References

1. Andreieva O, Dutchak M, Blahii O. (2020) Theoreti cal bases of health related and recreational motor activity of different population groups. Theory and Methods of Physical education and sports; 2: 59–66 10.32652/tmfvs.2020.2.59-66
2. Andreieva OV. (2014) Socio-psychological factors that determine recreational and wellness activities of people of different ages. Theory and Methods of Physical education and sports. 2014; 3: 25–30.
3. Andreieva OV, Hakman AV, Volosiuk AO, Koshura AV. (2023) Psychophysical condition of internally displaced middle-aged women. Bulletin of the Prykarpattia National University. Series: Physical Culture; 40: 3–8
4. Hozak SV, Yelizarova OT, Stankevych TV, Chorna VV, Tovkun LP, Lebedynets NV, Parats AM, Bondar OYu, Khmel LL. (2023) Features of mental health and lifestyle of students during the war. Bulletin of Vinnytsia National Medical University; 27(4): 628–634
5. Yerakova L, Ratnikov D, Prymasiuk V. (2023) Mature people involvement in motor activity at sports infrastructure facilities in places of mass recreation in a city with a population of over a million people. Theory and Meth ods of Physical education and sports; 1: 21–25 https://doi.org/10.32652/tmfvs.2023.1.21-25
6. Ivanik OB. (2023) Formation of motivational and value priorities of persons of mature age to health-improving and recreational motor activity: diss.. Doc. Prof. Philos.: 017. Dnipro; 219
7. Karamushka LM. (2022) Mental health of the individual during the war: how to preserve and support it: Method. Recommendations. Kyiv: G.S. Kostiuk Institute of Psychology of the National Academy of Pedagogical Sciences of Ukraine; 52
8. Matviienko M, Didkovskii VA, Trotsenko D. (2023). Features of the influence on the motivation characteristics of physical exercises of students of higher education institutions in the extreme conditions of the military state. *Scientific Journal of the Dragomanov Ukrainian State University. Series 15*, (7(167), 122-125. https://doi.org/10.31392/NPU-nc.series15.2023.7(167).24
9. Martynyuk OV, Pechena VM. (2021) Human Health and Physical Activity. InterConf, 2021. С. 372-382. 10.51582/interconf.7-8.05.2021.039
10. Physical activity and human health preservation: monograph / edited by Prystynskyi VM, Prystynska TM. Sloviansk: State Higher Educational Institution "DDPU". 2024. 680 c.
11. Skaliy O, Mulyk K. (2024). The use of mobile applications to increase motivation for physical education and health activities among mature adults. *Education. Innovation. Practice*, *12*(10), 43–48. https://doi.org/10.31110/2616-650X-vol12i10-006
12. Lifestyle 2024: life satisfaction and concerns of Central and Eastern European countries. URL: Lifestyle 2024: життя та хвилювання країн Центрально-Східної Європи (дата звернення 30.11.2024)
13. Norström F, Waenerlund AK, Lindholm L et al. Does unemployment contribute to poorer health-related quality of life among Swedish adults? BMC Public Health. 2019. Issue 19. 457 . https://doi.org/10.1186/s12889-019-6825-y
14. Vorobiova AV, Vasylenko MM, Schilling R. (2024) Здоров'я та рухова активність українців під час повномасштабної війни з росією. *Rehabilitation and Recreation*; *18*(3). С. 153–166. https://doi.org/10.32782/2522-1795.2024.18.3.14
15. Voßemer J, Gebel M, Täht K. et al. The Effects of Unemployment and Insecure Jobs on Well-Being and Health: The Moderating Role of Labor Market Policies. Soc Indic Res. 2018. Issue 138. P. 1229–1257. https://doi.org/10.1007/s11205-017-1697-y

DOI: https://doi.org/10.31392/UDU-nc.series15.2025.12(199).26
УДК 796.011.3-056.26

Мирошніченко В.О.
Ph.D, доктор філософії, доцент ORCID: https://orcid.org/0000-0001-6561-3869
доцент кафедри фізичної культури і спорту
Національний університет біоресурсів і природокористування України, м. Київ
Кротов Г.В.
доцент кафедри фізичної культури і спорту
Національний університет біоресурсів і природокористування України, м. Київ
ORCID: 0009-0004-6459-6082
Кризський Ю.Ю.
викладач кафедри фізичної культури і спорту
Національний університет біоресурсів і природокористування України, м. Київ
ORCID: https://orcid.org/0009-0001-4607-6807

ПОРІВНЯЛЬНИЙ АНАЛІЗ ЕФЕКТИВНОСТІ РІЗНИХ МОДЕЛЕЙ АДАПТИВНИХ СПОРТИВНИХ ПРОГРАМ ДЛЯ ОСІБ З ОБМЕЖЕНИМИ МОЖЛИВОСТЯМИ

У статті представлено результати порівняльного аналізу ефективності різних моделей адаптивних спортивних програм для осіб з обмеженими можливостями. Метою роботи було з'ясувати вплив ігрових, індивідуальних та реабілітаційних програм на фізичну підготовленість, психоемоційний стан і соціальну інтеграцію

учасників. Дослідження проводилося протягом 6 місяців із залученням 47 осіб з порушеннями опорно-рухового апарату. Використано педагогічне тестування, анкетування, психодіагностичні методики та статистичний аналіз. Результати довели найвищу ефективність індивідуальних програм у розвитку витривалості та сили, ігрових – у зниженні тривожності та підвищенні соціальної інтеграції, реабілітаційних – у відновленні функціональних можливостей і гнучкості. Зроблено висновок про доцільність комплексного використання моделей залежно від цілей занять та потреб учасників.

***Ключові слова**: адаптивний спорт, ігрові програми, індивідуальні тренування, реабілітація, соціальна інтеграція.*

***Myroshnichenko Vitalii, Krotov Hennadii, Kryzskyi Yurii. Comparative Analysis of the Effectiveness of Different Models of Adapted Sport Programs for Persons with Disabilities.** The article presents the results of a comparative analysis of the effectiveness of different models of adapted sport programs for persons with disabilities. The purpose of the study was to investigate the influence of game-based, individualized, and rehabilitation-oriented training programs on participants' physical fitness, psycho-emotional state, and social integration. The research was conducted over a six-month period and involved 47 individuals with musculoskeletal disorders. A mixed-methods approach was applied, including pedagogical testing, questionnaires, psychodiagnostic tools, and statistical analysis.*

The findings demonstrated that individualized exercise programs showed the highest effectiveness in improving endurance and strength, confirming the relevance of personalized training loads in adaptive physical activity. Game-based programs produced the most significant positive impact on reducing anxiety and enhancing self-esteem, supporting the idea of the socializing function of collective games and their role in fostering integration within a group setting. Rehabilitation-focused programs were particularly effective in promoting functional compensation, flexibility, and recovery potential, emphasizing the therapeutic value of therapeutic exercise and medical physical culture for individuals with musculoskeletal impairments.

The study highlights that no single program type can fully address the diverse needs of people with disabilities. Instead, the integration of different models – combining individualized training for physical development, game-based activities for psychological well-being and socialization, and rehabilitation programs for functional recovery – offers the most comprehensive approach.

The results provide valuable insights for practitioners, coaches, and rehabilitation specialists working in adaptive sport and rehabilitation contexts. Future research perspectives may include exploring digital technologies in adaptive training, long-term effects of program implementation, and cross-cultural comparisons of adaptive sport practices.

***Key words:** adapted sport, individualized training, game-based programs, rehabilitation, social integration, disability.*

Постановка проблеми та її зв'язок з важливими науковими чи практичними завданнями. Сучасний розвиток фізичної культури і спорту дедалі більше орієнтується на принципи інклюзії, рівних можливостей та соціальної інтеграції. Особливої актуальності це набуває у сфері адаптивного спорту, де ключовим завданням є забезпечення умов для занять фізичними вправами осіб з обмеженими можливостями здоров'я. Різноманітність підходів до організації адаптивних програм – від ігрових видів спорту до індивідуальних практик та реабілітаційних тренінгів – свідчить про високий потенціал цих програм для покращення фізичного, психоемоційного та соціального стану учасників.

Водночас у науковій та практичній площині залишається невирішеною проблема вибору найбільш ефективних форм і методів адаптивних програм. Більшість досліджень концентрується на окремих моделях або на вузьких категоріях нозологій, що не дозволяє здійснити порівняльний аналіз різних підходів у єдиній системі критеріїв. Це призводить до фрагментарності знань і утруднює розробку універсальних рекомендацій для практики фізичної реабілітації та спорту.

Постає завдання проведення системного порівняльного аналізу ефективності різних моделей адаптивних спортивних програм, що сприятиме розробці науково обґрунтованих підходів до їх упровадження у практику.

Аналіз останніх досліджень і публікацій. Огляд літератури підтверджує, що участь у адаптивних спортивних програмах пов'язана з позитивними змінами в показниках якості життя, фізичної функції і психоемоційного стану у людей з фізичними порушеннями [11; 13; 15]. Схожі висновки простежуються і в українських роботах [1; 2], де наголошується, що адаптивний спорт для ветеранів та осіб із порушеннями здоров'я позитивно впливає як на фізичну, так і на психологічну сфери.

Прямих багатосторонніх порівнянь ігрової, індивідуальної та реабілітаційної програм у межах одного дослідження обмаль. Окремі дослідження [14; 17] демонструють, що ігрові або групові формати часто дають кращі результати в соціальній взаємодії та мотивації, тоді як індивідуальні програми можуть давати точніші фізичні зміни. Серед вітчизняних досліджень [3; 6] відзначається відсутність системних порівнянь моделей, хоча окремі приклади адаптивного плавання або спортивної реабілітації ветеранів свідчать про різну ефективність залежно від формату занять.

За останні роки можна виокремити ряд досліджень [12; 16] із порівняння «ігрових» форматів, інтерактивних тренувань і традиційних вправ. Однак довгострокових даних і стандартизованих порівнянь із традиційними моделями бракує. В Україні починають досліджувати роль технологій для спортсменів з інвалідністю, особливо ветеранів війни [3], що корелює з міжнародними тенденціями цифровізації адаптивного спорту.

Водночас останні ініціативи й проекти в Україні показують зростаючий інтерес до адаптивного спорту як інструменту реабілітації для ветеранів і постраждалих від війни [2; 4]. Однак, огляд підтверджує лише поодинокі ініціативи досліджень, а це підтверджує актуальність поставленої проблеми.

Формулювання мети дослідження. Метою дослідження було здійснення порівняльного аналізу ефективності різних моделей адаптивних спортивних програм (ігрових, індивідуальних та реабілітаційних) у розвитку фізичної підготовленості, психоемоційного стану та рівня соціальної інтеграції осіб з обмеженими можливостями

Висвітлення процедури теоретико-методологічного та експериментального дослідження із зазначенням методів дослідження.

Дослідження проводилося на базі спортивного комплексу Національного університету біоресурсів і природокористування України, оздоровчого центру «Anatomy», що впроваджують програми адаптивного спорту.

У дослідженні брали участь 47 осіб, віком від 18 до 35 років, з порушеннями опорно-рухового апарату легкого та середнього ступеня, які були розподілені на три експериментальні групи (ЕГ), де в ЕГ1 проводилися заняття адаптивними ігровими видами спорту: волейбол сидячи, адаптивний бочча. В ЕГ2 були персональні тренувальні програми з урахуванням функціональних можливостей і в ЕГ3 використовувався комплекс тренувальних занять із домінуючим спрямуванням на відновлення функціонального стану.

Експеримент тривав 6 місяців з частотою занять 2–3 рази на тиждень. Підготовчий етап передбачав аналіз і узагальнення літератури, формування вибірки, розробка діагностичних інструментів. Констатуючий етап мав на меті визначення вихідного рівня фізичної, психоемоційної та соціальної готовності учасників, де використовувалися метод педагогічного тестування, анкетування та психодіагностичні методики. Формуючий етап: впровадження програм різних моделей. Контрольний етап вирішував завдання підсумкового тестування фізичної підготовленості, вивчення психоемоційного стану (шкала тривожності, опитувальники якості життя, самооцінка), опитування, соціометрії для оцінки інтеграції та групової взаємодії, порівняльного аналізу отриманих результатів, педагогічного спостереження. Аналітичний етап включав обробку кількісних та якісних даних, використання методів математичної статистики, формулювання висновків.

Виклад основного матеріалу дослідження. На початковому етапі дослідження всі учасники мали однаковий рівень фізичної підготовленості та психоемоційного стану. Показники характеризувалися низькою силовою витривалістю, середнім рівнем координації та підвищеною ситуативною тривожністю (табл. 1).

Таблиця 1

Вихідні показники фізичної та психоемоційної підготовленості учасників

№ з/п	Показник	ЕГ1 (n=15)		ЕГ2 (n=16)		ЕГ3 (n=16)		P
		$\bar{x}$	S	$\bar{x}$	S	$\bar{x}$	S	
1	Силова витривалість (віджимання, разів)	7,8	0,61	8,1	0,72	7,9	0,54	p >0,05
2	Витривалість (6-хв. ходьба, м)	510	22	515	24	512	21	p >0,05
3	Координація (тест «8 з опорами», сек)	18,4	1,21	18,1	1,15	18,5	1,31	p >0,05
4	Гнучкість (нахил уперед, см)	8,2	0,95	8,5	0,86	8,1	0,73	
5	Тривожність (шкала Спілбергера, балів)	48,2	2,5	47,9	2,6	48,5	2,4	p >0,05
6	Самооцінка (балів)	4,2	0,32	4,1	0,24	4,2	0,38	p >0,05

Аналіз підтвердив відсутність статистично значущих відмінностей між групами (p>0,05), що дозволило порівнювати ефективність різних моделей на наступних етапах.

Після завершення експерименту у всіх трьох групах зафіксовано позитивну динаміку розвитку фізичних якостей (табл. 2). Найбільш виражені зміни в показниках сили та витривалості відзначено ЕГ2 (p<0,05). Учасники ЕГ1 показали істотний прогрес у тестах, що вимагали координації та швидкісно-силових дій відображаючи специфіку ігрової діяльності. У ЕГ3 динаміка була менш інтенсивною, але стабільною, з особливим акцентом на відновленні рухливості та корекції функціональних обмежень.

Таблиця 2

Порівняльна динаміка фізичної підготовленості

№ з/п	Показник	ЕГ1 (n=15)		ЕГ2 (n=16)		ЕГ3 (n=16)		Δ, % (найвищий приріст)
		до	після	до	після	до	після	
1	Силова витривалість (разів)	7,8	12,3	8,1	14,8	7,9	11,2	+83 % (ЕГ2)
2	Витривалість (м)	510	610	515	670	512	590	+30 % (ЕГ2)
3	Координація (сек)	18,4	15,6	18,1	16,4	18,5	17,2	-15 % (ЕГ1)
4	Гнучкість (нахил уперед, см)	8,2	11,5	8,5	12,1	8,1	13,6	+67 % (ЕГ3)

Дані психодіагностики свідчать про зниження рівня тривожності у всіх групах, однак найсуттєвіші зміни відбулися в ЕГ1 (табл. 3).

Таблиця 3

Психоемоційні показники після експерименту

№ з/п	Показник	ЕГ1 (n=15)		ЕГ2 (n=16)		ЕГ3 (n=16)		Найкращий результат
		до	після	до	після	до	після	
1	Тривожність (балів)	48,2	39,1	47,9	41,8	48,5	42,5	-19 % (ЕГ1)
2	Самооцінка (балів)	4,2	5,6	4,1	5,3	4,2	5,0	+33 % (ЕГ1)
3	Соціометричний статус (ранг)	2,1	3,8	2,0	2,9	2,2	3,2	+81 % (ЕГ1)

Аналізуючи дані з'ясовано, що програма індивідуальних занять (ЕГ2) довела найвищу ефективність у розвитку витривалості та силових якостей, що підтверджує висновки українських авторів про необхідність персоналізації навантажень у роботі з особами з обмеженими можливостями [8; 10].

Програма ігрових видів занять (ЕГ1) найбільш позитивно вплинула на зниження тривожності та підвищення самооцінки, що узгоджується з позицією Г. Шиян [9] про соціалізуючу роль колективних ігор та висновками М. Москаленка [5] щодо ефективності ігрових форм у формуванні соціальної інтеграції.

Програма реабілітаційних занять сприяла кращій функціональній компенсації та гнучкості, що співзвучно з працями С. Приходька [7], який підкреслює відновлювальний потенціал ЛФК для осіб із порушеннями опорно-рухового апарату.

Такі результати дослідження вказують на необхідність комбінованого використання адаптивних спортивних програм залежно від мети занять і потреб учасників.

Висновки та перспективи подальших досліджень.

1. Проведене дослідження підтвердило доцільність використання різних моделей адаптивних спортивних програм у роботі з особами з обмеженими можливостями.
2. Програма індивідуального характеру показала найвищу ефективність у розвитку силової витривалості та загальної фізичної працездатності (+83 % приросту віджимань, +30 % у тесті 6-хвилинної ходьби), що свідчить про її оптимальність для цілеспрямованого удосконалення функціональних можливостей.
3. Ігрова модель програми виявила найбільший вплив на психоемоційні та соціальні показники: зниження рівня тривожності на 19 %, зростання самооцінки на 33 %, покращення соціометричного статусу на 81 %. Це підтверджує, що ігрові формати сприяють не лише фізичному розвитку, але й соціалізації та інтеграції.
4. Реабілітаційна модель програми забезпечила найкращий результат у розвитку гнучкості (+67 %), стабілізації функціонального стану та емоційної рівноваги учасників, що свідчить про її важливість на етапі відновлення та компенсації обмежених рухових можливостей.

Перспективи подальших досліджень. Подальші перспективи вбачаються в розробці диференційованих програм залежно від нозології та рівня функціональних обмежень осіб.

Література

1. Базильчук, О. Адаптивний спорт в Україні: сучасні тенденції розвитку та проблеми впровадження. Фізична культура, спорт та здоров'я нації, 2023. 12(2), С. 34–41.
2. Братусь, В. Роль адаптивного спорту у відновленні ветеранів війни: соціально-психологічний аспект. Теорія і методика фізичного виховання і спорту, 2023. 1, С. 45–52.
3. Латенко, О., & Хіміч, І. Цифрові технології в адаптивному спорті: перспективи для ветеранів війни. Вісник Чернігівського національного педагогічного університету. Серія: Педагогічні науки. Фізичне виховання та спорт, 2022., 177, С. 120–126.
4. Митчик, О., Дьяків, С., & Шевченко, Н. Соціально-педагогічні аспекти розвитку інклюзивного спорту в Україні. Фізична культура, спорт та здоров'я нації, 2022. 11(1), С. 58–64.
5. Москаленко, М. Соціальна інтеграція засобами адаптивного спорту. Актуальні проблеми фізичного виховання і спорту в умовах сьогодення, 2019. 7, С. 76–81.
6. Назарук, І., Петренко, М., & Коваленко, Р. Використання адаптивного плавання у процесі реабілітації осіб з інвалідністю. Науковий часопис НПУ імені М. П. Драгоманова. Серія 15: Науково-педагогічні проблеми фізичної культури, 2021. 3(131), С. 89–94.
7. Приходько, С. Лікувальна фізична культура як засіб реабілітації осіб з порушеннями опорно-рухового апарату. Науковий часопис Херсонського державного університету. Серія: Педагогічні науки, 2021. 4(98), С. 90–95.
8. Савченко, О. Персоналізація фізичних навантажень у тренувальному процесі осіб з обмеженими можливостями. Молодіжний науковий вісник Східноєвропейського національного університету імені Лесі Українки. Фізичне виховання і спорт, 2020. 37, С.101–106.
9. Шиян, Г. Ігрові методи у фізичному вихованні: соціалізуючий аспект. Педагогіка, психологія та медико-біологічні проблеми фізичного виховання і спорту, 2018. 12, С.104–109.
10. Яковенко, Л. Індивідуалізація тренувальних програм в адаптивному спорті. Спортивна наука та здоров'я людини, 2022. 1(5), 45–51.
11. Brown, D., Kavanagh, E., & Jones, I. Adapted sport and psychosocial well-being: Systematic review and future directions. Disability and Rehabilitation, 45(12), 2023. С. 1721–1732.
12. Howard, J., Mendes, R., & Silva, M. Comparing interactive, game-based and traditional exercise programs for people with disabilities. European Journal of Adapted Physical Activity, 14(2), 2021. 1–12.
13. Jaarsma, E. A., & Smith, B. Promoting physical activity for disabled people in an inclusive society: The role of coaches and volunteers. International Journal of Sport Policy and Politics, 14(1), 2022. 1–15.
14. Lee, H., Park, S., & Kim, J. Individual versus group-based exercise interventions for persons with disabilities: A randomized trial. Journal of Physical Activity and Health, 19(7), 2022. 456–464.
15. Martin Ginis, K. A., Ma, J. K., Latimer-Cheung, A. E., & Rimmer, J. H. A systematic review of physical activity interventions in people with physical disabilities: A framework for health promotion. Sports Medicine, 51(5), 2021. 899–918.
16. Mendes, R., Silva, M., & Howard, J. Long-term effects of adapted sport programs on quality of life. Disability and Health Journal, 16(1), 2023. 101–110.
17. Williams, T., & Coates, J. Team sports participation and social inclusion for people with disabilities: Comparative analysis. Adapted Physical Activity Quarterly, 38(3), 2021. 241–260.

References

1. Bazylchuk, O. (2023). Adaptyvnyi sport v Ukraini: suchasni tendentsii rozvytku ta problemy vprovadzhennia [Adaptive sport in Ukraine: Current development trends and implementation problems]. Fizychna kultura, sport ta zdorov'ia natsii, 12(2), 34–41.
2. Bratus, V. (2023). Rol adaptivnoho sportu u vidnovlenni veteraniv viiny: sotsialno-psykholohichnyi aspekt [The role of adaptive sport in the rehabilitation of war veterans: Socio-psychological aspect]. Teoriia i metodyka fizychnoho vykhovannia i sportu, 1, 45–52.
3. Latenko, O., & Khimich, I. (2022). Tsyfrovi tekhnolohii v adaptyvnomu sporti: perspektyvy dlia veteraniv viiny [Digital technologies in adaptive sport: Prospects for war veterans]. Visnyk Chernihivskoho natsionalnoho pedahohichnoho universytetu. Seriia: Pedahohichni nauky. Fizychne vykhovannia ta sport, 177, 120–126.
4. Mytchyk, O., Diakiv, S., & Shevchenko, N. (2022). Sotsialno-pedahohichni aspekty rozvytku inkliuzyvnoho sportu v Ukraini [Socio-pedagogical aspects of inclusive sport development in Ukraine]. Fizychna kultura, sport ta zdorov'ia natsii, 11(1), 58–64.
5. Moskalenko, M. (2019). Sotsialna intehratsiia zasobamy adaptyvnoho sportu [Social integration through adaptive sport]. Aktualni problemy fizychnoho vykhovannia i sportu v umovakh sohodennia, 7, 76–81.
6. Nazaruk, I., Petrenko, M., & Kovalenko, R. (2021). Vykorystannia adaptyvnoho plavannia u protsesi reabilitatsii osib z invalidnistiu [The use of adapted swimming in the rehabilitation of persons with disabilities]. Naukovyi chasopys NPU imeni M. P. Drahomanova. Seriia 15: Naukovo-pedahohichni problemy fizychnoi kultury, 3(131), 89–94.
7. Prykhodko, S. (2021). Likuvalna fizychna kultura yak zasib reabilitatsii osib z porushenniamy oporno-rukhovoho aparatu [Therapeutic physical culture as a means of rehabilitation of persons with musculoskeletal disorders]. Naukovyi chasopys Khersonskoho derzhavnoho universytetu. Seriia: Pedahohichni nauky, 4(98), 90–95.
8. Savchenko, O. (2020). Personalizatsiia fizychnykh navantazhen u trenuvalnomu protsesi osib z obmezhenymy mozhlyvostiamy [Personalization of physical loads in the training process of persons with disabilities]. Molodizhnyi naukovyi visnyk Skhidnoievropeiskoho natsionalnoho universytetu imeni Lesi Ukrainky. Fizychne vykhovannia i sport, 37, 101–106.
9. Shyian, H. (2018). Ihrovi metody u fizychnomu vykhovanni: sotsializuiuchyi aspekt [Game methods in physical education: The socializing aspect]. Pedahohika, psykholohiia ta medyko-biolohichni problemy fizychnoho vykhovannia i sportu, 12, 104–109.
10. Yakovenko, L. (2022). Indyvidualizatsiia trenuvalnykh prohram v adaptyvnomu sporti [Individualization of training programs in adaptive sport]. Sportyvna nauka ta zdorov'ia liudyny, 1(5), 45–51.
11. Brown, D., Kavanagh, E., & Jones, I. (2023). Adapted sport and psychosocial well-being: Systematic review and future directions. Disability and Rehabilitation, 45(12), 1721–1732.
12. Howard, J., Mendes, R., & Silva, M. (2021). Comparing interactive, game-based and traditional exercise programs for people with disabilities. European Journal of Adapted Physical Activity, 14(2), 1–12.
13. Jaarsma, E. A., & Smith, B. (2022). Promoting physical activity for disabled people in an inclusive society: The role of coaches and volunteers. International Journal of Sport Policy and Politics, 14(1), 1–15.
14. Lee, H., Park, S., & Kim, J. (2022). Individual versus group-based exercise interventions for persons with disabilities: A randomized trial. Journal of Physical Activity and Health, 19(7), 456–464.
15. Martin Ginis, K. A., Ma, J. K., Latimer-Cheung, A. E., & Rimmer, J. H. (2021). A systematic review of physical activity interventions in people with physical disabilities: A framework for health promotion. Sports Medicine, 51(5), 899–918.
16. Mendes, R., Silva, M., & Howard, J. (2023). Long-term effects of adapted sport programs on quality of life. Disability and Health Journal, 16(1), 101–110.
17. Williams, T., & Coates, J. (2021). Team sports participation and social inclusion for people with disabilities: Comparative analysis. Adapted Physical Activity Quarterly, 38(3), 241–260.

DOI: https://doi.org/10.31392/UDU-nc.series15.2025.12(199).27
УДК 796.966.015.134:001.8:37.018.4-053.6(045)

Мітова О.О.
https://orcid.org/0009-0003-2306-5464
доктор наук з фізичного виховання та спорту, професор
ННІ Придніпровська державна академія фізичної культури і спорту УДУНТ, м. Дніпро
Скрипець Д.О.
https://orcid.org/0000-0002-8675-9098
аспірант
ННІ Придніпровська державна академія фізичної культури і спорту УДУНТ, м. Дніпро

НАУКОВЕ ОБГРУНТУВАННЯ СТРУКТУРИ ТА ЗМІСТУ ТЕХНІЧНОЇ ПІДГОТОВКИ ЮНИХ ХОКЕЇСТІВ ПРИ ДИСТАНЦІЙНОМУ НАВЧАЛЬНО-ТРЕНУВАЛЬНОМУ ПРОЦЕСІ

У статті представлено науково-теоретичне обґрунтування структури та змісту технічної підготовки юних хокеїстів при дистанційному навчально-тренувальному процесі. Мета дослідження - науково обґрунтувати структуру та зміст технічної підготовки юних хокеїстів на етапі початкової підготовки при дистанційному навчально-тренувальному процесі. Методологія дослідження: аналіз спеціальної, науково-методичної літератури,