DOI: https://doi.org/10.32782/spmed.2024.2.137-141

Адаптивні спортивні ігри та їх вплив на соціальну адаптацію і психофізичний розвиток внутрішньо переміщених осіб

УДК: 615.8:376.2- 058.86

І. Д. Петрук, П. С. Подоляка, А. Ю. Лавренюк

Приватний вищий навчальний заклад «Міжнародний економіко-гуманітарний університет імені академіка Степана Дем'янчука», Рівне, Україна

Резюме. Пропонується авторське дослідження особливостей використання адаптивних спортивних ігор та їх вплив на соціальну адаптацію, психофізичний розвиток внутрішньо переміщених осіб. Особливість дослідження полягає у врахуванні результатів занять адаптивними іграми і різних методик їх проведення як складової частини загальної соціальної адаптації. *Мета.* Розробити та науково обґрунтувати критерії ефективності використання адаптивних ігор для внутрішньо переміщених осіб дитячого віку. *Методи.* Аналіз та узагальнення даних науково-методичної та спеціальної літератури, експертна оцінка результатів практичної діяльності, анкетування, спостереження, інтерв'ю, тестування, статистичний аналіз. *Результати.* В процесі роботи встановлено ефективність впливу занять адаптивними спортивними іграми на соціальну адаптацію та психофізичний розвиток, що підтверджується високим та середнім рівнем соціальної адаптації в адаптаційному центрі, високим рівнем задоволеності адаптивними іграми відповідно до 5-бальної шкали Лайкерта, зростанням показників тесту функціонального стану дрібної моторики. Практичне значення отриманих результатів полягає в ефективності використання адаптивних спортивних ігор, урахуванні у методиках занять емоційного фактора, впливу на дрібну моторику, пропріоцепцію, а також у впровадженні результатів досліджень у практичну діяльність фахівців з адаптивних спортивних ігор.
Ключові слова: адаптивні ігри, спорт, методика, емоції, соціальна адаптація, дрібна моторика, пропріоцепція.

Adaptive sports games and their impact on social adaptation and psychophysical development of internally displaced persons

I. D. Petruk, P. S. Podoliaka, A. Yu. Lavreniuk

Academician Stepan Demianchuk International University of Economics and Humanities, Rivne, Ukraine

Abstract. The author's study of the peculiarities of using adaptive sports games and their impact on social adaptation and psychophysical development of internally displaced persons is proposed. The peculiarity of the study is to take into account the results of adaptive games and different methods of their implementation as an integral part of the overall social adaptation. *Objective.* To develop and scientifically substantiate the criteria of effectiveness of adaptive games for internally displaced persons of childhood age. *Methods.* Analysis and generalization of data from scientific, methodological and special literature, expert evaluation of the results of practical activity, questionnaires, observations, interviews, testing, statistical analysis. *Results.* The study demonstrate the effectiveness of influence of adaptive sports games on social adaptation and psychophysical development, that is confirmed by high and average level of social adaptation in the adaptation center, high level of satisfaction with adaptive games according to a Likert 5-point scale, and the increase in indicators of the functional test of fine motor skills. The practical significance of the obtained results lies in the effectiveness of the use of adaptive sports games taking into account the emotional factor in the methods of training, the impact on fine motor skills and proprioception, as well as in the implementation of research results in the practical activities of specialists in adaptive sports games.
Keywords: adaptive games, sports, methodology, emotions, social adaptation, fine motor skills, proprioception.

© І. Д. Петрук, П. С. Подоляка, А. Ю. Лавренюк, 2024

Постановка проблеми. Значна кількість осіб потребують адаптації до умов, що створилися внаслідок війни на території України. Зокрема, необхідно враховувати вплив внутрішнього переміщення на різні аспекти життя, такі як фізичне та психічне здоров'я, соціальна взаємодія та якість життя. Адаптація до нових умов життя є актуальним науковим напрямом, одним із таких, якому надається недостатньо уваги в сучасних дослідженнях, є вивчення впливу адаптивних спортивних ігор на соціальну адаптацію, психофізичний розвиток соціально незахищених верств населення, таких як внутрішньо переміщені особи, діти-сироти та діти, позбавлені батьківського піклування.

Мета дослідження — розробити та науково обгрунтувати критерії ефективності використання адаптивних ігор для дітей внутрішньо переміщених осіб.

Методи дослідження: аналіз та узагальнення даних науково-методичної та спеціальної літератури, експертна оцінка результатів практичної діяльності, анкетування, інтерв'ю, спостереження, тестування, статистичний аналіз.

Результати дослідження та їх обговорення. Адаптація займає центральне місце в галузі адаптованої фізичної активності. Термін «адаптований» означає, що щось модифіковано, змінено [10, 11]. Адаптація може бути на мікро- і макрорівні та включати зміни в діяльності, оцінюванні, навчанні.

Соціально-психологічний аналіз та необхідність адаптації вимушено переміщених осіб, коли люди змушені залишити свої домівки, родини та спільноти через військові конфлікти, природні катастрофи або інші причини, здійснено у роботах багатьох учених [1, 2, 4].

На значення спортивної адаптації та її вплив на організм осіб як цінного інструменту інтеграції студентів з обмеженими можливостями та без них, вплив занять фізичними вправами на якість життя дітей звертають увагу у своїх публікаціях ряд дослідників [8, 9]. Стратегії адаптації та залучення до фізичної активності розглядаються у працях багатьох зарубіжних учених [6, 7]

На важливих аспектах у вимірюванні рівня соціальної адаптованості особистості, оцінці індивідом ступеня своєї задоволеності, розробці її інтегральної оцінки наголошує С. Хутка [5].

Завданнями адаптаційних ігор як засобу ерготерапії є реалізація соціальної, психолого-педагогічної та реабілітаційної функцій. У питаннях соціальної адаптації важливо звертати увагу на позитивний зв'язок із якістю життя, задоволеністю життям, настроєм, реінтеграцією в громаду.

Дослідження впливу адаптивних спортивних ігор на організм людини проводили у польсько-українському Адаптаційному центрі Міжнародного економіко-гуманітарного університету імені академіка Степана Дем'янчука, який функціонує відповідно до міжнародної програми RITA «Ерготерапія засобами адаптивних ігор» за сприяння головного партнера проєкту товариства AZS WSG з міста Бидгощ, республіка Польща. У дослідженні допомагали студенти-волонтери факультету здоров'я, фізичної культури і спорту, спеціальність 227 — фізична терапія, ерготерапія, які пройшли відповідне міжнародне стажування. Загалом у дослідженні взяли участь 36 відвідувачів адаптаційного центру віком 6—11 років: хлопці — 16 осіб, дівчата — 20 осіб. Це були внутрішньо переміщені особи без відхилень у стані здоров'я.

У ході роботи проводили анкетування за 5-бальною шкалою задоволення та зацікавленості Лайкерта, індивідуальні інтерв'ю, тестування функціональної оцінки дрібної моторики «Гніздування/бічне відокремлення».

Відповідно до міжнародної програми у адаптаційному центрі відбувалися заняття з використанням шести адаптивних спортивних ігор: Корнхол, Джаколо, Еластік, Пакалака, Кульбуто та Бочча. Заняття з гри Корнхол проводили у двох варіантах — стандартному та в авторському модифікованому. Стандартний варіант полягав у тому, щоб потрапити мішечками з кукурудзи в отвір на дерев'яній поверхні з певної відстані із нарахуванням балів. У авторському модифікованому варіанті до правил стандартного варіанту гри вносили доповнення, за яким гравець, який кидає мішечок, стає стопами на масажний балансувальний диск.

Оскільки опитування проводили серед дітей 6—11 років, було використано 5-бальну шкалу Лайкерта для оцінки задоволення від ігор.

Індивідуальні інтерв'ю доповнювали дані анкети. Відвідувачі були опитані після циклу занять, які вони завершили. Спочатку були поставлені загальні запитання, наприклад «Що ви думаєте про ці адаптивні ігри» або «Чи сподобалися вам заняття». Потім — більш конкретні, наприклад, «Чи потоваришували ви з іншими відвідувачами адаптаційного центру?», «Які з шести ігор вам сподобалися найбільше?». «Чи однаково вам сподобалися обидві гри Корнхол?», «У яку гру було легше грати?», «У яку гру було цікавіше грати?».

Функціональна оцінка дрібної моторики «Гніздування/бічне відокремлення» полягала у визначенні правильності та швидкості виконання завдань:

ТАБЛИЦЯ 1 — **Зміст показників рівнів соціальної адаптації дітей із сімей внутрішньо переміщених осіб в адаптаційному центрі**

№ з/п	Рівень	Зміст
1	Високий	Позитивні показники успішності (бал) та відсутність труднощів у заняттях адаптивними іграми, задоволеність адаптивними іграми, впевненість в собі, комунікабельність, наявність нового кола друзів
2	Середній	Відчуття тривожності в очікуванні та незадоволення своїми ігровими результатами, часткова задоволеність адаптивними іграми, однак мобілізованість, зосередженість у виконанні елементів ігор, які особливо подобаються. Прояви пасивності можуть змінюватися проявами активності, спілкування з обмеженим колом дітей
3	Недостатній	Болюче реагування на неуспіх у адаптивних іграх, відчуття високого рівня тривожності, незахищеності, неадекватна поведінка, незадоволеність адаптивними іграми. Прояви пасивності, негативне ставлення до правил поведінки в адаптаційному центрі, періодичне конфліктування з відвідувачами чи інструкторами центру, емоційна нестабільність

• збирання та закріплення кількох дрібних предметів (5 монет) на долоні, використовуючи для збирання великий і вказівний пальці, а для утримування середній, безіменний палець і мізинець;

• виймання дрібних предметів (5 монет) по одному з долоні та складання їх у скарбничку за допомогою великого і вказівного пальців.

Процедура проведення дослідження складалася з трьох етапів. Перший передбачав ознайомлення учасників з правилами та умовами проведення адаптивних ігор. Модифікована версія гри Корнхол була частиною заняття разом зі всіма іншими адаптивними спортивними іграми. Другий етап включав безпосередню гру в адаптивні спортивні ігри. Всі заняття були постійними двічі на тиждень (цикл занять — 2 місяці) з використанням шести адаптивних ігор. Стандартний варіант гри в Корнхол змінювався модифікованим варіантом. Третій етап складався з оцінки задоволення, функціональної оцінки дрібної моторики.

Загалом, проводили дослідження таких видів соціальної адаптації у адаптаційному центрі, як психофізіологічна і соціально-психічна.

Важливим моментом здійснення процесу соціальної адаптації є визначення критеріїв її успішного проведення. До них можна віднести позитивний емоційний стан протягом і після закінчення адаптивних ігор, позитивне суб'єктивне самооцінювання досягнутих результатів, оптимізм, відсутність тривожності.

Показниками успішної соціальної адаптації дітей з внутрішньо переміщених сімей, яка здійснюється через адаптивні ігри, виступають психологічне задоволення середовищем із такими його елементами, як задоволення грою, спілкування, організація занять та змагань з адаптивних спортивних ігор, умови, зміст і форми їх проведення. Показники низької соціальної адаптації можуть проявлятися у відсутності позитивних змін, прагненні суб'єкта переміститись в інше соціальне середовище, відхилення у поведінці.

Таким чином, на основі досліджень інших учених [3] та власних досліджень, опитування дітей та анкетування, спостереження за їхньою поведінкою ми визначили рівні соціальної адаптації в процесі занять в адаптаційному центрі. Зміст показників рівнів соціальної адаптації дітей із сімей внутрішньо переміщених осіб в адаптаційному центрі представлено у таблиці 1.

Високий рівень вирізняється достатньою для дітей адаптацією до занять у адаптаційному центрі, середній — означає фактично рівень ситуативної адаптації, недостатній — відвідувачі переважно пасивні.

Функціональне оцінювання дрібної моторики здійснювали перед початком занять адаптивними спортивними іграми та після закінчення циклу занять.

Варто зауважити, що значних відмінностей від статі та віку не було.

Опитувальник за шкалою задоволення та зацікавленості Лайкерта показав високий рівень задоволеності адаптивними спортивними іграми (86,1 %) та дещо вищий рівень задоволеності у гру Корнхол і відсутність значної відмінності між стандартним варіантом гри Корнхол та її модифікованою авторською версією за цією шкалою (88,9 та 91,7 %).

Результати рівня задоволеності адаптивними іграми та рівня задоволеності грою Корнхол і її модифікованою версією за шкалою Лайкерта відвідувачів адаптаційного центру представлено в таблицях 2, 3.

Серед дітей 6—9 років спостерігався дещо вищий рівень задоволеності від модифікованої версії гри в Корнхол, а у дітей 10—11 років — від стандартної версії.

Покращення соціальної адаптації, підвищення рівня задоволення, зацікавленості адаптивними спортивними іграми внаслідок аналізу проведених інтерв'ю та спостереження доповнили результати опитувальника за шкалою Лайкерта.

ТАБЛИЦЯ 2 – **Рівень задоволеності адаптивними іграми відвідувачів адаптаційного центру за шкалою Лайкерта (n = 36)**

Рівень задоволеності	Загальна кількість балів	%
Дуже незадоволений	0	0
Дещо незадоволений	0	0
Ні, незадоволений, Ні, задоволений	3	1,6
Частково задоволений	16	11,1
Дуже задоволений	155	86,1

ТАБЛИЦЯ 3 – **Рівень задоволеності грою Корнхол і її модифікованою версією відвідувачів адаптаційного центру за шкалою Лайкерта (n = 36)**

Рівень задоволеності	Немодифікований варіант		Модифікована версія	
	Загальна кількість балів	%	Загальна кількість балів	%
Дуже незадоволений	0	0	0	0
Дещо незадоволений	0	0	0	0
Ні, незадоволений, Ні, задоволений	3	1,7	0	0
Частково задоволений	12	6,7	12	6,7
Дуже задоволений	160	88,9	165	91,7

ТАБЛИЦЯ 4 – **Рівень соціальної адаптації відвідувачів в адаптаційному центрі після завершення циклу занять (n = 36)**

Рівень	Кількість	%
Високий	30	83,3
Середній	6	16,7
Недостатній	0	0

У таблиці 4 представлено результати рівнів соціальної адаптації відвідувачів адаптаційного центру після завершення циклу занять. Визначено високий та середній рівні соціальної адаптації (83,3 та 16,7 %).

Тест функціонального оцінювання дрібної моторики «Гніздування/бічне відокремлення» показав статистично достовірну динаміку покращення показників швидкості і правильності виконання на 12 % після закінчення циклу занять адаптивними іграми порівняно з первинним дослідженням ($p < 0,05$; $n = 36$). Показники тесту «Гніздування/бічне відокремлення» перед початком та після закінчення циклу занять представлено на рисунку 1.

Дискусія. Адаптивні спортивні ігри впливають на зміни соціальної адаптації. Статистичний аналіз показав покращення соціальної адаптації, що підтверджується аналізом результатів опитувальника за шкалою Лайкерта, аналізом проведених інтерв'ю та спостережень за поведінкою дітей.

Модифікована версія гри в Корнхол сприяє покращенню показників задоволеності грою, пропріоцепції та балансу порівняно із стандартним варіантом. Аналіз результатів, отриманих за опитувальником Лайкерта та інтерв'ю, показав відсутність значних відмінностей у рівні задоволення. Серед дітей 6–9 років спостерігався дещо вищий рівень задоволеності від модифікованої версії гри в Корнхол, а у дітей 10–11 років – від стандартної версії. Крім того, всі відвідувачі визнали, що модифікована гра була складнішою, але цікавішою.

Не було суттєвих відмінностей для статі. Дівчата і хлопці успішно виконували завдання на заняттях.

Вважаємо, що 8-тижневого циклу занять модифікованою версією гри в Корнхол недостатньо для отримання більш достовірних результатів, зокрема щодо пропріоцепції та балансу. Також дослідження цих показників варто проводити й у дітей з порушеннями опорно-рухового апарату, нервової системи наприкінці виконання типової програми реабілітації з використанням Y-balance test та інших спеціальних тестів .

Висновки. Адаптивні спортивні ігри можуть слугувати доповненням до процесу загальної соціальної адаптації внутрішньо переміщених осіб, соціально вразливих категорій населення. Вони можуть не тільки позитивно вплинути на якість життя, а і на такі функції, як дрібна моторика, пропріоцепція та баланс.

Загалом, потрібно зазначити, що діти з сімей внутрішньо переміщених осіб показали високий та середній рівні соціальної адаптації до занять у адаптаційному центрі адаптивними спортивними іграми та покращення показників дрібної моторики, що підтверджується високим та середнім рівнями соціальної адаптації в адаптаційному

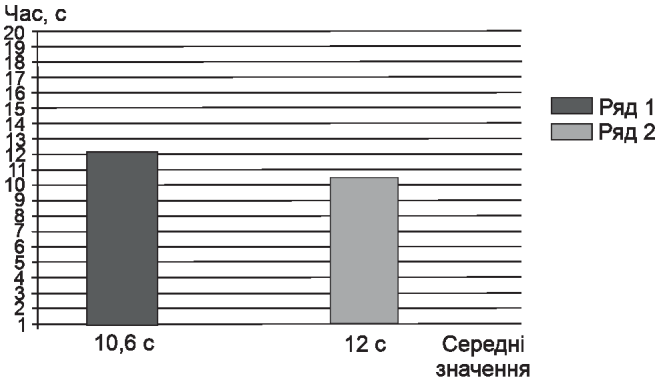

Рисунок 1 – Показники тесту «Гніздуванняння/бічне відокремлення» перед початком та після закінчення циклу занять

центрі, високим рівнем задоволеності адаптивними іграми відповідно до 5-бальної шкали Лайкерта, зростанням показників тесту функціонального стану дрібної моторики.

Практичне значення отриманих результатів полягає у використанні адаптивних спортивних ігор і їх модифікованих версій для дітей внутрішньо переміщених осіб, а також у впровадженні результатів досліджень у практичну діяльність адаптаційних центрів з метою покращення соціальної адаптації, дрібної моторики, пропріоцепції та балансу.

Перспективи подальших досліджень полягають у вивченні адаптації до занять адаптивними спортивними іграми дітей старшого шкільного віку, використанні та розробці додаткових спеціальних тестів на дрібну моторику, пропріоцепцію та баланс, здійсненні аналізу результатів тестувань, зокрема модифікованої авторської версії гри Корнхол, за більш тривалий період, вивченні впливу використання адаптивних спортивних ігор у фізичній терапії після офіційного завершення традиційної реабілітації.

Література

1. Баринова ОЮ. Соціальна допомога внутрішньо переміщеним особам як складова процесу їхньої адаптації [Social assistance to internally displaced persons as a component of their adaptation process]. Науковий часопис НПУ імені МП Драгоманова. Серія 19. Корекційна педагогіка та соціальна психологія, 2018; 1(46):5-9.

2. Безкоровайна ЛО. Особливості соціально-психологічної адаптації дітей внутрішньо переміщених осіб [Peculiarities of social and psychological adap-tation of children of internally displaced persons]. Науковий часопис НПУ імені МП Драгоманова. Серія 19. Корекційна педагогіка та соціальна психологія, 2018; 1(46):29-34.

3. Корпач НІ, Сидорук ІІ. Соціальна робота з дослідження стану адаптації дітей внутрішньо переміщених осіб до нового соціального середовища [Social work to study the state of adaptation of children of internally displaced persons to the new social environment]. Педагогічний часопис Волині. 2018;1 (8):133-139. Google Scholar.

4. Павленко ІЮ, Мазур ОВ. Психологічні особливості адаптації внутрішньо переміщених осіб: досвід українського суспільства [Psychological pecu-liarities of adaptation of internally displaced persons: experience of Ukrainian society]. Науковий вісник Ужгородського національного університету. Психологія, 2021;2(50):85-91.

5. Хутка СВ. Проблема вимірювання рівня соціальної адаптованості особистості: визначення ключового індикатора [The problem of measuring the level of social adaptability of a personality: determining a key indicator]. Наукові записки НаУКМА. 2007;70:27-33.

6. Block MA teacher`s guide to including students with disabilities in general physical education (3 ed.). Baltimore, MD: Paul H. Brookes Publ.; 2007.

7. Heikinaro-Johansson P, Sherrill C, French R & Huuhka H. Adapted physical education consultant service model to facilitate integration. Adapted Physical Activity Quarterly. 1995;12:12-23.

8. Kalyvas V, Reid G. Sport adaptation, participation and enjoument of students with and without physical disabilities. Adapted physical activity quarterly: APAQ. 2023;20(2):182-199. Human Kinetics Publisher Inc.

9. Ozkan Z, Kale R. Investigation of the effects of physical education active-ties jn motor skills and quality of life in children with intellectual disability. International Journal of Developmental Disabilities. 2003;69 (4):1-15.

10. Sherrill C. Adaptation theory: The essence of our profession and discipline. In I. Morisbak & P.E. Jorgensen (Eds.), ISAPA '95 – 10th International Symposium on Adapted Physical Activity: Quality of Life through Adapted Physical Activity and Sport – A Lifespan Concept. Conference Proceedings (pp. 31-45). Oslo and Beitostølen, Norway. 1995; May 22-26.

11. Sherrill C. Adapted physical activity recreation and sport: Crossdisciplinarv and lifespan (50 ed). Boston, MA: WCB/McGraw-Hill company; 1998.

igordoc.ua@gmail.com
petro_podoliaka@megu.edu.ua
alina.lavreniuk@megu.edu.ua

Надійшла 18.07.2024