

МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ

Сумський державний університет

Факультет іноземної філології та соціальних комунікацій

Кафедра психології, політології та соціокультурних технологій

«До захисту допущено»

Завідувач кафедри,

професор, доктор політичних наук

\_\_\_\_\_ Андріана Костенко

(підпис) (Ім'я та ПРІЗВИЩЕ)

\_\_\_\_\_ 20 \_\_\_\_\_ р.

КВАЛІФІКАЦІЙНА РОБОТА

на здобуття освітнього ступеня «бакалавр»

зі спеціальності 231 «Соціальна робота»

освітньо-професійної програми «Соціальна робота»

на тему

«Інтеграція осіб з інвалідністю засобами формування спортивних звичок в

Сумській ТГ»

Здобувача (ки) групи Ср-01 Пирог Аліни Сергіївни

Кваліфікаційна робота містить результати власних досліджень. Використання ідей, результатів і текстів інших авторів мають посилання на відповідне джерело.

\_\_\_\_\_ Пирог Аліна Сергіївна

Керівник Доцент кафедри психології, політології та соціокультурних технологій, кандидат педагогічних наук, доцент Туляков Олег Олегович

\_\_\_\_\_ (посада, науковий ступінь, вчене звання, Ім'я та ПРІЗВИЩЕ)

(підпис)

Суми – 2024

## ABSTRACT

The qualification work is presented on 49 pages, it contains 2 sections, 4 illustrations, 1 appendix, and 17 sources in the reference list.

This research focuses on the impact of sports activities on the integration of individuals with disabilities into the educational environment and their social adaptation. It explores how forming sports habits can improve the quality of life and enhance self-realization for this group of individuals.

The object of the study is the process of forming sports activity using habit formation technologies among individuals with disabilities.

The aim of the study is to explore and analyze the possibilities of integrating individuals with disabilities into sports activities through habit formation technologies for sports activity.

The introduction defines the aim, object, subject of the study, tasks, relevance, and research methods. Chapter 1 analyzes the regulatory framework of the study, examines the characteristics of the target group, considers existing definitions of the concept of "social integration," and analyzes a case study. Chapter 2 analyzes the habit formation process and describes the testing of a lecture for children with disabilities on forming a habit of engaging in sports.

Based on the results of the work, conclusions and recommendations were made regarding the prospects for integrating individuals with disabilities through engagement in sports.

Keywords: person with a disability, integration, habit formation

## ЗМІСТ

<b>ВСТУП.....</b>	<b>4</b>
<b>РОЗДІЛ 1. ТЕОРЕТИЧНІ ОСНОВИ ІНТЕГРАЦІЇ ОСІБ З ІНВАЛІДНІСТЮ ДО СПОРТИВНОЇ ДІЯЛЬНОСТІ.....</b>	<b>7</b>
1.1.Аналіз вихідного кейсу інтеграції осіб з інвалідністю технологією формування звички до спортивної активності в Сумській територіальній громаді.....	7
1.2.Харктеристика цільової групи.....	12
1.3. Аналіз технології формування звички .....	17
Висновки до розділу 1.....	22
<b>РОЗДІЛ 2. ДОСЛІДЖЕННЯ ІНТЕГРАЦІЇ ОСІБ ІНВАЛІДНІСТЮ ТЕХНОЛОГІЄЮ ФОРМУВАННЯ ЗВИЧКИ ДО СПОРТИВНОЇ АКТИВНОСТІ.....</b>	<b>23</b>
2.1.Аналіз пілотної практики взаємодії з технологією формування звички.....	23
2.2.Етичні засади соціальної роботи з інтеграції осіб з інвалідністю до спортивної активності.....	36
Висновки до розділу 2.....	46
<b>ВИСНОВКИ.....</b>	<b>47</b>
<b>СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ.....</b>	<b>50</b>

## ВСТУП

**Актуальність дослідження.** Проблематика інтеграції осіб з інвалідністю наразі є актуальною з кількох причин. Військовий конфлікт в Україні спричинив суттєве збільшення кількості осіб з інвалідністю. Це пов'язано з травмами, які отримують військовослужбовці та цивільні особи, що постраждали від бойових дій. За даними Міністерства охорони здоров'я України, кількість осіб з інвалідністю зросла на 20% за останні два роки. Ця ситуація створює нові виклики для держави та суспільства щодо забезпечення повноцінного життя для осіб з інвалідністю, їх соціальної інтеграції та активного залучення до життя громади.

Суспільство постійно розвивається у напрямку включення різноманітності та нагальних потреб громадян. Інтеграція осіб з інвалідністю у всі аспекти життя, включаючи спорт, стає дедалі більш важливою для створення більш справедливого та рівного суспільства. Фізична активність має вирішальне значення для здоров'я та добробуту людей, в тому числі й тих, хто має обмеження за станом здоров'я. Спортивна активність допомагає попередити дезінтеграцію, сегрегацію та маргіналізацію.

Громадська організація "Ініціативи Слобожанщини" вже багато років займається активною підтримкою та інтеграцією осіб з інвалідністю у суспільне життя. Зважаючи на важливість наукового підходу до своєї діяльності, організація вирішила замовити кваліфікаційну роботу, яка б дослідила методи інтеграції осіб з інвалідністю шляхом формування звички доспорту.

Основною метою замовлення кваліфікаційної роботи є отримання науково обґрунтованих рекомендацій щодо оптимізації роботи організації. Спираючись на сучасні дослідження та інноваційні підходи, "Ініціативи

Слобожанщини" прагнуть підвищити ефективність своїх програм та покращити якість життя осіб з інвалідністю.

Інтегрований підхід дозволить особам з інвалідністю відчувати себе рівними, беручи участь у спільному занятті спортом з іншими людьми без обмежень у розвитку. Це сприяє їхньому нормальному розвитку, оскільки вони мають можливість взаємодіяти з однолітками, що є важливим для їхнього особистісного зростання. Проте, цим людям важко застосовувати специфічні навички, які вони набули у спеціалізованих закладах, в яких перебували раніше, у новому оточенні. Дослідження цієї теми дозволить розробити ефективні підходи до залучення осіб з інвалідністю до спортивних занять.

Сучасні технології, такі як віртуальна реальність, інтерактивні тренажери та мобільні додатки, відкривають нові можливості для інклюзивних спортивних програм та тренувань для людей з інвалідністю. Залучення осіб з інвалідністю до спорту може сприяти їхньому соціальному та економічному розвитку шляхом створення нових можливостей для зайнятості та підвищення рівня самостійності. Отже, дослідження цієї теми не втрачає свою актуальність у сучасному світі і може мати значний вплив на життя та благополуччя осіб з інвалідністю.

**Формулювання проблеми дослідження.** Головною проблемою, яка потребує рішення, є подолання соціальної ізоляції людей з фізичними, сенсорними та розумовими вадами розвитку. Один з ефективних способів розв'язання цієї проблеми - це впровадження адаптивних видів фізичної культури загалом та адаптивного спорту зокрема. Тренування з руховою активністю можуть відновлювати, розвивати та покращувати можливості людей з інвалідністю, сприяючи їх самореалізації, що в свою чергу підвищить рівень соціальної інтеграції та позитивно позначитися на розвитку суспільства в цілому.

**Предмет дослідження** - інтеграція осіб з інвалідністю у спортивну діяльність.

**Об'єкт дослідження** - процес формування спортивної активності за допомогою технологій формування звички серед осіб з інвалідністю.

**Мета дослідження** - вивчення та аналіз можливостей інтеграції осіб з інвалідністю у спортивну діяльність за допомогою технологій формування звички до спортивної активності.

Відповідно до сформульованої мети необхідно виконати наступні **завдання дослідження**:

1. Здійснити аналіз сучасного стану інтеграції осіб з інвалідністю у спорт, оцінка наявних програм та ініціатив залучення осіб з інвалідністю до спортивної діяльності в Сумській територіальній громаді.
2. Охарактеризувати технологічні засоби для формування звички до спортивної активності.
3. Апробувати лекцію як засіб формування звички до спортивної діяльності у дітей з інвалідністю.
4. Визначити етичні засади соціальної роботи щодо інтеграції осіб з інвалідністю до спортивної активності.

**Методи дослідження**: системний підхід і структурно-функціональний аналіз; порівняння, зіставлення, аналогія; аналіз, узагальнення; аналіз наукової літератури та документальних джерел; спостереження.

**Практичне значення отриманих результатів дослідження.** Результати дослідження можуть бути використані для розробки і впровадження програм інтеграції осіб з інвалідністю у спортивну діяльність з використанням технологій формування звички до спортивної активності. Розуміння потреб і можливостей осіб з інвалідністю у спорті дозволить покращити програми та послуги, що надаються для цієї групи населення. Результати дослідження можуть використовуватися для розробки та вдосконалення технологічних засобів, які допомагають особам з інвалідністю виконувати спортивні вправи та тренування, для проведення інформаційних кампаній та навчальних заходів з метою підвищення свідомості суспільства про важливість інтеграції та підтримки осіб з інвалідністю у спорті.

**Апробація з теми дослідження.**

**Структура роботи.** Кваліфікаційна робота складається зі вступу, двох розділів, висновків, списку використаних джерел та додатків. Загальний обсяг роботи 46 сторінок.

## **РОЗДІЛ 1. ТЕОРЕТИЧНІ ОСНОВИ ІНТЕГРАЦІЇ ОСІБ З ІНВАЛІДНІСТЮ ДО СПОРТИВНОЇ ДІЯЛЬНОСТІ**

### **1.1. Аналіз вихідного кейсу інтеграції осіб з інвалідністю технологією формування звички до спортивної активності в Сумській територіальній громаді**

Науковці розуміють поняття «інтеграція» як процес, у якому людина освоює знання, досвід, норми, цінності та стандарти поведінки, що є характерними для певного суспільства або соціальної групи, і включається до системи соціальних зв'язків і відносин, необхідних для її розвитку та життєдіяльності у суспільстві. Метою інтеграції є створення «суспільства для всіх», в якому кожен індивід має права та обов'язки та грає активну роль. Інтеграція виступає як мета, а також засіб соціального розвитку суспільства. Як засіб, вона відображає здатність суспільства розвиватися на основі принципів недискримінації, терпимості, поваги, рівних можливостей для всіх, включаючи осіб з особливими потребами [4, с.41].

Інтеграція людей з інвалідністю - це комплекс заходів, спрямованих на відновлення порушених або втрачених соціальних зв'язків та відносин осіб з інвалідністю, шляхом залучення до спортивної активності. Інтеграція осіб з інвалідністю до спортивних активностей вимагає розробки методології і методіки роботи з цією категорією осіб. Це складний процес, який потребує змін у відношенні до осіб з інвалідністю. Важливо забезпечити не лише матеріальну та гуманітарну підтримку, але й створити умови для розвитку

їхніх здібностей, особистості та потреб у соціальному, фізичному, моральному і духовному самовдосконаленні.

Кейс інтеграції осіб з інвалідністю до спорту - це конкретна ситуація або випадок, який демонструє процес залучення людей з обмеженими можливостями до спортивної діяльності. Кейс включає в себе опис особистого досвіду або історії успіху учасників, розгляд певних програм або проектів з інтеграції в спорт, аналіз проблем і викликів, з якими зіштовхуються люди з інвалідністю у спортивному середовищі, а також приклади ефективних підходів та інноваційних методик, що допомагають забезпечити успішну інтеграцію. Кейс інтеграції осіб з інвалідністю до спорту використовується для аналізу, вивчення та розробки стратегій сприяння фізичній активності та спортивній участі серед людей з різними видами інвалідності.

У Сумській територіальній громаді існує необхідність вдосконалення процесу інтеграції осіб з інвалідністю в спортивну діяльність. Незважаючи на існуючі зусилля та програми, багато осіб з інвалідністю зіткнулися з перешкодами при включенні до спортивних заходів через відсутність адаптованих умов та підходів до їхніх потреб.

При цьому, необхідно дослідити специфіку цієї проблеми на прикладі конкретних кейсів осіб з інвалідністю в Сумській територіальній громаді. Аналіз кейсів дозволить виявити конкретні перешкоди, з якими зіткнулися ці люди при спробі включитися в спортивні заходи, а також визначити можливі шляхи їх подолання та поліпшення умов для інтеграції в спортивну діяльність.

Проаналізуємо кейс: «У Сумській гімназії виявили великий потенціал для інтеграції осіб з інвалідністю у спортивну діяльність. Один із учнів, Дмитро, має фізичну інвалідність та виявляє зацікавленість у заняттях спортом, але відчуває труднощі у формуванні звички до спортивної активності через обмежену доступність адаптованих тренувальних програм.

Після дослідження сучасного стану інтеграції осіб з інвалідністю у спортивну діяльність в гімназії виявлено, що існуючі програми недостатньо враховують потреби таких учнів. Дмитро, наприклад, не мав можливості



приєднатися до існуючої спортивної команди через відсутність адаптованих тренувань.

Для розв'язання цієї проблеми, вчителі фізичної культури спільно з педагогами-дефектологами розробили інноваційну програму інтеграції. Ця програма включала в себе індивідуальні підходи до навчання Дмитра, а також застосування технологій формування звички до спортивної активності, таких як використання відеоматеріалів для демонстрації вправ, залучення адаптованих тренувальних пристроїв та спеціально підготовлених інструкторів.

Після впровадження програми інтеграції Дмитро почав активно брати участь у спортивних змаганнях та подіях в рамках гімназії, досягаючи значних успіхів. Його приклад став стимулом для інших учнів з інвалідністю, які також почали активніше виявляти інтерес до спорту та приєднуватися до спортивних колективів. Таким чином, інтеграція осіб з інвалідністю технологією формування звички до спортивної активності в Сумській гімназії стала успішним прикладом вдосконалення навчального процесу та підтримки різноманітності учнівського контингенту».

Проблема дослідження на основі даного кейсу полягає у виявленні та вирішенні перешкод, що стоять на шляху інтеграції осіб з інвалідністю у спортивну діяльність в Сумській гімназії. Незважаючи на наявність інтересу та потенціалу учнів з інвалідністю для занять спортом, існуючі програми та умови не враховують їхні потреби та можливості. Також встановлено, що існують завдання, які потребують вирішення:

- дослідити потреби та інтереси учнів з інвалідністю щодо занять спортом у закладі де перебуває особа з інвалідністю;
- виявити існуючі перешкоди та недоліки у програмах і умовах спортивної діяльності для осіб з інвалідністю;
- розробити та впровадити інноваційні програми та підходи для інтеграції осіб з інвалідністю у спортивну діяльність;

- забезпечити доступність адаптованих тренувальних програм та умов для занять спортом для осіб з різними видами інвалідності;

- оцінити ефективність впроваджених заходів та їх вплив на соціальну інтеграцію та успішність осіб з інвалідністю у спортивній діяльності. Вирішення цих завдань сприятиме створенню сприятливого середовища для інтеграції осіб з інвалідністю у спорт та покращить їхні можливості для розвитку та досягнення успіхів у цій сфері [10, с.52].

На території Сумської територіальної громади мешкає значна кількість осіб з інвалідністю, які виявляють зацікавленість у включенні до спортивної діяльності. Ці люди мають різні види інвалідності, від фізичних до інтелектуальних, і для них спорт може бути важливим аспектом фізичного, соціального та психологічного розвитку.

Проте наявність інвалідності може стати перешкодою для доступу до спортивних заходів і може викликати недостатню увагу до їхніх потреб та можливостей у цій сфері. Однак через розвиток програм інклюзивного спорту та сприятливих умов для інтеграції, ця проблема може бути вирішена.

Аналіз кейсу інтеграції осіб з інвалідністю в спортивну діяльність на території Сумської територіальної громади дозволить виявити проблемні аспекти та потреби цієї групи населення, а також спрямує увагу на можливості та перспективи подальшого розвитку інклюзивного спорту в регіоні.

Аналіз нормативно-правових документів у сфері інтеграції осіб з інвалідністю технологією формування звички до спортивної активності важливий для забезпечення прав осіб з інвалідністю та визначення способів підтримки їх спортивних інтересів. Зокрема, Закон України «Про соціальні послуги» визначає правові засади надання соціальних послуг, включаючи підтримку інтеграції осіб з інвалідністю у спортивну діяльність, Закон України «Про фізичну культуру і спорт» встановлює загальні принципи організації та розвитку спорту в Україні, включаючи забезпечення доступності для осіб з інвалідністю, Конвенція ООН про права людини з інвалідністю забезпечує права осіб з інвалідністю на рівність у всіх сферах життя, включаючи фізичну

активність та спорт, Державна програма розвитку фізичної культури та спорту до 2025 року містить стратегічні завдання та заходи щодо підтримки інтеграції осіб з інвалідністю у спорт, Державні стандарти соціальних послуг визначають вимоги до надання соціальних послуг, включаючи спортивні програми для осіб з інвалідністю, Міжнародні та національні спортивні програми для осіб з інвалідністю забезпечують регулятивну базу та фінансову підтримку для розвитку спортивних можливостей для цієї категорії населення.

Аналіз цих нормативно-правових документів допомагає зрозуміти обов'язки держави у підтримці інтеграції осіб з інвалідністю у спортивну діяльність, а також визначити можливості для вдосконалення законодавства з цієї сфери.

Зважаючи на кейс дослідження на прикладі Сумської гімназії аналіз нормативно-правових документів щодо інтеграції осіб з інвалідністю у спортивну діяльність включає розгляд наступних аспектів:

- Законодавство про права людини з інвалідністю: основними документами є Конституція України, Конвенція ООН про права людини з інвалідністю та національні закони, які гарантують рівні права та можливості для осіб з інвалідністю, включаючи доступ до спортивних заходів та можливість участі у спортивних колективах;

- нормативно-правові акти щодо інклюзивної освіти та фізичного виховання, адже важливо перевірити наявність відповідних нормативно-правових актів, які стимулюють інтеграцію осіб з інвалідністю у спорт, зокрема в гімназії;

- документи, що регулюють функціонування спортивних організацій та клубів для того, аби дослідити чи існують вимоги та норми щодо інклюзивності та доступності для осіб з інвалідністю у спортивних клубах та програмах;

- програми та стратегії влади та установ у сфері фізичної культури та спорту з метою перевірки наявності програм або стратегій, спрямованих на

забезпечення доступності та інклюзивності у спортивній діяльності для осіб з інвалідністю в Сумській гімназії відповідно до кейсу [8, с.14].

Аналіз цих нормативно-правових документів допоможе зрозуміти, наскільки відповідність законодавчих актів у сфері спорту відповідає потребам та правам осіб з інвалідністю, а також визначити можливі напрями удосконалення законодавства для забезпечення більшої інтеграції та доступності спортивної діяльності для цієї категорії населення.

## **1.2.Харктеристика цільової групи**

Цільова група осіб з інвалідністю включає в себе людей з різними видами обмежень у фізичному, психічному або інтелектуальному розвитку. Ці особи можуть мати різні ступені інвалідності, від легких до важких, що впливає на їхні можливості та потреби.

Цільова група включає такі категорії осіб з інвалідністю:

- фізична інвалідність - люди з обмеженими можливостями руху, в тому числі внаслідок травм, захворювань або вроджених вад;
- сенсорна інвалідність - особи з порушеннями зору, слуху або інших сенсорних функцій;
- інтелектуальна інвалідність - люди з порушеннями розумового розвитку або інтелектуальними обмеженнями, які можуть впливати на їхню здатність до навчання та самостійного життя;
- психічна інвалідність - особи з психічними розладами, такими як депресія, шизофренія, тривожність тощо.

Цільова група осіб з інвалідністю має різні потреби та можливості, тому важливо враховувати їхні індивідуальні особливості при розробці програм та послуг з інтеграції в спортивну діяльність. Такі програми повинні бути адаптованими та доступними для всіх членів цільової групи, сприяючи їхньому фізичному, соціальному та емоційному розвитку [10, с.53].

Цільова група, представлена учнями з інвалідністю у Сумській гімназії, відповідно до розглянутого кейсу, потребує уваги та спеціального підходу для успішної інтеграції у спортивну діяльність. Для цього необхідно враховувати певні критерії вразливості осіб з інвалідністю під час роботи з ними. Особи з фізичною інвалідністю можуть стикатися з обмеженою можливістю рухатися або виконувати певні фізичні вправи, що ускладнює їхню участь у спортивних заняттях.

Відсутність адаптованих тренувальних програм та недостатнє врахування потреб осіб з інвалідністю може перешкоджати їхній участі у спортивних заходах та змаганнях. Особи з інвалідністю можуть відчувати відчуженість та відсутність підтримки через обмежену участь у спортивних активностях та подіях.

Можливі ресурси для роботи з цільовою групою:

- індивідуальні підходи: розробка індивідуальних програм та методів навчання дозволить врахувати потреби кожної особи з інвалідністю та забезпечити їм ефективний спортивний розвиток;
- використання технологій: використання відеоматеріалів для демонстрації вправ, а також адаптованих тренувальних пристроїв допоможе особам з інвалідністю краще засвоювати та виконувати спортивні завдання;
- спеціальна підготовка інструкторів: навчання фахівців, які мають досвід роботи з людьми з інвалідністю, дозволить забезпечити відповідний підхід та підтримку особам з інвалідністю під час занять спортом [8, с.43].

Застосування цих можливостей дозволить створити сприятливі умови для успішної інтеграції осіб з інвалідністю у спортивну діяльність та забезпечити їм рівні можливості для розвитку та досягнення успіхів у цій сфері.

Психологічні особливості осіб з інвалідністю можуть впливати на їх бажання та здатність брати участь у спортивних активностях. Деякі з них включають:

- самооцінку та впевненість: особи з інвалідністю можуть відчувати недостатню самооцінку або втрату впевненості у своїх здібностях, особливо якщо вони стикнулися зі своєю обмеженою фізичною здатністю, тож підтримка та позитивне підходження можуть допомогти їм подолати ці перешкоди;

- страх перед відхиленням: особи з інвалідністю можуть боятися вибіркового ставлення або відхилень через їхню інвалідність, що може призвести до недостатньої мотивації для участі в спортивних заходах;

- фізичний дискомфорт або біль, адже деякі види інвалідності можуть супроводжуватися фізичним дискомфортом або болем, що може робити спортивні заняття менш привабливими;

- потреба у підтримці та адаптації: особи з інвалідністю можуть потребувати спеціальної підтримки та адаптації обладнання для залучення до спортивних заходів, а недостатня доступність такої підтримки може відлякати їх від участі;

- соціальна ізоляція: особи з інвалідністю можуть відчувати соціальну ізоляцію або відчуття відчуження, що робить важчим для них залучення до групових спортивних заходів або командних видів спорту.

Залучення до спортивних активностей вимагає розуміння цих психологічних аспектів та створення сприятливого середовища, де інваліди можуть почувати себе підтримані, мотивовані та комфортно для участі.

Робота з особами з фізичною інвалідністю при залученні до спортивної активності вимагає особливого підходу та урахування специфічних потреб цієї категорії осіб. Проаналізуємо деякі ключові аспекти специфіки такої роботи:

- індивідуальний підхід - кожна особа з фізичною інвалідністю має свої особливі можливості та обмеження. Тому важливо розробляти індивідуальні програми залучення до спорту, враховуючи особливості їхнього здоров'я, фізичних можливостей та інтересів;

- адаптовані програми - необхідно створювати спеціальні адаптовані тренувальні програми, які враховують потреби осіб з фізичною інвалідністю,

що може включати в себе використання спеціальних обладнань, модифікацію вправ та інші адаптації;

- підготовка фахівців - тренери та інші фахівці, що працюють з цією категорією осіб, повинні мати відповідну підготовку та розуміння специфіки роботи з фізично інвалідними, вони повинні бути компетентними в адаптації тренувальних програм та наданні підтримки;

- психологічна підтримка - особи з фізичною інвалідністю можуть зіткнутися з психологічними труднощами у процесі занять спортом, тому важливо надавати їм психологічну підтримку та стимулювати позитивне ставлення до занять;

- створення доступного середовища: спортивні заклади та обладнання повинні бути доступними для осіб з фізичною інвалідністю, що включає в себе наявність пандусів, спеціального обладнання та інших зручностей [15, с.52].

Загалом, робота з особами з фізичною інвалідністю при залученні до спортивної активності вимагає комплексного підходу та уваги до їхніх потреб, здоров'я та комфорту. Врахування цих аспектів дозволить ефективно підтримувати їхню активність та впевненість у власних силах у світі спорту.

Спортивна активність має значення для людей з інвалідністю з багатьох аспектів. Спорт може сприяти покращенню фізичного здоров'я, зміцненню м'язів, покращенню координації рухів та розвитку здатності до самообслуговування. Це може допомогти зменшити ризик виникнення вторинних ускладнень внаслідок інвалідності. Участь у спортивних заходах може позитивно впливати на психічний стан інвалідів, підвищуючи їхній настрій, знижуючи рівень стресу та покращуючи самопочуття. Спорт може допомогти відчувати себе частиною команди або спільноти, що зменшує відчуття соціальної ізоляції.

Участь у спортивних заходах може сприяти підтримці соціальних зв'язків та взаємодії з іншими людьми. Вона створює можливість для спілкування, спільної діяльності та взаємопідтримки в межах спортивної команди або спільноти. Спорт сприяє розвитку різних навичок і вмінь, таких

як співпраця, лідерство, дисципліна, вміння працювати в команді та приймати рішення. Ці навички можуть бути корисними не лише у спорті, але й у повсякденному житті. Успіхи у спорті можуть сприяти підвищенню самооцінки та самоповаги у людей з інвалідністю. Вони можуть переконатися в своїх здібностях та досягненнях, що допомагає побороти внутрішні бар'єри та перешкоди.

Наукове забезпечення сфери фізичної культури та спорту для осіб з інвалідністю включає проведення відповідних наукових досліджень, наявність необхідних навчальних матеріалів, методичних розробок, видання спеціалізованих науково-методичних журналів та організацію конференцій. Важливо також реалізувати спеціальну адаптаційну програму, спрямовану на підвищення самооцінки, професійних навичок і корисних умінь для людей із вадами здоров'я. Створення адаптаційного центру з використанням сучасних інформаційних технологій може допомогти у цьому процесі.

Зайняття фізичними вправами та спортом як відпочинок мають важливе психологічне значення. Особам з інвалідністю важливо розглядати тренування не лише як зусилля для підвищення сили і перемоги над собою, але й як джерело радості. Спорт дозволяє відновити ігрову активність, що відображає потребу в вираженні радості життя. Це полегшує і прискорює процес повернення інвалідів у суспільство та визнання їх як рівноправних громадян. Існують види спорту та ігри, у яких особи з інвалідністю можуть брати участь разом із здоровими людьми, наприклад, сидячи в кріслах-колясках, стріляючи з лука, граючи в кеглі, настільний теніс тощо [4, с.41].

Фізична культура та спорт вважаються дієвими інструментами для соціальної реінтеграції інвалідів у суспільство. Оздоровча фізична активність та зайняття спортом виступають сильними стимулами, що сприяють відновленню або встановленню контакту з оточуючим світом. Однак, у навчальних закладах нашої країни спостерігається недооцінка важливості фізичної культури та спорту для людей з обмеженими можливостями.



Отже, урахування особливостей процесів соціальної адаптації, реабілітації та інклюзії у людей з особливими потребами, а також їхніх вікових особливостей та складної структури проблем, дозволяє вибрати відповідні заходи для досягнення максимального рівня їх інтеграції у суспільство. Згідно з думкою багатьох фахівців, одним із найбільш ефективних засобів досягнення соціальної інтеграції є заняття фізичною культурою та спортом.

### **1.3. Аналіз технології формування звички**

Технологія формування звички - це систематичний підхід до розвитку певних навичок або звичок через послідовне застосування спеціальних методів та прийомів. В контексті інтеграції осіб з інвалідністю в спортивну діяльність, технологія формування звички може бути використана для полегшення процесу навчання та підтримки розвитку спортивних навичок.

Основні складові технології формування звички включають:

- цільове планування: встановлення конкретної мети, яку потрібно досягти шляхом формування певної звички, наприклад, мета може бути участь у спортивних змаганнях або регулярні заняття фізичною активністю;
- поступовість: поступове збільшення складності та тривалості тренувань, починаючи з простих вправ і поступово переходячи до складніших;
- послідовність: визначення послідовності кроків або етапів, необхідних для формування звички, наприклад, початкові етапи можуть включати навчання основних рухів, а потім переходити до вправ зі спеціальним обладнанням;
- підсилення: використання позитивних посилень та похвал для стимулювання правильних дій і зусиль, наприклад, похвала за досягнення певних результатів у спортивних змаганнях;
- повторення: повторення тренувань та вправ для закріплення знань та навичок, постійна практика допомагає у закріпленні звички та покращенні результатів;

- адаптація: врахування індивідуальних особливостей та можливостей учнів з інвалідністю та адаптація методів та вправ до їх потреб.

Технологія формування звички може бути ефективним інструментом для покращення спортивної активності осіб з інвалідністю та сприяти їх інтеграції в спортивне середовище.

Технологія формування звички в науково-методичних джерелах зазвичай описується як систематичний підхід до створення та закріплення корисних звичок у людей. Ця технологія базується на психологічних принципах і методах, які спрямовані на поетапне формування потрібної поведінки через певні стратегії та методи впливу.

Основні елементи технології формування звички включають:

- мету: чітко визначені завдання та мета, які досягаються через формування певної звички;

- стадії формування: розділення процесу на послідовні стадії, які включають у себе аналіз поточного стану, встановлення конкретних завдань, навчання та практику, закріплення звички та підтримка результатів;

- методи навчання: використання різноманітних методів і прийомів для ефективного закріплення нової звички, таких як позитивне підкріплення, моделювання поведінки, систематичне тренування тощо;

- моніторинг і контроль: система контролю за процесом формування звички, яка включає у себе аналіз результатів, виправлення помилок та коригування стратегій навчання;

- підтримка результатів: забезпечення умов для подальшого утримання звички та підтримки досягнутих результатів у майбутньому [16, с.69].

Технологія формування звички вивчається у рамках психології, педагогіки, спортивної науки та інших галузях. Вона є важливим інструментом для розвитку людського потенціалу та досягнення позитивних змін у поведінці та житті людини.

Застосування технології формування звички до спортивної активності може призвести до ряду позитивних результатів для цільової групи осіб з

інвалідністю. Технологія формування звички допомагає учням з інвалідністю вдосконалювати свої фізичні навички і вміння, що є ключовим для покращення їх спортивної витривалості, координації та рухливості.

Засоби технології, такі як відеоінструкції та адаптовані тренувальні пристрої, можуть стимулювати учнів до активної участі в спортивних заняттях, збільшуючи їх мотивацію та інтерес до занять спортом. Учасники можуть відчувати підвищену впевненість у собі та покращення свого самопочуття через досягнення успіхів у спорті, що сприяє позитивній самооцінці та самоповазі.

Формування звички до спортивних активностей у людей з інвалідністю може бути складним процесом, але включає деякі ключові етапи:

- свідоме рішення: перший крок - це свідоме прийняття рішення про важливість спортивних активностей для свого фізичного і психологічного здоров'я, адже особа з інвалідністю повинна відчувати мотивацію і бажання розпочати займатися спортом;

- постановка конкретної мети: важливо визначити чітку мету, яку людина хоче досягти через спортивну діяльність, це може бути покращення фізичного стану, психологічного благополуччя, соціальна інтеграція або досягнення певного спортивного результату;

- розробка плану дій: особа повинна розробити конкретний план дій для досягнення своєї мети і це може включати вибір конкретних видів спорту або фізичних вправ, графік тренувань, вибір місця для занять і необхідне обладнання;

- поступове впровадження: формування звички вимагає поступового підходу, адже особа може почати з невеликих, реалістичних цілей та поступово збільшувати їх складність та інтенсивність з часом;

- створення підтримки та мотивації: підтримка з боку родини, друзів, тренера або спільноти може значно полегшити формування звички. Мотивація може бути зміцнювана через позитивний досвід, визнання досягнень та взаємодію з однодумцями;

- постійна практика та наполегливість: для того, щоб звичка стала сталою, потрібна постійна практика і наполегливість. Особа з інвалідністю повинна регулярно займатися спортом, навіть коли виникають труднощі або перешкоди;

- оцінка та корекція: важливо постійно оцінювати свій прогрес і вносити корективи у план дій за необхідності, що допоможе підтримувати мотивацію та досягати поставлених цілей;

- інтеграція у повсякденне життя: нарешті, звичка до спортивних активностей повинна стати невід'ємною частиною повсякденного життя особи з інвалідністю, і це може стати ключем до підтримки хорошого фізичного, психологічного та соціального благополуччя [17, с.52].

Технологія може відігравати значну роль у формуванні звички до занять спортом серед осіб з інвалідністю. Розглянемо деякі способи, які технологія може бути використана для цього. Інтернет та мобільні додатки можуть надавати доступ до інформації про різні види спорту, програми тренувань та поради з фізичної активності для людей з різними видами інвалідності. Це дозволяє особам з інвалідністю знайти інформацію та ресурси, які відповідають їхнім потребам і можливостям.

Віртуальна реальність (VR) та різноманітні відеоігри можуть бути використані для створення іммерсивних інтерактивних середовищ, які стимулюють фізичну активність та сприяють формуванню звички до занять спортом. Наприклад, VR-ігри з фізичними вправами можуть бути цікавим та ефективним засобом стимулювання активності у віртуальній реальності.

Для людей з інвалідністю можуть бути доступні спеціальні технологічні засоби адаптації, які дозволяють виконувати спортивні вправи або взаємодіяти з тренажерами за допомогою спеціальних пристроїв або інтерфейсів. Це може включати електронні керуючі пристрої, спеціальні підтримуючі пристрої або програмне забезпечення для адаптації інтерфейсу. Соціальні мережі та онлайн спільноти можуть створювати можливості для спілкування, підтримки та взаємодії з іншими людьми з інвалідністю, які також цікавляться спортом. Це

стимулює взаємопідтримку, обмін досвідом та мотивацію до регулярних тренувань.

Сучасні пристрої для відстеження активності, такі як фітнес-трекери та смарт-годинники, можуть надавати особам з інвалідністю зручний спосіб моніторити їхню фізичну активність, відстежувати прогрес та стимулювати досягнення цілей. Загалом, використання технології може значно полегшити процес формування звички до занять спортом серед осіб з інвалідністю, надаючи їм доступ до ресурсів, мотивації та підтримки, необхідних для успішного впровадження фізичної активності у їхнє повсякденне життя.

Участь у спортивних заходах та тренуваннях разом з іншими учнями створює можливість для осіб з інвалідністю відчувати себе частиною спільноти, що сприяє їх соціальній інтеграції. Регулярна спортивна активність допомагає підтримувати загальний рівень фізичного та психічного здоров'я учасників, що є важливим для їх загального благополуччя та добробуту. Ці результати показують, що застосування технології формування звички може мати значний позитивний вплив на цільову групу осіб з інвалідністю у спортивній діяльності [3, с.52].

Таким чином, інвалідність, що спричинена розладами у розвитку, труднощами у самообслуговуванні, спілкуванні, набутті професійних навичок та іншими причинами, може призводити до соціальної ізоляції індивідів з інвалідністю. Щоб включити їх до існуючої системи суспільних відносин, суспільству потрібно прикласти певні додаткові зусилля та засоби. Ефективність цих заходів забезпечується розумінням сутності, завдань та закономірностей процесу соціальної інтеграції та її компонентів, таких як соціальна адаптація, реабілітація та інклюзія.

Важливим фактором у цьому процесі є формування в осіб з інвалідністю потреби у регулярних заняттях фізичною культурою та спортом. Це може сприяти підвищенню рівня їх соціальної інтеграції та мати позитивний вплив на соціально-культурний і моральний розвиток суспільства в цілому.

Докладний аналіз вищезазначених аспектів може стати предметом подальших досліджень з цієї проблематики.

## **Висновки до розділу 1**

Отже, у розділі «Теоретичні основи інтеграції осіб з інвалідністю до спортивної діяльності» було досліджено широкий спектр теоретичних підходів, концепцій та методик, спрямованих на стимулювання участі людей з інвалідністю у спорті. Використання різноманітних теоретичних рамок дозволило розглянути питання соціальної, психологічної та фізичної інтеграції цільової аудиторії.

Першочерговою метою розділу було з'ясування значення спортивної діяльності для людей з інвалідністю та визначення теоретичних засад, що лежать в основі процесу їхньої інтеграції в цю сферу. Відзначено, що спорт є не лише засобом фізичного відновлення та збереження здоров'я, але й ефективним інструментом соціальної реінтеграції, підвищення самооцінки та психологічного благополуччя.

Аналіз теоретичних джерел дозволив визначити ключові аспекти інтеграції осіб з інвалідністю у спортивну діяльність, серед яких варто виділити психологічні аспекти формування позитивного ставлення до фізичних навантажень та самооцінки, соціальні аспекти, що передбачають створення сприятливих умов для взаємодії та підтримки в спортивних колективах, а також фізичні аспекти, які враховують особливості тренувального процесу та необхідність використання адаптованих методик та обладнання.

Основні висновки розділу підкреслюють необхідність комплексного підходу до інтеграції осіб з інвалідністю у спортивну діяльність, що передбачає поєднання психологічної підтримки, соціальної адаптації та фізичної підготовки. Дослідження теоретичних аспектів інтеграції дозволяє розробляти ефективні стратегії та програми, спрямовані на стимулювання активної участі осіб з інвалідністю у спорті та досягнення їхнього повноцінного соціального та фізичного розвитку.

## **РОЗДІЛ 2. ДОСЛІДЖЕННЯ ІНТЕГРАЦІЇ ОСІБ З ІНВАЛІДНІСТЮ ТЕХНОЛОГІЄЮ ФОРМУВАННЯ ЗВИЧКИ ДО СПОРТИВНОЇ АКТИВНОСТІ**

### **2.1. Аналіз пілотної практики взаємодії з технологією формування звички**

У процесі підготовки та реалізації програми інтеграції осіб з інвалідністю шляхом формування звички до спорту було визнано необхідність співпраці з громадськими організаціями, які мають досвід роботи в цій сфері. Однією з таких організацій є "Ініціативи Слобожанщини", яка активно займається підтримкою осіб з інвалідністю. Установлення партнерства з цією організацією було важливим кроком для успішної реалізації нашої роботи.

Громадська організація "Ініціативи Слобожанщини" очільником якої є Саса Анатолій Іванович була заснована в 2008 році та з того часу займається широким спектром соціальних проєктів, спрямованих на підтримку та інтеграцію осіб з інвалідністю. Організація має багатий досвід в організації спортивних заходів, культурних подій та освітніх програм для цієї категорії населення. Завдяки професійному підходу та інноваційним методам роботи, "Ініціативи Слобожанщини" здобула визнання не лише на регіональному, а й на національному рівні.

Перший крок у напрямку встановлення партнерства полягав у проведенні зустрічі з представниками "Ініціатив Слобожанщини". Зустріч відбулася у листопаді 2023 року в Сумах, де розташований головний офіс організації. На зустрічі були присутні керівники нашої ініціативи та

представники "Ініціатив Слобожанщини", включаючи директора організації, координаторів проєктів та представників цільової аудиторії.

Під час зустрічі було презентовано наш проєкт, його цілі та очікувані результати. Представники "Ініціатив Слобожанщини" поділилися своїм досвідом та досягненнями в роботі з особами з інвалідністю. Обговорювалися можливі форми співпраці, зокрема організація спільних спортивних заходів, тренінгів, а також обмін інформацією та методичними матеріалами.



**Рис. 2.1.** Захід «Знайомств з ГО , налагодження партнерських стосунків»

За підсумками зустрічі було досягнуто домовленостей про спільну роботу над кількома важливими напрямками роботи.

Під час пілотної практики взаємодії з технологією формування звички до зайняття спортом серед осіб з інвалідністю, було організовано та проведено захід під керівництвом Саси Анотолія Івановича для дітей з інвалідністю Сумської територіальної громади з теми «Спортивна активність та формування звички до спорту», який був спрямований на ознайомлення дітей з видами спорту та іншими спортивними активностями і можливістю їх активного залучення (рис.2.1). Цей захід відіграє важливу роль у вихованні у



дітей з інвалідністю інтересу до фізичної активності та спортивного способу життя.



**Рис.2.2.** Учасники заходу «Спортивна активність та формування звички до спорту» для дітей з інвалідністю

На заході були представлені різноманітні види спортивної активності, враховуючи різні можливості учасників заходу. Діти ознайомилися з такими видами, як бадмінтон, баскетбол для осіб з інвалідністю, плавання, настільний теніс, а також адаптивні види фізичної активності. Крім того, на заході були представлені інформаційні стенди, доповіді де діти могли дізнатися більше про можливості зайнятися спортом для осіб з інвалідністю.

Цей захід не тільки дозволяє дітям з інвалідністю знайомитися з різноманітними видами спортивної активності, але й є вирішальним кроком у формуванні в них звички до зайняття спортом. Він надав дітям можливість відчувати радість від фізичної активності, знайти для себе відповідний вид спорту та зберегти інтерес до нього на майбутнє.

На заході було представлено мотивуючі результати параолімпійців у різних видах спорту, що створило надзвичайно натхненну атмосферу та додало віри та мотивації учасникам. Параолімпійці — це справжні герої, які демонструють вражаючі досягнення у спорті, незважаючи на будь-які обмеження чи перешкоди.

Під час заходу було представлено відео та фотоматеріали з переможними виступами параолімпійців на різних змаганнях. Учасники мали можливість побачити, як ці надзвичайні спортсмени володіють найкращими видами спорту, як змагаються на міжнародній арені та як досягають своїх цілей, незважаючи на будь-які труднощі. Кожен присутній міг побачити, як параолімпійці рухаються від поразки до перемоги, як вони відчують себе справжніми чемпіонами та як вони відчують відданість та наполегливість. Ці історії стали невід'ємною частиною мотиваційної програми заходу, надихаючи дітей з інвалідністю на досягнення своїх власних спортивних цілей.

Представлення успіхів параолімпійців підкреслило важливість віри у власній силі та непереборної волі в досягненні мрій. Вони стали живим прикладом того, що навіть у найважливіших умовах досягають великих успіхів, якщо вірити у себе та працювати наполегливо. Такі історії стали джерелом натхнення для всіх присутніх, надаючи їм силу та енергію для подальших зусиль у спорті та в житті.

Мета заходу - створення сприятливого середовища для дітей з інвалідністю, де вони можуть не лише брати участь у спортивних заняттях, але й отримати позитивний досвід та мотивацію для подальшої спортивної діяльності. Основні напрямки реалізації даної мети - сприяти фізичному, психологічному та соціальному розвитку дітей з інвалідністю через активність та спорт.

На даному етапі дослідження стояли такі завдання:

- вивчити педагогічні умови формування мотивації осіб з інвалідністю у процесі фізичного виховання та спортивної активності;

- з'ясувати ставлення дітей з інвалідністю до різних форм і видів зайнятості з фізичного виховання;
- визначте специфіку взаємозв'язку мотивації дітей з інвалідністю з різним рівнем їх рухової активності та показниками фізичного здоров'я;
- дослідження структури поетапного формування звички до спортивної активності й оцінити її ефективність.

Шляхом організації різноманітних спортивних ігор, змагань та тренувань, учасники мають можливість розвивати свої фізичні здібності, покращувати координацію та силу, а також відчувати радість від спільного поняття спорту. Крім того, такий захід сприяє формуванню у дітей звички до здорового способу життя, підтримує їхній інтерес до спорту та мотивує до постійного самовдосконалення. Важливою частиною цих завдань є інклюзивний аспект заходу, який передбачає залучення дітей з інвалідністю до спільних спортивних активностей з дітьми без обмежень. Це сприяє формуванню толерантного та дружнього середовища, де кожна дитина відчуває себе важливою та повноправним членом спортивного колективу.

На заході учасникам була донесена інформація про важливість формування технології формування звички для досягнення спортивної активності, яка є ключовою для забезпечення здорового способу життя та загального фізичного та психічного благополуччя. За допомогою спеціально розроблених технологій та інноваційних підходів учасникам було пояснено, як спорт може стати не лише розважальним заняттям, але й життєво важливою частиною їх повсюдного режиму.

Під час дискусії учасники поділилися власними заннями про користь фізичної активності для здоров'я, яка включає покращення фізичної форми, зміцнення м'язів та кісток, покращення кровообігу та зниження ризику розвитку хвороб. Було наголошено на тому, що спорт сприяє поліпшенню настрою, зниженню стресу та тривожності, підвищеною самооцінкою та відчуттям впевненості. Обговорено важливість спортивних заходів як місця для спілкування, співпраця та підтримка одного. Учасники розуміють, що

спорт може бути засобом зближення та інклюзії, де кожен може відчувати себе прийнятним та цінним членом команди чи спортивного колективу. Діти з інвалідністю, які були учасниками заходу відчули важливість регулярності та спортивності у поняттях спорту як ключового фактора у формуванні звички. Висвітлення цих аспектів на заході допомогло учасникам зрозуміти, що поняття спортом не тільки приносить задоволення, але має велике значення для їхнього фізичного, психологічного та соціального розвитку (рис.2.2.).



**Рис.2.3.** Фото заходу «Спортивна активність та формування звички до спорту» для дітей з інвалідністю

Проте, на жаль, не всі особи з інвалідністю розуміють важливість регулярної фізичної активності для свого здоров'я. Часто це пов'язано з відсутністю у них достатнього інтересу до зайняття фізичними вправами. Однак цей інтерес можна сформувати, особливо якщо почати цей процес ще з дитинства.

Значний вплив на зміцнення здоров'я та підвищення розумової та фізичної працездатності мають самостійні заняття фізичними вправами. Але для того, щоб особи з інвалідністю самостійно займалися фізичними вправами, у першу чергу сформувати у них звичку до таких занять. Більшість учасників

заходу були згодні з тим, що регулярні самостійні заняття фізичними вправами мають велике значення для їхнього здоров'я. Однак, щоб стимулювати їх до таких занять, необхідно забезпечити доступність та привабливість фізичної активності, створити цікаві та різноманітні програми тренувань, а також підтримувати їх у постійному занятті спортом. Тільки так можна сформулювати у осіб з інвалідністю стійкий інтерес до фізичної активності та зробити її частиною їхнього щоденного життя.

Під час заходу було виявлено, що діти з інвалідністю не займаються спортивною активністю через деякі соціальні та психологічні бар'єри. Один із основних факторів, що стримують їх, - це осуд соціуму. Часто діти з інвалідністю стикаються зі стигматизацією та негативними стереотипами, які ускладнюють їх участь у спортивних заходах. Вони можуть відчувати себе відкинутими чи неприйнятими в спортивному середовищі. Крім того, діти з інвалідністю часто мають низьку самооцінку та не впевненість у власних можливостях. Вони можуть переживати страх поразки та перешкоди у спортивних заняттях, що може утримувати їх від спроби взятися за спорт.

Ці факти підкреслюють важливість роботи над відмінностями соціальних стереотипів та стигматизації, а також над підвищенням самооцінки та віри у власній силі серед дітей з інвалідністю. Створення безпечного, підтримуючого та інклюзивного середовища для спортивних занять може допомогти подолати ці бар'єри та відновити позитивний спортивний досвід для дітей з інвалідністю. Також важливо підтримувати свої зусилля та надавати можливості для розвитку їхнього фізичного потенціалу без страху перед судом чи неуспіхом.

Учасникам заходу було донесено інформацію про важливість формування звички до заняття спортивними активностями як ключових елементів збереження здоров'я та підтримки загального благополуччя. Під час презентації та дискусій було розкрито кілька аргументів та підходів, які підкреслюють важливість цієї звички:

- здоров'я і фізичне благополуччя: учасникам було пояснено, що регулярні фізичні вправи сприяють покращенню фізичного здоров'я, зміцненню імунної системи, зниженню ризику виникнення серцево-судинних захворювань та інших захворювань;

- психологічний стан і емоційне самопочуття: учасникам було повідомлено, що фізична активність покращує вироблення ендорфінів, гормонів щастя, які підвищують настрій, знижують стрес і тривогу, покращують сон та загальний емоційний стан благополуччя;

- соціальна взаємодія та інклюзія: важливість спортивних заходів як місця для спілкування, співпраця та підтримка. Учасники розуміють, що спорт може бути засобом зближення та інклюзії, де кожен може відчувати себе прийнятним та цінним членом команди чи спортивного колективу;

- розвиток дисципліни та відповідальності: учасникам було пояснено, що систематичні фізичні поняття вимагають дисципліни та відповідальності. Ця звичка розвинути стійкість та самодисципліну, що може бути корисним у всіх сферах життя.

Загальна інформація, представлена на семінарі, надала учасникам розуміння та мотивацію до регулярних фізичних занять та формування звички до спортивної активності як важливого компонента здорового способу життя.

До основних прийомів формування звички до занять спортивними активностями належать:

- постановка конкретних завдань навчання: важливо чітко визначити цілі та завдання, яких діти з інвалідністю досягають у процесі заняття спортивними активностями. Це може бути таке завдання, як покращення фізичної форми, збільшення витривалості чи зміцнення м'язів. Конкретні цілі надають особам з інвалідністю чітку уяву про те, що вони мають досягнення, та стимулюють до систематичних занять;

- постійне стимулювання самостійних занять у позанавчальний час: стимулювання осіб з інвалідністю до регулярних фізичних занять у позанавчальний час є ключовим елементом формування звички до фізичної

активності. Це може включати організацію спеціальних тренувань, фітнес-занять або спортивних ігор поза навчальним часом;

- застосування технічних засобів навчання: використання сучасних технологій, технічних засобів навчання та нестандартного обладнання є елементом підвищення ефективності фізичних занять. Це може включати використання мобільних додатків, веб-платформи, відео-інструкцій, а також різноманітного спортивного обладнання для різних видів фізичної активності. такі засоби сприяють більш ефективному і цікавому навчанню, забезпечуючи особам з інвалідністю доступ до різноманітних інформаційних та навчальних ресурсів.

Ці прийоми формування звички допомагають створити стимулююче та ефективне навчальне середовище, що сприяє формуванню звички до занять спортивними активностями у осіб з інвалідністю. Вони спрямовані на підвищення мотивації та зацікавленості осіб з інвалідністю у власному фізичному розвитку та забезпеченні їх здоров'я та благополуччя [4, с.41].

Важливо враховувати не лише те, що мотивує осіб з інвалідністю активно займатися спортом, але й те, чим вони керуються. Серед шести можливих причин (здоров'я, фінанси, майстерність, пропозиція, інтерес і час), серйозною перешкодою можна визначити лише дефіцит часу та недостатній інтерес.

Ефективність залучення до спортивної активності осіб з інвалідністю тісно пов'язана з компетентністю педагога як керівника навчального процесу та його відповідною психолого-педагогічною кваліфікацією. Мотивація до досягнення успіху більш якісному їх проведенню, що, у своїй ситуації, впливає на формування необхідної мотивації та підвищення рухової активності осіб з інвалідністю.

Серед найбільш раціональних методів формування звички до заняття спортивними активностями можна визначити:

- усвідомлене значення занять спортивної активності для життєдіяльності та майбутньої професії;
- розвиток інтересу до зайняття фізичною культурою і спортом;

- урахування індивідуальних особливостей осіб з інвалідністю під час занять;

- виховання звички до активного відпочинку [8, с.42].

Серед учасників зводу були й такі діти з інвалідністю, які не відчувають задоволення від заняття фізичною культурою та будь-якою спортивною активністю. Причини цього можуть бути різноманітні, проте з головних є наявність мотивації і неусвідомлення важливості та необхідності зайняти фізичною культурою і спортом. В даному випадку варто використовувати індивідуальний підхід до фізичних можливостей дітей з інвалідністю, спираючись на такий вид мотивації:

- оздоровчі мотиви: зміцнення здоров'я та профілактика захворювань, які покращуються сприятливим впливом фізичних вправ на організм;

- рухомо-діяльнісні мотиви: поліпшення фізичного стану сприяє змінам у функціонуванні всіх систем;

- змагально-конкурентні мотиви: покращення спортивних досягнень і отримання задоволення від позитивних результатів;

- естетичні мотиви: бажання виглядати красиво та вражати інші;

- комунікативні мотиви: спілкування під час заняття фізичною культурою як невід'ємна частина процесу;

- пізнавально-розвиваючі мотиви: бажання пізнати свій організм, розвинути його можливості та покращити їх;

- творчі мотиви: можливості для розвитку творчості під час зайняття фізичною культурою і спортом;

- психолого-значущі мотиви: позитивний вплив на психічний стан осіб з інвалідністю та нейтралізація негативних емоцій;

- виховні мотиви: розвиток навичок самопідготовки та самоконтролю.

У Сумській територіальній громаді необхідно збільшити кількість різноманітних програм та заходів з інтеграції осіб з інвалідністю до спортивної активності. Це можна реалізувати за рахунок створення програм, спрямованих на адаптацію різних видів спорту для осіб з інвалідністю. Ці



програми можуть включати тренування зі спеціальним обладнанням та методиками, що враховують конкретні обмеження кожної групи інвалідності. Організація спортивних заходів, які відкриті для участі як осіб з інвалідністю, так і осіб без неї. Це можуть бути інклюзивні тренування, спортивні змагання або фізичні розваги, які сприяють взаємодії та розумінню між більшою групою людей.

Розвиток спеціальних програм, які поєднують фізичні вправи з реабілітаційними процедурами для покращення фізичного стану та самопочуття особи з інвалідністю. Створення спортивних груп або клубів, де особи з інвалідністю можуть знайти підтримку, дружбу та спільні інтереси. Ці програми також можуть включати психологічну підтримку та консультування. Організація спортивних заходів, таких як забіги, велопробіги або турніри, з виплатою збору коштів на підтримку спортивних ініціатив для осіб з інвалідністю та розвитку інфраструктури доступного спорту.

Ці програми спрямовані на створення інклюзивного середовища та забезпечення рівних можливостей для участі у спортивних активностях для всіх громадян, незалежно від їхніх фізичних можливостей чи обмежень.

Для використання технології формування звички осіб з інвалідністю до зайняття спортивною активністю необхідно створити реальні умови в Сумській територіальній громаді, які враховують будь-які обмеження в розвитку. Проаналізуємо деякі аспекти, які варто врахувати:

- доступність фізичної інфраструктури: забезпечення доступу до спортивних об'єктів із врахуванням потреб осіб з інвалідністю, що може включати будівництво або пристосування спортивних майданчиків, спортивних залів та інших спортивних об'єктів для використання людьми з різними видами обмеження;

- наявність кваліфікованих інструкторів і тренерів: залучення кваліфікованих тренерів, які мають досвід роботи з особами з інвалідністю, що включає в себе не лише знання спортивної техніки, а й розуміння потреб та можливостей кожної особи;

- фінансова підтримка: забезпечення фінансової підтримки для організації спортивних заходів, закупівлі спеціального обладнання та інших потреб, що може включати виплату коштів на адаптацію спортивних об'єктів та оплату послуг інструкторів;

- соціальна підтримка і реабілітація: створення програми підтримки і реабілітації для осіб з інвалідністю, які включають в себе спортивні заняття та реабілітаційні заходи, що допоможе забезпечити не лише фізичний, а й психологічний комфорт та підтримку;

- соціальна інтеграція: створення умов для соціальної інтеграції осіб з інвалідністю через спортивні заходи та спільні тренування з іншими учасниками, що сприятиме розвитку дружби, взаєморозуміння та підтримки серед учасників спортивних груп [11, с.48].

Після проведення заходу "Технологія формування звички до спорту", організованого громадською організацією "Ініціативи Слобожанщини", багато дітей з інвалідністю долучилися до секції атлетизму. Цей захід не лише розширив їхні знання про важливість спорту, але й надав їм мотивацію та натхнення для активного життя. Ось деякі цитати дітей, які розповіли про свій досвід та враження від занять атлетизмом.

Олександр, 14 років:

"Я завжди мріяв займатися спортом, але не знав, як почати. Після лекції я зрозумів, що спорт доступний для всіх, і тепер атлетизм став частиною мого життя. Я відчуваю, що стаю сильнішим і впевненішим у собі."

Марія, 12 років:

"Лекція відкрила для мене нові можливості. Я ніколи не думала, що зможу бігати та займатися фізичними вправами. Тепер я тренуюся в секції атлетизму і це допомагає мені відчути себе частиною команди."

Антон, 15 років:

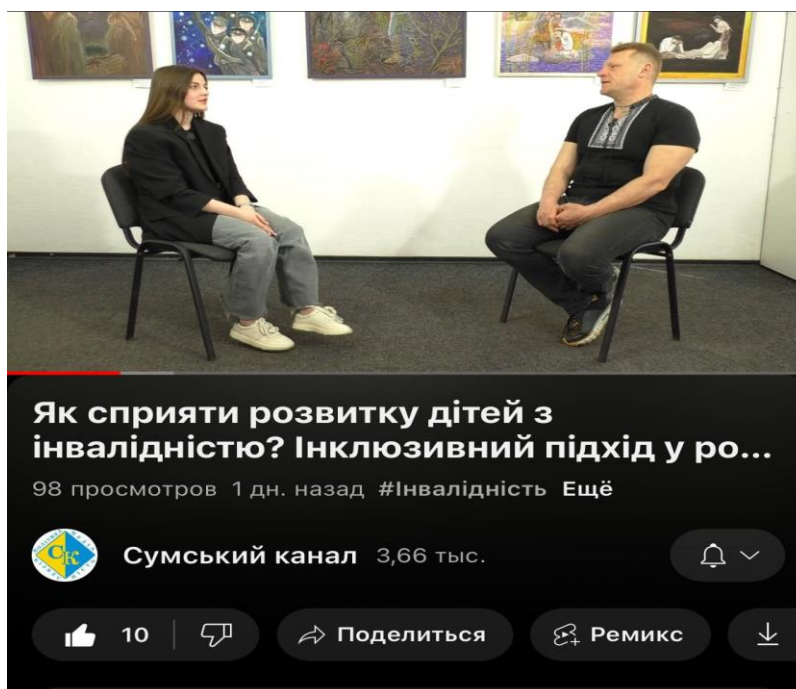
"До заходу я не знав, як правильно тренуватися, щоб не нашкодити собі. Лекція дала мені потрібні знання, і тепер я регулярно займаюся атлетизмом. Мої фізичні результати помітно покращилися, і це дає мені впевненість."

Катерина, 13 років:

"Після лекції я зрозуміла, що спорт – це не тільки для здорових людей. Заняття атлетизмом допомогли мені знайти нових друзів і стати активнішою. Я відчуваю, що можу досягти більше, ніж думала раніше."

Ці цитати ілюструють, як захід "Технологія формування звички до спорту" вплинув на життя дітей з інвалідністю, надавши їм натхнення та мотивацію для регулярних занять спортом. Завдяки таким ініціативам діти знаходять нові можливості для розвитку, покращення свого фізичного стану та інтеграції у суспільство.

На базі результатів кваліфікаційної роботи на тему "Інтеграція осіб з інвалідністю шляхом формування спортивних звичок у Сумській територіальній громаді" було проведено запис ефіру на Сумському каналі. У рамках цього ефіру було обговорено ключові аспекти дослідження, що висвітлюють важливість спорту для соціальної інтеграції людей з інвалідністю.



**Рис.2.4. «Ефір на Сумському каналі»**

Отже, важливо продовжувати розвивати заходи з покращення інфраструктури, забезпечення фінансової та соціальної підтримки,

підвищення кваліфікації тренерів та інструкторів, а також просвітницьку роботу серед громадян зі створення більш доступного та інклюзивного середовища для занять спортом осіб з інвалідністю.

## **2.2. Етичні засади соціальної роботи з інтеграції осіб з інвалідністю до спортивної активності**

Особи з інвалідністю – це люди з фізичними, інтелектуальними, сенсорними, руховими, а також проблемами емоційної стабільності, адаптації та соціальної взаємодії. Ця група людей потребує комплексної допомоги через соціальні, психологічні та медичні виклики, які вони знають. Інвалідність у людей суттєво обмежує їхні можливості у розвитку, соціальній адаптації, самообслуговуванні, мобільності, спілкуванні та майбутній трудовій діяльності. Історично ставлення до людей з інвалідністю зазначало суттєві зміни: від відкидання та усунення їх до висловлювання співчуття та піклування, лікування та навчання до глузування та ізоляції. У другій половині ХХ століття ставлення до них в європейських країнах суттєво змінилося. Вони більше не розглядаються лише як об'єкти опіки, а як активні учасники суспільства, які мають право на повноцінне життя та участь у суспільному житті [9, с.88].

Головними напрямками інтеграції осіб з інвалідністю є пристосування їх особистості до соціальних та економічних відносин, створення умов для задоволення їх особливих потреб, підтримка автономності, участь у суспільному житті та забезпечення соціальних зв'язків. Важливо, щоб суспільство приймало шкірну особистість незалежно від її можливостей або обмежень, враховуючи її соціальний статус, матеріальне становище, а також фізичне чи психічне здоров'я.

Серед основних потреб осіб з інвалідністю щодо їх успішної інтеграції можна виділити наступне:

- покращення архітектурного середовища та оснащення його спеціальним технічним обладнанням для цієї категорії населення, включаючи спеціальне програмне забезпечення та технічні засоби;

- адаптація навчально-методичного забезпечення освітнього процесу, зокрема створення спеціалізованих програм та матеріалів для осіб з інвалідністю.

Одними з основних бар'єрів, що покращують позитивну інтеграцію осіб з інвалідністю, є проблеми в комунікативній взаємодії та психологічні бар'єри, такі як замкнутість, сором'язливість, уникнення невдач, емоційні реакції та обмежені вольові можливості.

У зв'язку з сучасними загрозами і викликами, фахівці з соціальної роботи повинні надавати особливу увагу питанням, пов'язаним із соціальною роботою з сім'ями, де проживають особи з інвалідністю (фізичними та психічними розладами). Серед типів проблем, які виникають у таких сім'ях, можна виокремити фінансові та матеріальні труднощі, постійне психічне та нервово перевантаження, нерозуміння з боку соціального оточування, відчуття покинутості та самотності. Також найчастіше є питання лікування, медичної та педагогічної корекції, виробництва технічних засобів і спеціального обладнання, а також задоволення потреб у періодичному контролі стану здоров'я, кваліфікованих консультаціях, оздоровленні та реабілітації, а також освіті [4, с.41].

Соціальна робота з особами з інвалідністю спрямована на полегшення процесу соціалізації та виконує три основні функції: покращення рівня адаптації індивідів або груп, профілактику соціальної дезадаптації, а також соціокультурну реабілітацію.

Моральний аспект діяльності соціального працівника проявляється через систему моральних цінностей, чесності і доброчесності, що спрямовані на підтримку норм професійної етики. Основними цінностями у роботі з особами з інвалідністю є:

- визнання цінності людини, незалежно від її здібностей та досягнень;

- гарантування права кожної людини на спілкування;
- розуміння того, що різноманітність збагачує всі аспекти життя людини;
- підтримка унікальності та особливостей кожної людини.

Моральна поведінка соціального працівника втрачає його моральними та душевними якостями. Ці якості формуються через усвідомлення духовних цінностей суспільства та професійних переконань у процесі роботи. У них є наявність підвищення рівня соціальної моралі та вирішення соціальних проблем.

Особистісні якості та почуття фахівця є складною сукупністю характеристик особистості, які становлять основу його професійної компетентності. Однією з них є емпатія - здатність сприймати та розділяти почуття та переживання іншої людини. Це важливо як для розуміння чи труднощів іншої особи, так і для ефективної взаємодії з нею. Без емпатії неможлива успішна професійна діяльність фахівця, що підтверджується як науковими дослідженнями, так і практичним досвідом.

Гідність - це внутрішнє переживання особистістю своєї самоцінності, що впливає з усвідомлення власних духовно-моральних якостей, які викликають повагу інших та визнання. Гідність фахівця виявляється в його поставі, ході та мовленні. Почуття гідності підтримує людину в активній взаємодії з оточуючими та демонстрації поваги до прав людини. Щирість - важлива якість, яка є передумовою для виявлення емпатії. Якщо отримувач послуг не відчуває щирої зацікавленості з боку фахівця, то важко очікувати рішення проблеми [14, с.85].

Ініціативність та здатність до творчості - це вміння пропонувати нестандартні рішення та активно проводити дії, які спрямовані на досягнення поставленої мети. Важливо не лише дотримуватися стандартних рекомендацій, але й вміти адаптувати їх до конкретних умов та потреб отримувачів соціальних послуг. Гнучкість і наполегливість - це важливі характеристики професійної діяльності, які втратили досягти потрібних змін. Відсутність гнучкості може призвести до однобічного розуміння проблеми та

неврахування різних чинників. Однак іноді для досягнення позитивного результату необхідна наполегливість.

Здоровий глузд виявляється фахівцем на кожному етапі соціальної роботи, включаючи оцінку ситуації, оцінювання варіантів дій та прогнозування наслідків. Ця якість впливає на формування професійної зрілості фахівця. Милосердя виявляється в доброму та чутливому співчуттєвому ставленні до отримувачів соціальних послуг, колег та інших спеціалістів. Милосердна людина людина до добрих учинків і готова до них.

Спираючись на Глобальну декларацію етичних принципів соціальної роботи, яку ухвалила Міжнародна федерація соціальних працівників, можемо вказати низку принципів, які регулюють функціональні обов'язки соціального працівника у супроводі осіб з інвалідністю:

- принцип професійної комунікації: цей принцип підкреслює важливість спілкування соціального працівника з іншими фахівцями та установами для ефективного вирішення конкретних проблем клієнта;

- принцип визнання гідності людини стверджує, що вся мультидисциплінарна команда працює на користь дитини з інвалідністю, проявляючи повагу до гідності кожної людини;

- принцип сприяння правам людини - соціальні працівники підтримують основні та невід'ємні права всіх людей і сприяють їх реалізації. Тому важливо мати розуміння законодавства щодо прав людей з інвалідністю і як воно на практиці. Соціальна робота обґрунтовується на повазі до природної цінності та гідності кожної людини, а також на усвідомленні її індивідуальних та соціальних прав;

- принцип сприяння соціальної справедливості. Соціальні працівники несуть відповідальність за залучення людей до досягнення соціальної справедливості у суспільстві та протидіють дискримінації. Вони повинні знати всі можливості, які надає держава для вирішення конкретних проблем;

- принцип доступу до справедливих ресурсів. Соціальні працівники захищають ідею справедливого розподілу ресурсів і працюють над забезпеченням доступу до них для всіх громадян;

- принцип сприяння праву на самовизначення. Соціальний працівник зобов'язаний сприяти клієнту в самореалізації та поважати його право на прийняття власного рішення і вибірку, якщо це не порушує права та законні інтереси інших осіб;

- принцип сприяння праву на участь. Соціальний працівник повинен залучати дітей до активності, сприяючи їх повній участі в ухваленні рішень та дій, які впливають на їхнє життя, та працювати над зміцненням їхньої самооцінки смаку можливо;

- принцип поваг конфіденційності та приватності. Соціальний працівник повинен зберігати конфіденційність та не розголошувати особисту інформацію клієнтів без їхньої згоди, поважаючи їх права на особисте життя;

- принцип професійної доброчесності. Соціальний працівник повинен діяти відповідно до етичних стандартів та професійних принципів. Якщо він не може змінити певний випадок з особистих причин, йому слід перенаправити клієнта до інших спеціалістів і діяти відповідно до чинного етичного кодексу або керівних принципів у своїй країні [15, с.52].

Норми етичної поведінки для соціальних працівників включають:

- дотримання вимог кодексу та постійне підвищення якості та ефективності наданих соціальних послуг;

- повага різноманітних поглядів колег, конструктивна критика, обмін досвідом та знаннями в колективах соціальних працівників, а також захист професійної честі і гідності колег;

- забезпечення поваги до особистості клієнта, забезпечення захисту його гідності та прав, незалежно від особистих характеристик, виявлення проблем усіх чинників та надання оптимальних видів послуг, а також спрямування зусиль на безпеку та допомога всім без зусиль;



- співпраця з іншими установами та організаціями, які надають соціальні послуги, сприяння партнерству та популяризація взаємодії між ними для спільної роботи на користь громади.

Етичні кодекси соціальної роботи створюють загальну моральну основу та застосовують норми професійної діяльності, які регулюють поведінку фахівців у виконанні їхніх обов'язків. Вони спрямовані на розвиток потенціалу та можливостей дітей з інвалідністю, забезпечують взаємодію з клієнтом на основі загальних цінностей, забезпечують реалізацію прав та задоволення інтересів клієнтів. Етичні кодекси також мотивують фахівців до постійного морального удосконалення та підвищують їхній авторитет у суспільстві.

Однією з ключових аспектів роботи соціального працівника є закріплення моральних принципів професійної діяльності, які починають нести його моральну відповідальність перед клієнтами, колегами та суспільством. У роботі з особами з інвалідністю важливо виявляти толерантне ставлення до них, зосереджуючи дитину як особистість, а не на її діагнозі. Супроводжуючи їх, важливо знаходити та розвивати їхні сили, допомагаючи їм стати повноцінними членами суспільства.

Однією з етичних дилем може бути наступна ситуація: соціальний працівник, який працює з особами з інвалідністю, має завдання сприяти формуванню звички для досягнення спортивних активностей у своїх клієнтів. Спостерігає, що один із його клієнтів має сильний інтерес до художнього мистецтва і виявляє бажання розвиватися саме в цьому напрямку.

Етична дилема пояснюється тим, що соціальний працівник має підтримувати бажання клієнта та допомагати йому в досягненні його мрій та цілей. Однак, у той же час, працівник відчуває внутрішню моральну напругу, залишає його завдання у формуванні звички до зайняття спортом, що може принести додаток для фізичного та психологічного здоров'я клієнта.

У такій ситуації соціальний працівник стикається з питаннями, як зберегти баланс між підтримкою індивідуальних потреб клієнта та досягненням

професійної мети. Він може вирішити цю дилему, шукаючи компроміс, наприклад, включаючи елементи візуального мистецтва в програму спортивних занять або рекомендуючи клієнту брати участь у мистецьких гуртках, які можуть поєднувати інтереси та сприяти загальному розвитку.

Етика у роботі з особами з інвалідністю є аспектом соціальної діяльності, який вибирає не тільки якість наданих послуг, але й загальний ступінь поваги та гідності, яку ми надаємо цим особам. Наша власна позиція щодо етичних засад у роботі з інвалідністю обґрунтовується на кількох ключових принципах. По-перше, вважаємо, що кожна людина, незалежна від своєї фізичної чи розумової здатності, має право на повагу, гідність і рівень можливостей. Тому, у роботі з інвалідністю, наша етична позиція полягає у тому, щоб підтримувати та захищати ці права, дозволяючи кожній особі самостійно приймати рішення щодо свого життя та розвитку.

По-друге, етичні засади у роботі з особами з інвалідністю передбачають пошану до індивідуальності та унікальних потреб кожної людини. Це означає, що наші дії та рішення повинні бути адаптовані до конкретних цілей, націлених на задоволення потреб та побажання кожного клієнта. По-третє, у нашій позиції є підтримка та заохочення самовираження та самовизначення осіб з інвалідністю. Ми вважаємо, що кожна людина має право на власний голос у визначенні своєї ідентичності та мети в житті, і як професійний працівник, моя мета - стимулювати цей процес і допомагати особам з інвалідністю реалізувати свої можливості.

Нарешті, у нашій етичній позиції є принцип солідарності та відкритості. Це означає, що ми прагнемо сприяти створенню сприятливого середовищу для інклюзії та взаєморозуміння, де кожна людина відчуває себе прийнятою та підтриманою. У підсумку наша власна позиція щодо етичних засад у роботі з особами з інвалідністю базується на повазі, співчутті, індивідуальному підході та прагненні до створення справедливого та соціального суспільства. Цей принцип є основою нашої професійної діяльності та надає значиму роль у підтримці гідності та самовизначення особи з інвалідністю.

*Кейс.* Залучення осіб з інвалідністю до спортивної активності «Інклюзивні поняття з футболу». Соціальний працівник Анна працює в центрі соціальних послуг, який спеціалізується на реабілітації осіб з інвалідністю. Одним із завдань центру є створення умов для активного та здорового способу життя своїх клієнтів.

Анна спільно з фахівцями з фізичної реабілітації та тренерами розробила програму інклюзивних занять з футболу. Ця програма передбачає створення команд, де учасники будуть представлені як особи з інвалідністю, так і особи без неї. Метою цієї ініціативи є створення сприятливого середовища для всіх учасників, де кожен може розвиватися незалежно від своїх можливостей.

Однак у процесі роботи з'являються деякі етичні дилеми. Деякі учасники програми з інвалідністю почули себе невпевненими у своїх здібностях та страхалися оточуючих. Це викликало недолік довіри та важкості у спілкуванні з ними. З іншого боку, деякі учасники без інвалідності були недостатньо освідчені про конкретну потребу та ймовірність осіб з інвалідністю, що призвело до недорозуміння та виникло напруги в команді.

Для вирішення цих етичних дилем Анна спільно з тренерами провела серію навчальних сесій, спрямованих на підвищення свідомості щодо інклюзивних підходів у спорті та методів спілкування з особами з інвалідністю. Також було організовано групові тренінги з розвитку емпатії та взаєморозуміння. Завдяки цим заходам команда поступово стала більш толерантною та сприйнятливою один до одного. Учасники з інвалідністю отримали більшу підтримку та впевненість у своїх можливостях, а учасники без інвалідності навчилися більш ефективно взаємодіяти з ними.

Отже, завдяки етичній роботі соціального працівника та спільним зусиллям команди, програма інклюзивних занять з футболу стала ефективним інструментом соціальної інтеграції та реабілітації осіб з інвалідністю.

Таким чином, етичні засади соціальної роботи з інтеграції осіб з інвалідністю до спортивної активності є важливою основою для забезпечення

гідності, поваги та рівних можливостей для всіх учасників. Підсумуємо деякі ключові етичні принципи:

- повага до гідності та автономії: соціальні працівники повинні поважати гідність та автономію кожної особи з інвалідністю, дозволяючи їм самостійно приймати рішення щодо участі в спортивних заходах та програмах;

- підтримка інклюзивності та рівних можливостей: соціальні працівники повинні дбати про те, щоб усі спортивні заходи та програми були доступними для участі осіб з інвалідністю. Це включає в себе забезпечення доступності спортивної інфраструктури та обладнання, а також надання підтримки та адаптації для потреб кожної особи;

- конфіденційність та приватність: соціальні працівники мають користуватися принципами конфіденційності та захисту приватності осіб з інвалідністю. Це означає, що інформація про їх обмеження чи потреби повинна бути розголошена лише за згодою самої особи;

- безпека та благополуччя: соціальні працівники повинні забезпечити безпеку та благополуччя осіб з інвалідністю під час участі у спортивних заходах та програмах. Це означає розробку безпечних умов для зайняття спортом, врахування особистих потреб кожної особи та забезпечення необхідної підтримки та обслуговування;

- співробітництво та партнерство: соціальні працівники повинні співпрацювати з іншими зацікавленими сторонами, такими як спортивні організації, громадські організації та урядові установи, для спільного розвитку та реалізації програм і заходів з інтеграції осіб з інвалідністю у спорт.

Етичні засади соціальної роботи з інтеграції осіб з інвалідністю до спортивної активності відіграють критичну роль у забезпеченні справедливості, рівності та гідності для всіх учасників. При розвитку програм і заходів з інтеграції осіб з інвалідністю у спортивну діяльність необхідно керуватися такими етичними принципами, як повага до гідності та прав особи, принцип справедливості та рівності, а також принцип нешкоди. Важливо

забезпечити доступність та досяжність спортивних можливостей для всіх, незалежно від їхнього фізичного чи психічного стану.

При організації спортивних заходів слід дотримуватися принципу інклюзії, що передбачає включення усіх осіб у спільні спортивні активності, враховуючи їхні потреби та індивідуальні можливості. Також важливо надати необхідну підтримку та адаптації, яка дозволить кожній особі з інвалідністю активно брати участь у спортивних заходах на рівних умовах з іншими учасниками.

Крім того, етичні засади передбачають забезпечення конфіденційності та поваги до особистої приватності кожного учасника, а також уникнення будь-якої форми дискримінації чи стигми. Організатори та учасники програм з інтеграції повинні бути свідомі своїх відповідальностей та вміти створювати безпечну та дружню атмосферу для всіх.

Загалом, етичні засади соціальної роботи з інтеграції осіб з інвалідністю до спортивної активності визначаються повагою до гідності та прав людини, справедливістю, нешкодою та принципом інклюзії. Дотримання цих принципів сприяє створенню інклюзивного середовища, де кожна особа має можливість розвиватися та досягати свого потенціалу через спорт.

## **Висновки до розділу 2**

У другому розділі дипломної роботи було проведено дослідження, спрямоване на вивчення інтеграції осіб з інвалідністю за допомогою технології формування звички до спортивної активності. Аналіз пілотної практики взаємодії з технологією показав значні переваги цього підходу у сприянні активізації спортивної діяльності серед осіб з інвалідністю. Особлива увага була приділена аналізу етичних засад соціальної роботи у контексті інтеграції осіб з інвалідністю до спортивної активності, що виявилось ключовим аспектом у забезпеченні справедливості, поваги до гідності та рівних можливостей для всіх учасників.

Результати дослідження свідчать про те, що використання технологій у формуванні звички до спортивної активності має потенціал сприяти не лише фізичному здоров'ю, але й психологічному та соціальному самопочуттю осіб з інвалідністю. Зокрема, індивідуалізований підхід до вибору технологій та підтримка соціального оточення виявилися важливими факторами успішної інтеграції у спорт.

На підставі отриманих результатів можна зробити висновок, що розвиток та застосування технологій у формуванні спортивних звичок серед осіб з інвалідністю є перспективним напрямом для подальшого вдосконалення інклюзивних практик у спортивній сфері. Даний дослідницький внесок може бути корисним для розробки програм та стратегій підтримки інклюзивного спорту та сприяти подальшому розвитку інклюзивних практик у спортивній сфері.

## ВИСНОВКИ

У дипломній роботі було розглянуто етичні засади соціальної роботи з інтеграції осіб з інвалідністю до спортивної активності. Досліджено значення етичних принципів, таких як повага до гідності та прав людини, справедливість, нешкодою та принцип інклюзії, у контексті забезпечення рівних можливостей для участі осіб з інвалідністю у спортивних заходах.

Замовлення кваліфікаційної роботи громадською організацією "Ініціативи Слобожанщини" є надзвичайно важливим кроком у напрямку покращення підтримки та інтеграції осіб з інвалідністю. Це рішення демонструє усвідомлення необхідності наукового підходу для вирішення соціальних проблем, особливо в умовах зростання чисельності осіб з інвалідністю через військовий конфлікт в Україні. Кваліфікаційна робота дозволить отримати детальний аналіз сучасних методик та інноваційних підходів до інтеграції осіб з інвалідністю, що, в свою чергу, допоможе оптимізувати існуючі програми та розробити нові, більш ефективні ініціативи. Отримані результати сприятимуть створенню інклюзивного середовища, де особи з інвалідністю матимуть рівні можливості для самореалізації та активної участі в житті громади. Замовлення цієї роботи підкреслює прагнення "Ініціатив Слобожанщини" до систематичного і цілеспрямованого підходу у своїй діяльності, спрямованої на підтримку та розвиток осіб з інвалідністю, а також на запобігання їх дезінтеграції, сегрегації та маргіналізації.

Аналізуючи різноманітні аспекти етичних питань у соціальній роботі з інтеграції до спорту, було виявлено, що відповідне дотримання етичних норм та принципів є критично важливим для створення безпечного, справедливого та підтримуючого середовища для усіх учасників. Зроблені висновки підкреслюють, що включення осіб з інвалідністю у спортивні заходи не тільки сприяє їхньому фізичному та психологічному розвитку, але й сприяє

зміцненню загального відчуття громадської приналежності та зменшенню стигми. Процес інтеграції вимагає постійного вдосконалення підходів та врахування індивідуальних потреб кожної особи з інвалідністю.

Насамкінець, важливо підкреслити, що дотримання етичних принципів у соціальній роботі з інтеграції до спорту є основою для створення більш справедливого та інклюзивного суспільства, де кожна людина має можливість реалізувати свій потенціал та отримати задоволення від участі в спортивних активностях.

Результати емпіричного дослідження свідчать про значний потенціал технологій у формуванні звички до спортивної активності у осіб з інвалідністю. Аналіз отриманих даних підтверджує, що використання спеціалізованих технологій сприяє підвищенню мотивації та зацікавленості у спорті, знижує бар'єри інвалідності та сприяє активному включенню у спортивні заходи.

Дослідження показало, що індивідуальний підхід до вибору технологій, який враховує особливості потреб та можливостей кожної особи з інвалідністю, є ключовим для успішної інтеграції у спортивне середовище. Також було виявлено, що підтримка соціального оточення, включаючи родину, друзів та тренерів, має велике значення у формуванні позитивних спортивних звичок.

Необхідно врахувати, що успішна інтеграція осіб з інвалідністю у спортивну діяльність за допомогою технологій вимагає постійного вдосконалення та адаптації методик і підходів. Також важливо забезпечити доступність та достатній рівень підтримки для користувачів технологій у спорті.

Загалом, результати дослідження було підкреслено важливість інноваційних технологій у формуванні звички до спортивної активності серед осіб з інвалідністю. Ці дані можуть бути корисними для розробки програм та стратегій підтримки інклюзивного спорту та сприяти подальшому розвитку інклюзивних практик у спортивній сфері.



На основі проведеного дослідження на тему "Інтеграція осіб з інвалідністю шляхом формування спортивних звичок у Сумській ТГ" було сформульовано низку важливих висновків, які було представлено на конференції у вигляді Тез.

## СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ

1. Байкіна Н. Г. Методика викладання фізичної культури та спорту інвалідів : навч.-метод. посіб. Н. Г. Байкіна, Я. В. Крет, Д. О. Силантьєв. Запоріжжя : ЗДУ, 2022. 86 с.
2. Байда Л. Інвалідність та суспільство : навчально-методичний посібник. Л. Байда та ін. Київ, 2012. С. 72.
3. Біда К.М, Бонтлаб В.В., Вітик І.Р., Костюк В.Л., Мельник В.П. Права осіб з інвалідністю в Україні. Випуск 1. Київ: ПВГОІ «ІР СТ Україна», 2021. 312 с.
4. Бойко А.М. Соціальна робота. А.М. Бойко, Н.Б. Бондаренко. К.: Вид. дім «Києво-Могилянська Академія», 2021. 224 с.
5. Валентик Н. Інклюзивна освіта: за і проти. Репортаж з Всеукраїнського «круглого столу» «Психолого-соціально-педагогічні аспекти інклюзивної освіти: за і проти». Директор школи. 2021 № 14-15. С. 45-58.
6. Зверєва І.Д. Соціальна робота з дітьми та молоддю (теоретико-методологічні аспекти). І.Д. Зверєва, І.В.Козубовська, В.Ю. Керецман, О.П. Пічкара. Ч.І. Ужгород, 2021. 192 с.
7. Інноваційний потенціал соціальної роботи в сучасному світі: на межі науки та практики : матеріали І Міжнародної науково-практичної конференції. Чернігів : НУ «Чернігівська політехніка», 2021. 200 с.
8. Іпатов А.В., Ханюкова І.Я .Поняття інвалідності в аспекті сучасного міжнародного права. Український вісник медико-соціальної експертизи. №3. 2022. С. 15-21.
9. Когут І. Роль держави у розвитку фізичної культури та спорту осіб з особливими потребами. Оздоровча і спортивна робота з неповносправними : зб. наук. ст. з проблем фіз. вих. і спорту та фіз. реабілітації неповносправних. Вип. 1. Львів : «Ахіл», 2023 С. 50–54.

10. Оверчук В.А. Огляд методів соціально-економічної інтеграції осіб з інвалідністю. Економіка та суспільство. 2018. №18. С. 674 – 681.
11. Поляк О.В. Проблеми соціальної реабілітації осіб з обмеженою дієздатністю. Актуальні проблеми навчання та виховання людей з особливими потребами: Зб. наук. праць. – К.: Університет «Україна», 2020. С. 466 - 473.
12. Роговська, О. О., Бойко Л. Інклюзивна політика в сучасному українському суспільстві. Вісник Приазовського державного технічного університету. 2021. Вип. 4. С. 48– 54.
13. Стадієнко Н. Шляхи інтеграції осіб з особливими потребами у спорт. – Запоріжжя: ЗДУ, 2020. 90 с.
14. Сушик І.В. Етика та деонтологія соціального працівника : навчальний посібник. Луцьк : ІВВ Луцький НТУ, 2020. 188 с.
15. Соціально-педагогічна робота з дітьми та молоддю з функціональними обмеженнями. Навчально-методичний посібник для соціальних працівників і соціальних педагогів. За ред. проф. А. Й. Капської. - К.: ДЦССМ, 2020. 245 с.
16. Тюття Л.Т. Соціальна робота: теорія і практика : навчальний посібник Л.Т. Тюття, І.Б. Іванова. К.: Знання, 2021. 574 с.
17. Чайковський М.Є. Теорія і практика соціально-педагогічної роботи з молоддю з особливими потребами в умовах інклюзивного освітнього простору : дис. на здобуття наук. ступ. док. пед. наук : 13.00.05 – соціальна педагогіка. М.Є. Чайковський ; наук. керівник Лактіонова Галина Михайлівна ; ДЗ «ЛНУ імені Тараса Шевченка». – Старобільськ, 2020. 570 с.

## ДОДАТКИ

Пирог Аліна

**здобувачка вищої освіти рівня «Бакалавр»  
Сумського державного університету  
ІНТЕГРАЦІЯ ОСІБ З ІНВАЛІДНІСТЮ  
ТЕХНОЛОГІЄЮ ФОРМУВАННЯ ЗВИЧКИ ДО СПОРТИВНОЇ  
АКТИВНОСТІ**

Сутнісні характеристики соціальної інтеграції осіб з інвалідністю позначаються соціальністю, доцільністю, усвідомленістю, суб'єктивністю, предметністю, плановістю та опосередкованістю [2]. З огляду на таку змістову наповненість постає проблема віднайти такий потужний спосіб інтеграції, аби забезпечити її впровадження у повному обсязі. Таким способом вбачається процес формування звички до спортивної активності. Інвалідність, що спричинена розладами у розвитку, труднощами у самообслуговуванні, спілкуванні, набутті професійних навичок та іншими причинами, може призводити до соціальної ізоляції індивідів з інвалідністю. Щоб включити їх до існуючої системи суспільних відносин, суспільству потрібно прикласти певні додаткові зусилля та засоби. Ефективність цих заходів забезпечується розумінням сутності, завдань та закономірностей процесу соціальної інтеграції та її компонентів, таких як соціальна адаптація, реабілітація та інклюзія. Дослідження теоретичних аспектів інтеграції дозволяє розробляти ефективні стратегії та програми, спрямовані на стимулювання активної участі осіб з інвалідністю у спорті та досягнення їхнього повноцінного соціального та фізичного розвитку [3].

Концептуальне поле проблематики формування звички поширюється на фізіологію та позначається концептом «домінанта», яким мислиться запалення у корі головного мозку, що спричиняє функціонування нервових центрів у певний момент, пригнічуючи при цьому функціонування інших центрів. Тому

формування звички потребує дисципліни, вміння долати апатію, лінь, прокарастинацію. У разі системного повторення звичаєвих циклів спортивної активності (режим харчування, тренування, змагання тощо) протягом певного періоду, який визначається персональними характеристиками стану організму, прийде час, коли сформується звичка у її класичних ознаках – як форма поведінки, при якій особа схильна до повторення однотипних дій. При цьому в організмі людини неї будуть виділятися ендорфін сератонін, дофамін та інші «гормони щастя», що є прямою підставою говорити про те, що людина подолала усі наявні перешкоди та почала отримувати задоволення від активності. Проте прямий зиск від звички – це розвиток особистісного «соціального капіталу» та включення нових вмотивованих активних осіб до «числа Донбара» [1] - тобто до кола перманентних комуніцій особистості.

Важливим є з'ясування значення спортивної діяльності для людей з інвалідністю та визначення теоретичних засад, що лежать в основі процесу їхньої інтеграції в цю сферу. Спорт є не лише засобом фізичного відновлення та збереження здоров'я, але й ефективним інструментом соціальної реінтеграції, підвищення самооцінки та психологічного благополуччя. Визначаючи ключові аспекти інтеграції осіб з інвалідністю у спортивну діяльність, варто виділити психологічні аспекти формування позитивного ставлення до фізичних навантажень та самооцінки, соціальні аспекти, що передбачають створення сприятливих умов для взаємодії та підтримки в спортивних колективах, а також фізичні аспекти, які враховують особливості тренувального процесу та необхідність використання адаптованих методик та обладнання. Однозначною є потреба комплексного підходу до інтеграції осіб з інвалідністю у спортивну діяльність, що передбачає поєднання психологічної підтримки, соціальної адаптації та фізичної підготовки.

У Сумській міській територіальній громаді роботу щодо формування звички до спорту у дітей з інвалідністю веде громадська організація «Ініціативи Слобожанщини» під керівництвом відомого громадського активіста Анатолія Сасси. У межах моєї кваліфікаційної роботи було проаналізовано цей досвід з

метою надання йому ознак транзитивності, проведені практичні заходи за участю Анатолія Саси в одному з навчальних закладів для дітей з інвалідністю у місті Суми, підготовлені та випущені в ефір два відео медіа продукти з метою інформування місцевого загалу. Також встановлено, що такий досвід може бути використаний для розробки та вдосконалення технологічних засобів, які допомагають особам з інвалідністю виконувати спортивні вправи та тренування, для проведення інформаційних кампаній та навчальних заходів з метою підвищення свідомості суспільства про важливість інтеграції та підтримки осіб з інвалідністю у спорті. Особливо варто відзначити, що діяльність громадської організації «Ініціативи Слобожанщини» передбачає залучення до наставництва осіб різних вікових категорій та соціального статусу, що сприяє соціальній згуртованості цільової групи та її інтеграції у місцеві спортивні спільноти, зокрема, шляхом організації змагальної діяльності на регіональному, всеукраїнському та міжнародному рівні.

Список використаних джерел:

1. Dunbar, R.I.M. (1992). Neocortex size as a constraint on group size in primates. *Journal of Human Evolution*, 6, 469-493.
2. Мартинюк Т.А. Теорія і практика соціальної інтеграції молоді з інвалідністю засобами соціокультурної анімації: дис. на здобуття наук. ступ. докт. пед наук: 13.00.03 – корекційна педагогіка. – Київ, 2021.
3. Чайковський М.Є. Теорія і практика соціально-педагогічної роботи з молоддю з особливими потребами в умовах інклюзивного освітнього простору : дис. на здобуття наук. ступ. док. пед. наук : 13.00.05 – соціальна педагогіка. – Старобільськ, 2016. 570 с.