

9. Trzesniowski R. Kilka uwag o wychowaniu fizycznym / R. Trzesniowski // Warszawa : AWF. – 2000. – S. 37-41.

References:

1. Voronetskiy, VB. (2017). Model rozvytku rukhvoi aktivnosti studentok u protsesi pozaaudytornykh zaniat pauerliftyhom. *Naukovyi visnyk Kremenetskoï oblasnoi humanitarno-pedahohichnoi akademii*, № 9. 31-43.
2. Hryban, HP. (2009). *Zhyttiedialnist ta rukhova aktivnist studentiv : monohrafiia*. Zhytomyr : Vyd-vo "Ruta".
3. Stadnyk, VV. (2013). Fundamentalni aspekty pozaakademichnoi roboty u fizychnomu vykhovanni studentiv VNZ. *Naukovyi chasopys NPU im. M.P. Drahomanova. Serii 15, Naukovo-pedahohichni problemy fizychnoi kultury. Fizychna kultura i sport*, № 7(33). 248-253.
4. Stoliarov, VY. (2015). *Teoriya y metodolohiya sovremennoho fizycheskoho vospytaniya : sostoianye razrabotky y avtorskaia kontseptsyia : monohrafiia*. K. : Olymp. lyt.
5. Bailey, R, & Kirk, D. (2008). *The routledge physical education reader*. Routledge.
6. McManama, J. (2013). *Physical Education Activity Handbook*. 13th Edition. Pearson.
7. Ntoumanis, N. (2001). A self-determination approach to the understanding of motivation in physical education. *British Journal of Educational Psychology*, 71(2). 225-242.
8. Stadnik, V. (2014). Summary of outside substantial academics in the physical education students of university. *Research Journal of International Studies*, 3(22). 47-51.
9. Trzesniowski, R. (2010). *Kilka uwag o wychowaniu fizycznym*. Warszawa : AWF.

УДК: 796.03-056.26 (477)

Хіменес Х. Р.,
к.фіз.вих.і с., доцент;
Задорожна О. Р.,
к.фіз.вих.і с., доцент

Львівський державний університет фізичної культури

АДАПТИВНИЙ СПОРТ У СИСТЕМІ ЦІННОСТЕЙ СУЧАСНОГО УКРАЇНСЬКОГО СУСПІЛЬСТВА

Цінності більшості розвинутих країн світу спрямовані на повноцінну соціалізацію особистості. Це значною мірою стосується рівності прав, свобод і можливостей різних категорій людей. В тому числі осіб з інвалідністю, права яких у різних сферах діяльності сьогодні суттєво розширюються у світі завдяки принципу інклюзивності. Не виключення і спортивна сфера, де люди з інвалідністю демонструють високі досягнення. Мета дослідження – виявити місце і рівень розвитку адаптивного спорту в сучасній Україні. Метод дослідження – теоретичний аналіз та узагальнення даних літератури та мережі Інтернет. Україна сьогодні вирішує важливі завдання з розвитку адаптивного спорту. З одного боку створюється спеціалізована інфраструктура для його розвитку, з іншого – формується особливий командний дух спортсменів цієї категорії. Українське суспільство намагається дотримуватися принципу інклюзивності при розвитку адаптивного спорту сьогодні, проте гостро стоять проблеми матеріально-технічного забезпечення сфери та, що більш важливо, – необхідність корекції ставлення суспільства загалом до людей, котрі мають ті чи інші дефекти розвитку. Орієнтація на моделі провідних європейських країн в останній час свідчить про важливі кроки у напрямку розвитку адаптивного спорту в українському суспільстві.

Ключові слова: адаптивний спорт, українське суспільство, інклюзивність, цінності, досягнення, рівні можливості, особистість, соціалізація.

Хіменес Х. Р., Задорожная О. Р. Адаптивный спорт в системе ценностей современного украинского общества. Ценности большинства развитых стран мира направлены на полноценную социализацию личности. Это во многом касается равенства прав, свобод и возможностей различных категорий людей. В том числе лиц с инвалидностью, права которых в различных сферах деятельности сегодня существенно расширяются в мире благодаря принципу инклюзивности. Не исключение и спортивная сфера, где люди с инвалидностью демонстрируют высокие достижения. Цель исследования - выявить место и уровень развития адаптивного спорта в современной Украине. Метод исследования - теоретический анализ и обобщение данных литературы и сети Интернет. Украина сегодня решает важные задачи по развитию адаптивного спорта. С одной стороны создается специализированная инфраструктура для его развития, с другой - формируется особый командный дух спортсменов этой категории. Украинское общество старается придерживаться принципа инклюзивности при развитии адаптивного спорта сегодня, однако остро стоят проблемы материально-технического обеспечения сферы и, что более важно, - необходимость коррекции отношение общества в целом к людям, которые имеют те или иные дефекты развития. Ориентация на модели ведущих европейских стран в последнее время свидетельствует о важных шагах в направлении развития адаптивного спорта в украинском обществе.

Ключевые слова: спорт людей с инвалидностью, украинское общество, инклюзивность, ценности, достижения, равные возможности, личность, социализация.

Khimenes K., Zadorozhna O. Adaptive sport in the system of values of modern Ukrainian society. Valuable orientations of most developed countries of the world are directed at the development of personality in it, their full socialization. In

general, it concerns the equality of rights, freedoms and opportunities of different groups of people. In particular, it is about persons with disabilities, the rights of which in various spheres of life are substantially expanding in the world today due to the principle of inclusiveness. Not an exception the sporting sphere, where sportsmen with disabilities demonstrate high achievements, not yielding quite healthy sportsmen. The aim of research is to identify the place and level of development adaptive sport in modern Ukraine. The research method is theoretical analysis and generalization of literature and the Internet. It is revealed that Ukraine is solving important tasks for the development of adaptive sport today. On the one hand, a specialized infrastructure for its development is created, on the other hand – a special sport-team spirit of sportsmen this category is formed. Ukrainian society is trying to stick to the main provisions the principle of inclusiveness in the development of the adaptive sport today, but acute present problems of logistics sector and, more importantly – need to correct the attitude of society in general to people who have certain defects in the level of physical or mental development. Questions which related with psychological aspects of the establishment self-restraints of persons with disabilities are issues in Ukraine too. However, the focus on the model of the leading European countries and a number of normative acts recently approved by the Parliament of Ukraine, which deal with the development of adaptive sport, show the importance of the research direction in Ukrainian society.

Key words: adaptive sport, Ukrainian society, inclusiveness, values, achievements, equal opportunities, personality, socialization.

Постановка проблеми. Інклюзивне суспільство – та модель, до якої прагне сучасна Україна [3, 6 та ін.]. Поняття є однозначно різноспрямованим і широким, але важливу роль у ньому сьогодні відіграє саме рівність людей з різними можливостями. Зокрема, йдеться про людей з інвалідністю, які поступово отримують перспективи для самореалізації в нашій державі на рівні з іншими категоріями населення.

Спорт сьогодні – це частина соціуму, у якій проявляється толерантність та повага до осіб з інвалідністю [9]. Саме у цій сфері люди, можливості котрих є обмеженими, можуть почуватися рівними з іншими. Проте в Україні все ще існує низка проблем, які суттєво обмежують можливості для повноцінного функціонування спорту людей з інвалідністю. Першочергово це проблеми соціального рівня, які, на жаль, переважно спровоковані ментальністю українського суспільства.

Зв'язок з науковими програмами, планами, темами. Дослідження виконано в межах теми 2.2. «Теоретико-методичні основи управління тренувальним процесом та змагальною діяльністю в олімпійському, професійному та адаптивному спорті» Зведеного плану науково-дослідної роботи ЛДУФК на 2016-2020 рр.

Постановка проблеми. Аналіз наукових досліджень. Як засвідчують дані Українського центру з фізичної культури та спорту людей з інвалідністю "Інваспорт" до спортивної роботи залучено лише 2% осіб з інвалідністю від загальної їх кількості в Україні [4]. Це однозначно незадовільний показник. Водночас він виглядає дуже суперечливо на фоні результативності спортсменів цієї категорії на міжнародній спортивній арені. Повертаючись до Паралімпійських ігор 2016 р. у Ріо-де-Жанейро, варто пригадати, що кількість нагород, здобутих нашими атлетами, дорівнювала 117. Вони дозволили посісти українській команді третє місце серед 170 країн-учасниць. Ще одним прикладом не менш яскравих перемог був виступ української дефлімпійської збірної у 2017 р. Здобувши 99 медалей, збірна України завоювала друге загальнокомандне місце.

Актуалізується це питання в нашій державі і через складну військову ситуацію на сході, яка, на жаль, призводить до зростання кількості людей з інвалідністю. Ці обставини спричинили до розвитку нового напрямку в межах спорту для людей з інвалідністю в Україні – Ігор Нескорених. У світі ці змагання були започатковані також відносно нещодавно (2014 рік). Україна вперше брала участь у них у 2017 році і здобула 14 медалей різного гатунку.

Валерій Сушкевич – уповноважений президента з питань людей з інвалідністю, акцентує увагу на тому, що наші паралімпійці досягають високих результатів через вплив двох факторів: об'єктивного та суб'єктивного. Перший стосується унікальної системи фізичної культури для людей з інвалідністю. Так, була створена організація «Інваспорт», яка активно функціонує на території фактично усієї країни. Керівництво нею здійснюється як на державному (Міністерство молоді та спорту), так і на громадському рівні (Національний паралімпійський комітет). Суб'єктивний, своєю чергою, пов'язаний з особливим командним духом цієї категорії людей і прагненням до боротьби за свої права як на спортивній арені, так і у суспільному масштабі [7].

Аналіз різноманітних досліджень, публікацій, науково-методичних видань та інтерв'ю дотичних людей [4, 7, 8 та ін.] свідчить, що адаптивний спорт сьогодні набирає обертів в окремих аспектах свого розвитку. Україна постійно поповнює медальну скарбницю завдяки спортсменам з інвалідністю. При цьому є ще й важливі досягнення керівних структур спорту людей з інвалідністю в Україні, які активізують і посилюють його розвиток в нашій державі. Водночас ряд інших питань сьогодні залишаються актуальними і потребують належного розв'язання.

Мета: виявити місце і рівень розвитку адаптивного спорту в сучасній Україні.

Методи та організація дослідження. Для з'ясування проблемного поля обраної теми, визначення об'єкту, предмету і мети та обґрунтування отриманих результатів використовувався метод теоретичного аналізу та узагальнення даних літератури та мережі Інтернет.

Виклад основного матеріалу дослідження. Сьогодні складно зробити однозначний висновок щодо рівня та тенденцій розвитку адаптивного спорту в Україні. Першочергово це пов'язано з обмеженими можливостями біологічної і соціальної адаптації людей з інвалідністю в нашій державі. А це, однозначно, впливає на рівень розвитку адаптивного спорту у ній. Хоча, з іншого боку, адекватна спортивна підготовка і взаємодія можуть позитивно позначитися на зазначених складових розвитку людини з інвалідністю. Це породжує своєрідне замкнене коло зі значною кількістю бар'єрів.

Українське суспільство ще досі належним чином не адаптоване до потреб цієї особливої категорії людей. Це

пов'язано з багатьма обмежувачими факторами. І, мабуть, першочерговим із них є ставлення значної кількості населення до цієї проблеми. Стереотип, який заклав радянський період, що людина з інвалідністю якимось чином псує «ідеальне комуністичне суспільство», а відповідно має бути соціально ізолюваною, ще не до кінця витерся з свідомості українців. Водночас не можна стверджувати, що рух у цих питаннях відсутній. На сьогодні робляться окремі активні кроки, які відкривають доступ людям з інвалідністю до багатьох сфер діяльності. Зокрема, це стосується спорту.

На території України сьогодні функціонує незначна кількість спортивних залів, спеціально обладнаних для людей з інвалідністю, проте вони все ж відкриваються (Луцьк, Слов'янськ тощо). Окрім того, в с. Яворів, Турківського району розгортає свою діяльність Західний реабілітаційно-спортивний центр Національного комітету спорту інвалідів України. Його призначення – фізкультурно-спортивна реабілітація та оздоровлення людей з інвалідністю різних нозологічних груп. В соціальному аспекті місія центру – якісна підготовка спортсменів з інвалідністю до стартів на міжнародній, європейській, всеукраїнській спортивних аренах із зимових видів спорту. Водночас, в межах центру створені всі умови для підготовки і цілком здорових спортсменів [2, 7]. Ця діяльність має двосторонню мету. По-перше – це підготовка українських спортсменів до змагань, а по-друге – це психологічна інтеграція та реабілітації спортсменів з інвалідністю, яка полягає у створенні атмосфери рівності поміж людьми різних категорій.

Це без заперечення дуже важливий крок як в соціальному значенні для України, так і в особистісному контексті по відношенню до кожного спортсмена, котрий має ті чи інші вади у розвитку. Адже спорт, як складова суспільного життя має ряд рис, які роблять його важливим соціалізуючим фактором у житті людей загалом та людей з інвалідністю, зокрема. Спорту притаманна конкуренція, яка багато в чому є універсальним фактором прогресування у суспільстві. Якщо говорити про її значення для людей з інвалідністю, то беззаперечним фактом буде те, що конкуренція змушує боротися за себе, свої ідеали і цінності, свою позицію поряд з іншими тощо. Це своєрідний мотиваційний фактор, який необхідний «особливим людям» для самореалізації.

Окрім того, незаперечною є оздоровча роль спорту для людей з інвалідністю. Зрозуміло, що здебільшого не йдеться про цілковите оздоровлення, проте фізичний розвиток, який закономірно відбувається при заняттях спортом, позитивно впливає на функціональні можливості людей з інвалідністю. А це, своєю чергою, є вагомим фактором соціальної адаптації.

Загалом в Українському суспільстві простежується чітка тенденція до покращення умов і ставлення до людей з інвалідністю. Щодо спортивної діяльності, то з одного боку зміни відбулися і продовжують відбуватися в наступних напрямках: оновлюється законодавча база адаптивного спорту, що має на меті покращення умов для їхньої тренувальної та змагальної діяльності, матеріального забезпечення тощо; розбудовується спеціалізована спортивна інфраструктура для проведення якісних тренувань у різних видах спорту; працює принцип інклюзивності, який передбачає активну взаємодію зазначеної категорії спортсменів з цілком здоровими в межах тренувальної та змагальної діяльності. Окрім того, спортсмени з інвалідністю стають українськими героями, здобуваючи перемоги на змаганнях різного рівня, а отже, багато в чому українське суспільство починає відкидати радянські ідеали минулого століття, а отже зникає чітка диференціація на категорії «здоровий» і «інвалід».

Водночас, залишається і багато актуальних проблем, з якими ще доведеться боротися. При чому існують вони у кожному із зазначених вище напрямів. Зважаючи на те, що Україна лише відносно нещодавно включила принцип інклюзії в життя суспільства, то сьогодні необхідно продовжувати активний рух вперед, орієнтуючись на моделі до прикладу таких країн як США, Австралія, Франція та ін. Адже у цих державах вже давно фактично не існує розмежування між здоровими і людьми з інвалідністю, а отже і спорт розвивається на одному рівні. Цікавим прикладом цього є те, що люди з інвалідністю можуть підкорювати і найвищі вершини світу, як наприклад Ерік Вайнхермайер – незрячий спортсмен, який ще у 2001 році підкорив Еверест, а також з 2002 року є єдиним сліпим в числі 150 альпіністів, котрі виконали програму «Сім вершин» (підкорення найвищих вершин світу усіх континентів) [1]. Серед історично вагомих світових досягнень людей з інвалідністю варто виділити і стрибок з парашутом француза Марка Коппа (розсіяний склероз) з висоти 10 тис. м над Еверестом у 2013 році та підкорення найвищої вершини світу у 2018 році австралійцем Скоттом Дуланом (візочник).

Проводячи паралель на підкорення українцями, котрі мають ті чи інші вади у розвитку, варто згадати про підкорення найвищої вершини українських Карпат – Говерли (2017), Іваном Маслюком – хлопцем, котрий має діагноз – дитячий церебральний параліч [5]. На спеціальному візку і з допомогою друзів, він піднявся на вершину 2061 м над рівнем моря. Окрім того, він проїхав усю Європу на спеціально обладнаному велосипеді. Сьогодні це перетворилося у своєрідний відкритий проект, який залучає все більше зацікавлених людей і не лише з інвалідністю. Задум проекту – допомога людям з інвалідністю в реалізації мандрівних цілей.

Ці досягнення і справді можна вважати феноменальними, проте вони яскраво демонструють і те, що «інвалідність» – це багато в чому психологічне обмеження, яке встановлює для себе сама людина і, як не прикро, оточення в якому вона живе. Тому сьогодні дуже важливим є розуміння принципу інклюзивності і його повноцінна реалізація в українському суспільстві [3, 6 та ін.], зокрема в спортивній діяльності. Лише спільна і взаємодоповнююча робота різних ланок – від конкретної особистості до державних органів влади – дозволить налагодити якісну роботу з людьми з інвалідністю і виявити важливі резерви для їхньої самореалізації.

Висновок. В системі цінностей українського суспільства адаптивний спорт посідає вагоме місце, отримуючи все нові можливості для свого розвитку. Це доволі повільний процес, що є наслідком окремих негативних політичних, ментальних та психологічних впливів, проте в останні роки він суттєво активізується.

Робота в напрямку розвитку адаптивного спорту ведеться на різних рівнях – державному, громадському, особистісному тощо. Відповідно є і результати цієї роботи у вигляді зведених спеціалізованих спортивних споруд, затвердження нормативно-правових актів, орієнтація на принцип інклюзії у розвитку напрямку тощо.

Загалом можна ствердно зазначити, що адаптивний спорт має вагомий перспективи для розвитку в Україні сьогодні.

Перспективи подальших досліджень. Планується виявити види спорту, які мають вагомий вплив на соціалізацію особистості спортсменів з інвалідністю та проаналізувати можливі перспективи їх розвитку в Україні. Також планується виявити основні аспекти іноземного досвіду розвитку адаптивного спорту та можливості його екстраполяції на терени України.

Література

1. Вайхенмайер, Ерик [Електронний ресурс] / Вікіпедія. – Електронні дані. – Режим доступу: <https://ru.wikipedia.org/wiki/%D0%92%D0%B0%D0%B9%D1%85%D0%B5%D0%BD%D0%BC%D0%B0%D0%B9%D0%B5%D1%80,%D0%AD%D1%80%D0%B8%D0%BA> – Назва з екрану. – Дата перегляду : 15.04.2018.
2. Валерій Сушкевич: Мене тішить те, що проекти, спрямовані на покращення життя інвалідів, об'єднують президента, прем'єра та парламент [Електронний ресурс] / Вголос. – Електронні дані. – Режим доступу: http://vgolos.com.ua/articles/valeriy_sushkevych_mene_tishyt_te_shcho_proekty_spryamovani_na_pokrashchennya_zhyttya_in_validiv_obiednuuyut_prezydenta_premiera_ta_parlament_106371.html?print – Назва з екрану. – Дата перегляду : 4.04.2018.
3. Валицкая А.П. Инклюзивное образование образование для всех / А. П. Валицкая, В. А. Рабош // Социальная педагогика. – 2009. – №1. – С. 18–22.
4. Лише 2% людей з інвалідністю в Україні займаються спортом [Електронний ресурс] / Вгору: висока журналістика. – Електронні дані. – Режим доступу: <http://vgoru.org/index.php/prava-lyudini/item/23278-lyshe-2protsent-liudei-z-invalidnistiu-v-ukraini-zaimaiutsia-sportom> – Назва з екрану. – Дата перегляду : 24.03.2018.
5. Львів'янин з інвалідністю підкорив Говерлу на спец візку [Електронний ресурс] / Новое время. – Електронні дані. – Режим доступу: <https://nv.ua/ukr/ukraine/events/lviv-janin-z-invalidnistju-pidkoriv-goverlu-na-spetsvizku-foto-video-1254517.html> – Назва з екрану. – Дата перегляду : 18.04.2018.
6. Миськів Л. І. Принципи, завдання та функції інклюзивної освіти як світової моделі соціалізації осіб з обмеженими можливостями / Л. І. Миськів // Європейські перспективи. – 2013. – № 10. – С. 66-70.
7. Чому в Україні такий успішний паралімпійський спорт [Електронний ресурс] / 112.ua. – Електронні дані. – Режим доступу: <https://ua.112.ua/mnenie/chomu-v-ukraini-takyi-uspishnyi-paralimpiyskiy-sport-357306.html> – Назва з екрану. – Дата перегляду : 24.03.2018.
8. Taylor J. Psychological approaches to sport injury rehabilitation / Jim Taylor, Shel Taylor. – Maryland : Aspen publishers, Inc., 1997. – 332 p.

References

1. Vaikhenmaier Erik (2017), Wikipedia, available at: <https://ru.wikipedia.org/wiki/%D0%92%D0%B0%D0%B9%D1%85%D0%B5%D0%BD%D0%BC%D0%B0%D0%B9%D0%B5%D1%80,%D0%AD%D1%80%D0%B8%D0%BA> (accessed 15 April 2018).
2. Valery Sushkevich: I am pleased that the projects, aimed at improving of lives people with disabilities, unite the president, the prime minister and the parliament (2009), available at: http://vgolos.com.ua/articles/valeriy_sushkevych_mene_tishyt_te_shcho_proekty_spryamovani_na_pokrashchennya_zhyttya_in_validiv_obiednuuyut_prezydenta_premiera_ta_parlament_106371.html?print (accessed 4 April 2018).
3. Valitskaya A.P. (2009) "Inclusive education is education for all", Sotsyalnaia pedahohyka, Vol. 1, pp. 18–22.
4. "Only 2% of people with disabilities in Ukraine are engaged in sports", available at: <http://vgoru.org/index.php/prava-lyudini/item/23278-lyshe-2protsent-liudei-z-invalidnistiu-v-ukraini-zaimaiutsia> (accessed 24 March 2018).
5. "Lvivan disadvantaged Hoverla on special wheelchair", available at: <https://nv.ua/ukr/ukraine/events/lviv-janin-z-invalidnistju-pidkoriv-goverlu-na-spetsvizku-foto-video-1254517.html> (accessed 18 April 2018).
6. Myskiv L. I. (2013) "Principles, tasks and functions of inclusive education as a global model of socialization of persons with disabilities", Yevropeiski perspektyvy, no 10, pp. 66–70.
7. "Why is such a successful Paralympic sport in Ukraine?" available at: <https://ua.112.ua/mnenie/chomu-v-ukraini-takyi-uspishnyi-paralimpiyskiy-sport-357306.html> (accessed 24 March 2018).
8. Taylor J. (1997) "Psychological approaches to sport injury rehabilitation", 332 p.

УДК 796.011.3:373.62

Хрипач А.Г., старший викладач
Гулей К.С., старший викладач
Зелікова Т.І., старший викладач
Незгода С.П., викладач

Національний університет «Львівська політехніка»

ІННОВАЦІЙНІ ЗАСАДИ ПРОЦЕСУ ФОРМУВАННЯ НАВИЧОК ЗДОРОВОГО СПОСОБУ ЖИТТЯ У СТУДЕНТІВ ЗАКЛАДІВ ВИЩОЇ ОСВІТИ

Проаналізовано аспекти формування навичок здорового способу життя у студентів закладів вищої освіти. Доведено, що раціональна організація здорового способу життя студентів є запорукою збереження їхнього здоров'я. Метою проведеного дослідження було виявлення інноваційних засад цього процесу та з'ясування можливостей упровадження інноваційних технологій у ході формування навичок здорового способу життя у студентів. За результатами проведеної наукової розвідки виокремлено напрями інноваційної діяльності, які потребують