

Маляр Е.І., <https://orcid.org/0000-0002-5913-5642>
Маляр Н.С., <https://orcid.org/0000-0003-0274-601X>

РОЛЬ АДАПТИВНОГО СПОРТУ В ЗАБЕЗПЕЧЕННІ РЕАБІЛІТАЦІЇ ТА УЧАСТІ У ПАРАЛІМПІЙСЬКОМУ РУСІ ВETERANІВ ВІЙНИ

Західноукраїнський національний університет

Annotation. *The article examines the role of adaptive sports as a key tool for the physical and psychological rehabilitation of war veterans, as well as as a foundation for training a personnel reserve in Paralympic sports. Modern approaches to the scientific and methodological support of the training process of persons with disabilities as a result of hostilities are analyzed. The relationship between mass adaptive sports and sports of higher achievements is revealed.*

Keywords: *adaptive sports, war veterans, Paralympic sports, scientific and methodological support, rehabilitation, sports training.*

Актуальність теми дослідження. Внаслідок повномасштабної збройної агресії проти України значна кількість військовослужбовців отримує поранення, що призводять до стійких порушень функцій опорно-рухового апарату, сенсорних систем та ментального здоров'я. У цьому контексті адаптивний спорт перестає бути лише засобом дозвілля, стаючи базовим компонентом комплексної реабілітації та соціальної інтеграції ветеранів [2, 5].

Проте, існує науковий розрив між потребою у масовому залученні ветеранів до спорту та браком спеціалізованих науково-методичних програм, які б враховували специфіку бойової травми (поєднання ампутацій, мінно-вибухових травм та посттравматичного стресового розладу (ПТСР)). Крім того, трансформація ветерана з аматора в професійного паралімпійця потребує особливого алгоритму наукового супроводу.

Тому **мета дослідження** - визначити основні напрями науково-методичного забезпечення підготовки ветеранів війни в системі адаптивного спорту та обґрунтувати його роль як базису для Паралімпійського спорту.

Для досягнення мети було використано такі **методи**: теоретичний аналіз та узагальнення науково-методичної літератури, системний підхід для моделювання структури наукового супроводу тренувань.

Результати досліджень. Науково-методичне забезпечення (НМЗ) у роботі з ветеранами та паралімпійцями має базуватися на трьох векторах: медико-біологічному, психологічному та техніко-технологічному [2, 4].

На відміну від спадкових порушень або травм цивільного характеру, ветерани часто стикаються з «мультитравмою». Це потребує впровадження індивідуальних тренувальних планів, що базуються на [2]:

- контролі фантомних болей під час навантажень;
- моніторингу серцево-судинної системи у пацієнтів з ампутаціями (через зміну кола кровообігу);
- специфіці терморегуляції при значних втратах м'язової маси.

Адаптивний спорт виконує функцію відбору для виявлення талантів. Науково-методичний підхід дозволяє класифікувати ветеранів згідно з міжнародними стандартами паралімпійського руху вже на ранніх етапах. Це забезпечує плавний перехід від фізіотерапії до професійного спорту [3].

Важливим аспектом є розробка та адаптація спортивного інвентарю (протезів, крісел колісних). Наукові дослідження в області біомеханіки дозволяють оптимізувати взаємодію атлета з технічним засобом, що є критичним для досягнення високих результатів [1].

Для ветеранів адаптивний спорт є інструментом подолання «кризи ідентичності». НМЗ включає методики ментального тренування, що допомагають трансформувати бойовий досвід у спортивну агресію та цілеспрямованість.

Висновки.

1. Адаптивний спорт є невід'ємною частиною науково-методичного забезпечення підготовки ветеранів, оскільки він забезпечує комплексний вплив на фізичний та психологічний стан.

2. Науково-методичне забезпечення підготовки ветеранів має стати джерелом інновацій для Паралімпійського спорту, зокрема в питаннях швидкої реабілітації та біомеханічної корекції.

3. Необхідно розробити єдині державні стандарти підготовки тренерів-реабілітологів, які володіють методиками роботи саме з категорією ветеранів війни. Створення науково обґрунтованої системи підготовки дозволить не лише збільшити кількість медалей на міжнародній арені, а й значно знизити рівень соціальної дезадаптації серед ветеранів.

Список літератури.

1. Бріскін Ю.А., Євсєєв С.П., Передерій О.В. Адаптивний спорт: [навч. посіб. для студ. вищ. навч. закл. фіз. виховання і спорту]. Л.: Афіша, 2009. 367 с.

2. Болтихова О.В. Особливості залучення ветеранів бойових дій до занять адаптивною фізичною культурою. *Вісник спортивної науки*, 2022. № 3. С. 45-51.

3. Маляр Е.І., Маляр Н.С. Особливості організації змагань в адаптивному спорті. *Advanced top technology: електрон. наук. журн.* № 5. Харків: СГ НТМ «Новий курс», 2025. С. 14-15.

4. Маляр Е.І., Маляр Н.С. Особливості силової підготовки осіб з пошкодженням хребта та спинного мозку в адаптивному спорті. *Креативний простір: електрон. наук. журн.* № 24. Харків: СГ НТМ «Новий курс», 2025. С. 11-12.

5. Smith J.J., Jones A.B. Sports Medicine and Rehabilitation for Wounded Warriors. *Journal of Military Medicine*, 2020. 185(1), P. 12-19.