

## ЕФЕКТИВНІСТЬ ВИКОРИСТАННЯ АДАПТИВНИХ ІГОР У РАМКАХ РЕАЛІЗАЦІЇ МІЖНАРОДНОГО ПРОЄКТУ

**Катерина Мулик, д.пед.н., професор**  
**Тетяна Сидорова, к.фіз.вих., доцент**  
**Наталя Абдула**  
**Ксенія Половінко**

*Харківська державна академія фізичної культури  
Харків, Україна*

**Вступ.** Сучасні умови розвитку суспільства, зокрема в контексті воєнного стану в Україні, актуалізують необхідність пошуку ефективних засобів фізкультурно-оздоровчої діяльності, спрямованих на підтримку фізичного та психоемоційного стану різних груп населення. Особливого значення набуває впровадження інклюзивних практик, серед яких вагоме місце займають адаптивні ігри. Їх ефективність значно підвищується в умовах міжнародної співпраці, що забезпечує обмін досвідом, методичну підтримку та ресурсне забезпечення.

**Мета дослідження:** проаналізувати ефективність використання адаптивних ігор у процесі реалізації міжнародного проєкту, спрямованого на розвиток інклюзивної фізкультурно-оздоровчої діяльності.

**Матеріал і методи дослідження.** Дослідження ґрунтується на аналізі та узагальненні практичного досвіду реалізації міжнародного проєкту, що співфінансується Польсько-Американським Фондом Свободи в рамках програми RITA – «Зміни в регіоні», яку реалізує Фонд «Освіта для Демократії». Використано методи аналізу науково-методичної літератури, узагальнення практичного досвіду Польсько-українського адаптаційного центру м. Харків, спостереження за організацією та проведенням адаптивних ігрових заходів, а також аналізу результатів залучення учасників до фізкультурно-оздоровчої діяльності.

**Результати дослідження та їх обговорення.** У межах реалізації міжнародного проєкту створено та активно функціонують адаптаційні центри, діяльність яких спрямована на впровадження адаптивних ігор як засобу фізичної активності та психоемоційної підтримки. Практична апробація адаптивних ігор здійснювалася в різних форматах: інтеграційні турніри, групові заняття для дітей шкільного віку, заходи для осіб з інвалідністю, заняття з внутрішньо переміщеними особами та ветеранами.

Установлено, що використання адаптивних ігор сприяє підвищенню рівня залученості учасників до рухової активності, формуванню позитивної мотивації до занять та зниженню психоемоційного напруження. За результатами узагальнення практичного досвіду, понад 80 % учасників виявили стійкий інтерес до подальших занять, близько 75 % відзначили покращення емоційного стану та загального самопочуття.

Важливим результатом є також соціальний ефект: адаптивні ігри сприяють розвитку комунікативних навичок, формуванню толерантного ставлення та інтеграції осіб з різними функціональними можливостями. У процесі реалізації проєкту забезпечено активну взаємодію між українськими та польськими партнерами, що дозволило впровадити сучасні підходи до організації інклюзивної фізичної активності.

Особливістю адаптивних ігор є їх універсальність, варіативність та можливість адаптації до різних умов і контингентів. Це забезпечує їх ефективність як інструменту оздоровчої та психоемоційної адаптації в умовах підвищеного стресового навантаження.

**Висновки.** Реалізація міжнародного проєкту підтвердила високу ефективність адаптивних ігор як засобу фізкультурно-оздоровчої діяльності. Їх використання сприяє підвищенню рухової активності, покращенню психоемоційного стану та соціальній інтеграції учасників. Міжнародна співпраця виступає важливим чинником розвитку інноваційних підходів у сфері адаптивної фізичної культури. Перспективи подальших досліджень пов'язані з розширенням мережі адаптаційних центрів та удосконаленням методичного забезпечення використання адаптивних ігор.

#### **Список використаної літератури.**

1. Скалій О, Мулик К, Абдула Н. Теоретичне обґрунтування аспектів фізкультурно-оздоровчої та здоров'язбережувальної діяльності особистості. В: Науковий часопис Національного педагогічного університету імені М. П. Драгоманова. Серія 15, Науково-педагогічні проблеми фізичної культури (фізична культура і спорт). Зб. наук. пр. Київ; 2024;5(178), с. 193–7. [https://doi.org/10.31392/UDU-nc.series15.2024.5\(178\).38](https://doi.org/10.31392/UDU-nc.series15.2024.5(178).38).

2. Mulyk K, Skaliy A, Grynova T, Skaliy T, Polovinko K. The influence of adaptive games on the psycho-emotional state of military personnel during rehabilitation. *Physical rehabilitation and recreational health technologies*. 2024;9;5:343–51. [https://doi.org/10.15391/prrht.2024-9\(5\).01](https://doi.org/10.15391/prrht.2024-9(5).01).

3. Skaliy A, Mulyk V, Skaliy T, Maksymova K, Mulyk K. Determining the Impact of Adaptive Games on the Individuals' Psycho-Emotional State among Different Age Groups in Poland and Ukraine. *Physical Education Theory and Methodology*. 2024;24(5):769–76. <https://doi.org/10.17309/tmfv.2024.5.12>