

ISSN 2786-5924 (Print)
ISSN 2786-5932 (Online)

Міністерство освіти і науки України
Запорізький національний університет

Заснований
у 2009 р.

Свідоцтво про державну реєстрацію
друкованого засобу масової інформації
Серія КВ № 24762-14702Р від 25 березня 2021 р.

Фізичне виховання та спорт

Адреса редакції:
вул. Дніпровська, 33А, корп. 4, ауд. 217,
Запоріжжя, Україна, 69063

Телефон
для довідок:
+38 066 53 57 687

№ 1, 2024



Видавничий дім
«Гельветика»
2024

Фізичне виховання та спорт. Одеса: Видавничий дім «Гельветика», 2024. № 1. 332 с.

Рекомендовано до друку та поширення через мережу Internet вченою радою ЗНУ (протокол засідання № 11 від 30.04.2024 р.)

Статті у виданні перевірені на наявність плагіату за допомогою програмного забезпечення StrikePlagiarism.com від польської компанії Plagiat.pl.

На підставі Наказу Міністерства освіти і науки України № 886 від 02.07.2020 р. (додаток 4) збірник включено до Переліку наукових фахових видань України категорії «Б» у галузі фізичного виховання та спорту (017 – Фізична культура і спорт).

До 25 березня 2021 р. журнал виходив під назвою «Вісник Запорізького національного університету. Фізичне виховання та спорт».

У зв'язку зі зміною назви журналу було внесено відповідні зміни до Переліку наукових фахових видань України на підставі Наказу Міністерства освіти та науки України № 735 від 29.06.2021 р. (додаток 3).

Журнал індексується в міжнародній наукометричній базі даних Index Copernicus.

РЕДАКЦІЙНА РАДА:

Головний редактор – Тищенко Валерія Олексіївна – доктор наук з фізичного виховання і спорту, професор (Україна)

РЕДАКЦІЙНА КОЛЕГІЯ:

Безверхня Г.В. – кандидат наук з фізичного виховання і спорту, професор (Україна)
Богдановська Н.В. – доктор біологічних наук, професор (Україна)
Богуславська В.Ю. – доктор наук з фізичного виховання і спорту, професор (Україна)
Долбишева Н.Г. – кандидат наук з фізичного виховання і спорту, професор (Україна)
Задорожня О.Р. – доктор наук з фізичного виховання і спорту, доцент (Україна)
Клопов Р.В. – доктор педагогічних наук, професор (Україна)
Конох А.П. – доктор педагогічних наук, професор (Україна)
Лісенчук Г.А. – доктор наук з фізичного виховання і спорту, професор (Україна)
Маліков М.В. – доктор біологічних наук, професор (Україна)
Мулик К.В. – доктор педагогічних наук, професор (Україна)
Пангелова Н.Є. – доктор наук з фізичного виховання і спорту, професор (Україна)
Пасічник В.М. – доктор наук з фізичного виховання і спорту, доцент (Україна)
Тодорова В.Г. – доктор наук з фізичного виховання і спорту, професор (Україна)
Хіменес Х.Р. – кандидат наук з фізичного виховання і спорту, доцент (Україна)
Цибульська В.В. – кандидат наук з фізичного виховання і спорту, доцент (Україна)
Karsten Bettina – PhD in Exercise and Sports, Assistant Professor (Luxemburg)
Mario Baić – PhD, Associate Professor (Republic of Croatia)
Peter Smolianov – PhD, Professor, Sport and Movement Science Department, Salem State University (USA)
Farruh Ahmedov – PhD, Head Consultancy Scientific Department, Samarkand State University (Uzbekistan)
Dr. Kaukab Azeem – Associate Professor at the Department of Physical Education, Central University of Kashmir (India)
Mehmet İnan – PhD., Professor, Atatürk Faculty of Education, Marmara University (Turkey)
Dr. Mehmet İsmail Tosun – PhD, Department of Physical Education and Sports, Hitit University (Turkey)

ЗМІСТ

РОЗДІЛ І. ФІЗИЧНЕ ВИХОВАННЯ

| | |
|---|-----|
| Буховець Б. О., Кашуба В. О., Підгірний О. В. <i>ПОРІВНЯЛЬНИЙ АНАЛІЗ МОРФОЛОГІЧНИХ ОСОБЛИВОСТЕЙ ДІТЕЙ 12-ТИ ТА 13-ТИ РОКІВ ІЗ ДЕПРИВАЦІЄЮ ЗОРУ</i> | 9 |
| Гакман А. В., Дудко М. В., Ужвенко В. А., Домашенко Н. О. <i>СИМБІОЗ РУХОВОЇ АКТИВНОСТІ ТА ПСИХОПЕДАГОГІЧНОЇ РЕАБІЛІТАЦІЇ ДІТЕЙ, ЯКІ ПОСТРАЖДАЛИ ВНАСЛІДОК ВОЄННИХ ДІЙ</i> | 15 |
| Гальченко Л. В., Бессарабова О. В., Пісарькова О. Р. <i>ЦІЛЕСПРЯМОВАНЕ СТИМУЛЮВАННЯ АКТИВНОСТІ МАЙБУТНІХ ФАХІВЦІВ З ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ І СПОРТУ В ПРОЦЕСІ ЗАСТОСУВАННЯ ТРАДИЦІЙНИХ ТА ІНТЕРАКТИВНИХ МЕТОДІВ НАВЧАННЯ</i> | 22 |
| Годлевський П. М., Зубрицький Б. Д., Кособуцький Ю. Ф., Пасевич А. М., Шолопак П. В. <i>ЗАСОБИ ФУТБОЛУ В РІШЕННІ СУЧАСНИХ ПРОБЛЕМ ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ ЗДОБУВАЧІВ ВИЩОЇ ОСВІТИ</i> | 28 |
| Гончар Л. В., Афанасьєв С. М., Сидорчук Т. В., Яковенко А. В. <i>ВИКОРИСТАННЯ ЕЛЕМЕНТІВ ХУДОЖНЬОЇ ГІМНАСТИКИ ЯК ЗАСІБ ВПЛИВУ НА РУХОВУ ПІДГОТОВЛЕНІСТЬ ДІТЕЙ СТАРШОГО ДОШКІЛЬНОГО ВІКУ</i> | 36 |
| Зарубіна А. В., Кирпенко В. М., Коломієць Н. А., Полтавець А. І., Щербатюк Н. І. <i>ПЕРСПЕКТИВИ РОЗВИТКУ ОЗДОРОВЧО-РЕКРЕАЦІЙНОЇ ТА СПОРТИВНОЇ ДІЯЛЬНОСТІ В ЦЕНТРАЛЬНОУКРАЇНСЬКОМУ РЕГІОНІ</i> | 44 |
| Захарчук С. П., Тищенко В. О., Синиця А. В., Конох А. А. <i>ПІДВИЩЕННЯ ФІЗИЧНОЇ ПІДГОТОВЛЕНОСТІ ФУТБОЛІСТІВ ІННОВАЦІЙНИМИ ЗАСОБАМИ</i> | 55 |
| Конох А. П., Конох А. А., Романець І. О. <i>ДИСЦИПЛІНА «СПОРТИВНО-МАСОВА РОБОТА В ЗАКЛАДАХ СЕРЕДНЬОЇ ОСВІТИ» В ПРОЦЕСІ ПІДГОТОВКИ ВЧИТЕЛЯ ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ</i> | 61 |
| Лівак П. Є. <i>ДОСЛІДЖЕННЯ МОТИВАЦІЇ, ТЕОРЕТИЧНОЇ ТА ПРАКТИЧНОЇ ПІДГОТОВЛЕНОСТІ ЗДОБУВАЧІВ ВИЩОЇ ОСВІТИ ЗІ СПЕЦІАЛЬНОСТІ 014.11 СЕРЕДНЯ ОСВІТА (ФІЗИЧНА КУЛЬТУРА)</i> | 67 |
| Маліков М. В., Іванська О. В., Соколова О. В. <i>ОПТИМІЗАЦІЯ ФУНКЦІОНАЛЬНОГО СТАНУ КАРДІОРЕСПІРАТОРНОЇ СИСТЕМИ СТУДЕНТОК ЗАКЛАДУ ВИЩОЇ ОСВІТИ ЗАСОБАМИ РИТМІЧНОЇ ГІМНАСТИКИ В УМОВАХ ДИСТАНЦІЙНОЇ ФОРМИ НАВЧАННЯ</i> | 74 |
| Михайлов В. В., Коростильова Ю. С., Михайлов Віт. В. <i>ОЦІНЮВАННЯ МАСИ ТІЛА ВІЙСЬКОВОСЛУЖБОВЦІВ ЗА 100-БАЛЬНОЮ РЕЙТИНГОВОЮ ШКАЛОЮ</i> | 81 |
| Омельяненко В. І., Гребеник О. В. <i>БИОМЕХАНІКА В АКАДЕМІЧНОМУ ВЕСЛУВАННІ</i> | 94 |
| Павелько О. М. <i>ЕФЕКТИВНІСТЬ ВИКОРИСТАННЯ МОДИФІКОВАНОЇ ПРОГРАМИ ДИСТАНЦІЙНИХ ЗАНЯТЬ З ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ У ПІДВИЩЕННІ ФІЗИЧНОЇ ПІДГОТОВЛЕНОСТІ СТУДЕНТОК 17–19 РОКІВ</i> | 99 |
| Пірогова К. І. <i>АНАЛІЗ МОРФОФУНКЦІОНАЛЬНИХ ПОКАЗНИКІВ ЖІНОК ПЕРШОГО ПЕРІОДУ ЗРІЛОГО ВІКУ, ЯКІ ЗАЙМАЮТЬСЯ АКВАФІТНЕСОМ</i> | 106 |

| | |
|---|-----|
| Тищенко В. О., Соколова О. В. <i>ДО ПИТАННЯ ВДОСКОНАЛЕННЯ ВИКЛАДАННЯ ДИСЦИПЛІНИ «МЕТОДОЛОГІЯ І ОРГАНІЗАЦІЯ НАУКОВИХ ДОСЛІДЖЕНЬ У ФІЗИЧНОМУ ВИХОВАННІ І СПОРТІ»</i> ... | 113 |
| Трачук С. В., Дедух М. О., Голуб В. А., Довгаль В. І., Чень Ханьлінь <i>МОТИВАЦІЙНА СКЛАДОВА ГРАМОТНОСТІ У ФІЗИЧНІЙ КУЛЬТУРІ І СПОРТІ УЧНІВ 8–9 КЛАСІВ КИТАЙСЬКОЇ НАРОДНОЇ РЕСПУБЛІКИ</i> | 120 |
| Фаворитов В. М., Пиптюк П. Ф. <i>ДОСЛІДЖЕННЯ ФІЗИЧНОЇ ПІДГОТОВКИ ВЕЛОТУРИСТІВ ПОЧАТКОВОГО РІВНЯ НАВЧАННЯ</i> | 127 |
| Чередниченко І. А., Коваленко Ю. О., Напалкова Т. В., Омок Г. А. <i>СПЕЦИФІКА ОРГАНІЗАЦІЇ ЗАНЯТЬ ФІЗИЧНОЮ КУЛЬТУРОЮ В ЛІЦЕЯХ ІЗ ПОСИЛЕНОЮ ВІЙСЬКОВО-ФІЗИЧНОЮ ПІДГОТОВКОЮ НА ПЕРШОМУ РОЦІ НАВЧАННЯ</i> | 133 |
| Яковлів В. Л., Ніколаєв С. В., Кириченко В. М., Ребрина А. А., Чудик А. В. <i>ОСОБЛИВОСТІ ФІЗИЧНОЇ ПІДГОТОВКИ ВІЙСЬКОВОСЛУЖБОВЦІВ ПІД ЧАС ВОЄННОГО СТАНУ</i> | 139 |
| Ярмак О. М., Чепурний В. А. <i>АНАЛІЗ СУЧАСНИХ ПЕДАГОГІЧНИХ ІНСТРУМЕНТІВ ДЛЯ ФОРМУВАННЯ ФУНКЦІОНАЛЬНОЇ ПІДГОТОВЛЕНOSTІ ВІЙСЬКОВОСЛУЖБОВЦІВ</i> | 146 |
| РОЗДІЛ II. ФІЗИЧНА РЕАБІЛІТАЦІЯ | |
| Коллегаєв М. Ю. <i>ОСОБЛИВОСТІ ТА ПЕРСПЕКТИВИ РЕАБІЛІТАЦІЇ ВЕТЕРАНІВ ВІЙНИ ЗАСОБАМИ СПОРТИВНО-ОЗДОРОВЧОГО ТУРИЗМУ В УКРАЇНІ</i> | 155 |
| Позмогова Н. В., Богдановська Н. В., Кальонова І. В. <i>ЕФЕКТИВНІСТЬ КОМПЛЕКСНОЇ ПРОГРАМИ ПСИХОФІЗІОЛОГІЧНОЇ РЕАБІЛІТАЦІЇ У ВІЙСЬКОВИХ – УЧАСНИКІВ БОЙОВИХ ДІЙ</i> | 162 |
| РОЗДІЛ III. ОЛІМПІЙСЬКИЙ ТА ПРОФЕСІЙНИЙ СПОРТ | |
| Андронов В. М., Тищенко В. О. <i>ФІЗИЧНА ПІДГОТОВЛЕНІСТЬ: АНАЛІЗ, СТРАТЕГІЇ ТА АДАПТАЦІЯ ТРЕНУВАЛЬНОГО ПРОЦЕСУ ГАНДБОЛІСТОК ВИСОКОЇ КВАЛІФІКАЦІЇ</i> | 169 |
| Бачинська Н. В., Пісарькова О. Р. <i>ОЦІНЮВАННЯ ПСИХОЕМОЦІЙНОГО СТАНУ ТА РІВНЯ ТРИВОЖНОСТІ АКРОБАТІВ РІЗНОЇ СТАТІ ТА ВІКУ В ПЕРЕДЗМАГАЛЬНОМУ МЕЗОЦИКЛІ</i> | 176 |
| Білов С. О. <i>КЛЮЧОВІ ЕНЕРГЕТИЧНІ МЕХАНІЗМИ ТА СТРАТЕГІЇ ОПТИМІЗАЦІЇ ТРЕНУВАЛЬНИХ НАВАНТАЖЕНЬ ЮНИХ ПЛАВЦІВ</i> | 184 |
| Гейтенко В. В., Сорокін Ю. С. <i>ВПЛИВ АЕРОБІКИ НА РОЗВИТОК КООРДИНАЦІЙНИХ ЗДІБНОСТЕЙ БАСКЕТБОЛІСТІВ ГРУПИ ПОЧАТКОВОЇ ПІДГОТОВКИ</i> | 190 |
| Джим М. О., Канунова Л. В., Деха Н. М., Слободянюк О. В. <i>УДОСКОНАЛЕННЯ МЕТОДИКИ ТРЕНУВАЛЬНОГО ПРОЦЕСУ КВАЛІФІКОВАНИХ СПОРТСМЕНОК НОМІНАЦІЇ ФІТНЕС-МОДЕЛІНГ У ПІДГОТОВЧОМУ ПЕРІОДІ РІЧНОГО МАКРОЦИКЛУ</i> | 196 |
| Євстїгнєєва І. В., Крюков Ю. М., Караулова С. І., Майструк В. В. <i>ВПЛИВ АЕРОБНИХ ТРЕНУВАНЬ НА ФІЗИЧНУ ПІДГОТОВКУ МОЛОДИХ ПЛАВЦІВ</i> ... | 204 |
| Канунов Р. А., Джим В. Ю. <i>ПОРІВНЯЛЬНИЙ БІОМЕХАНІЧНИЙ АНАЛІЗ ЕЛЕМЕНТІВ ТЕХНІКИ ЗМАГАЛЬНОЇ ВПРАВИ РИВКА КЛАСИЧНОГО ПРИ ВИКОНАННІ ЮНИМИ ВАЖКОАТЛЕТАМИ ІЗ РОКІВ</i> | 212 |

РОЗДІЛ II. ФІЗИЧНА РЕАБІЛІТАЦІЯ

УДК 364.62:159.96

DOI <https://doi.org/10.26661/2663-5925-2024-1-21>

ОСОБЛИВОСТІ ТА ПЕРСПЕКТИВИ РЕАБІЛІТАЦІЇ ВЕТЕРАНІВ ВІЙНИ ЗАСОБАМИ СПОРТИВНО-ОЗДОРОВЧОГО ТУРИЗМУ В УКРАЇНІ

Коллегаєв М. Ю.

*кандидат педагогічних наук, доцент,
доцент кафедри фізичної культури і спорту
Хортицька національна навчально-реабілітаційна академія
вул. Наукове містечко, 59, Запоріжжя, Україна
orcid.org/0000-0003-2423-9537
turclub.kollegaev@gmail.com*

Ключові слова: синдром
посттравматичного
стресового розладу,
психофізична реабілітація,
похідний туризм,
волонтерська група.

У статті розглядається важливість реабілітації інвалідів і ветеранів війни та АТО. Показано, що синдром посттравматичного стресового розладу (ПТСР) є найпоширенішим уражувальним фактором серед ветеранів воєнних дій. Це захворювання є найважливішою важкопереборною й фінансово витратною проблемою реабілітації та реінтеграції ветеранів в умови мирного життя навіть для найбагатших країн світу. Показано, що Україна в умовах зруйнованої економіки та інфраструктури повинна використовувати всі доступні види й форми реабілітації ветеранів та інвалідів війни. Одним із малобюджетних напрямів є психофізична реабілітація засобами спортивно-оздоровчого туризму.

У статті розглянуто досвід реабілітації ветеранів та інвалідів війни й АТО засобами спортивно-оздоровчого туризму в Україні, починаючи з 2016 року. Показано, що за ці роки для інвалідів і ветеранів війни та їхніх сімей уже організовано понад сотню безкоштовних сходжень і походів. Реалізується ця діяльність за рахунок спонсорської, грантової та благодійної діяльності, а також ентузіазму волонтерів, психологів й організаторів.

У статті проаналізовано діяльність громадських, волонтерських, ветеранських організацій, а також благодійну діяльність туроператора «Nomad.live» у цьому напрямі.

У статті подано рекомендації щодо організації системної діяльності з психофізичної реабілітації ветеранів та інвалідів війни засобами спортивно-оздоровчого туризму за умови цілеспрямованого фінансування з боку держави. Висловлено думку, що найефективнішою формою організації системної реабілітаційної діяльності будуть комплексні спільні проекти волонтерських організацій і туроператорів активних подорожей похідного типу. Надано рекомендації щодо розподілу функцій партнерів у межах реалізації спільних проектів.

FEATURES AND PROSPECTS OF REHABILITATION OF WAR VETERANS BY MEANS OF SPORTS AND RECREATIONAL TOURISM IN UKRAINE

Kollehaiev M. Y.

*Candidate of Pedagogical Sciences, Associate Professor,
Associate Professor at the Department of Physical Culture and Sports
Khortytsk National Educational and Rehabilitation Academy
Science Town str., 59, Zaporizhzhia, Ukraine
orcid.org/0000-0003-2423-9537
turclub.kollegaev@gmail.com*

Key words: *post-traumatic stress disorder syndrome, psycho-physical rehabilitation, sports and health tourism, volunteer group.*

The article discusses the importance of rehabilitation of disabled people and veterans of war and ATO. It is shown that post-traumatic stress disorder (PTSD) is the most common disabling factor among war veterans. This disease is the most important difficult and financially costly problem of psycho-physical rehabilitation and reintegration of veterans into peaceful life, even for the richest countries in the world. It is shown that Ukraine, in the context of a destroyed economy and infrastructure, should use all available types and forms of rehabilitation of war veterans and disabled veterans. One of the low-budget areas is psycho-physical rehabilitation through sports and recreation tourism.

The article examines the experience of rehabilitation of war and ATO veterans and disabled people through sports and recreation tourism in Ukraine since 2016. It is shown that over the years, more than a hundred free climbs and hikes have been organized for disabled and war veterans and their families. This activity is realized through sponsorship, grants and charity, as well as the enthusiasm of volunteers, psychologists and organizers.

The article analyzes the activities of public, volunteer, and veteran organizations, as well as the charitable activities of the "Nomad.live" tour operator in this area.

The article provides recommendations for organizing systematic activities for the psycho-physical rehabilitation of war veterans and disabled persons through sports and recreation tourism, provided that they are funded by the state. The opinion is expressed that the most effective form of organizing systemic rehabilitation activities will be complex joint projects of volunteer organizations and tour operators of active travel of hiking type. Recommendations on distribution of partners' functions within the framework of realization of joint projects are given.

Постановка проблеми. Повномасштабна війна РФ проти України є найбільшою війною в Європі з часів Другої світової. Нині неможливо оцінити кількість ветеранів цієї війни, які потребуватимуть різних видів реабілітації, проте кількість поранених і травмованих українських військовослужбовців уже налічує десятки тисяч. До того ж наймасовішим фактором, що вражає ветеранів бойових дій, є синдром посттравматичного стресового розладу (ПТСР). Носіями синдрому ПТСР, який проявиться відразу або через роки, зазвичай стає близько 40% ветеранів, які безпосередньо беруть участь у бойових діях, і у 25% від загального контингенту. Крім того, за даними керівника офісу з питань реабілітації учасників АТО, приблизно 8% ветеранів страж-

дають на посттравматичний стресовий розлад (ПТСР), а його ознаки спостерігають у кожного четвертого учасника збройного конфлікту на Донбасі [9].

Світовий досвід вивчення та реабілітації ветеранів із синдромом ПТСР ще з часів В'єтнамської війни засвідчив складність і масштабність цієї проблеми. Після В'єтнамської війни небойові втрати ветеранів, унаслідок самогубств (понад 100 тисяч), алкоголізму, наркоманії та криміналу, значно перевищили втрати військовослужбовців у період воєнних дій у В'єтнамі [9].

Нині в США проживає 18 мільйонів ветеранів, 19% з яких мають інвалідність. Щорічний бюджет Міністерства ветеранів США становить сотні мільярдів доларів (303 млрд дол. у 2023 році)

і є другим після Міністерства оборони за бюджетним фінансуванням [7].

Цілком очевидно, що після закінчення війни Україна з її напівзруйнованою економікою та інфраструктурою, що значно постраждала, не зможе виділяти зрівняні суми на такі програми реабілітації ветеранів із синдромом ПТСР. Отже, у повоєнній Україні не стоятиме питання про перенесення системи загалом або моделей масштабної реабілітації ветеранів зі США, а будуть затребувані окремі технології з діагностики, лікування, протезування та реабілітації ветеранів, а також усі доступні види і форми психофізичної реабілітації. Одним із найперспективніших із малобюджетних напрямів є психофізична реабілітація ветеранів та інвалідів похідними засобами спортивно-оздоровчого туризму.

Аналіз останніх досліджень і публікацій. В Україні після 2014 року міжнародними та українськими організаціями опубліковано низку праць за такими напрямками:

– навчальні посібники та збірники методичних напрацювань, що узагальнюють багаторічні зарубіжні дослідження, наприклад: «Охорона психічного здоров'я в умовах війни» [10]; «Физическая реабилитация ветеранов: Учебные материалы для реабилитологов, работающих с ветеранами» [3]; «Досвід роботи в армії США та арміях інших країн щодо недопущення втрат особового складу з причин, не пов'язаних із виконанням завдань за призначенням» [1];

– аналітичні звіти міжнародних та українських програмних досліджень, наприклад: аналітичний звіт Ради міжнародних наукових досліджень щодо Програми реінтеграції ветеранів та обмінів в Україні (IREX) «Healthcare Utilization Among Veterans – Ukrainian» (від 14.07.2021) [14], підсумковий аналітичний звіт Місії Міжнародної організації з міграції (ІОМ) в Україні «The social reintegration of veterans in Ukraine» (листопад 2023) [16], аналітичний звіт «Потреби ветеранів» Українського фонду ветеранів (січень-квітень 2023) [15].

Крім того, українськими фахівцями досліджено проблеми психологічної реабілітації ветеранів (Назаренко та ін., 2019) [9], корекції психоемоційного стану ветеранів засобами психологічного туризму (Гуменюк та ін., 2021) [5], туризму як засобу фізкультурно-спортивної реабілітації та рекреації військовослужбовців (Лаврентьев та ін., 2023) [8]. Однак досліджень, присвячених психофізичній реабілітації ветеранів та інвалідів війни похідними засобами спортивно-оздоровчого туризму, ми не виявили, незважаючи на те, що така діяльність досить регулярно реалізується в Україні з 2016 року.

Мета статті – дослідити та проаналізувати практику застосування психофізичної реабілітації

ветеранів війни та АТО похідними засобами спортивно-оздоровчого туризму в Україні.

Методи дослідження: теоретичний аналіз та узагальнення даних фахової науково-методичної літератури, дослідження інтернет-ресурсів, аналіз отриманої інформації.

Виклад основного матеріалу. Україна має величезні й давні традиції спортивного похідного туризму як одного з наймасовіших видів спортивно-рекреаційної діяльності, що містить похідний травматизм різного ступеня тяжкості та подальшу психофізичну реабілітацію спортсменів-туристів в умовах походів малої й середньої складності.

У цьому аспекті видається доцільним розглянути вже наявний український досвід психофізичної реабілітації ветеранів та інвалідів війни засобами спортивно-оздоровчого туризму.

Одним із піонерів цього напрямку в Україні є львівське Товариство «Зелений хрест» (з 1995 р.), що займалося екологією та соціальною реабілітацією дітей-інвалідів, а також працевлаштуванням молоді з інвалідністю. З 1998 року Товариство «Зелений хрест» почало організовувати літні польові табори, трекінгові тури, сплави річками для дітей-інвалідів. Нині бере участь у спільних проєктах із реабілітації ветеранів-інвалідів засобами похідного туризму [2].

Ще одним піонером є Спортивний клуб інвалідів «Фенікс» м. Суми, який з 2000 року спільно з «Руки допомоги», Національною асамблеєю інвалідів України та львівським «Зеленим хрестом» проводить сплави річками, пішохідні походи в Карпатах і Криму [12].

Починаючи з 2014–2016 рр., з'явилися волонтерські та ветеранські організації в Кропивницькому («Мобільна волонтерська група» і «Волонтерсько-ветеранський центр СМАЙЛ») та Львові, які почали організовувати сходження та походи в Карпатах для ветеранів та інвалідів АТО, а також членів їхніх родин. У цих походах і сходженнях разом із волонтерами працюють професійні психологи. Також цими командами були реалізовані такі соціальні проєкти, як «Горотерапія», «Nomad. live», «On3Wheels», «Гірська терапія», які продовжують працювати. Основна спрямованість проєктів – психофізична реабілітація інвалідів і ветеранів із синдромом ПТСР в умовах позитивного стресу та спільної похідної діяльності. [4].

Наприклад, у межах проєкту «On3Wheels» Львівська волонтерська група з 2016 року регулярно організовує сходження на вершини Карпат спершу інвалідів АТО на протезах, а з 2022 року – ветеранів, які втратили кінцівки вже в нинішній війні. Особливо слід відзначити сходження з транспортуванням немобільних ветеранів-інвалідів на спеціальному візку-«джульєтці» силами групи з 15–25 волонтерів [6].

На окрему увагу заслуговує проєкт «Гороте-рапія», започаткований 2016 року туроператором активних видів подорожей Nomad.live. У межах проєкту проведено близько 100 подорожей, у яких брали участь 1 000 ветеранів та інвалідів війни й АТО. У походах ветеранів супроводжують волонтери та психологи. Крім того, для інвалідів-ампутантів АТО були організовані походи і сходження в Словацьких Татрах, Фанських горах (Таджикистан) і на вершину Казбеку (Грузія). Подорожі в межах України є безоплатними для ветеранів-інвалідів, а за кордоном – із суттєвою знижкою. Крім того, компанія Nomad.live організувала бізнес-табори в Карпатах для ветеранів та членів їх родин для організації допомоги розвитку ветеранського підприємництва [13].

Цей приклад показує, що українські туристичні оператори активних подорожей при системному фінансуванні з боку держави здатні організувати масштабні проєкти з реабілітації та соціалізації ветеранів й інвалідів війни засобами похідного туризму.

Ще одним прикладом реабілітації ветеранів є проєкт «Строкати єноти» – це ветеранський соціальний бізнес, ідея якого належить ветерану

Олександр Чубу. Це пригодницький табір у Карпатах для дітей загиблих і поранених військових. У роботі табору широко практикуються походи навколишніми горами, тренування зі скелелазіння та спортивного туризму. Його особливістю є те, що ветерани разом із членами своїх родин працюють волонтерами в цьому таборі. Так, у таборі реалізується процес реабілітації й соціалізації не тільки дітей загиблих військовослужбовців, а й ветеранів війни.

Проєкт «Строкати єноти» переміг у конкурсі #ВАРТО Ветеранського фонду «Разом з ветераном» у 2022 році [11].

Структуровану інформацію про діяльність волонтерських та ветеранських організацій представлено в Таблиці 1.

Як видно з Таблиці 1, більшість організацій, які використовують засоби похідного туризму для реабілітації інвалідів та ветеранів війни, є некомерційними волонтерськими організаціями, що функціонують за рахунок коштів спонсорів, благодійності та цільових грантів, які ніколи не отримували державного фінансування. Тому їхня діяльність не могла мати регулярний і масовий характер. Однак таке становище давало їм змогу

Таблиця 1

Характеристики реабілітаційної діяльності інвалідів і ветеранів війни засобами спортивно-оздоровчого туризму в Україні

| № | Назва | Форма організації, лідер | Місто / область | Види діяльності | Форми участі ветеранів | Період діяльності | Джерела фінансування |
|---|---|--|--------------------------|---|--|-------------------|----------------------------------|
| 1 | Товариство «Зелений хрест» | ГО, Олександр Волошинський | Львів | польові табори, трекінг, рафтинг | Діти-інваліди, ветерани-інваліди | з 1995 | гранти, спонсори |
| 2 | «Фенікс» | Спортивний клуб інвалідів, Олександр Гринько | Суми | трекінг, рафтинг | ветерани-інваліди | з 2000 | гранти, спонсори |
| 3 | «Мобільна волонтерська група» | ГО, Наталія Салімова | Кропивницький | трекінг, рафтинг | Ветерани та члени їхніх сімей | з 2014 | гранти, спонсори |
| 4 | Проєкт «Гірська терапія» | ГО, Сергій Нога, Костянтин Зайцев | Кропивницький | рафтинг, трекінг, велотури | Ветерани, інваліди та члени їхніх сімей | з 2016 | гранти, спонсори |
| 5 | Волонтерсько-ветеранський центр «СМАЙЛ» | ГО, Андрій Фоменко | Кропивницький | пси-тури, трекінг, сходження | Ветерани та члени їхніх сімей | з 2016 | гранти, спонсори |
| 6 | Проєкт On3Wheels | ГО, волонтерські проєкти | Львів | трекінг, сходження на протезах, милицях, у спецоколясці | Транспортування немобільного інваліда силами волонтерів та ветеранів | з 2016 | гранти, спонсори, Львівська ОДА |
| 7 | Соціальний проєкт «Гороте-рапія» | Туроператор активних подорожей Nomad.live, Віталій Дячук | Київ | рафтинг, трекінг і сходження в Карпатах і за кордоном | Безкоштовні похідні тури для ветеранів, реабілітаційні та навчальні табори | з 2016 | власний бізнес, спонсори |
| 8 | «Строкати єноти» | Ветеранський соціальний бізнес, Олександр Чуб | Уніж / Івано-Франківська | Пригодницький табір для дітей загиблих і поранених військових | Волонтерська участь ветеранів і членів їхніх сімей у роботі табору | з 2016 | гранти, спонсори, власний бізнес |

за появи коштів гнучко й оперативно організувати складні та трудомісткі проекти.

До теперішнього часу для інвалідів і ветеранів війни та їхніх сімей уже організовано десятки безкоштовних сходжень і походів. Реалізується ця діяльність за рахунок спонсорської, грантової та благодійної допомоги, а також ентузіазму волонтерів, психологів й організаторів. За умови державного фінансування цей напрям може ефективно розвиватися. Крім волонтерсько-ветеранських організацій цей напрям можуть також розвивати туроператори похідного комерційного туризму. Такі приклади в Україні вже є, але наразі вони поодинокі й організують безкоштовні для ветеранів походи за рахунок спонсорів і власного прибутку [13]. З усіх представлених організацій тільки туроператор «Nomad.live» продемонстрував масову роботу з ветеранами-інвалідами на регулярній основі. Водночас зарубіжні походи й сходження також мали одиничний характер, як і в громадських ветеранських організацій, імовірно, через нестачу коштів.

В Україні достатня кількість туроператорів, що розвивають комерційний похідний туризм. Вони володіють кваліфікованим інструкторським персоналом, необхідним запасом спорядження й мають величезний досвід безпечної організації всіляких активних подорожей. За умов цільового фінансування та залучення фахівців-психологів ці фірми могли б реалізувати програми психофізичної реабілітації ветеранів і членів їхніх сімей. Державі така форма реабілітації коштувала б значно дешевше за традиційні методики.

Висновки. Ми вважаємо, що процес реабілітації інвалідів і ветеранів війни засобами спортивно-оздоровчого туризму може стати найефективнішим за виконання таких умов:

- за наявності централізованого фінансування постійних проектів з боку держави;

- за умови реалізації комплексних спільних проектів волонтерсько-ветеранських організацій та українських туроператорів активних видів туризму, які мають багаторічний досвід організації турів похідного типу.

До того ж нам видається доцільним поділ функцій у комплексних спільних проектах за такими напрямками:

- волонтерські організації забезпечують комунікацію з інвалідами та ветеранами війни із синдромом ПТСР, за допомогою спеціалістів-психологів проводять необхідну попередню психологічну підтримку, оцінювання стану та комплектування груп для різноманітних реабілітаційних турів, залежно від можливостей і мотивації ветеранів;

- туроператори розробляють й організують тури похідного типу та реабілітаційні табори з урахуванням рекомендацій психологів волонтерських організацій. У реабілітаційних турах інструктори працюють спільно з психологами та волонтерами.

Перспективи подальших досліджень плануються в напрямі вивчення особливостей організації реабілітаційних турів похідного типу для інвалідів і ветеранів війни.

ЛІТЕРАТУРА

1. Агаєв Н. А., Кокун О. М., Герасименко М. В., Пішко І. О., Лозінська Н. С. Досвід роботи в армії США та арміях інших країн щодо недопущення втрат особового складу з причин, не пов'язаних із виконанням завдань за призначенням. Методичний посібник. Київ : НДЦ ГП ЗСУ, 2018. 156 с.
2. Активний відпочинок і туризм у психофізичній реабілітації дітей з обмеженими можливостями та інтеграції їх у суспільство. Товариство «Зелений хрест». URL: <https://www.gcs.org.ua/rus/activity/24-aktyvnyj-vidpochynok>
3. Гавалко П., Сидоренко М., Соловей І. Фізична реабілітація ветеранів : Навчальні матеріали для реабілітологів, які працюють з ветеранами. URL: https://moz.gov.ua/uploads/ckeditor/%D0%9D%D0%BE%D0%B2%D0%B8%D0%BD%D0%B8/rehabilitation_4.pdf
4. Гори, колектив, таборове життя, тренінгові вправи. Кропивницький психолог – про пси-туризм. *Суспільне новини від 20.02.2022*. URL: <https://suspilne.media/208883-gori-kolektiv-taborove-zitta-treningovi-vpravi-kropivnickij-psiholog-pro-psi-turizm/>
5. Гуменюк Г., Ткачівська І., Цап І. Туризм як засіб корекції психоемоційного стану учасників АТО. *Освітні обрії*. № 2 (53), 2021. С. 62–66.
6. «Із протезом ти ще на багато що здатен». Похід у Карпати як реабілітація. *Радіо Свобода від 10.10.2023*. URL: <https://www.radiosvoboda.org/a/poranennja-proteza-amputacija-vijna/32631101.html>
7. Калмикова Н. Як у США дбають про своїх ветеранів і чого може навчитися Україна. *Економічна правда від 21.04.2023*. URL: <https://www.epravda.com.ua/columns/2023/04/21/699365/>
8. Лаврентьев О. М., Головащенко Р. В., Бутко О. В., Деркач О. В. Вплив спортивного орієнтування та туризму на рекреаційну складову працівників силових структур. *Науковий часопис НПУ імені М. П. Драгоманова*. № 3 (161), 2023. С. 109–114.

9. Назаренко І. І., Якимець В. М., Печиборщ В. П., Слабкий Г. А., Іванов В. І., Полищук О. О. Проблемні питання психологічної реабілітації ветеранів учасників антитерористичної операції та військовослужбовців операції об'єднаних сил в Україні (аналітичний огляд літератури). *Україна, здоров'я нації*. № 1 (54). 2019. С. 48–58.
10. Охорона психічного здоров'я в умовах війни / пер. з англ. Тетяна Семигіна та ін. Київ : Наш формат, 2017. 1068 с.
11. «Строкати єноти» – це ветеранський соціальний бізнес, ідея якого належить ветерану Олександрю Чубу. URL: <https://veteranfund.com.ua/2022/11/19/chub/>
12. Сумський спортивний клуб інвалідів «Фенікс» відзначив 20-річчя. *Всі Суми Панорама-медіа від 03.12.2020*. URL: <https://rama.com.ua/sumskoy-sportivnyiy-klub-invalidov-feniks-otmetil-20-letie/>
13. Учасникам АТО. URL: <https://nomad.live/ato/>
14. Healthcare Utilization Among Veterans – Ukrainian. IREX. URL: <https://www.irex.org/sites/default/files/Healthcare%20Utilization%20Among%20Veterans%20%E2%80%93%20Ukrainian.pdf>
15. The needs of veterans 2023. Український фонд ветеранів. URL: <https://veteranfund.com.ua/en/analitik/the-needs-of-veterans-2023/>
16. The social reintegration of veterans in Ukraine. Final analytical report (November 2023) The International Organization for Migration's (IOM) Mission in Ukraine. URL: https://ukraine.iom.int/sites/g/files/tmzbd11861/files/documents/2024-01/veterans-social_reintegration_eng.pdf

REFERENCES

1. Ahayev N., Kokun O., Herasymenko M., Pishko I., Lozins'ka N. (2018) Dosvid roboty v armiyi SSHA ta armiyakh inshykh krayin shchodo nedopushchennya vtrat osobovoho skladu z prychnyn, ne pov'yazanykh iz vykonannyam zavdan' za pryznachenniam. [Experience in the U.S. Army and other countries' armies in preventing personnel losses for reasons not related to the performance of assigned tasks] *Metodychnyy posibnyk*. Kyiv: NDTs DP ZSU, 2018. 156 p. [in Ukrainian].
2. Aktyvnyi vidpochynok i turyzm u psykho-fyzychnii rehabilitatsii ditei z obmezhenyimi mozhlyvostyami ta intehtatsii yikh u suspilstvo. (2000) [Active recreation and tourism in the psycho-physical rehabilitation of children with disabilities and their integration into society] URL: <https://www.gcs.org.ua/rus/activity/24-aktyvnyj-vidpochynok> [in Ukrainian].
3. Havalko P., Sydorenko M., Solovei I. (2019) Fyzychna rehabilitatsiia veteraniv : Navchalni materialy dlia rehabilitolohiv, yaki pratsiuut z veteranamy. [Physical rehabilitation of veterans: Training materials for rehabilitation professionals working with veterans] URL: https://moz.gov.ua/uploads/ckeditor/%D0%9D%D0%BE%D0%B2%D0%B8%D0%BD%D0%B8/rehabilitation_4.pdf [in Ukrainian].
4. Hory, kolektyv, taborove zhyttia, treninhovi vpravy. Kropyvnytskyi psykholoh – pro psy-turyzm. (2022) [Mountains, team, camp life, training exercises. Kropyvnytskyi psychologist talks about psycho-tourism] *Suspilne novyny vid 20.02.2022*. URL: <https://suspilne.media/208883-gori-kolektiv-taborove-zitta-treningovi-vpravi-kropivnickij-psiolog-pro-psi-turizm/> [in Ukrainian].
5. Humeniuk H., Tkachivska I., Tsap I. (2021) Turyzm yak zasib korektsii psykhoemotsiinoho stanu uchasykiv ATO. [Tourism as a means of correcting the psycho-emotional state of ATO participants] *Osvitni obrii*. №2 (53), 2021. S. 62–66 [in Ukrainian].
6. “Iz protezom ty shche na bahato shcho zdaten”. Pokhid u Karpaty yak rehabilitatsiia. (2023) [“With a prosthesis, you are still capable of a lot”. Hiking in the Carpathians as rehabilitation.] *Radio Svoboda vid 10.10.2023* URL: <https://www.radiosvoboda.org/a/poranennja-protez-amputacija-vijna/32631101.html> [in Ukrainian].
7. Kalmykova N. (2023) Yak u SShA dbaiut pro svoikh veteraniv i choho mozhe navchytysia Ukraina. [How the US takes care of its veterans and what Ukraine can learn from it] *Ekonomichna pravda vid 21.04.2023* URL: <https://www.epravda.com.ua/columns/2023/04/21/699365/> [in Ukrainian].
8. Lavrentiev O.M., Holovashchenko R.V., Butok O.V., Derkach O.V. (2023) Vplyv sportyvnoho oriientuvannia ta turyzmu na rekreatsiinu skladovu pratsivnykiv sylovykh struktur. [The influence of orienteering and tourism on the recreational component of law enforcement officers] *Naukovyi chasopys NPU imeni M. P. Drahomanova*. № 3 (161), 2023. S. 109-114 [in Ukrainian].
9. Nazarenko I.I., Yakymets V.M., Pechyborshch V.P., Slabkyi H.A., Ivanov V.I., Polyshchuk O.O. (2019) Problemni pytannia psykhologichnoi rehabilitatsii veteraniv uchasykiv antyterorystychnoi operatsii ta viiskovosluzhbovtiv operatsii obiednanykh syl v Ukraini (analychnyi ohliad literatury). [Problematic Issues of Psychological Rehabilitation of Veterans of the Anti-Terrorist Operation and Servicemen of the Joint Forces Operation in Ukraine (Analytical Review of the Literature)] *Україна, здоров'я нації*. 2019, № 1 (54). S. 48–58 [in Ukrainian].

10. Okhorona psykhičnoho zdorovia v umovakh viiny. (2017) [Mental health care in times of war] / per. z anhl. Tetiana Semyhina ta in. Kyiv: Nash format, 2017. 1068 s. [in Ukrainian].
11. “Strokati yenoty” – tse veteranskyi sotsialnyi biznes, ideia yakoho nalezhyt veteranu Oleksandru Chubu. (2022) [“Motley Raccoons” is a veteran social business, the idea of which belongs to veteran Oleksandr Chub] URL: <https://veteranfund.com.ua/2022/11/19/chub/> [in Ukrainian].
12. Sumskyi sportyvnyi klub invalidiv “Feniks” vidznachyv 20-richechia. (2020) [Sumy Sports Club for the Disabled “Phoenix” celebrates its 20th anniversary] Vsi Sumy Panorama-media vid 03.12.2020 URL: <https://rama.com.ua/sumskoy-sportivnyiy-klub-invalidov-feniks-otmetil-20-letie/> [in Ukrainian].
13. Uchasnykam ATO. (2024) [For ATO participants] URL: <https://nomad.live/ato/> [in Ukrainian].
14. Healthcare Utilization Among Veterans – Ukrainian. (2021) IREX. URL: <https://www.irex.org/sites/default/files/Healthcare%20Utilization%20Among%20Veterans%20%E2%80%93%20Ukrainian.pdf> [in English].
15. The needs of veterans 2023. Ukrainskyi fond veteraniv. (2023) URL: <https://veteranfund.com.ua/en/analitik/the-needs-of-veterans-2023/> [in English].
16. The social reintegration of veterans in Ukraine. (2023) Final analytical report (November 2023) The International Organization for Migrations (IOM) Mission in Ukraine. URL: https://ukraine.iom.int/sites/g/files/tmzbd11861/files/documents/2024-01/veterans-social_reintegration_eng.pdf [in English].