

УДК 796.325:615.8:37.018.1

DOI <https://doi.org/10.33989/2519-8254.2025.18.347727>

ORCID <https://orcid.org/0000-0003-3065-9095>

ORCID <https://orsid.org/0000-0001-7155-392X>

ORCID <https://orcid.org/0009-0003-4470-7358>

## РЕКРЕАЦІЙНО-РЕАБІЛІТАЦІЙНІ ТЕНДЕНЦІЇ ЗАСТОСУВАННЯ АДАПТИВНИХ ВИДІВ СПОРТУ В ОСВІТІ (НА ПРИКЛАДІ ВОЛЕЙБОЛУ СИДЯЧИ)

**Павло Хоменко,**

доктор педагогічних наук, професор,  
професор кафедри теорії й методики фізичного виховання,  
адаптивної та масової фізичної культури;

Полтавський національний педагогічний університет імені В. Г. Короленка;

**Юлія Зайцева,**

кандидатка педагогічних наук, доцентка,

доцентка кафедри теоретико-методичних основ викладання спортивних дисциплін;

Полтавський національний педагогічний університет імені В. Г. Короленка;

**Юрій Дьяченко,**

викладач вищої кваліфікаційної категорії;

Фаховий медико-фармацевтичний коледж

Полтавського державного медичного університету

*У статті розглянуто теоретичні та практичні аспекти впровадження адаптивних видів спорту в освітній процес на прикладі волейболу сидячи. Метою статті є виявлення рекреаційно-реабілітаційного потенціалу волейболу сидячи як форми адаптивного спорту та наукове обґрунтування шляхів його інтеграції в освітні програми з метою підвищення ефективності інклюзивного фізичного виховання, забезпечення соціальної інтеграції та підтримки психофізичного стану здобувачів освіти.*

*Обґрунтовано актуальність проблеми в контексті сучасних трансформаційних процесів в освіті України, що спрямовані на реалізацію принципів інклюзії, гуманізації та створення безбар'єрного середовища. Визначено, що адаптивний спорт виконує не лише оздоровчу та реабілітаційну функції, а й сприяє соціалізації, формуванню командної взаємодії та толерантності серед здобувачів освіти.*

*Проаналізовано наукові джерела, у яких висвітлено історичні та організаційні засади розвитку адаптивного спорту, його психофізіологічний та соціально-інтеграційний потенціал. Показано, що волейбол сидячи має унікальні можливості для фізичного відновлення, розвитку витривалості, координації та комунікативних навичок у студентів з різними рівнями фізичних можливостей. Визначено його значення для підтримки психоемоційної стабільності, подолання соціальної ізоляції та інтеграції осіб з інвалідністю у навчальне середовище.*

*З'ясовано, що ефективність використання волейболу сидячи в освітніх закладах значною мірою залежить від наявності нормативно-правової бази, матеріально-технічних умов та професійної підготовки педагогів. Відзначено позитивний вплив участі студентів у навчально-тренувальних заняттях і змаганнях, які виступають чинником формування ціннісного ставлення до здоров'я, дисципліни та мотивації до самовдосконалення.*

*Зроблено висновок, що інтеграція волейболу сидячи у систему інклюзивного фізичного виховання сприяє гармонійному поєднанню рекреаційних, реабілітаційних та освітньо-виховних завдань. Перспективи подальшого розвитку цього виду спорту в освіті пов'язані з удосконаленням методичного забезпечення, підготовкою кадрів та поширенням практики*

*через міжшкільні й університетські проекти, спортивні фестивалі та партнерські ініціативи. Таким чином, волейбол сидячи розглядається як дієвий інструмент формування інклюзивного освітнього середовища, орієнтованого на рівність можливостей, соціальну інтеграцію та зміцнення здоров'я здобувачів освіти.*

**Ключові слова:** адаптивний спорт, волейбол сидячи, інклюзивна освіта, рекреація, реабілітація, фізичне виховання, соціалізація.

**Постановка проблеми.** Сучасні трансформаційні процеси в освіті України спрямовані на реалізацію принципів інклюзії, гуманізації та створення безбар'єрного середовища, що забезпечує рівні можливості для всіх здобувачів освіти незалежно від стану здоров'я. У цьому контексті особливого значення набуває інтеграція адаптивних видів спорту, які поєднують у собі рекреаційні, оздоровчі та реабілітаційні функції. Використання спортивної активності як засобу соціалізації та психофізичної підтримки є одним із ключових напрямів підвищення ефективності освітнього процесу та формування здорового способу життя.

Адаптивний спорт, зокрема волейбол сидячи, розглядається як потужний інструмент розвитку фізичних якостей, відновлення функціональних можливостей та забезпечення психоемоційної стабільності осіб з обмеженими можливостями здоров'я. Він сприяє інтеграції дітей та молоді з інвалідністю у навчальне середовище, створюючи умови для їх активної участі у колективних формах діяльності та подолання соціальної ізоляції. При цьому волейбол сидячи вирізняється доступністю, відносною простотою організації, універсальністю та високим потенціалом для розвитку командної взаємодії й комунікативних навичок.

Особливої ваги питання набуває у сучасних соціально-політичних умовах, коли значна кількість дітей і молоді потребує реабілітації та відновлення після травм, стресових ситуацій або бойових дій. Саме адаптивний спорт, інтегрований в освітній процес, може стати дієвим засобом не лише фізичного відновлення, але й формування інклюзивної культури, підвищення рівня толерантності та створення нових можливостей для самореалізації особистості. Таким чином, дослідження рекреаційно-реабілітаційних тенденцій застосування адаптивних видів спорту в освіті, зокрема на прикладі волейболу сидячи, є вкрай актуальним з огляду на потреби сучасної педагогічної практики, завдання розвитку інклюзивного суспільства та перспективи оптимізації фізичного виховання у закладах освіти України.

**Аналіз основних досліджень і публікацій.** Огляд сучасних наукових джерел свідчить, що питання впровадження адаптивних видів спорту, зокрема волейболу сидячи, розглядається у кількох напрямках. Дослідження присвячені теоретичним засадам і завданням адаптивної фізичної культури (Васькан, Циба, Бражанюк, 2025), аналізу її оздоровчого та психоемоційного потенціалу (Гончаренко, 2025), а також історичним та організаційним основам розвитку адаптивного волейболу в Україні (Дідух, Когут, 2013).

Окрема увага приділяється інтеграції адаптивної фізичної активності в інклюзивне освітнє середовище (Загура, Зубрицький, 2024), реабілітаційному впливу спорту на осіб з особливими потребами, включно з військовослужбовцями після поранень (Ковальчук, Шинкарук, Гриців, 2025), а також соціально-інтеграційній ролі адаптивного спорту у суспільстві (Митчик, Курчаба, Тарасюк, Кліш, 2024).

Нормативне підґрунтя функціонування волейболу сидячи забезпечують правила спортивних змагань, затверджені Міністерством молоді та спорту України (2025). У сукупності ці роботи підтверджують значний реабілітаційний, рекреаційний та освітній потенціал адаптивних видів спорту й окреслюють перспективи їх подальшого розвитку та впровадження.

**Метою статті** є дослідження рекреаційно-реабілітаційного потенціалу волейболу сидячи як різновиду адаптивного спорту та обґрунтування можливостей його інтеграції в освітні програми з метою підвищення ефективності інклюзивного фізичного виховання, соціалізації й психофізичного відновлення здобувачів освіти.

**Виклад основного матеріалу.** Аналіз літературних джерел та власний досвід дозволяє стверджувати, що застосування адаптивних видів спорту в освітньому середовищі базуються на інтеграції принципів інклюзії, фізичної культури та реабілітаційних практик, що спрямовані на забезпечення рівного доступу здобувачів освіти з особливими освітніми потребами до занять спортом. Сучасні підходи до розвитку адаптивного спорту передбачають не лише його медико-реабілітаційну функцію, а й освітню, соціалізуючу та культурну складові (Васькан, Циба, Бражанюк, 2025). Таким чином, освітнє середовище розглядається як простір, де адаптивні види спорту виступають інструментом комплексного розвитку особистості.

Важливим аспектом є розуміння рекреаційно-реабілітаційного потенціалу адаптивних практик, що сприяють відновленню психофізичного стану та формуванню позитивного емоційного фону. У кризових ситуаціях, зокрема під час воєнних дій чи соціально-економічних потрясінь, засоби адаптивної фізичної активності та оздоровчого фітнесу мають значний потенціал у стабілізації психоемоційного стану учасників освітнього процесу (Гончаренко, 2025). Це підкреслює необхідність включення адаптивних видів спорту у програми фізичного виховання не лише для осіб з інвалідністю, але й для ширшого кола здобувачів освіти.

Історичний розвиток адаптивного спорту в Україні демонструє, що волейбол сидячи посідає особливе місце серед видів адаптивної фізичної активності. Він має глибокі традиції, сформовані ще у другій половині ХХ століття, та пройшов шлях від терапевтичного засобу до офіційно визнаної спортивної дисципліни міжнародного рівня (Дідух, Когут, 2013). В освітньому контексті цей вид спорту стає дієвим механізмом реалізації інклюзивної політики, оскільки дозволяє організовувати спільні заняття студентів з різними фізичними можливостями, створюючи умови для розвитку толерантності, взаємоповаги та командної взаємодії (Загура, Зубрицький, 2024).

Особливу увагу слід приділити сучасним тенденціям у розвитку адаптивного спорту в освітніх закладах України. Як відзначають дослідники, сьогодні адаптивна фізична культура перестає обмежуватися вузькими завданнями медико-реабілітаційної сфери і все більше виконує освітньо-виховну та соціокультурну функції (Митчик та ін., 2024). У цьому контексті волейбол сидячи може розглядатися як універсальний засіб, що поєднує оздоровчі, виховні та спортивні аспекти.

Важливо зазначити, що ефективність застосування адаптивних видів спорту в освітньому середовищі значною мірою визначається наявністю нормативної та організаційної бази. Затверджені Міністерством молоді та спорту України правила спортивних змагань з волейболу сидячи (2025) є прикладом інституціоналізації цього виду спорту, що забезпечує його розвиток у закладах освіти та сприяє залученню студентів до офіційних змагань різного рівня. Така організаційна підтримка сприяє підвищенню статусу адаптивного спорту, перетворюючи його на важливий інструмент не лише фізичної реабілітації, але й соціальної інтеграції.

З огляду на зазначене, можна стверджувати, що теоретичні основи застосування адаптивних видів спорту в освітньому середовищі формуються на перетині реабілітаційних, освітніх та соціокультурних підходів. Волейбол сидячи є яскравим прикладом практичної реалізації цих засад, поєднуючи у собі можливості для рекреації, фізичного відновлення та соціалізації, що робить його актуальним у сучасному освітньому процесі.

Зазначимо, що рекреаційно-реабілітаційний потенціал волейболу сидячи полягає у його здатності поєднувати оздоровчі, корекційні та соціально-інтеграційні функції. На відміну від інших видів спорту, цей різновид адаптивної фізичної активності орієнтований на максимально широке залучення учасників з різними рівнями фізичних можливостей, що зумовлює його високу інклюзивність та доступність (Митчик та ін., 2024). Головним завданням волейболу сидячи є не лише спортивне вдосконалення, а й створення умов для відновлення функціональних можливостей організму, розвитку психофізичних якостей та формування соціально значущих навичок.

Рекреаційна складова цього виду спорту проявляється у позитивному впливі на фізичне здоров'я учасників. Регулярні заняття сприяють зміцненню м'язово-скелетної системи, розвитку витривалості, покращенню координації та швидкості реакції. У процесі гри задіюються основні групи м'язів верхніх та нижніх кінцівок, що стимулює їхню роботу і підтримує належний рівень рухової активності, навіть у випадках обмеженої мобільності (Васькан, Циба, Бражанюк, 2025). Це дозволяє використовувати волейбол сидячи як ефективний засіб профілактики гіподинамії, що особливо актуально для здобувачів освіти з особливими освітніми потребами.

Реабілітаційний потенціал волейболу сидячи особливо важливий у контексті сучасних соціальних викликів. Для осіб, які зазнали травм опорно-рухового апарату або проходять відновлення після бойових поранень, цей вид спорту є засобом відновлення функціональних можливостей та підтримки адаптаційних ресурсів організму (Ковальчук, Шинкарук, Гриців, 2025). Завдяки ігровому характеру занять формується мотивація до регулярної участі в тренуваннях, що підвищує їхню ефективність та сприяє швидшій соціальній адаптації.

Окремого значення набуває психоемоційний ефект занять волейболом сидячи. Колективна форма гри створює умови для розвитку комунікативних навичок, відчуття взаємної підтримки та співучасті. Це знижує рівень психологічної ізоляції, підвищує самооцінку та сприяє формуванню позитивної соціальної ідентичності учасників (Гончаренко, 2025). У середовищі закладів освіти такі ефекти особливо важливі, оскільки дозволяють інтегрувати здобувачів з інвалідністю у студентське співтовариство на рівноправних засадах.

Досвід організації навчально-тренувальних занять із волейболу сидячи свідчить, що цей вид спорту має значний педагогічний потенціал. Він може стати основою для формування ціннісного ставлення до власного здоров'я, розвитку відповідальності та дисципліни, виховання командного духу та толерантності (Загура, Зубрицький, 2024). Більш того, участь у змаганнях різного рівня формує мотивацію до самовдосконалення, створює простір для особистісного зростання та реалізації спортивних амбіцій. Таким чином, рекреаційно-реабілітаційний потенціал волейболу сидячи проявляється у комплексному впливі на фізичний, психоемоційний та соціальний розвиток особистості. Поєднуючи оздоровчі, відновлювальні та виховні функції, цей вид спорту може стати дієвим інструментом у системі інклюзивної освіти та реабілітації, забезпечуючи гармонійне поєднання освітніх і рекреаційних завдань.

Аналіз можливостей інтеграції волейболу сидячи в освітні програми свідчить про його високий потенціал як у загальноосвітньому, так і у вищому навчальному середовищі. Ця дисципліна може органічно поєднуватися з традиційними курсами фізичного виховання та спеціалізованими програмами з адаптивної фізичної культури. Ігрова структура дозволяє варіювати навантаження, враховувати індивідуальні потреби учасників та поєднувати оздоровчі й виховні функції. В освітньому процесі волейбол сидячи можна реалізовувати у форматі модулів, факультативів, спортивних клубів чи інклюзивних секцій, що забезпечує гнучкість та доступність для різних груп здобувачів освіти.

Інтеграція цього виду спорту вимагає створення комплексної системи, яка включає методичне забезпечення, підготовку педагогів і тренерів, а також розробку програм для інклюзивних груп. Важливим є організаційний компонент: наявність відповідних спортивних залів, адаптованого обладнання та нормативної бази, що дозволяє легітимізувати використання волейболу сидячи в освітніх закладах.

Сучасні тенденції розвитку волейболу сидячи в освітньому просторі пов'язані з процесом його інституціоналізації та зростаючою увагою до інклюзивних практик. Все більше закладів освіти розглядають його не лише як засіб фізичної реабілітації, але й як педагогічний інструмент формування командного духу, толерантності та соціальної інтеграції. Інтерес до мультидисциплінарних підходів стимулює поєднання адаптивного спорту з психологічною підтримкою, соціальною роботою та педагогічними практиками, що значно розширює сферу його застосування.

Перспективи поширення волейболу сидячи в освіті пов'язані з підготовкою спеціалістів, здатних працювати з інклюзивними групами, розробкою інноваційних методик навчання та розвитком партнерств між освітніми установами й громадськими організаціями. Популяризація цього виду спорту через спортивні фестивалі, змагання, міжуніверситетські та міжшкільні проєкти сприяє його визнанню на рівні освітньої політики. Водночас систематичний науково-методичний супровід дозволяє оцінювати ефективність програм і коригувати їх відповідно до потреб учасників.

Отже, інтеграція волейболу сидячи в освітні програми має широкий потенціал як у фізкультурно-реабілітаційній, так і в соціально-педагогічній площині. Його розвиток у закладах освіти забезпечує не лише покращення фізичного стану та реабілітацію осіб з обмеженими можливостями, а й сприяє формуванню інклюзивного освітнього середовища, орієнтованого на рівність можливостей і цінність командної взаємодії.

**Висновки.** Проведений аналіз засвідчує, що інтеграція волейболу сидячи в освітній процес має високий рекреаційний, реабілітаційний та соціально-педагогічний потенціал. Цей вид адаптивного спорту поєднує у собі оздоровчі, корекційні й виховні функції, сприяє фізичному відновленню, розвитку психоемоційної стійкості та соціальній інтеграції здобувачів освіти з особливими потребами. Його доступність та універсальність дозволяють ефективно застосовувати волейбол сидячи як у загальноосвітніх, так і у вищих навчальних закладах у форматі модулів, факультативів, спортивних секцій чи інклюзивних клубів.

Сучасні тенденції вказують на зростаюче значення адаптивного спорту як складової інклюзивної освіти, що сприяє формуванню безбар'єрного освітнього простору, підвищенню рівня толерантності та вихованню командної взаємодії. Перспективи подальшого розвитку пов'язані з удосконаленням науково-методичної бази, підготовкою педагогів і тренерів до роботи з інклюзивними групами, а також активним залученням громадських і державних структур до популяризації цього виду спорту. Таким чином, волейбол сидячи може стати дієвим інструментом гармонізації освітнього процесу, поєднання фізичного виховання, реабілітації та соціалізації, що відповідає сучасним трансформаційним завданням освіти України.

## ЛІТЕРАТУРА

- Васькан, І., Циба, Ю., Бражанюк, А. (2025). Адаптивна фізична культура: види, завдання, результати та визначення. *Physical Culture and Sport: Scientific Perspective*, 1 (1), 274-280. DOI: [https://doi.org/10.31891/pcs.2025.1\(1\).36](https://doi.org/10.31891/pcs.2025.1(1).36)
- Гончаренко, Ю. (2025). Адаптивний потенціал засобів оздоровчого фітнесу в контексті підтримки психоемоційного стану населення під час кризових ситуацій: теоретико-методологічний аналіз. *Молодий вчений*, 2 (133), 32-39. DOI: <https://doi.org/10.32839/2304-5809/2025-2-133-26>
- Дідух, В. П., Когут І. О. (2013). Історичні та організаційні засади розвитку адаптивного волейболу в Україні. В кн. *Спорт та сучасне суспільство: збірник наукових праць молодих вчених та матеріалів VI Відкритої студентської конференції* (с. 200-204). Київ: Інтер Сервіс. Взято з [https://uni-sport.edu.ua/sites/default/files/konferencya/zbirnik\\_naukovix\\_prac\\_molodix\\_vchenix\\_ta\\_materialiv\\_vi\\_vidkritoj\\_studentskoyi\\_konferenciyi\\_sport\\_ta\\_suchasne\\_suspilstvo\\_2013\\_nufvsu.pdf](https://uni-sport.edu.ua/sites/default/files/konferencya/zbirnik_naukovix_prac_molodix_vchenix_ta_materialiv_vi_vidkritoj_studentskoyi_konferenciyi_sport_ta_suchasne_suspilstvo_2013_nufvsu.pdf)
- Загура, Ф., Зубрицький, Я. (2024). Впровадження адаптивної фізичної активності у інклюзивне фізичне виховання здобувачів вищої освіти з інвалідністю. *Освіта. Інноватика. Практика*, 12 (8), 27-33. DOI: <https://doi.org/10.31110/2616-650X-vol12i8-004>
- Ковальчук, Р., Шинкарук, В., Гриців, М. (2025). Роль фізкультурно-спортивної реабілітації у відновленні функціональних можливостей військовослужбовців після бойових поранень. *Освіта. Інноватика. Практика*, 13 (2), 53-59. DOI: <https://doi.org/10.31110/2616-650X-vol13i2-007>
- Митчик, О., Курчаба, О., Тарасюк, В., Кліш, І. (2024). Місце та роль адаптивного спорту у сучасному українському суспільстві. *Науковий часопис Українського державного*

університету імені М. Драгоманова. Серія 15, 5 (178), 117-121. DOI: [https://doi.org/10.31392/UDU-nc.series15.2024.5\(178\).24](https://doi.org/10.31392/UDU-nc.series15.2024.5(178).24)

Міністерство молоді та спорту України. (2025). *Правила спортивних змагань з волейболу сидячи серед осіб з ураженнями опорно-рухового апарату*. Взято з [https://mms.gov.ua/storage/app/sites/16/Sport/Pravyla\\_zmagan/2025/Invasport/%20%D0%B2%D0%BE%D0%BB%D0%B5%D0%B9%D0%B1%D0%BE%D0%BB%20%D1%81%D0%B8%D0%B4%D1%8F%D1%87%D0%B8.pdf](https://mms.gov.ua/storage/app/sites/16/Sport/Pravyla_zmagan/2025/Invasport/%20%D0%B2%D0%BE%D0%BB%D0%B5%D0%B9%D0%B1%D0%BE%D0%BB%20%D1%81%D0%B8%D0%B4%D1%8F%D1%87%D0%B8.pdf)

## REFERENCES

- Didukh, V. P., & Kohut I. O. (2013). Istorychni ta orhanizatsiini zasady rozvytku adaptivnoho voleibolu v Ukraini [Historical and organizational foundations of the development of adaptive volleyball in Ukraine]. In *Sport ta suchasne suspilstvo [Sports and modern society]: zbirnyk naukovykh prats molodykh vchenykh ta materialiv VI Vidkrytoi studentskoi konferentsii* (pp. 200-204). Kyiv: Inter Servys. Retrieved from [https://uni-sport.edu.ua/sites/default/files/konferencya/zbirnik\\_naukovix\\_prac\\_molodix\\_vchenix\\_ta\\_materialiv\\_6\\_vidkrytoi\\_studentskoyi\\_konferenciyi\\_sport\\_ta\\_suchasne\\_suspilstvo\\_2013\\_nufvsu.pdf](https://uni-sport.edu.ua/sites/default/files/konferencya/zbirnik_naukovix_prac_molodix_vchenix_ta_materialiv_6_vidkrytoi_studentskoyi_konferenciyi_sport_ta_suchasne_suspilstvo_2013_nufvsu.pdf) [in Ukrainian].
- Honcharenko, Yu. (2025). Adaptivnyi potentsial zasobiv ozdorovchoho fitnesu v konteksti pidtrymky psyhoemotsiinoho stanu naselennia pid chas kryzovykh sytuatsii: teoretyko-metodolohichniy analiz [Adaptive potential of health fitness tools in the context of supporting the psycho-emotional state of the population during crisis situations: theoretical and methodological analysis]. *Molodyi vchenyi [Young scientist]*, 2 (133), 32-39. DOI: <https://doi.org/10.32839/2304-5809/2025-2-133-26> [in Ukrainian].
- Kovalchuk, R., Shynkaruk, V., & Hrytsiv, M. (2025). Rol fizkulturno-sportyvnoi reabilitatsii u vidnovlenni funktsionalnykh mozhlyvostei viiskovosluzhbovtiv pislia boiovykh poranen [The role of physical education and sports rehabilitation in restoring the functional capabilities of military personnel after combat injuries]. *Osvita. Innovatyka. Praktyka [Education. Innovation. Practice]*, 13 (2), 53-59. DOI: <https://doi.org/10.31110/2616-650X-vol13i2-007> [in Ukrainian].
- Ministerstvo molodi ta sportu Ukrainy. (2025). *Pravyla sportyvnykh zmahan z voleibolu sydiachy sered osib z urazhenniamy oporno-rukhovoho aparatu [Rules of sitting volleyball competitions among people with musculoskeletal disorders]*. Retrieved from [https://mms.gov.ua/storage/app/sites/16/Sport/Pravyla\\_zmagan/2025/Invasport/%20%D0%B2%D0%BE%D0%BB%D0%B5%D0%B9%D0%B1%D0%BE%D0%BB%20%D1%81%D0%B8%D0%B4%D1%8F%D1%87%D0%B8.pdf](https://mms.gov.ua/storage/app/sites/16/Sport/Pravyla_zmagan/2025/Invasport/%20%D0%B2%D0%BE%D0%BB%D0%B5%D0%B9%D0%B1%D0%BE%D0%BB%20%D1%81%D0%B8%D0%B4%D1%8F%D1%87%D0%B8.pdf) [in Ukrainian].
- Mytych, O., Kurchaba, O., Tarasiuk, V., & Klish, I. (2024). Mistse ta rol adaptivnoho sportu u suchasnomu ukrainskomu suspilstvi [The place and role of adaptive sports in modern Ukrainian society]. *Naukovyi chasopys Ukrainskoho derzhavnoho universytetu imeni M. Drahomanova. Serii 15 [Scientific Journal of the M. Dragomanov Ukrainian State University. Series 15]*, 5 (178), 117-121. DOI: [https://doi.org/10.31392/UDU-nc.series15.2024.5\(178\).24](https://doi.org/10.31392/UDU-nc.series15.2024.5(178).24) [in Ukrainian].
- Vaskan, I., Tsyba, Yu., & Brazhaniuk, A. (2025). Adaptivna fizychna kultura: vydy, zavdannia, rezultaty ta vyznachennia [Adaptive physical education: types, tasks, results and definitions]. *Physical Culture and Sport: Scientific Perspective*, 1 (1), 274-280. DOI: [https://doi.org/10.31891/pcs.2025.1\(1\).36](https://doi.org/10.31891/pcs.2025.1(1).36) [in Ukrainian].
- Zahura, F., & Zubrytskyi, Ya. (2024). Vprovadzhennia adaptivnoi fizychnoi aktyvnosti u inkluzyvne fizyчне vykhovannia zdobuvachiv vyshchoi osvity z invalidnistiu [Introduction of adaptive physical activity into inclusive physical education of higher education students with disabilities]. *Osvita. Innovatyka. Praktyka [Education. Innovation. Practice]*, 12 (8), 27-33. DOI: <https://doi.org/10.31110/2616-650X-vol12i8-004> [in Ukrainian].

## RECREATIONAL AND REHABILITATION TRENDS IN THE USE OF ADAPTIVE SPORTS IN EDUCATION (ON THE EXAMPLE OF SITTING VOLLEYBALL)

**Pavlo Khomenko,**

Doctor of Pedagogical Sciences, Professor,  
Professor of the Department of Theory and Methods of Physical Education,  
Adaptive and Mass Physical Culture;  
Poltava V.G. Korolenko National Pedagogical University;

**Yulia Zaitseva,**

Candidate of Pedagogical Sciences, Associate Professor,  
Associate Professor of the Department of Theoretical and Methodological Foundations of  
Teaching Sports Disciplines;  
Poltava V.G. Korolenko National Pedagogical University;

**Yuriy Dyachenko,**

Lecturer of the highest qualification category;  
Professional Medical and Pharmaceutical College of Poltava State Medical University

*The article discusses the theoretical and practical aspects of introducing adaptive sports into the educational process using the example of sitting volleyball. The purpose of the article is to identify the recreational and rehabilitative potential of sitting volleyball as a form of adaptive sport and to provide scientific justification for its integration into educational programs in order to improve the effectiveness of inclusive physical education, ensure social integration, and support the psychophysical condition of students.*

*The relevance of the problem is substantiated in the context of modern transformational processes in Ukrainian education, which are aimed at implementing the principles of inclusion, humanization, and creating a barrier-free environment. It has been determined that adaptive sports not only perform health and rehabilitation functions, but also promote socialization, teamwork, and tolerance among students.*

*Scientific sources highlighting the historical and organizational foundations of adaptive sports development, its psychophysiological and social integration potential have been analyzed. It has been shown that sitting volleyball has unique opportunities for physical recovery, endurance development, coordination, and communication skills in students with different levels of physical abilities. Its importance for maintaining psycho-emotional stability, overcoming social isolation, and integrating people with disabilities into the educational environment is determined.*

*It has been found that the effectiveness of using sitting volleyball in educational institutions largely depends on the availability of a regulatory framework, material and technical conditions, and professional training of teachers. The positive impact of student participation in training sessions and competitions has been noted, which is a factor in the formation of a value-based attitude towards health, discipline, and motivation for self-improvement.*

*It was concluded that the integration of sitting volleyball into the system of inclusive physical education contributes to the harmonious combination of recreational, rehabilitation, and educational tasks. The prospects for the further development of this sport in education are linked to the improvement of methodological support, staff training, and the dissemination of practice through inter-school and university projects, sports festivals, and partnership initiatives. Thus, sitting volleyball is seen as an effective tool for creating an inclusive educational environment focused on equal opportunities, social integration, and improving the health of students.*

**Keywords:** adaptive sports, sitting volleyball, inclusive education, recreation, rehabilitation, physical education, socialization.

Надійшла до редакції 05.07.2025 р.