

УДК 796.012

Терьохіна О.Л.¹, Терьохін Є.Ю.²

¹ канд. пед. наук, доц. каф. ФКОНВС, НУ «Запорізька політехніка»

² студ. гр. Е-712, НУ «Запорізька політехніка»

ІНКЛЮЗИВНИЙ СПОРТ: ДОСВІД І ПРИКЛАДИ ІНТЕГРАЦІЇ ІНВАЛІДІВ У МАСОВУ ФІЗИЧНУ КУЛЬТУРУ

Фізична культура є найбільшою засобом соціалізації людини. Вона допоможе зміцнити здоров'я, розвинути силу, витривалість і координацію, а також відкриває шлях до активного спілкування. Для людей з інвалідністю спорт буває ще більшої значущості, оскільки він стає не лише способом фізичної реабілітації, а й містом до повноцінної інтеграції в суспільство.

Інклюзивний спорт – це напрямок, який дозволяє людям з обмеженими можливостями брати участь у спільних фізкультурних заходах разом з усіма. Його головна ідея склалася у створенні рівних умов для зайняття спортом незалежно від стану здоров'я. Наприклад, у школах та університетах все частіше впроваджуються програми спільних тренувань, де учні та студенти з інвалідністю займаються разом зі своїми ровесниками. Це формує толерантність, взаємоповагу та взаємодопомогу.

Яскравим прикладом розвитку інклюзивного спорту є паралімпійський рух. Паралімпійські ігри вже давно довели, що люди з інвалідністю здатні показати видатні спортивні результати. Більше того, їхні досягнення досягають мільйони людей у всьому світі, сприяючи змінам ставлення суспільства до інвалідів. Не менше є і розвиток Сурдлімпійських ігор для спортсменів з порушеннями слуху, що також підтверджує: обмеження не є перешкодою для успіху.

В Україні поступово розширюється практика інклюзивних секцій. Так, у багатьох містах діють баскетбольні та футбольні гуртки, де займаються як діти з особливими потребами, так і здорові школярі. Позитивний ефект виявляється у тому, що спортсмени вчаться розуміти і підтримувати одне, а люди з інвалідністю відчувають себе повноцінними учасниками команди.

Не менше є розвиток спортивної інфраструктури. Доступні спортивні майданчики, адаптоване обладнання, тренери, які володіють методиками інклюзивної фізичної культури, – використовують це сприяння розширенню

можливостей для людей з інвалідністю. Інвестиції в таку сферу приносять зниження суспільству прибутків, порушують рівень соціальної ізоляції та формують позитивний імідж держави.

Крім того, інклюзивний спорт має значний психологічний вплив. Люди, які беруть участь у спільних заняттях, відчують себе потрібними, розвивають впевненість у власних силах і знають нових друзів. Це дозволяє долати внутрішні бар'єри і сприяє гармонійному розвитку особистості.

Інклюзивний спорт – це не тільки засіб фізичного виховання, а й потужний інструмент інтеграції людей з інвалідністю в сучасне суспільство. Він створює умови для рівності, руйнує стереотипи та дарує нові можливості для самореалізації. Розвиток інклюзивних програм у школах, університетах, клубах і на державному рівні є кількома кроком до побудови справ гуманного та справедливого світу.

СПИСОК ВИКОРИСТАНОЇ ЛІТЕРАТУРИ

1. Петрова О.В. Адаптивна фізична культура: сучасні підходи та перспективи / О.В. Петрова. – Харків: Освіта, 2019. – 224 с.
2. Лисенко М.С. Сурдспорт: історія та розвиток змагань серед осіб з порушеннями слуху / М.С. Лисенко. – Львів: Літопис, 2021. – 176 с.
3. Гаврилюк Т.П. Реабілітаційні можливості фізичної культури для осіб з інвалідністю / Т.П. Гаврилюк. – Дніпро: Акцент, 2018. – 210 с.
4. Данилюк А.В. Інклюзивний спорт: європейський досвід та українські реалії / А.В. Данилюк. – Київ: Наука, 2022. – 192 с.