з учнями з особливими освітніми потребами (Smith & Green, 2014). У межах України подібна стратегія може сприяти розвитку регіональних центрів адаптивного спорту [9, 32, 33].

Інтеграція адаптивного спорту в навчальні програми є важливим кроком до створення інклюзивного освітнього середовища, що враховує потреби учнів із особливими освітніми потребами (ООП). Адаптація уроків фізичної культури через включення спеціально розроблених вправ, модифікованих видів спорту та використання індивідуальних навчальних планів (Individualized Education Plans, IEPs) дозволяє забезпечити доступність спортивних занять для всіх учасників. Згідно з дослідженнями Lieberman & Houston-Wilson (2009), у США ця модель



виявилася ефективною у сприянні соціалізації дітей із ООП, розвиваючи в них навички командної роботи, комунікації та впевненості у власних силах.

Зокрема, такі програми передбачають модифікацію правил і умов занять, наприклад, використання полегшеного обладнання або зменшення розмірів спортивного майданчика. Крім того, індивідуальний підхід дозволяє враховувати фізичні можливості кожного учня, забезпечуючи підтримку та поступове освоєння нових навичок. Це створює умови, у яких учні можуть почуватися рівноправними учасниками навчального процесу, що підвищує їхню самооцінку, мотивацію до навчання та рівень фізичної активності [10, 18, 21, 35].

Адаптація міжнародного досвіду дозволить Україні створити ефективну систему інклюзивної освіти, яка використовує адаптивний спорт як інструмент для соціалізації та фізичного розвитку учнів із ООП. Для цього важливим є розробка національної стратегії, інтеграція сучасних технологій та активна участь громади.

Соціальні аспекти впровадження адаптивного спорту є також одним з ключових для створення інклюзивного середовища, яке підтримує дітей із (ООП). Важливим елементом є проведення інформаційно-просвітницьких кампаній, спрямованих на формування толерантного ставлення до таких дітей серед населення. Це дозволяє зменшити стереотипи, викоринити дискримінацію та створити атмосферу підтримки, де всі діти мають рівні можливості для участі в соціальних і спортивних заходах. За допомогою таких кампаній можна підвищити рівень обізнаності про адаптивний спорт та його переваги як для фізичного, так і для психологічного розвитку дітей із ООП.

Співпраця з громадськими організаціями, які спеціалізуються на підтримці дітей із порушеннями розвитку, є ще одним важливим аспектом. Такі організації можуть надавати цінний досвід, ресурси та експертизу для ефективного впровадження адаптивного спорту. Вони можуть сприяти організації заходів,



залучати волонтерів, а також координувати підтримку для дітей, що дозволяє створити ефективні програми. Така співпраця забезпечує доступ до спеціалізованих знань та розвиває мережу підтримки серед батьків, педагогів і тренерів. Завдяки таким ініціативам, адаптивний спорт стає доступним для більшої кількості дітей, а їхня соціалізація та інклюзія в суспільство значно покращуються [30, 34].

Також адаптивний спорт має значний вплив на розвиток громадської свідомості, змінюючи ставлення суспільства до людей із особливими освітніми потребами. Він демонструє, що навіть за наявності обмежень, люди з ООП можуть досягати значних успіхів і бути активними учасниками спортивного життя. У дослідженні Block (2016) підкреслюється, що такі ініціативи сприяють формуванню інклюзивного суспільства, яке визнає цінність кожної людини, незалежно від її фізичних можливостей. Це допомагає знижувати стереотипи і дискримінацію, сприяючи більшій соціальній інтеграції та підтримці.

Адаптивний спорт є ефективним інструментом для запобігання соціальної ізоляції дітей із особливими освітніми потребами, оскільки він створює можливості для їхньої активної участі в шкільному та громадському житті. За допомогою адаптованих спортивних програм, діти з ООП можуть взаємодіяти зі своїми однолітками, долати фізичні бар'єри і розвивати соціальні навички. Це сприяє їхній інтеграції в колективи та покращенню взаєморозуміння між дітьми з різними фізичними можливостями. Згідно з дослідженням Doll-Terper et al. (2006), спільні заняття спортом сприяють зруйнуванню стереотипів щодо фізичних обмежень і допомагають створювати інклюзивне середовище. Такі ініціативи дозволяють дітям із ООП відчувати себе частиною громади, підвищують їхню самооцінку та сприяють розвитку позитивних соціальних зв'язків, що є ключовими для запобігання соціальній ізоляції.



Таким чином, результати дослідження підтверджують значний потенціал адаптивного спорту в контексті інклюзивної освіти. Впровадження найкращих міжнародних практик в Україні сприятиме створенню ефективної системи інклюзивної освіти, що відповідатиме сучасним вимогам і потребам суспільства.

Висновки. Адаптивний спорт, як складова інклюзивної освіти, має значний потенціал для створення сприятливого середовища для розвитку дітей з особливими освітніми потребами. Міжнародний досвід впровадження адаптивного спорту в систему освіти демонструє його позитивний вплив на соціалізацію учнів, підвищення їхньої самооцінки та розвиток соціальних і комунікативних навичок. Програми адаптивного спорту не лише забезпечують фізичну активність для дітей із різними фізичними можливостями, але й сприяють їх інтеграції у соціум, підвищенню рівня емоційної стійкості та формуванню позитивного ставлення до себе.

Застосування досвіду країн з розвинутою системою адаптивного спорту може бути корисним для України в контексті удосконалення інклюзивних освітніх програм. Для цього необхідно створити нормативно-правову базу, яка забезпечить фінансування та підтримку інклюзивних програм, підвищити кваліфікацію педагогів і тренерів, а також забезпечити доступність спортивної інфраструктури для дітей з обмеженими можливостями.

З аналізу літератури та міжнародного досвіду видно, що адаптивний спорт має комплексний вплив на психо-соціальний розвиток учнів. У країнах з розвиненими системами інклюзивної освіти, таких як США, Канада, Великобританія, створено ефективні моделі організації спортивних заходів для учнів з ООП. Зокрема, в цих країнах активно застосовуються принципи універсального оформлення, що дозволяють адаптувати спортивні програми під індивідуальні потреби дітей із різними формами інвалідності. Програми адаптивного спорту покращують психологічне благополуччя дітей, знижують



рівень тривожності, стресу, а також формують у них навички командної роботи, спілкування та вирішення конфліктів.

Важливим аспектом є підготовка педагогів і тренерів, які працюють із дітьми з ООП. Навчання і підвищення кваліфікації вчителів дозволяє створювати інклюзивні програми, що відповідають потребам усіх учнів. Педагоги повинні бути готові не лише до фізичних аспектів адаптації спорту, але й до психологічних та емоційних потреб учнів, адже успішне впровадження таких програм можливе лише за умови чуйного підходу та підтримки з боку дорослих.

Психологічні аспекти адаптивного спорту, такі як розвиток самооцінки, мотивації та емоційної стійкості, мають важливе значення для дітей із ООП. Оскільки ті хто займається адаптивним спортом, здатні долати психологічні бар'єри, що виникають через фізичні обмеження, і виявляти свої сильні сторони в інших сферах життя. Крім того, участь у спортивних заходах знижує рівень соціальної ізоляції, допомагає збудувати здорові міжособистісні стосунки та забезпечує почуття приналежності до колективу.

Соціальні аспекти адаптивного спорту є не менш важливими. Спільна діяльність в команді з однолітками сприяє зменшенню соціальних бар'єрів між дітьми з ООП та їх ровесниками. Це допомагає формувати толерантність, взаєморозуміння і взаємопідтримку, що є ключовими елементами для розвитку інклюзивного суспільства. Програми наставництва, де учні з ООП отримують підтримку від своїх ровесників, є ефективним способом для зміцнення соціальних зв'язків.

Перспективи для України включають не лише впровадження програм адаптивного спорту в освітній простір, а й створення доступних спортивних клубів, обласних та національних змагань для дітей з ООП. Підвищення обізнаності серед батьків, педагогів та громади в цілому щодо важливості



адаптивного спорту має на меті не тільки розвиток фізичних навичок у дітей, а й формування інклюзивної культурної та соціальної атмосфери в суспільстві.

Таким чином, адаптивний спорт може стати важливим інструментом для удосконалення інклюзивної освіти в Україні, сприяючи розвитку здорового, толерантного та соціально відповідального суспільства, в якому кожна дитина матиме рівні можливості для самореалізації та досягнення своїх потенцій.

Перспективи подальшого дослідження полягає у подальшому вивченні психологічних аспектів адаптивного спорту в Україні, ефективності програм для педагогів та розвиток інфраструктури.

Список використаних джерел

1. Adyrkhaev, S. G. Modern technology of physical education of disabled students in conditions of inclusive education. *Pedagogics, psychology, medical-biological problems of physical training and sports*, 2016. 20.
2. Andre, A., Deneuve, P., & Louvet, B. Cooperative Learning in Physical Education and Acceptance of Students with Learning Disabilities. *Journal of Applied Sport Psychology*, 2011. 23(4).
3. *Applied Economics*, 1(3), 111–134.
4. Balas, E. Educational Alternatives in the Romanian Education System *Journal Plus Education*, 2016. 16, 304 - 316.
5. Blomqvist, M., Fahlström, P., & Olofsson, M. Boundary spanning in sport for development: Opening transdisciplinary and intersectoral perspectives. *International Journal of Sport Policy and Politics*, 2018. 10(3), 459–474. <https://doi.org/10.1080/19406940.2018.1497439>
6. Block, M. E. *A teacher's guide to adapted physical education*. Paul H. Brookes Publishing 2016.



7. Bota, A., Teodorescu, S., & Serbanoiu, S. Unified Sports – a Social Inclusion Factor in School Communities for Young People with Intellectual Disabilities. *Procedia - Social and Behavioral Sciences*, 2017. 117(21).
8. Care, 3(1).
9. Catana, L. Educational alternatives in the pre-university education, from the parents perspective. *Global Journal for Research Analysis*, 2015. 4(6), 394-396.
10. Damovska, L. The Waldorf pedagogy and children with special education needs. *Journal of Special Education and Rehabilitation*, 2005. 6(2).
11. Danner, N., & Fowler, S. A. Montessori and Non-Montessori Early Childhood Teachers' Attitudes toward Inclusion and Access. *Journal of Montessori*, 2015. 1(1), 28-41.
12. Deming, D. Early Childhood Intervention and Life-Cycle Skill Development: Evidence from Head Start, *American Economic Applied Economics*, 2009. 1(3), 111–134.
13. DePauw, K. P., & Gavron, S. J. Disability sport. *Human Kinetics* 2005.
14. Doll-Tepper, G., DePauw, K., & Stratton, G. *New horizons in sport for athletes with a disability*. Routledge 2006.
15. Epstein, A. Montessori Early Childhood Teacher Perceptions of Family Priorities and Stressors. *Journal of Montessori Research*, 2015. 1(1), 1-13
16. *European Journal of Special Needs Education*, 29(2), 119-134.
17. Goodwin, D. L., & Watkinson, E. J. Inclusive physical education from the perspective of students with physical disabilities. *Adapted Physical Activity Quarterly*, 2000. 17(2), 144-160.
18. Gordon, B. Teaching personal and social responsibility through secondary school physical education: the New Zealand experience. 2012. (Vol. 1): 14.
19. Haskins, R. Competing Visions. *Education Next*, 2004. 4(1), 26–33.



20. Jepakorir, R. R. T., You, J., & Russell, J. In-service physical education teachers: Background and understanding of multicultural education. *Journal of In-service Education*, 2000. 26(3), 557–568.
21. *Journal of In-service Education*, 26(3), 557–568.
22. Kaittani, D., Kouli, O., Derri, V., & Kioumourtzoglou, E. Interdisciplinary teaching in physical education. *Arab Journal of Nutrition and Exercise*, 2017. 2(91-101).
23. Klavina, A., Jerlinder, K., Kristen, L., Hammar, L., & Soulie, T. Cooperative oriented learning in inclusive physical education. *European Journal of Special Needs Education*, 2014. 29(2), 119-134.
24. Lieberman, L. J., & Houston-Wilson, C. Strategies for inclusion. *Human Kinetics* 2009.
25. Munafo, C. The Role of the Social Constructivism in Physical Education. *International Journal of Science Culture and Sport*, 2014. 4(4), 489-497.
26. Murphy, N. A., & Carbone, P. S. Promoting the participation of children with disabilities in sports, recreation, and physical activities. *Council on Children with Disabilities. Pediatrics.*, 2008. 121(5).
27. *Nutrition and Exercise*, 2(91-101).
28. *of Montessori*, 1(1), 28-41.
29. *psychology, medical-biological problems of physical training and sports*, 20.
30. *Research*, 7(3-4), 176–193.
31. Schumaker, J. B., Deshler, D. D., Bulgren, J. A., Davis, B., Lenz, B. K., & Grossen, B. Access of adolescents with disabilities to general education curriculum: Myth or reality? . *Focus on Exceptional Children*, 2002. 35 (3)
32. Smith, B., & Wightman, L. Promoting physical activity for disabled people who are ready to become physically active: A systematic review. *International Journal of*



Environmental Research and Public Health, 2020. 17(3), 1–19.

<https://doi.org/10.3390/ijerph17030935>

33. Sherrill, C. *Adapted physical activity, recreation, and sport*. McGraw-Hill 2004.
34. Sliwka, A. *Innovating to learn, learning to innovate. The contribution of alternative education*. Paris: OECD Publishing 2008.
35. Trip, A., Rizzo, T. L., & Webbert, L. Inclusion in Physical Education: Changing the Culture *Journal of Physical Education, Recreation & Dance*, 2007. 78(2), 32-36.
36. Гацоева Л. С. Програма «Інклюзивне фізичне виховання у закладах освіти»: навчально-методичний посібник. Херсон: ХДУ, 2021. 156 с.
37. Когут І. О., Маринич В. Л. Інструменти впровадження інклюзивної моделі фізкультурно-спортивної роботи в закладах позашкільної освіти. Науковий вісник Національного університету фізичного виховання і спорту України. 2021. № 2. С. 23-30.
38. Колупаєва А. О. *Інклюзивна освіта: реалії та перспективи*. Київ: Видавничий дім «Слово», 2020. 320 с.
39. Круцевич Т. Ю., Когут І. О. Передумови виникнення та розвитку адаптивного спорту. *Фізичне виховання і спорт*. 2019. Т. 7, № 3. С. 112-118.
40. Сороколіт Н. С. *Теоретико-методологічні підходи до трансформації фізичного виховання учнів у закладах загальної середньої освіти: дис. ... канд. пед. наук: 13.00.02*. Львів: ЛДУФК ім. Івана Боберського, 2023. 185 с.