

ЗНАЧЕННЯ АДАПТИВНИХ ІГОР ДЛЯ СОЦІАЛЬНОЇ АДАПТАЦІЇ ТА ПСИХОФІЗИЧНОГО РОЗВИТКУ ОСІБ З ОБМЕЖЕНИМИ МОЖЛИВОСТЯМИ

Петрук Ігор

*старший викладач кафедри здоров'я людини та фізичної терапії
Приватного вищого навчального закладу
«Міжнародний економіко-гуманітарний університет
імені академіка Степана Дем'янчука»,
лікар спортивної медицини
м. Рівне, Україна*

В умовах сучасних соціальних викликів особливого значення набувають питання відновлення фізичного та психоемоційного стану осіб з обмеженими можливостями, зокрема військовослужбовців та внутрішньо переміщених осіб (ВПО). Війна спричинила значне зростання кількості людей з травмами опорно-рухового апарату, психічними розладами та посттравматичним синдромом, що вимагає пошуку нових підходів до їхньої реабілітації. Одним із перспективних напрямів є застосування адаптивних ігор, які поєднують у собі рухову активність, психоемоційну підтримку та соціальну інтеграцію.

Мета дослідження – проаналізувати значення адаптивних ігор (Корнхол, Еластік, Бочча, Кульбутто, Джаколо, Пака-Лака) у процесі соціальної адаптації та психофізичного розвитку осіб з обмеженими можливостями, зокрема військових після бойових травм і внутрішньо переміщених осіб.

Основна частина. Адаптивні ігри характеризуються доступністю, універсальністю та можливістю залучення різних вікових і функціональних груп. Вони дозволяють проводити спільні заняття для людей з різним рівнем фізичних можливостей, сприяють формуванню позитивного соціального середовища та створюють умови для інтеграції в активне життя [2, с.149].

- Корнхол розвиває координацію, дрібну моторику та концентрацію уваги, а також сприяє командній взаємодії. Його простота дозволяє застосовувати гру навіть серед осіб з тяжкими порушеннями опорно-рухового апарату.

- Еластік активізує гнучкість, швидкість реакції та покращує емоційний стан, що є важливим у подоланні психологічних бар'єрів.

- Бочча як паралімпійський вид спорту забезпечує розвиток тактичного мислення, точності рухів та когнітивних функцій. Вона рекомендована для осіб із тяжкими порушеннями рухової активності,



зокрема військових із травмами кінцівок та ВПО з обмеженими можливостями.

- Кульбутто стимулює зорово-моторну координацію, прийняття рішень у динамічних умовах, формує мотивацію до регулярної фізичної активності.

- Джаколо (традиційна настільна гра на точність і координацію) сприяє розвитку дрібної моторики, зорово-рухової координації та концентрації уваги. Її спокійний темп і доступність роблять її ефективним засобом для занять з людьми, що мають обмеження у великих рухах, зокрема під час ранніх етапів реабілітації військовослужбовців після поранень.

- Пака-Лака є рухливою командною грою, яка поєднує елементи координації, рівноваги та тактичного мислення. Вона стимулює розвиток швидкості реакції, взаємодію у групі та формує позитивний емоційний фон, що особливо важливо для внутрішньо переміщених осіб у процесі інтеграції у нові соціальні спільноти.

Особливу роль адаптивні ігри відіграють у реабілітації військовослужбовців після бойових травм. Аналіз роботи Польсько-Українського адаптаційного центру Приватного вищого навчального закладу «Міжнародний економіко-гуманітарний університет імені академіка Степана Дем'янчука» показав, що вони сприяють відновленню фізичних функцій, зниженню рівня тривожності, розвитку навичок взаємодії та довіри в колективі [1, с.137-141]. Групові заняття дозволяють долати ізоляцію та відчуття «іншості», що часто супроводжує військових після поранень. Для внутрішньо переміщених осіб адаптивні ігри є ефективним засобом подолання стресу, соціальної дезадаптації та збереження психофізичного здоров'я. Вони забезпечують можливість спілкування, формування нових соціальних зв'язків, а також інтеграцію у громади.

Адаптивні ігри (Корнхол, Еластік, Бочча, Кульбутто, Джаколо, Пака-Лака) є ефективним засобом психофізичної реабілітації та соціальної адаптації осіб з обмеженими можливостями. Їх застосування сприяє відновленню фізичного стану, зниженню психоемоційної напруги, формуванню позитивної мотивації та інтеграції у суспільство. Включення адаптивних ігор до програм реабілітації військовослужбовців після бойових травм і внутрішньо переміщених осіб може стати дієвим інструментом підвищення ефективності комплексної допомоги. Подальші дослідження у цьому напрямі дозволять удосконалити методики їх застосування та адаптувати до різних категорій населення.

ЛІТЕРАТУРА

1. Петрук І. Д., Подоляка П. С., Лавренюк А. Ю. Адаптивні спортивні ігри та їх вплив на соціальну адаптацію і психофізичний розвиток внутрішньо переміщених осіб [Adaptive sports games and their impact on social adaptation and psycho- physical development of internally displaced persons]. Спортивна медицина, фізична терапія, ерготерапія. 2024; 2: 137-141.
2. Петрук І. Д., Киричук Ю. А., Тхорева І. В. (2024). Модифікована версія адаптивної спортивної гри Корнхол і особливості її впливу на соціальну адаптацію та психофізичний розвиток внутрішньо переміщених осіб. Науковий часопис НПДУ, 12, 148-152. [https://doi.org/10.31392/UDU-nc.series15.2024.12\(185\).31](https://doi.org/10.31392/UDU-nc.series15.2024.12(185).31)