

**Наталія ПОЛЩУК**  
**доктор філософії, доцент**  
*Бердянський державний педагогічний університет*  
<https://orcid.org/0000-0003-3677-1248>  
<https://doi.org/10.33989/pnpu.1308.c4240>

## **РОЗДІЛ VII**

### **ВОЛОНТЕРСЬКА ПІДТРИМКА РОЗВИТКУ СПОРТУ ВETERANІВ ВІЙНИ В УКРАЇНІ: ДОСВІД, ПРОБЛЕМИ ТА ПЕРСПЕКТИВИ**

*Анотація.* Розділ монографії присвячений комплексному дослідженню волонтерської підтримки розвитку спорту ветеранів війни в Україні як соціально-педагогічного механізму фізичної, психологічної та соціальної реінтеграції. У роботі проаналізовано нормативно-правові засади функціонування ветеранського спорту, розкрито роль державної політики, громадських і волонтерських організацій у формуванні доступного спортивного середовища для ветеранів. Обґрунтовано теоретико-методологічні основи психолого-педагогічного супроводу спортивної діяльності ветеранів, визначено структуру професійної готовності тренерів-волонтерів, систему їх компетентностей та механізми впливу на формування мотивації, життєстійкості й соціальної активності учасників програм.

У монографії розроблено структурну модель психолого-педагогічного супроводу ветеранів у спортивній діяльності, що передбачає поетапну організацію процесу реінтеграції: від діагностики стану та мотиваційної адаптації до соціально-інтеграційного й рефлексивно-оцінювального етапів. Систематизовано актуальні проблеми волонтерської підтримки ветеранського спорту, зокрема ресурсні, кадрові, фінансові та психолого-соціальні виклики, а також запропоновано стратегічні напрями їх подолання з урахуванням прогностичної моделі розвитку на 5–10 років.

Отримані результати мають теоретичне та практичне значення для удосконалення підготовки фахівців сфери фізичної культури і спорту, розроблення програм адаптивного спорту й реабілітації ветеранів війни та формування системної моделі волонтерської підтримки у контексті сучасних суспільних трансформацій.

**Ключові слова:** *ветеранський спорт; волонтерська підтримка; психолого-педагогічний супровід; адаптивний спорт; фізкультурно-спортивна реабілітація; тренер-волонтер; соціальна реінтеграція.*

**Вступ.** Сучасний розвиток громадянського суспільства в Україні засвідчує зростання ролі волонтерської діяльності як важливого соціального інституту, що забезпечує підтримку різних категорій населення, зокрема ветеранів війни. Закон України «Про волонтерську діяльність» визначає волонтерство як

добровільну, соціально спрямовану, неприбуткову діяльність, що здійснюється фізичними особами шляхом надання допомоги особам, які потребують підтримки [4]. Нормативне закріплення правового статусу волонтера створило підґрунтя для розвитку системної волонтерської підтримки у різних сферах суспільного життя, у тому числі у фізичній культурі та спорті.

Волонтерська діяльність у сфері фізичної культури і спорту розглядається як форма соціально значущої активності, спрямованої на організаційне, методичне, інформаційне та психологічне забезпечення спортивних заходів, тренувального процесу та програм фізичної реабілітації. У Законі України «Про фізичну культуру і спорт» визначено стратегічні напрями державної політики щодо розвитку спорту, створення умов для занять фізичною культурою різних категорій громадян, у тому числі осіб з інвалідністю та учасників бойових дій [7]. Саме у межах реалізації цих положень волонтерська підтримка набуває особливої ваги.

Соціально-педагогічна сутність волонтерської діяльності полягає в поєднанні громадянської відповідальності, альтруїзму та професійної компетентності. Наукові дослідження засвідчують, що волонтерство виконує не лише допоміжну, а й виховну функцію, сприяючи формуванню цінностей солідарності, соціальної згуртованості та взаємопідтримки [1, 2]. У контексті спорту ветеранів війни волонтерська діяльність трансформується у форму психолого-педагогічного супроводу, що передбачає підтримку особистості у процесі її фізичної та соціальної реінтеграції.

В умовах воєнного стану та післявоєнного відновлення України проблема залучення ветеранів до спортивної діяльності набула стратегічного значення. Закон України «Про статус ветеранів війни, гарантії їх соціального захисту» закріплює право ветеранів на соціальну підтримку та реабілітаційні заходи [6]. Спортивна діяльність у цьому контексті виступає інструментом реалізації зазначених гарантій, а волонтерська підтримка – механізмом їх практичного втілення.

Системність розвитку ветеранського спорту в Україні підтверджується ухваленням Постанови Кабінету Міністрів України від 03.01.2025 № 2 «Про реалізацію експериментального проєкту щодо надання учасникам бойових дій та особам з інвалідністю допомоги для занять фізичною культурою та спортом» [14]. Запровадження програми «Ветеранський спорт» стало прикладом інтеграції державних ініціатив і громадської активності, де волонтери виступають важливими суб'єктами інформаційного супроводу, організації заходів та індивідуальної підтримки учасників [22].

У науковому дискурсі спорт розглядається як потужний чинник соціальної адаптації ветеранів війни. Дослідження українських учених засвідчують позитивний вплив фізкультурно-спортивної реабілітації на відновлення функціональних можливостей військовослужбовців після бойових поранень, зменшення рівня тривожності та покращення психоемоційного стану [9]. У міжнародній практиці ефективність адаптивного спорту для ветеранів з інвалідністю підтверджена систематичними оглядами доказів [15, 20].

*Мета роботи* – теоретично обґрунтувати та розкрити зміст волонтерської діяльності як механізму соціально-педагогічного супроводу ветеранів війни у сфері фізичної культури і спорту, а також визначити роль волонтерства у процесі фізичної реабілітації та соціальної реінтеграції ветеранів в умовах воєнного стану.

Постановка мети зумовила вирішення *завдань дослідження*:

1. Проаналізувати нормативно-правове підґрунтя волонтерської діяльності та ветеранського спорту в Україні, зокрема положення законів «Про волонтерську діяльність», «Про фізичну культуру і спорт» та актуальних державних програм.

2. Розкрити соціально-педагогічну сутність волонтерства у спортивній сфері як інструменту формування цінностей солідарності та громадянської відповідальності.

3. Визначити ключові напрями волонтерської підтримки ветеранів війни під час занять фізичною культурою.

4. Дослідити вплив фізкультурно-спортивної реабілітації за підтримки волонтерів на психоемоційний стан, функціональне відновлення та соціальну адаптацію учасників бойових дій.

5. Окреслити перспективи взаємодії державних інституцій та громадського сектору у контексті реалізації експериментальних проєктів щодо підтримки ветеранів з інвалідністю та учасників бойових дій.

## **1. Волонтерська підтримка як чинник соціально-педагогічної реінтеграції ветеранів війни засобами спорту**

Волонтерська підтримка розвитку спорту ветеранів війни в Україні є багатовимірним соціально-педагогічним явищем, що поєднує правові, організаційні, реабілітаційні та гуманістичні аспекти. Її ефективність визначається не лише кількістю залучених осіб чи проведених заходів, а й рівнем координації між державними структурами, громадськими організаціями та волонтерськими ініціативами, що забезпечує сталість реінтеграційних процесів і формування активної громадянської позиції ветеранів.

Спорт ветеранів війни в сучасних умовах розглядається не лише як форма дозвіллевої активності, а як системний інструмент фізичної, психологічної та соціальної реінтеграції осіб, які брали участь у бойових діях. Ветеран, повертаючись до цивільного життя, стикається з комплексом викликів: наслідками фізичних травм, порушеннями психоемоційного стану, труднощами соціальної адаптації та професійної самореалізації. У цьому контексті спортивна діяльність набуває статусу багатofункціонального реабілітаційного механізму, що поєднує медичні, психолого-педагогічні та соціальні компоненти впливу [9, 15].

Згідно з положеннями Закону України «Про статус ветеранів війни, гарантії їх соціального захисту» держава забезпечує ветеранам можливості для реабілітації та соціальної підтримки, що створює нормативну основу для впровадження програм фізичної культури і спорту як частини комплексної допомоги [6]. Водночас Закон України «Про фізичну культуру і спорт» визначає

пріоритетність розвитку фізкультурно-оздоровчої діяльності серед різних категорій населення, зокрема осіб з інвалідністю та учасників бойових дій [7]. Таким чином, правова база дозволяє інтегрувати спортивні програми у систему реінтеграційної політики.

Особливе місце у структурі ветеранського спорту займає адаптивний спорт, який спрямований на створення умов для занять фізичною активністю осіб з різними порушеннями функцій організму. Адаптивний спорт передбачає індивідуалізацію тренувального процесу, використання спеціалізованого обладнання, урахування фізичних обмежень і психоемоційного стану учасників. Дослідження вітчизняних учених засвідчують, що застосування засобів адаптивної фізичної культури сприяє підвищенню рівня функціональної спроможності організму, покращенню координації рухів, зменшенню больового синдрому та формуванню позитивної мотивації до активного способу життя [9].

Міжнародні наукові огляди також підтверджують ефективність адаптивних спортивних програм для ветеранів з інвалідністю. У систематичному звіті Департаменту у справах ветеранів США зазначено, що участь у програмах адаптивного спорту позитивно впливає на фізичну витривалість, психоемоційний стан та соціальну залученість ветеранів [15]. Регулярна фізична активність знижує рівень депресивних проявів, сприяє зменшенню симптомів посттравматичного стресового розладу та формує відчуття приналежності до спільноти [20].

Важливим міжнародним прикладом інтеграції спорту у систему підтримки ветеранів є проведення міжнародних змагань *Invictus Games*. Дослідження британських науковців демонструють, що участь ветеранів у таких змаганнях сприяє відновленню самооцінки, формуванню нових соціальних зв'язків та зміцненню ідентичності поза військовою службою [11]. Спортивна активність у цьому випадку виступає не лише як фізичне навантаження, а як символ подолання травматичного досвіду та переходу до нового життєвого етапу.

В українських реаліях розвиток ветеранського спорту поступово набуває системності. Державні ініціативи, зокрема експериментальний проєкт «Ветеранський спорт» [14], створюють фінансові та організаційні передумови для залучення ветеранів до занять фізичною культурою. Проте ефективність таких програм значною мірою залежить від активності громадських організацій та волонтерських ініціатив, які забезпечують інформаційний супровід, координацію участі, мотиваційну підтримку та індивідуальний підхід до кожного ветерана [18, 22].

Соціальна реінтеграція через спорт передбачає відновлення або формування нових соціальних ролей. Ветеран, долучаючись до спортивної команди чи тренувальної групи, отримує можливість відчувати себе частиною спільноти, що має спільні цілі та цінності. Командні види спорту сприяють розвитку комунікативних навичок, довіри та взаємопідтримки, що є особливо важливим для осіб із досвідом бойових дій [11]. Участь у змаганнях формує позитивну мотивацію, підвищує рівень соціальної активності та сприяє подоланню ізоляції.

Таким чином, спорт ветеранів війни виконує комплексну функцію: відновлювальну, компенсаторну, соціалізуючу та мотиваційну. Його ефективність як засобу реінтеграції зумовлюється поєднанням адаптивних фізичних програм, психолого-педагогічного супроводу та підтримки з боку державних і громадських інституцій [7, 9, 15].

Важливою умовою ефективної реалізації спортивних програм для ветеранів війни є активна участь громадських організацій та волонтерських структур. Саме вони забезпечують гнучкість, оперативність і персоніфікований підхід у роботі з ветеранами, що не завжди можливо в межах суто державних механізмів [1, 2]. Громадські ініціативи виступають посередниками між ветеранами, державними інституціями, спортивними федераціями та місцевими громадами, формуючи багаторівневу систему підтримки.

Практика діяльності ветеранських хабів, громадських фондів та спортивних об'єднань свідчить про зростання ролі волонтерів у супроводі ветеранів на всіх етапах залучення до спорту – від інформування про можливості участі до організації тренувального процесу та участі у змаганнях [18]. Волонтерська підтримка включає координацію логістики, пошук ресурсів, психологічну допомогу, супровід під час спортивних заходів, а також формування безпечного та мотивувального середовища. Такий підхід відповідає принципам соціальної інтеграції та інклюзії, задекларованим у міжнародних документах, зокрема у Конвенції ООН про права осіб з інвалідністю [17].

Психосоціальна підтримка через спорт реалізується за кількома взаємопов'язаними механізмами. По-перше, це механізм тілесного відновлення, який базується на поступовому відновленні фізичних можливостей організму, підвищенні витривалості та координації. Фізичне навантаження стимулює вироблення ендорфінів, зменшує рівень тривожності та сприяє стабілізації психоемоційного стану [9, 20]. По-друге, це механізм групової підтримки, що передбачає взаємодію у спортивному колективі. Командна діяльність сприяє формуванню довіри, взаєморозуміння та відчуття належності до спільноти, що особливо важливо для ветеранів, які переживають соціальну ізоляцію [11]. По-третє, це механізм досягнення й самореалізації, коли участь у змаганнях або досягнення особистих спортивних результатів формують позитивну самооцінку та відновлюють почуття значущості [9].

Міжнародний досвід підтверджує ефективність таких підходів. Дослідження впливу програм *Invictus Games* засвідчили, що систематичні заняття спортом у поєднанні з підтримкою волонтерів і наставників сприяють покращенню соціальної адаптації ветеранів, зміцненню їхньої життєстійкості та формуванню нових соціальних ролей [11]. Подібні результати відображені й у звітах Департаменту у справах ветеранів США, де підкреслюється, що адаптивний спорт позитивно впливає на фізичне здоров'я, психологічну стабільність і рівень соціальної активності ветеранів [15, 20].

В українських умовах розвиток ветеранського спорту поступово інтегрується у державну політику, однак ключовим чинником залишається синергія державних програм і громадянських ініціатив. Експериментальні проекти з підтримки занять фізичною культурою створюють фінансові

можливості для ветеранів, але саме волонтерські структури забезпечують їх ефективне використання [14]. Вони здійснюють індивідуальний супровід, допомагають адаптувати тренувальні програми, організують інформаційні кампанії та сприяють розширенню мережі партнерств [1, 2].

Систематизація реабілітаційного ефекту спорту для ветеранів дозволяє виокремити три взаємодоповнюючі рівні впливу:

1. Фізичний рівень – покращення функціонального стану організму, підвищення рухової активності, відновлення м'язової сили та координації, профілактика вторинних ускладнень [9].

2. Психологічний рівень – зниження симптомів посттравматичного стресу, підвищення емоційної стійкості, формування позитивної самооцінки та мотивації до активного життя [15, 20].

3. Соціальний рівень – відновлення соціальних зв'язків, інтеграція у громадське життя, формування нових професійних і громадських ролей [11].

Узагальнюючи викладене, слід зазначити, що спорт ветеранів війни виступає ефективним інструментом комплексної реінтеграції, який поєднує фізичну реабілітацію, психоемоційну стабілізацію та соціальну адаптацію. Його результативність значною мірою визначається активною участю громадських організацій і волонтерських структур, що забезпечують індивідуалізований підхід і створюють сприятливе середовище для особистісного відновлення ветеранів [1, 7, 9, 15].

Психолого-педагогічні засади волонтерської підтримки ветеранів війни у спортивній діяльності ґрунтуються на поєднанні принципів гуманізму, інклюзивності, індивідуалізації та міжсуб'єктної взаємодії. Ветерани бойових дій як особлива соціальна група характеризуються специфічними психологічними й соціальними потребами, що зумовлені пережитим бойовим досвідом, травматичними подіями, змінами фізичного стану та трансформацією соціальної ролі. У цьому контексті волонтерська підтримка набуває характеру цілеспрямованого психолого-педагогічного супроводу, який забезпечує адаптацію ветерана до спортивного середовища та сприяє його комплексному відновленню [1, 2].

Психологічний аспект волонтерської підтримки передбачає створення безпечного простору взаємодії, що базується на довірі, повазі до особистісного досвіду ветерана та визнанні його гідності. Дослідження у сфері адаптивного спорту підтверджують, що участь у спортивних програмах знижує рівень тривожності та депресивних проявів, сприяє формуванню позитивного образу «Я» та підвищує суб'єктивне відчуття контролю над власним життям [9, 15]. У міжнародних звітах щодо адаптивного спорту для ветеранів наголошується, що системна підтримка з боку наставників і волонтерів посилює терапевтичний ефект фізичної активності, адже створює атмосферу прийняття та взаєморозуміння [20].

Педагогічний компонент волонтерської підтримки реалізується через організацію тренувального процесу, формування мотивації до занять, розвиток навичок саморегуляції та самодисципліни. Волонтер у спортивному середовищі часто виступає як фасилітатор навчально-тренувального процесу, який

допомагає ветерану адаптуватися до нових умов, опанувати техніку вправ, визначити реалістичні цілі та поступово досягати їх [2, 9]. Така діяльність передбачає володіння елементарними знаннями з психології травми, основ адаптивної фізичної культури та комунікативної етики.

Особливої уваги потребує принцип індивідуалізації. Ветерани війни мають різний рівень фізичної підготовки, різні типи травм та неоднаковий психологічний стан. Тому волонтерська підтримка повинна враховувати медичні показники, рекомендації фахівців з реабілітації та особисті запити ветерана, що відповідає сучасним стандартам інклюзивної практики [17].

Соціально-комунікативний вимір психолого-педагогічної підтримки полягає у формуванні спільнот взаємодопомоги. Спортивна група або команда створює умови для горизонтальної взаємодії, що сприяє відновленню довіри до соціуму [11]. Волонтери, виступаючи посередниками між ветеранами та ширшою громадою, сприяють подоланню соціальної ізоляції та стигматизації [1]. Командні тренування й участь у змаганнях формують нові соціальні ролі, що дозволяє ветерану поступово інтегруватися у мирне життя [11].

Не менш важливим є аксіологічний аспект волонтерської підтримки. Спорт формує систему цінностей – відповідальність, наполегливість, повагу до суперника, здатність працювати в команді. Через залучення до спортивної діяльності ветерани отримують можливість трансформувати військовий досвід у позитивний ресурс життєстійкості [9, 20]. Волонтер у цьому процесі виступає носієм соціально схвалюваних моделей поведінки, демонструє приклади емпатії та громадянської активності [2].

Психолого-педагогічні основи волонтерської підтримки ветеранів війни у спортивній діяльності передбачають комплексний підхід, що поєднує психологічну стабілізацію, педагогічну мотивацію та соціальну інтеграцію. Волонтер виступає не лише помічником у тренувальному процесі, а й важливим суб'єктом реабілітаційної взаємодії, який забезпечує підтримку особистості на шляху її фізичного та соціального відновлення.

Ефективність волонтерської підтримки ветеранів війни у спортивній діяльності значною мірою залежить від рівня підготовки та професійної компетентності тренерів-волонтерів. У сучасних умовах вони виконують не лише функцію організаторів або помічників у тренувальному процесі, а й виступають суб'єктами психолого-педагогічного супроводу, координаторами адаптаційних процесів і медіаторами між ветераном, спортивною інституцією та громадою.

Закон України «Про фізичну культуру і спорт» визначає, що організація фізкультурно-спортивної діяльності повинна здійснюватися з урахуванням безпеки, індивідуальних можливостей та стану здоров'я осіб, які займаються спортом [2]. Це положення особливо актуальне для роботи з ветеранами війни, серед яких значна частина має наслідки поранень, ампутації, черепно-мозкові травми або психоемоційні розлади. Таким чином, тренер-волонтер повинен володіти базовими знаннями з адаптивної фізичної культури та принципів безпечного тренування.

Наукові дослідження з фізкультурно-спортивної реабілітації військовослужбовців підкреслюють необхідність міждисциплінарного підходу до відновлення функціональних можливостей ветеранів [9]. У цьому контексті компетентність тренера-волонтера включає розуміння медико-біологічних аспектів травм, основ дозування фізичного навантаження, а також знання психологічних особливостей осіб із посттравматичним досвідом. Відсутність відповідної підготовки може призвести до перевантаження, демотивації або навіть повторної травматизації ветерана.

Аналіз міжнародного досвіду засвідчує, що підготовка наставників у програмах адаптивного спорту є обов'язковим компонентом їх реалізації. У звіті Департаменту у справах ветеранів США щодо програм adaptive sports наголошується, що тренери проходять спеціальні тренінги з питань інклюзивності, роботи з особами з інвалідністю та психологічної підтримки [15]. Подібний підхід забезпечує системність і безпечність спортивних занять.

Прикладом практичної реалізації комплексної підготовки є діяльність програм, пов'язаних з Invictus Games, де тренерський склад та волонтери проходять попередній інструктаж щодо особливостей роботи з ветеранами, які мають фізичні або психологічні травми. Дослідження британських учених демонструють, що компетентність наставників безпосередньо впливає на рівень задоволеності ветеранів участю у програмі та на їхню соціальну адаптацію [11].

В українському контексті підготовка тренерів-волонтерів поки що не має чітко стандартизованого характеру. Водночас позитивним прикладом є ініціативи громадських організацій та ветеранських хабів, які проводять короткострокові навчальні семінари для волонтерів з основ адаптивного спорту та комунікації з ветеранами. Зокрема, у межах розвитку програми «Ветеранський спорт», запровадженої постановою Кабінету Міністрів України № 2 від 03.01.2025 [14], окремі спортивні заклади організують методичні консультації для тренерів, що працюють з учасниками бойових дій.

Компетентнісна модель тренера-волонтера у сфері ветеранського спорту може бути структурована за такими блоками:

- Професійно-методичний блок – знання з теорії і методики фізичного виховання, адаптивної фізичної культури, принципів індивідуалізації навантаження.

- Психологічний блок – розуміння особливостей посттравматичного стресу, навички емпатійного слухання, здатність створювати атмосферу довіри та підтримки.

- Комунікативний блок – уміння ефективно взаємодіяти з ветеранами, їхніми родинами, медичними фахівцями та представниками громадських організацій.

- Соціально-етичний блок – дотримання принципів конфіденційності, поваги до гідності ветерана, толерантності та інклюзивності.

Реальні практики підтверджують значущість зазначених компетентностей. У рамках ветеранських спортивних програм у Києві, Львові та Одесі тренери-волонтери організують групові тренування з адаптивного кросфіту, плавання та стрільби з лука. Під час таких занять акцент робиться не на спортивному

результаті, а на поступовому відновленні впевненості ветеранів у власних силах. За результатами українських досліджень, участь у фізкультурно-спортивній реабілітації сприяє покращенню функціонального стану та зниженню рівня психологічної напруги [9].

Важливим аспектом підготовки тренерів-волонтерів є формування їхньої стресостійкості та профілактика емоційного вигорання. Робота з ветеранами війни передбачає взаємодію з людьми, які мають складний життєвий досвід, тому волонтер повинен володіти навичками саморегуляції та професійної рефлексії. Міжнародні рекомендації щодо організації адаптивного спорту підкреслюють необхідність супервізії та підтримки наставників [15].

Отже, підготовка тренерів-волонтерів у сфері спорту ветеранів війни має здійснюватися на системній основі з урахуванням міждисциплінарного підходу та вимог безпечної реабілітаційної практики. Формування професійних, психологічних і комунікативних компетентностей забезпечує не лише якість тренувального процесу, а й ефективність психолого-педагогічного супроводу ветеранів у процесі їх фізичної та соціальної реінтеграції.

## **2. Етапи психолого-педагогічного супроводу ветеранів війни у спортивній діяльності**

*Діагностичний етап* є стартовою ланкою супроводу й визначає індивідуальну траєкторію залучення ветерана до спортивної діяльності. Його ключова функція – виявлення реальних можливостей і обмежень ветерана, а також чинників ризику, що можуть вплинути на безпеку занять та мотивацію до продовження участі.

Оцінювання фізичного стану передбачає збір медичних показників (у межах доступної інформації) та врахування наслідків травм/поранень, хронічних станів, реабілітаційних рекомендацій. Це узгоджується з вимогою забезпечення безпеки та створення умов для занять фізичною культурою різними категоріями населення, включно з учасниками бойових дій та особами з інвалідністю [2; 3]. Важливо, щоб тренер-волонтер діяв у межах своєї компетенції: медичний висновок – зона відповідальності медичних фахівців, тоді як тренер здійснює функціонально-педагогічне оцінювання (витривалість, координація, рухові обмеження), необхідне для дозування навантаження.

Визначення психологічного стану включає первинне спостереження за реакціями на нове середовище, ознаки тривожності, уникання, гіпернапруги, труднощі у взаємодії. Завданням супроводу є не діагностика клінічних станів, а виявлення психологічної готовності до групової/індивідуальної роботи та визначення потреби у залученні психолога, табл.1.

*Таблиця 1*

### **Модель психолого-педагогічного супроводу ветеранів війни у спортивній діяльності**

<b>Компонент моделі</b>	<b>Зміст</b>	<b>Суб'єкти реалізації</b>	<b>Очікуваний результат</b>
Нормативно-правовий	Законодавче забезпечення права ветеранів на реабілітацію	Держава, Мінветеранів, Мінмолодьспорт	Інституційна легітимність програм

	та спорт [2; 3]; правовий статус волонтерів [1]		
Організаційний	Формування спортивних груп, адаптивних програм, координація ресурсів	Спортивні клуби, ОГС, ветеранські хаби, волонтери	Доступність спортивних послуг
Психологічний	Підтримка емоційної стабільності, зниження тривожності, формування довіри	Психологи, тренери-волонтери	Психоемоційна стабілізація
Педагогічний	Формування мотивації, розвиток навичок саморегуляції, індивідуалізація тренування	Тренери, інструктори, волонтери	Підвищення рухової активності
Соціальний	Формування спільноти, командна взаємодія, участь у змаганнях	Волонтерські команди, федерації	Соціальна інтеграція
Рефлексивно-оцінювальний	Моніторинг фізичного та психологічного стану, оцінка результатів	Тренер, медичний фахівець	Стійкий реабілітаційний ефект

Аналіз мотиваційної готовності полягає у з'ясуванні, що саме спонукає ветерана до спорту: бажання відновити фізичну форму, знайти «своє коло», подолати ізоляцію, повернути контроль над тілом і життєвими планами. Від якості цього етапу залежить реалізм цілей і профілактика розчарування на ранніх стадіях.

Підсумок етапу: індивідуальний профіль супроводу (ризик, ресурси, цілі, формат участі), який є підставою для наступного етапу.

*Мотиваційно-адаптаційний етап* спрямований на входження ветерана у спортивне середовище без психологічного тиску і без ризику перевантаження. Його центральне завдання – забезпечити позитивний перший досвід, що стане основою для стійкої участі.

Формування безпечного середовища означає: прогнозованість правил, повага до меж, мінімізація тригерів, коректна комунікація, відсутність стигматизації. Волонтерська підтримка в межах правового поля має здійснюватися етично та з урахуванням прав ветерана [1; 3]. Важливим елементом є добровільність участі та право ветерана змінювати формат занять.

Поступове включення до тренувального процесу реалізується через адаптаційні сесії: коротші за тривалістю, зі знизеним навантаженням, з паузами та відстеженням самопочуття. Така стратегія відповідає загальним принципам безпеки у фізичній культурі й спорту [2] та зменшує ризик відмови від занять через негативний фізіологічний або емоційний досвід.

Встановлення довірчих взаємин із тренером-волонтером є ключовим психолого-педагогічним результатом етапу. Довіра забезпечує відкритість щодо стану здоров'я, готовність повідомляти про біль/дискомфорт, приймати допомогу та корекцію. У практиці ветеранського спорту саме довіра часто визначає, чи стане спорт стабільною частиною життя ветерана.

Підсумок етапу: стабілізація участі (регулярність), первинна мотивація, прийняття середовища, готовність переходити до системного тренування.

*Тренувально-реабілітаційний етап* – центральний етап моделі, де спорт виступає як інструмент відновлення і розвитку фізичних якостей у межах індивідуальних можливостей ветерана. Тут формується стійка навичка рухової активності як ресурсу здоров'я та життєстійкості.

Індивідуалізація навантаження передбачає дозування інтенсивності, обсягу й складності вправ відповідно до функціонального стану, рекомендацій реабілітації, динаміки втоми та відновлення. Саме індивідуалізація є критичною, оскільки ветерани мають різні травматичні наслідки і різний досвід попередньої фізичної активності [2; 3].

Використання адаптивних методик включає модифікацію вправ, застосування альтернативних рухових патернів, адаптованого інвентарю, зміну умов виконання. Доказовий підхід до адаптивного спорту для ветеранів демонструє позитивний ефект таких програм на фізичне функціонування і психоемоційний стан [6]. Українські дослідження також підкреслюють значущість фізкультурно-спортивної реабілітації для відновлення функціональних можливостей після поранень [5].

Розвиток витривалості, координації, сили розглядається не як «спортивний результат будь-якою ціною», а як засіб підвищення автономності, якості життя, впевненості у власних можливостях. На цьому етапі тренер-волонтер виконує роль педагога: ставить реалістичні цілі, навчає самоконтролю, підтримує позитивну динаміку, попереджає перевантаження та знецінення малих досягнень.

Підсумок етапу: відчутне покращення фізичного стану, стабілізація емоційного фону, поява внутрішньої мотивації та «звички» до регулярних занять.

*Соціально-інтеграційний етап* забезпечує перехід від індивідуального відновлення до соціальної участі. Спорт тут виступає каналом включення у спільноту, формування соціальних ролей і відновлення соціального капіталу.

Участь у командних заходах сприяє відновленню комунікації, довіри, взаємодопомоги. Змагання (включаючи формати на кшталт Invictus Games) виконують мотиваційну і символічну функції: «я можу», «я здатен», «мій досвід не обмежує майбутнє». Міжнародні кейси демонструють, що участь у таких змагальних подіях асоціюється з позитивними змінами в адаптації та переході до цивільного життя [6].

Формування нових соціальних ролей проявляється у тому, що ветеран може бути учасником команди, наставником для інших, волонтером, організатором. Це підсилює самоповагу, відновлює суб'єктність і зменшує ризик соціальної ізоляції.

Завдання етапу – забезпечити сталість результату та сформувати механізми самопідтримки. Як підсумок – соціальна включеність, нові соціальні зв'язки, розширення життєвих сценаріїв.

Аналіз досягнень включає фіксацію прогресу (функціональні показники, регулярність, самопочуття, участь у подіях), підсилення самооцінки через

усвідомлення змін. Корекція програми передбачає гнучкість: зміну інтенсивності, цілей, формату (індивідуальні/групові заняття), попередження «плато» і вигорання. Підтримка довготривалої мотивації реалізується через постановку нових цілей, соціальні стимули (спільнота), участь у заходах, а також узгодження спортивної активності з життєвими планами ветерана. По-друге, громадські організації реалізують соціально-посередницьку функцію, забезпечуючи зв'язок між ветеранами, державними структурами та спортивними федераціями. У межах програми «Ветеранський спорт», запровадженої постановою Кабінету Міністрів України № 2 від 03.01.2025 [4], саме громадські ініціативи активно інформують ветеранів про можливості отримання допомоги, сприяють оформленню документів та координації участі у спортивних заходах. По-третє, значущою є реабілітаційно-підтримувальна функція. Дослідження з фізкультурно-спортивної реабілітації військовослужбовців підтверджують позитивний вплив регулярної фізичної активності на відновлення функціональних можливостей і психоемоційної стабільності [5]. Громадські організації, залучаючи волонтерів і тренерів, створюють середовище, у якому ветеран отримує не лише фізичне навантаження, а й психологічну підтримку та відчуття приналежності до спільноти, що відповідає сучасним підходам соціальної реабілітації [10; 11].

Окрему роль відіграють ветеранські хаби та спеціалізовані центри підтримки, які інтегрують спортивні програми в ширший спектр соціальних послуг – психологічну допомогу, консультації з працевлаштування, освітні курси. Такий комплексний підхід відповідає сучасним міжнародним практикам, де спорт розглядається як складова системи реінтеграції ветеранів [12; 14]. Міжнародні огляди ефективності адаптивного спорту засвідчують, що поєднання фізичної активності з соціальною підтримкою підвищує стійкість результатів реабілітації [6].

Важливим аспектом діяльності громадських організацій є формування культури інклюзивності у спортивному середовищі. Враховуючи, що частина ветеранів має статус осіб з інвалідністю, необхідно створювати умови для адаптивних видів спорту, модифікації тренувальних програм та забезпечення доступності спортивної інфраструктури, що відповідає міжнародним стандартам прав осіб з інвалідністю [13].

Не менш важливою є просвітницька функція. Громадські організації проводять інформаційні кампанії, популяризують історії успіху ветеранів-спортсменів, формують позитивний суспільний образ ветеранського спорту. Це сприяє подоланню стереотипів щодо фізичних і психологічних можливостей ветеранів та стимулює їх активну участь у громадському житті [7].

Таким чином, роль громадських і волонтерських організацій у розвитку спорту ветеранів війни має системний характер і охоплює організаційний, соціальний, реабілітаційний та просвітницький виміри. Їх діяльність доповнює державну політику у сфері фізичної культури та соціального захисту, забезпечуючи практичну реалізацію законодавчих гарантій [1; 2; 3] і створюючи умови для сталого розвитку ветеранського спорту.

Систематизація функцій громадських і волонтерських організацій дозволяє розглядати їх діяльність як багаторівневий механізм забезпечення сталого розвитку спорту ветеранів війни. Організаційно-координаційний компонент створює практичні умови для реалізації прав ветеранів на заняття фізичною культурою і спортом, закріплених у законодавстві [2, 3]. Соціально-посередницька функція забезпечує інтеграцію державних програм у реальну практику, зменшуючи адміністративні та інформаційні бар'єри [4].

Реабілітаційно-підтримувальний напрям безпосередньо впливає на фізичне й психологічне відновлення ветеранів, що підтверджується результатами наукових досліджень [5] та міжнародними оглядами ефективності адаптивного спорту [6]. Інклюзивно-інфраструктурний і психологічно-мотиваційний виміри формують сприятливе середовище для довготривалої участі у спортивній діяльності [13].

Таким чином, громадські організації виконують роль каталізатора розвитку ветеранського спорту, забезпечуючи поєднання нормативної бази, ресурсного потенціалу та психолого-педагогічного супроводу [10; 11].

### **3. Компетентнісна модель та професійна готовність тренера-волонтера до супроводу ветеранів у сфері адаптивного спорту**

Психосоціальна підтримка ветеранів війни є складним багатовимірним процесом, що поєднує фізичне відновлення, психологічну стабілізацію та соціальну реінтеграцію. У сучасних умовах спортивна діяльність виступає не лише формою фізичної активності, а й потужним механізмом відновлення особистісної цілісності та повернення до активного суспільного життя. Досвід України та міжнародна практика засвідчують, що спорт створює унікальне середовище для відновлення довіри, формування нової соціальної ідентичності та подолання наслідків бойового стресу [5; 6; 14].

Одним із ключових механізмів є емоційно-стабілізуючий вплив фізичної активності. Регулярні спортивні заняття сприяють нормалізації нейрофізіологічних процесів, зниженню рівня тривожності, агресивності та депресивних проявів. Дослідження з фізкультурно-спортивної реабілітації військовослужбовців доводять, що помірні фізичні навантаження активізують механізми адаптації та покращують когнітивні функції [5].

Адаптивний спорт, за даними міжнародних оглядів, має виражений позитивний ефект у роботі з ветеранами з інвалідністю, оскільки поєднує фізичне навантаження з переживанням досягнення та командної підтримки [6]. Таким чином, спорт стає інструментом відновлення самооцінки та внутрішнього контролю над власним життям [12].

Спортивне середовище формує нові соціальні зв'язки та відчуття приналежності до спільноти. Для ветеранів, які пережили досвід ізоляції або втрати звичних соціальних ролей, командні тренування і змагання створюють умови для відновлення комунікативних навичок і соціальної активності [7].

Міжнародний досвід (зокрема формати Invictus Games) демонструє, що участь у спортивних заходах сприяє формуванню позитивної ідентичності «ветеран-спортсмен», що трансформує уявлення про власні можливості та

соціальну роль [6]. В українських умовах громадські ініціативи та програма «Ветеранський спорт» [4] виконують подібну функцію, створюючи простір для безпечної соціалізації.

Спортивна діяльність у системі психолого-педагогічного супроводу реалізується через індивідуалізацію тренувального процесу, поетапне підвищення навантаження та формування навичок саморегуляції. Педагогічна складова полягає у створенні ситуації успіху, що стимулює внутрішню мотивацію та відповідальність за власний розвиток [5].

Тренер-волонтер у цьому контексті виконує функцію наставника, фасилітатора та координатора соціальної взаємодії. Його діяльність поєднує методичну компетентність із психологічною підтримкою, що відповідає принципам гуманістичної педагогіки та міждисциплінарного підходу [10].

Фізична активність у структурі реабілітації сприяє відновленню опорно-рухового апарату, покращенню серцево-судинної витривалості та координації рухів. Наукові дані свідчать, що адаптивні програми дозволяють поступово компенсувати функціональні обмеження та підвищити якість життя ветеранів [5; 6].

Поєднання фізичного та психологічного впливу створює синергічний ефект, у межах якого відновлення фізичних можливостей підтримує емоційну стабільність, а соціальна підтримка стимулює регулярність занять [12].

1. Спортивна діяльність є комплексним механізмом психосоціальної підтримки ветеранів війни, що поєднує фізичний, психологічний та соціальний виміри [5; 6].

2. Ефективність програм зумовлюється інтеграцією державної політики, діяльності громадських організацій і професійної підготовки тренерів-волонтерів [1; 2; 4].

3. Адаптивний спорт демонструє доведену реабілітаційну результативність і сприяє формуванню нової позитивної соціальної ідентичності ветерана [6; 12].

4. Психолого-педагогічний супровід у спортивному середовищі має ґрунтуватися на принципах гуманістичності, індивідуалізації та партнерства [10; 11].

Міжнародні дослідження адаптивного спорту підкреслюють, що якість взаємодії тренера з ветераном безпосередньо впливає на рівень мотивації та сталість участі у програмі [6, 14].

*Комунікативно-соціальні компетентності:*

- здатність взаємодіяти з родиною ветерана;
- співпраця з громадськими організаціями;
- участь у соціалізаційних заходах і спортивних подіях [7].

*Етико-правові компетентності:*

- дотримання принципів конфіденційності;
- повага до гідності ветерана;
- робота в межах законодавства про волонтерську діяльність і соціальний захист [1; 3].

Таким чином, компетентнісна структура тренера-волонтера охоплює не лише спортивно-методичні знання, а й психологічні, соціальні та етичні аспекти діяльності. Це забезпечує перехід від інструктажу до повноцінного психолого-педагогічного супроводу ветерана, табл.2.

Таблиця 2

**Компоненти реабілітаційного ефекту спортивної діяльності ветеранів війни: показники та критерії оцінювання**

Компонент реабілітаційного ефекту	Показник, що вимірюється	Критерії оцінювання
Фізичний	рівень витривалості; сила м'язів; координація рухів; функціональні показники серцево-судинної системи; індекс маси тіла; рівень больового синдрому	позитивна динаміка тестів фізичної підготовленості; стабілізація або покращення медичних показників; зменшення скарг на біль; підвищення толерантності до фізичних навантажень [5]
Психологічний	рівень тривожності; депресивні прояви; самооцінка; рівень мотивації; відчуття життєвої перспективи	зниження показників тривожності та депресії; підвищення самооцінки; стійка внутрішня мотивація до занять; позитивна емоційна динаміка [6]
Соціальний	рівень соціальної активності; участь у групових заходах; комунікативні навички; відчуття приналежності до спільноти	регулярна участь у спортивних подіях; розширення соціальних контактів; позитивна оцінка міжособистісної взаємодії; формування нової соціальної ролі «ветеран-спортсмен»
Мотиваційно-ціннісний	ставлення до здорового способу життя; готовність до саморозвитку; відповідальність за власне здоров'я	сталість відвідування тренувань; самостійна ініціатива у виборі спортивних активностей; довготривале збереження інтересу
Інтегративний (якість життя)	суб'єктивна оцінка життєвого задоволення; рівень адаптації; працездатність	покращення загальної якості життя; здатність до професійної або громадської активності; позитивна динаміка комплексних оцінок реінтеграції

Психолого-педагогічний вплив тренера-волонтера реалізується через систему взаємопов'язаних механізмів, що забезпечують поступове відновлення фізичного стану, психологічної рівноваги та соціальної активності ветерана.

*1. Мотиваційний механізм*

Формування внутрішньої мотивації є ключовою умовою тривалого залучення ветерана до занять спортом. Тренер-волонтер створює ситуації досяжного успіху, поступово ускладнюючи завдання та фіксує позитивну динаміку. Наукові дані свідчать, що відчуття контролю над власним тілом та результатом підвищує рівень психологічної стабільності та життєстійкості [5].

Міжнародні програми адаптивного спорту підтверджують, що саме внутрішня мотивація, сформована через підтримку наставника, є визначальним фактором довготривалої участі ветеранів у спортивній діяльності [6].

### *2. Емоційно-підтримувальний механізм*

Тренер-волонтер забезпечує безпечний психологічний простір, що базується на довірі, емпатії та стабільності взаємодії. Така підтримка сприяє зниженню тривожності та напруження, характерних для посттравматичних реакцій [5].

У міжнародних рекомендаціях щодо роботи з ветеранами наголошується, що саме стабільна підтримка наставника підсилює терапевтичний ефект фізичної активності та сприяє формуванню позитивного образу «Я» [6; 12].

### *3. Соціалізуючий механізм*

Через командні тренування, участь у заходах і спільні спортивні цілі відбувається формування нових соціальних ролей ветерана. Він поступово переходить від ролі пацієнта до ролі учасника команди або спортсмена.

Досвід міжнародних ветеранських змагань демонструє, що така трансформація ідентичності є важливим чинником соціальної адаптації [6; 14]. В українських умовах цю функцію підтримують громадські організації та спортивні спільноти [7].

### *4. Реабілітаційно-адаптивний механізм*

Фізичне навантаження індивідуалізується відповідно до функціонального стану ветерана. Модифікація вправ і поступове збільшення інтенсивності дозволяють уникнути перевантаження та повторної травматизації [5].

Систематичні огляди адаптивного спорту підтверджують, що поєднання індивідуалізації та поступовості забезпечує стабільний фізичний і психоемоційний прогрес [6].

### *Модель взаємодії «тренер – ветеран – міждисциплінарна команда»*

Ефективність супроводу забезпечується координацією дій тренера з іншими фахівцями:

- лікар контролює безпечність фізичних навантажень;
- психолог працює з травматичним досвідом;
- соціальний працівник сприяє соціальній інтеграції.

Такий підхід відповідає сучасним принципам комплексної реабілітації, де фізична активність розглядається як частина системи відновлення [5; 6].

### *Ризики професійного вигорання тренера-волонтера*

Робота з ветеранами передбачає емоційне навантаження, пов'язане з постійною взаємодією з травматичним досвідом. Серед основних ризиків:

- емоційне виснаження;
- зниження емпатії;
- професійна дезадаптація.

Міжнародні рекомендації щодо організації адаптивного спорту підкреслюють необхідність супервізії, психологічної підтримки та командної взаємодії для профілактики вигорання [6; 12].

Шляхи профілактики:

1. Робота у міждисциплінарній команді.
2. Регулярна супервізія та психологічна підтримка.
3. Чітке розмежування професійних ролей.
4. Підвищення кваліфікації та рефлексія досвіду.

Отже, психолого-педагогічний вплив тренера-волонтера є системним процесом, що поєднує мотиваційні, емоційні, соціалізаційні та реабілітаційні механізми. Його ефективність забезпечується міждисциплінарною взаємодією та професійною підготовкою фахівця, що дозволяє досягти сталого реабілітаційного ефекту спортивної діяльності ветеранів [5; 6]

#### *Реальні приклади практичної діяльності в українських умовах*

В українській практиці тренери-волонтери активно залучені до реалізації програм ветеранського спорту на базі громадських організацій, ветеранських хабів і спортивних клубів, виконуючи функції методичного супроводу, мотиваційної підтримки та посередництва між ветераном і спортивною інфраструктурою [1, 2, 4, 13]. Значущість такого супроводу посилюється тим, що реабілітаційний ефект спортивних програм для ветеранів є найбільш стійким за умов поєднання фізичних навантажень із соціальною підтримкою та наставництвом [5, 6].

*Приклад 1.* Локальні ветеранські спортивні ініціативи. У низці регіонів України тренери-волонтери організують групи функціонального тренінгу та адаптивного кросфіту для ветеранів. Тренувальні програми будуються за принципом поступовості та індивідуалізації, з урахуванням медичних рекомендацій, що відповідає загальним вимогам безпечної організації фізкультурно-спортивної діяльності та урахування стану здоров'я учасників [2, 3]. Наукові результати українських досліджень підкреслюють, що дозовані навантаження з індивідуалізацією сприяють відновленню функціональних можливостей та стабілізації психоемоційного стану після бойових поранень [5], а міжнародні огляди підтверджують подібний ефект у програмах адаптивного спорту для ветеранів [6].

*Приклад 2.* Реалізація програми «Ветеранський спорт». У межах державної ініціативи, запровадженої постановою Кабінету Міністрів України від 03.01.2025 № 2 [4], тренери-волонтери допомагають ветеранам інтегруватися у спортивні секції, забезпечують методичний супровід і контролюють адаптацію до навантаження. Практично це включає первинне орієнтування ветерана в доступних форматах занять, добір тренувального середовища, узгодження режиму активності та формування регулярності участі, що узгоджується з логікою державної підтримки залучення ветеранів до фізичної культури і спорту [2, 4, 13].

*Приклад 3.* Підготовка до міжнародних змагань. Під час формування українських команд до міжнародних адаптивних спортивних подій (аналогічних форматам на кшталт Invictus Games) тренери виконують роль наставників, поєднуючи фізичну підготовку з психологічною підтримкою та розвитком командної згуртованості. Досвід міжнародних ветеранських змагальних програм показує, що участь у таких подіях позитивно впливає на самооцінку,

соціальну адаптацію та переосмислення ідентичності ветерана поза межами військової ролі [10], а систематичні огляди щодо адаптивного спорту додатково підкреслюють важливість організованого наставництва і супроводу як чинників стійкого ефекту участі [6].

Ці приклади засвідчують, що тренер-волонтер у ветеранському спорті виступає не лише фахівцем з фізичної підготовки, а й суб'єктом соціальної реінтеграції, який забезпечує поєднання безпечного тренувального процесу, підтримувальної взаємодії та залучення до спільноти [2, 3, 5, 6].

Результати розв'язання окреслених завдань дають змогу зробити такі висновки:

1. Професійна готовність тренера-волонтера має структурно-компонентний характер і включає когнітивний, діяльнісний, мотиваційно-ціннісний та рефлексивний аспекти; її формування опирається на нормативні вимоги та реабілітаційні завдання роботи з ветеранами [1, 2, 3].

2. Система компетентностей повинна охоплювати методичні, психологічні, соціальні та організаційні складові, що узгоджується з доказовими даними про ефективність адаптивного спорту й необхідність наставницького супроводу [5, 6].

3. Український досвід підтверджує ключову роль тренерів-волонтерів у реалізації програм спортивної реінтеграції ветеранів у межах державних ініціатив та партнерств із громадськими структурами [4;13].

#### **4. Психолого-педагогічний вплив та моделювання професійної взаємодії**

Діяльність тренера-волонтера у системі підтримки ветеранів війни виходить за межі традиційної спортивно-методичної роботи. Вона набуває характеру цілеспрямованого психолого-педагогічного впливу, спрямованого на відновлення особистісної цілісності, формування мотивації до саморозвитку та соціальної інтеграції. Саме тому доцільно розглядати діяльність тренера-волонтера як системний механізм супроводу, що реалізується через педагогічні інструменти та міждисциплінарну взаємодію, а також ґрунтується на нормативно-правових засадах волонтерської діяльності, організації спорту та соціальних гарантій ветеранів [1; 2; 3].

У своєму дослідженні ми виокремлюємо такі механізми психолого-педагогічного впливу тренера-волонтера:

##### *Мотиваційний механізм*

Мотивація ветерана до занять спортом часто формується в умовах внутрішнього психологічного бар'єра, пов'язаного з травматичним досвідом або сумнівами щодо власних фізичних можливостей. Завдання тренера-волонтера полягає у створенні ситуації успіху, що поступово змінює установку «я не можу» на «я здатен».

Згідно з результатами досліджень у сфері фізкультурно-спортивної реабілітації військовослужбовців [5], поступове досягнення конкретних фізичних цілей позитивно впливає на рівень самооцінки та суб'єктивного відчуття контролю. Мотиваційний вплив реалізується через:

– постановку досяжних короткострокових цілей;

- регулярний позитивний зворотний зв'язок;
- підкреслення особистісного прогресу [5].

#### *Емоційно-підтримувальний механізм*

Психоемоційний стан ветерана потребує делікатного супроводу. Тренер-волонтер, не будучи психотерапевтом, повинен володіти базовими навичками підтримувальної комунікації. Важливими є емпатія, активне слухання та недирективний стиль взаємодії.

Міжнародні огляди адаптивного спорту засвідчують, що атмосфера довіри в спортивному колективі суттєво знижує рівень тривожності та сприяє стабілізації психоемоційного стану [6]. Таким чином, тренувальний процес стає безпечним простором відновлення [6].

#### *Соціалізуючий механізм*

Командні види спорту або групові тренування формують відчуття приналежності до спільноти. Тренер-волонтер виконує функцію фасилітатора групової динаміки, сприяючи розвитку взаємопідтримки та довіри між учасниками.

Соціальна активність у спортивному середовищі допомагає ветеранам відновити навички комунікації, що є важливим етапом реінтеграції у мирне життя. У міжнародних дослідженнях, пов'язаних із ветеранськими змагальними програмами, показано, що включення до спортивної спільноти сприяє формуванню нових соціальних ролей та позитивної ідентичності ветерана [10], а систематичні огляди додатково підтверджують, що соціальна залученість є одним із ключових результатів участі в адаптивних спортивних програмах [6].

Ефективна модель психолого-педагогічного супроводу передбачає міждисциплінарну взаємодію, у межах якої тренер-волонтер співпрацює з лікарем, психологом та соціальним працівником. Така координація забезпечує узгодженість фізичних навантажень із медичними рекомендаціями та психологічними особливостями ветерана. Нормативна база України, зокрема Закони «Про фізичну культуру і спорт» [2] та «Про статус ветеранів війни» [3], створює правові передумови для реалізації подібної міжвідомчої взаємодії. Проте її результативність визначається насамперед професійною культурою учасників процесу та налагодженими комунікативними механізмами.

Разом із тим, діяльність тренера-волонтера пов'язана з високим рівнем емоційного навантаження, що зумовлює ризик професійного вигорання. Постійний контакт із ветеранами, які мають травматичний досвід, потребує психологічної стійкості, рефлексивності та навичок саморегуляції. Відсутність системної підтримки може призводити до емоційного виснаження, зниження мотивації та формалізації взаємодії. Саме тому профілактика вигорання повинна бути інтегрованою складовою організації ветеранських спортивних програм і включати супервізію, командну підтримку та підвищення кваліфікації фахівців [5, 6].

Комплексний підхід до організації діяльності тренера-волонтера, що поєднує психолого-педагогічні механізми впливу, міждисциплінарну взаємодію та профілактику професійних ризиків, забезпечує сталість реабілітаційного ефекту спортивної діяльності. У такій моделі спорт виступає не лише засобом

фізичного відновлення, а й системним інструментом формування життєстійкості, соціальної адаптації та особистісного розвитку ветеранів війни [5, 6].

Запропонована інтегрована модель професійної діяльності тренера-волонтера у системі психолого-педагогічного супроводу ветеранів війни має системний характер і поєднує структурно-функціональний та компетентнісний підходи. Її логіка вибудовується від нормативно-правового забезпечення до практичних результатів реінтеграції ветерана через спортивну діяльність, що дозволяє розглядати діяльність тренера-волонтера як цілісний, багаторівневий процес.

Нормативно-правовий рівень виступає фундаментом моделі, оскільки саме він визначає легітимність та інституційні рамки функціонування ветеранського спорту. Закон України «Про волонтерську діяльність» [1] встановлює правові засади добровільної участі громадян у соціально значущій діяльності, що створює підстави для залучення тренерів-волонтерів до програм підтримки ветеранів. Закон України «Про фізичну культуру і спорт» [2] регламентує організацію спортивної діяльності, визначає вимоги до безпеки тренувального процесу та професійної компетентності фахівців. Закон України «Про статус ветеранів війни» [3] гарантує соціальний захист та реабілітацію осіб, які брали участь у бойових діях. У сукупності ці нормативні акти формують рамкові умови для реалізації програм спортивної підтримки та визначають правову основу діяльності тренера-волонтера.

На рівні професійної готовності модель передбачає інтеграцію чотирьох взаємопов'язаних компонентів. Когнітивний компонент забезпечує теоретичну базу діяльності та включає знання з адаптивної фізичної культури, спортивної медицини, психології травми та нормативного регулювання [1; 2; 3]. Операційно-діяльнісний компонент відображає здатність реалізовувати адаптивні методики, індивідуалізувати навантаження та організовувати безпечний тренувальний процес. Мотиваційно-ціннісний компонент визначає гуманістичну спрямованість діяльності тренера, його готовність до емпатійної взаємодії та усвідомлення соціальної значущості роботи з ветеранами. Рефлексивний компонент забезпечує здатність до самоаналізу, професійного розвитку та профілактики емоційного вигорання [5, 6]. Саме інтеграція цих складників формує здатність тренера-волонтера здійснювати психолого-педагогічний супровід як системну діяльність.

Рівень механізмів впливу розкриває функціональний аспект моделі. Психолого-педагогічний вплив реалізується через взаємодію мотиваційного, емоційно-підтримувального, соціалізуючого та реабілітаційно-адаптивного механізмів. Мотиваційний механізм спрямований на формування внутрішньої потреби ветерана у фізичній активності та відновлення віри у власні можливості. Емоційно-підтримувальний механізм передбачає створення безпечного психологічного середовища, що сприяє стабілізації емоційного стану. Соціалізуючий механізм забезпечує інтеграцію ветерана до спортивної спільноти та формування нової соціальної ролі. Реабілітаційно-адаптивний механізм полягає в індивідуалізації фізичного навантаження з урахуванням

медичних показників і підтверджується дослідженнями щодо фізкультурно-спортивної реабілітації військовослужбовців [5]. Міжнародні дані щодо ефективності адаптивного спорту свідчать, що саме поєднання цих механізмів забезпечує стійкий позитивний результат і сприяє довготривалому збереженню реабілітаційного ефекту [6].

Важливим елементом моделі є міждисциплінарний рівень, який передбачає координацію діяльності тренера-волонтера з лікарем, психологом і соціальним працівником. Така взаємодія забезпечує узгодженість фізичних навантажень із медичними рекомендаціями, врахування психологічних особливостей ветерана та комплексну соціальну підтримку [2, 3, 5]. Міждисциплінарність виступає гарантією безпечності, ефективності та етичності процесу реінтеграції, а також сприяє мінімізації ризиків, пов'язаних із фізичним або психоемоційним перевантаженням [5, 6].

Результативний рівень моделі відображає кінцеві ефекти її функціонування. До них належать покращення фізичних показників, зниження рівня тривожності, формування позитивної ідентичності та підвищення соціальної активності ветерана [5, 6]. Досягнуті результати мають зворотний вплив на мотиваційний компонент, посилюючи внутрішню потребу в подальшій фізичній активності. Таким чином, модель набуває циклічного характеру, у межах якого кожен досягнутий результат стає передумовою подальшого розвитку.

Наукове узагальнення інтегрованої моделі дозволяє стверджувати, що ефективність ветеранського спорту визначається не лише якістю організації тренувального процесу, а насамперед системністю психолого-педагогічного супроводу. Поєднання нормативно-правових засад [1, 2, 3], професійної готовності тренера-волонтера, механізмів педагогічного впливу та міждисциплінарної взаємодії забезпечує сталий реабілітаційний ефект спортивної діяльності [5, 6]. Запропонована модель може слугувати методологічною основою для розроблення програм підготовки тренерів-волонтерів, створення стандартів їх професійної діяльності та формування критеріїв оцінювання рівня професійної готовності в системі ветеранського спорту.

Розвиток ветеранського спорту в Україні в останні роки набув динамічного характеру, що пов'язано як із посиленням державної уваги до проблем соціальної реінтеграції ветеранів, так і з активізацією громадянського суспільства [2; 3]. Водночас волонтерська підтримка ветеранського спорту залишається сферою, що перебуває у процесі інституційного становлення, а отже – характеризується низкою системних проблем.

Першочерговим викликом є відсутність цілісної моделі координації між державними органами, спортивними установами та волонтерськими структурами. Хоча нормативно-правова база України, зокрема Закон України «Про волонтерську діяльність» [1], Закон України «Про фізичну культуру і спорт» [2] та Закон України «Про статус ветеранів війни» [3], створює загальні правові рамки для діяльності у сфері спорту та соціальної підтримки, практична реалізація часто має фрагментарний характер. У багатьох регіонах ініціативи

залежать від окремих громадських організацій або активістів, що зумовлює нерівномірність доступу ветеранів до спортивних програм [2, 4].

Інституційна фрагментарність проявляється також у відсутності єдиних стандартів організації ветеранських спортивних програм. Волонтерські проекти різняться за рівнем методичного забезпечення, тривалістю та механізмами оцінювання результатів. Це створює ситуацію, коли позитивний досвід окремих регіонів не масштабуються на національний рівень [4, 5].

Другим концептуальним викликом є недостатня інтеграція ветеранського спорту в загальну систему соціальної реабілітації. Попри наявність програм, зокрема державної ініціативи «Ветеранський спорт» [4], спортивна діяльність не завжди розглядається як складова комплексної реабілітації, що поєднує медичний, психологічний і соціальний компоненти. Натомість сучасні дослідження у сфері фізкультурно-спортивної реабілітації військовослужбовців доводять, що саме інтегрований підхід забезпечує стійкий позитивний ефект [5].

Третім аспектом є нормативна невизначеність статусу тренера-волонтера в системі ветеранського спорту. Законодавство регламентує волонтерську діяльність у загальному вигляді [1], проте не визначає специфіку підготовки та відповідальності фахівців, які працюють із ветеранами війни у спортивному середовищі [2, 5]. Це створює ризики щодо якості надання послуг та безпечності тренувального процесу.

Суттєвою проблемою залишається і відсутність системного моніторингу ефективності волонтерських програм. Попри наявність міжнародних даних щодо позитивного впливу адаптивного спорту на фізичний і психологічний стан ветеранів [6], в українській практиці ще не сформовано уніфікованих критеріїв оцінювання результативності [5]. Внаслідок цього складно здійснювати довготривале планування та коригування програм підтримки.

Таким чином, концептуально-інституційні проблеми волонтерської підтримки ветеранського спорту пов'язані з фрагментарністю ініціатив, недостатньою координацією, нормативною невизначеністю та браком системи оцінювання результатів. Подолання цих викликів потребує формування єдиної стратегії розвитку ветеранського спорту, що поєднуватиме державну політику, діяльність громадських організацій і науково-методичне забезпечення [2, 3, 5].

Поряд із концептуально-інституційними труднощами, суттєвими обмеженнями розвитку ветеранського спорту виступають ресурсні, матеріально-технічні та кадрові чинники. Їх вплив має системний характер і безпосередньо визначає можливості масштабування волонтерських програм підтримки [2; 5].

Вважаємо організацію спортивної діяльності ветеранів, особливо в сегменті адаптивного спорту, *ресурсною, зокрема матеріально-технічною проблемою*, оскільки потребує спеціалізованого обладнання, доступної інфраструктури та належного медико-фізіологічного супроводу [5; 6]. Значна частина спортивних закладів України не повністю адаптована до потреб осіб із пораненнями чи функціональними обмеженнями. Відсутність безбар'єрного

середовища, відповідних тренажерів або спеціалізованих засобів підтримки знижує рівень доступності спортивних програм [2; 3].

Попри нормативні гарантії щодо розвитку фізичної культури і спорту [2] та соціального захисту ветеранів [3], реальний стан матеріально-технічної бази часто залежить від місцевих бюджетів або благодійної допомоги [4]. У результаті створюється дисбаланс між регіонами: великі міста мають ширші можливості для організації адаптивних програм, тоді як у сільських або віддалених громадах доступ до спортивних ресурсів є обмеженим [2; 4; 5].

Волонтерські ініціативи часто функціонують у режимі мінімального забезпечення, використовуючи наявні спортивні майданчики без спеціальної адаптації. Така ситуація обмежує потенціал індивідуалізації тренувального процесу, що, відповідно до наукових досліджень з фізкультурно-спортивної реабілітації [5], є необхідною умовою безпечності та результативності занять.

Ключовим фактором ефективності ветеранського спорту є недостатній рівень професійної підготовки фахівців, які працюють із ветеранами, оскільки системна підготовка тренерів-волонтерів в Україні перебуває на етапі формування. В освітніх програмах підготовки фахівців фізичної культури лише поступово інтегруються дисципліни, пов'язані з адаптивним спортом та психолого-педагогічними аспектами роботи з особами, які мають бойовий досвід [2; 5].

Специфіка роботи з ветеранами вимагає знань із психології травми, особливостей постстресових станів, принципів безпечної комунікації та міждисциплінарної взаємодії. Міжнародний досвід адаптивного спорту підтверджує, що ефективність програм прямо залежить від рівня спеціалізованої підготовки тренера [6]. Недостатня компетентність може не лише знизити результативність занять, а й створити ризики для фізичного або психологічного стану ветерана [5].

Додатковою проблемою є відсутність єдиної системи сертифікації тренерів-волонтерів у сфері ветеранського спорту. Наявність загального тренерського досвіду не завжди гарантує готовність до роботи з ветеранами, що потребують комплексного реабілітаційного підходу [5; 6]. Отже, кадровий виклик полягає не лише у кількісному дефіциті фахівців, а й у необхідності їх спеціалізованої підготовки.

Фінансування волонтерських програм ветеранського спорту залишається нерівномірним і часто залежить від грантової підтримки або благодійних внесків. Державна ініціатива «Ветеранський спорт» [4] створює механізм часткової підтримки ветеранів, проте вона не покриває повністю потреби у матеріальному забезпеченні волонтерських структур. Фінансова нестабільність ускладнює довгострокове планування програм, оновлення обладнання, підготовку кадрів та організацію змагань [2; 4]. У таких умовах волонтерська діяльність набуває характеру ситуативної підтримки, що не завжди забезпечує сталість реабілітаційного ефекту [5].

Крім того, відсутність прозорих механізмів залучення бізнес-партнерів або місцевих громад до підтримки ветеранського спорту знижує потенціал

розширення програм [2; 4]. Фінансовий чинник, таким чином, виступає одним із ключових обмежень системного розвитку волонтерської підтримки.

Ресурсні, кадрові та фінансові проблеми становлять комплекс взаємопов'язаних викликів, що впливають на ефективність волонтерської підтримки ветеранського спорту. Недостатність матеріально-технічної бази, потреба у спеціалізованій підготовці тренерів-волонтерів та нестабільність фінансування обмежують масштабування програм і знижують їх довготривалу результативність [2; 5; 6].

Подолання цих проблем потребує формування стійкої системи ресурсного забезпечення, стандартизації підготовки кадрів та впровадження механізмів фінансової стабілізації [2; 4].

Поряд із інституційними та ресурсними викликами, розвиток ветеранського спорту стикається з комплексом психолого-соціальних бар'єрів, які впливають на рівень залученості ветеранів до спортивних програм. Аналіз цих бар'єрів є необхідним для розуміння внутрішніх чинників, що обмежують ефективність волонтерської підтримки [5, 6].

#### *1. Психолого-соціальні бар'єри участі ветеранів у спортивних програмах*

Повернення ветеранів до мирного життя супроводжується складними адаптаційними процесами. Частина осіб стикається з постстресовими реакціями, тривожністю, депресивними станами або зниженням самооцінки [5]. У таких умовах ініціювання участі у спортивних заходах може сприйматися як додатковий психологічний виклик.

Дослідження у сфері фізкультурно-спортивної реабілітації військовослужбовців свідчать, що початковий етап залучення до фізичної активності часто супроводжується сумнівами щодо власних можливостей та страхом невдачі [5]. Особливо це стосується ветеранів із фізичними обмеженнями або хронічним больовим синдромом. Відсутність упевненості у власній здатності виконувати вправи може призводити до відмови від участі у програмах [5, 6].

Соціальний аспект бар'єрів пов'язаний із феноменом ізоляції. Після завершення служби частина ветеранів обмежує соціальні контакти, уникає масових заходів або відчуває труднощі у взаємодії з цивільним середовищем [5]. За таких умов спортивна спільнота, яка могла б стати ресурсом підтримки, не сприймається одразу як безпечний простір [6].

Таким чином, психолого-соціальні бар'єри мають комплексний характер і потребують поетапного, делікатного включення ветерана до спортивного середовища [5, 6].

Ефективність волонтерської підтримки значною мірою залежить від якості комунікації між тренером-волонтером та ветераном. Недостатній рівень підготовки у сфері психології травми або комунікативної етики може призводити до непорозумінь, зниження довіри та втрати мотивації [5].

Мотивація ветеранів до участі у спортивних програмах має як зовнішній, так і внутрішній характер. Зовнішні стимули (участь у змаганнях, соціальне визнання, матеріальна підтримка в межах державних програм [4]) можуть ініціювати початковий інтерес. Проте довготривала участь потребує

формування внутрішньої мотивації – усвідомлення значущості фізичної активності для власного здоров'я та самореалізації [5, 6].

Міжнародні дослідження адаптивного спорту підтверджують, що стабільна мотивація формується через позитивний досвід досягнення, підтримку групи та відчуття особистісного зростання [6]. Якщо комунікація у спортивному середовищі носить формальний або директивний характер, це може призвести до втрати інтересу та припинення участі у програмі [5, 6].

Особливої уваги потребує питання інформування ветеранів про можливість участі у спортивних ініціативах. Недостатня комунікація з боку організацій або складність процедур реєстрації можуть стати додатковими бар'єрами [4; 5].

## *2. Ризики формалізації волонтерської діяльності*

Зі зростанням масштабів ветеранських спортивних програм виникає ризик формалізації волонтерської діяльності. У ситуації, коли ініціативи набувають адміністративного характеру або зосереджуються виключно на кількісних показниках (кількість заходів, учасників, звітів), може втрачатися індивідуалізований підхід до кожного ветерана [5].

Формалізація проявляється у: зведенні роботи до виконання планових показників; зменшенні часу на індивідуальну взаємодію; орієнтації на короткостроковий результат замість довготривалої підтримки. Такий підхід суперечить принципам гуманістичної педагогіки та психолого-педагогічного супроводу [5, 6]. Відсутність глибокої взаємодії знижує терапевтичний ефект спортивної діяльності та обмежує її реабілітаційний потенціал [5].

Законодавча база [1, 2, 3] визначає загальні рамки діяльності, проте саме якість практичної реалізації визначає ефективність програм [5]. Якщо волонтерська діяльність перетворюється на формальну процедуру, вона втрачає свою соціальну та педагогічну цінність [5, 6].

Аналіз нормативних, організаційних, ресурсних та психолого-соціальних аспектів розвитку ветеранського спорту дозволяє констатувати, що проблеми волонтерської підтримки мають системний характер [1–6]. Вони взаємопов'язані та функціонують у межах єдиної соціально-інституційної структури, де кожен рівень впливає на результат реінтеграції ветерана через спортивну діяльність [5, 6].

Системна модель викликів може бути представлена як багаторівнева структура, що включає п'ять взаємопов'язаних блоків:

### *1. Нормативно-інституційні виклики*

- фрагментарність регулювання ветеранського спорту;
- недостатня координація між державними органами;
- відсутність уніфікованих стандартів підготовки тренерів-волонтерів.

Попри наявність законодавчої бази [1, 2, 3], нормативна система потребує більш чіткого механізму інтеграції волонтерської діяльності у сферу адаптивного спорту [2, 4].

### *2. Ресурсно-матеріальні виклики*

- обмеженість спеціалізованої інфраструктури;
- нестача адаптивного обладнання;

– нерівномірність регіонального розвитку програм.

Матеріально-технічна база часто не відповідає потребам ветеранів з інвалідністю, що знижує рівень доступності спортивної діяльності [2, 3, 5].

### *3. Кадрово-професійні виклики*

- недостатня кількість підготовлених тренерів-волонтерів;
- відсутність системної підготовки з психології травми;
- ризик професійного вигорання.

Компетентність суб'єктів супроводу є ключовим фактором результативності програм [5, 6].

### *4. Психолого-соціальні виклики*

- бар'єри залучення ветеранів;
- низька внутрішня мотивація на початковому етапі;
- складність соціальної адаптації.

Наукові дослідження фізкультурно-спортивної реабілітації військових підтверджують, що стабільний ефект можливий лише за умови врахування психологічного стану учасників [5, 6].

### *5. Організаційно-управлінські виклики*

- нестабільність фінансування;
- короткостроковість програм;
- формалізація волонтерської діяльності.

За відсутності довгострокового стратегічного планування реабілітаційний ефект може мати тимчасовий характер [4, 5].

Таким чином, система викликів має комплексну природу, що потребує міжсекторального підходу [1–6]. Подолання окреслених викликів можливе через реалізацію таких стратегічних напрямів:

#### *1. Нормативно-інституційне удосконалення*

- розроблення підзаконних актів щодо стандартизації ветеранського спорту [2, 4];
- впровадження єдиних вимог до підготовки тренерів-волонтерів [5];
- створення міжвідомчих координаційних платформ [1, 2, 3].

#### *2. Розвиток інфраструктури*

- модернізація спортивних об'єктів з урахуванням принципів інклюзивності [2; 3];
- закупівля адаптивного обладнання [5];
- підтримка регіональних ініціатив [4].

#### *3. Професійна підготовка кадрів*

- впровадження сертифікаційних програм для тренерів-волонтерів [5; 6];
- навчальні модулі з психології травми та кризової комунікації [5];
- система супервізії та профілактики вигорання [6].

#### *4. Психолого-мотиваційна підтримка*

- створення безпечного середовища [5];
- поетапне залучення до програм [5, 6];
- використання командних форматів та змагальної діяльності [6].

#### *5. Фінансова стабільність і сталість програм*

- довгострокове бюджетне планування [2, 4];
- розвиток партнерства держави та громадських організацій [1, 4];
- залучення міжнародних грантових ресурсів [6].

Комплексність зазначених напрямів забезпечує перехід від фрагментарної підтримки до системної моделі розвитку ветеранського спорту [1–6], табл.4 і 5.

Таблиця 4

### Системна модель розвитку ветеранського спорту

Проблема	Причини	Наслідки	Напрями вирішення
Фрагментарність нормативної бази	Відсутність спеціалізованих стандартів ветеранського спорту	Невизначеність механізмів реалізації програм	Розроблення єдиних стандартів та міжвідомча координація
Недостатня інфраструктура	Обмежене фінансування, відсутність адаптивного обладнання	Низька доступність занять	Модернізація спортивних об'єктів, закупівля обладнання
Нестача підготовлених тренерів	Відсутність спеціалізованої освіти	Зниження якості супроводу	Сертифікаційні програми, підвищення кваліфікації
Психологічні бар'єри ветеранів	Посттравматичний стрес, соціальна ізоляція	Низька залученість	Психологічна підтримка, індивідуалізація підходу
Формалізація волонтерської діяльності	Орієнтація на кількісні показники	Втрата індивідуального підходу	Запровадження якісних критеріїв оцінювання
Фінансова нестабільність	Проектний характер фінансування	Переривання програм	Довгострокове бюджетне планування, партнерство

Таблиця 5

### Етапність реалізації системної моделі розвитку ветеранського спорту

Прогнозовані терміни реалізації	Ключова мета	Провідні механізми	Очікувані результати
1–2 роки	Консолідація	аудит/реєстр програм; мінімальні стандарти; локальна координація	зменшення фрагментарності; підвищення керованості
3–5 років	Професіоналізація	навчання тренерів-волонтерів; супервізія; міждисциплінарні протоколи	підвищення якості супроводу; зниження ризиків
5–7 років	Масштабування	інфраструктура; адаптивне обладнання; мобільні формати	вирівнювання доступності; зростання залученості ветеранів
8–10 років	Сталість і доказовість	система моніторингу; оцінювання результатів; стале фінансування	стабільний реабілітаційний ефект; ефективне управління програмами

Системна модель свідчить, що ефективність волонтерської підтримки ветеранського спорту визначається не лише наявністю ініціатив, а й рівнем їх інституційної зрілості, ресурсної забезпеченості та психолого-педагогічної обґрунтованості [1–6].

Стратегічне подолання проблем можливе за умови:

- міждисциплінарної взаємодії [5, 6];
- стабільного фінансування [4];
- підготовки компетентних кадрів [5, 6];
- збереження гуманістичних засад діяльності [5];
- системного моніторингу результатів [5, 6].

Таким чином, волонтерська підтримка ветеранського спорту має трансформуватися з ініціативної діяльності у структурований соціально-педагогічний механізм реінтеграції ветеранів, що забезпечує сталі фізичні, психологічні та соціальні результати [5, 6].

## **5. Перспективи розвитку волонтерської підтримки ветеранського спорту в Україні**

Перспективи розвитку волонтерської підтримки ветеранського спорту в Україні визначаються поєднанням трьох груп чинників:

- 1) державної політики у сфері фізичної культури, спорту та соціального захисту ветеранів [2; 3];
- 2) правових і організаційних умов здійснення волонтерської діяльності [1];
- 3) науково обґрунтованих підходів до адаптивного спорту та фізкультурно-спортивної реабілітації [5; 6].

З огляду на це, доцільно розглядати розвиток ветеранського спорту як довготривалий процес інституціоналізації, у межах якого волонтерські ініціативи поступово трансформуються з локальних проєктів у стійкий суспільно-державний механізм реінтеграції [1–6].

### Перший вектор – інституційне зміцнення та стандартизація

У найближчі 5–10 років очікуваним є перехід від фрагментарної мережі ініціатив до більш узгодженої системи взаємодії: «держава – громада – спортивні інституції – ветеранські хаби». Цей вектор передбачає формування єдиних стандартів організації програм, чіткі ролі тренерів-волонтерів, регламентацію безпечності та етики взаємодії з ветеранами [1–3; 5]. Нормативна рамка для таких змін уже задана чинними законами [1–3] та практикою державних програм підтримки [4], однак потребує подальшого методичного наповнення [5].

### Другий вектор – професіоналізація тренерів-волонтерів і «м'яка» сертифікація

Ефективність ветеранського спорту безпосередньо залежить від компетентності суб'єктів супроводу [5, 6]. На основі досліджень фізкультурно-спортивної реабілітації військовослужбовців [5] та міжнародних оглядів адаптивного спорту [6] перспективним є впровадження короткострокових

програм підвищення кваліфікації (модулі з адаптивних методик, кризової комунікації, профілактики вигорання), а також сертифікаційних треків для тренерів-волонтерів у співпраці із ЗВО та федераціями.

Третій вектор – розвиток інклюзивної інфраструктури та ресурсної бази

У середньостроковій перспективі ключовим стане вирівнювання регіональних диспропорцій шляхом адаптації спортивних об'єктів і забезпечення доступу до спеціалізованого обладнання [2; 3]. Це особливо актуально для ветеранів із наслідками поранень та інвалідністю, коли потреба в адаптивному середовищі є визначальною умовою залученості до занять [5].

Четвертий вектор – цифровізація та персоніфікація супроводу

Посилення цифрових сервісів (реєстрація, маршрутизація ветеранів до програм, моніторинг участі, опитувальники самопочуття) дозволить зробити підтримку більш адресною. У перспективі це створює підґрунтя для доказового управління програмами: ухвалення рішень на основі даних про ефективність і потреби цільових груп [5, 6].

П'ятий вектор – розбудова партнерств і фінансова сталість

Волонтерська підтримка потребує механізмів довготривалого фінансування, де державні інструменти доповнюються місцевими бюджетами, грантами, корпоративною соціальною відповідальністю [1; 4]. Партнерство є не додатковим ресурсом, а умовою масштабування та якості супроводу [5, 6].

Прогнозна модель розвитку на 5–10 років

Доцільно представити прогноз як поетапну модель, що відображає логіку переходу від ініціативності до системності.

*Етап 1. Консолідація та «карта спроможностей» (1–2 роки)*

- 1) аудит наявних програм і волонтерських практик [1; 4];
- 2) формування реєстру ініціатив/партнерів на рівні громад [1];
- 3) розроблення мінімальних стандартів безпечності та етики взаємодії з ветеранами відповідно до законодавчих рамок [1–3].

*Етап 2. Стандартизація та навчання (3–5 років)*

- 1) запровадження модульних програм підготовки тренерів-волонтерів [5];
- 2) розбудова мережі супервізії та підтримки фахівців (профілактика вигорання) [6];
- 3) інтеграція спортивної підтримки у ширші реабілітаційні траєкторії (медико-психологічний супровід) [5].

*Етап 3. Масштабування і вирівнювання регіонів (5–7 років)*

- 1) розвиток інфраструктури та адаптивного спорядження [2; 3; 5];
- 2) розширення мережі командних форматів і змагальних практик як інструментів соціалізації [6];
- 3) підвищення доступності програм у малих громадах (мобільні тренерські команди, виїзні формати) [4; 5].

*Етап 4. Доказовість і сталість (8–10 років)*

- 1) впровадження єдиної системи моніторингу ефективності (фізичні, психологічні, соціальні показники) [5; 6];
- 2) перехід від звітності «за заходами» до оцінювання результатів реінтеграції [5];
- 3) формування стабільних фінансових контурів і довгострокових партнерств, що забезпечують сталість програм [4–6].

Перспективи розвитку волонтерської підтримки ветеранського спорту пов'язані з поступовим переходом від ситуативної допомоги до системної моделі реінтеграції, у межах якої спортивна діяльність розглядається не як разова форма дозвілля, а як доказовий інструмент фізичного, психологічного та соціального відновлення ветеранів [5; 6]. Така трансформація означає зміну самої логіки функціонування програм: від реагування на окремі запити до формування сталого механізму підтримки, що працює незалежно від конкретних ініціатив чи персоналій. Ключовою передумовою цього переходу виступає інституційна узгодженість. Наявна нормативна база України, що включає положення про волонтерську діяльність, фізичну культуру і спорт та соціальний захист ветеранів [1–3], уже формує правове поле для функціонування ветеранського спорту. Проте сама наявність законодавчих норм не гарантує ефективності їх практичного застосування. Подальший розвиток передбачає не розширення кількості нормативних актів, а їх методичне наповнення: чітке визначення ролей суб'єктів, регламентацію етичних стандартів взаємодії, узгодження процедур взаємодії між медичною, соціальною та спортивною сферами. Іншими словами, законодавство має перейти від декларативної функції до операційної – забезпечувати реальну координацію дій.

Наступним визначальним чинником є професіоналізація тренерів-волонтерів. У сучасній моделі ветеранського спорту вони виконують не лише організаційні функції, а й роль фасилітаторів реабілітаційного процесу. Це потребує наявності спеціальних компетентностей: розуміння наслідків бойової травми, уміння адаптувати фізичне навантаження, навичок підтримувальної комунікації, здатності працювати в міждисциплінарній команді. Наукові дані підтверджують, що ефективність адаптивних програм прямо залежить від кваліфікації фахівця та якості взаємодії з учасником [5; 6]. У перспективі це означає формування системи «м'якої сертифікації» – короткострокових навчальних модулів, супервізії та професійної підтримки, що не перетворює волонтерство на формалізовану професію, але забезпечує достатній рівень безпечності та результативності. Важливою умовою розвитку є інфраструктурна доступність. Адаптивний спорт неможливий без відповідного середовища: безбар'єрних спортивних об'єктів, спеціалізованого обладнання, логістичної доступності для ветеранів із різними типами травм. Хоча державні гарантії передбачають розвиток фізичної культури для всіх категорій населення [2; 3], фактичний доступ до занять часто визначається місцевими ресурсами.

У довгостроковій перспективі розвиток ветеранського спорту вимагатиме не створення окремих «ветеранських» центрів, а інтеграції принципів

інклюзивності у звичайну спортивну інфраструктуру, що забезпечить природну соціалізацію та зменшення стигматизації. Окремий напрям пов'язаний із впровадженням механізмів моніторингу ефективності. На відміну від традиційної спортивної діяльності, де результат оцінюється переважно спортивними досягненнями, у ветеранському спорті основним критерієм є зміна якості життя. Це передбачає використання комплексних показників: рівня фізичного функціонування, психологічного стану, соціальної активності та тривалості участі у програмах. Саме доказовість ефекту робить спорт елементом реабілітаційної політики, а не лише соціальною ініціативою [5, 6]. Запровадження цифрових інструментів збору даних, регулярного зворотного зв'язку та аналітичних звітів дозволить перейти від формальної звітності до управління на основі результатів. Державні програми підтримки створюють стартові можливості для розвитку цієї системи [4], однак їх роль полягає радше у запуску механізму, ніж у його повному забезпеченні. Довготривала сталість залежатиме від формування мережі партнерств: співпраці державних структур, громадських організацій, місцевих громад, освітніх установ і бізнесу. Саме партнерська модель дозволяє поєднати нормативну стабільність, гнучкість волонтерського сектору та ресурсний потенціал приватної сфери.

### *Висновки*

Отже, перспективна модель розвитку волонтерської підтримки ветеранського спорту ґрунтується на переході від подієвих заходів до безперервного процесу супроводу. У такій системі спорт стає не окремою активністю, а середовищем довготривалої реінтеграції, де кожен елемент – нормативний, кадровий, інфраструктурний та аналітичний – взаємопов'язаний. Ефективність визначатиметься не кількістю проведених заходів, а стабільністю позитивних змін у житті ветеранів, що підтверджуються вимірюваними результатами та підтримуються міжсекторальною взаємодією [1–6].

### **Список використаних джерел**

1. Вашкович В. В., Манзюк В. В., Рошканюк В. М. Волонтерська діяльність у змісті соціальної функції держави : монографія. Ужгород : Видавничий дім «Гельветика», 2019. 199 с. URL: <https://odnb.odessa.ua/vnn/book/6090>
2. Горінов П. В., Драпушко Р. Г. Волонтерська діяльність в Україні: соціально-правове дослідження : монографія. Київ : Державний інститут сімейної та молодіжної політики, 2022. 240 с. URL: <https://enpuir.udu.edu.ua/handle/123456789/39498>
3. Дія. Запустили «Ветеран PRO»: цифровий простір для ветеранів і ветеранок у Дії (07.07.2025). URL: <https://khoda.gov.ua/news/zapustyly-veteran-pro-tsyfrovyi-prostir-dlia-veteraniv-i-veteranok-u-dii>
4. Закон України «Про волонтерську діяльність» від 19.04.2011 № 3236-VI. URL: <https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/3236-17>

5. Закон України «Про внесення змін до Закону України «Про фізичну культуру і спорт» щодо адаптивного спорту» від 17.04.2025 № 4370-IX. URL: <https://zakon.rada.gov.ua/go/4370-20>
6. Закон України «Про статус ветеранів війни, гарантії їх соціального захисту» від 22.10.1993 № 3551-XII. URL: <https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/3551-12>
7. Закон України «Про фізичну культуру і спорт» від 24.12.1993 № 3808-XII. URL: <https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/3808-12>
8. Interfax-Україна. Мінветеранів про 2025 рік: 311 тис. заявок на ветеранський спорт (31.12.2025). URL: <https://interfax.com.ua/news/general/1132709.html>
9. Ковальчук Р., Шинкарук В., Гриців М. Роль фізкультурно-спортивної реабілітації у відновленні функціональних можливостей військовослужбовців після бойових поранень. *Освіта. Інноватика. Практика*. 2025. Т. 13, № 2. С. 53–59. DOI: <https://doi.org/10.31110/2616-650X-vol13i2-007> URL: <https://oip-journal.org/index.php/oip/article/view/478>
10. Mackintosh C., Reavill N., O’Hanlon R., Roberts D. Understanding the role of Invictus Games in supporting transition for UK disabled military veterans. *Frontiers in Sports and Active Living*. 2025. URL: <https://www.frontiersin.org/journals/sports-and-active-living/articles/10.3389/fspor.2025.1606046/full>
11. Move United. Military Adaptive Sports Resources. URL: <https://moveunitedsport.org/military/>
12. Наказ Міністерства молоді та спорту України «Про затвердження Положення про визначення рейтингу за напрямом спорт ветеранів фізичної культури і спорту» від 22.10.2018 № 4833. URL: <https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/z1400-18>
13. Наказ Міністерства молоді та спорту України «Про затвердження Типового переліку заходів з фізкультурно-спортивної реабілітації осіб з інвалідністю» від 28.10.2025 № 6946. URL: <https://zakon.rada.gov.ua/go/z1763-25>
14. Постанова Кабінету Міністрів України «Про реалізацію експериментального проекту щодо надання допомоги для занять фізичною культурою та спортом» від 03.01.2025 № 2. URL: <https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/2-2025-%D0%BF>
15. Senk A., Tonkin B., Wilt T. J. Adaptive Sports for Disabled Veterans: Evidence Synthesis Program. *Department of Veterans Affairs*. 2019. URL: <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/books/NBK549694/>
16. Степанюк О., Когут І. Міжнародний досвід спортивної волонтерської діяльності в закладах освіти. *Sport Science Spectrum*. 2025. № 2. С. 46–52. DOI: <https://doi.org/10.32782/spectrum/2025-2-7> URL: <https://spectrum.uni-sport.edu.ua/index.php/main/article/view/88>
17. United Nations. Convention on the Rights of Persons with Disabilities. 2006. URL: <https://www.un.org/development/desa/disabilities/convention-on-the-rights-of-persons-with-disabilities.html>

18. Український ветеранський фонд. Звіт за 2024 рік. 2025. URL: <https://veteranfund.com.ua/wp-content/uploads/2025/01/report-2024.pdf>

19. Чоботько М. Адаптивний спорт для ветеранів війни. *Проблеми і перспективи розвитку спортивних ігор та одноборств у закладах вищої освіти*. 2026. Т. 1. С. 177–181. URL: <https://journals.uran.ua/pprsievnz/issue/view/20339/13928>

20. World Health Organization. WHO guidelines on physical activity and sedentary behaviour. Geneva : WHO, 2020. URL: <https://www.who.int/publications/i/item/9789240015128>

21. Wounded Warrior Project. Adaptive Sports. URL: <https://www.woundedwarriorproject.org/programs/physical-wellness/adaptive-sports>

22. Міністерство у справах ветеранів України. Програма «Ветеранський спорт»: де можна використати кошти на спортивні заняття. URL: <https://mva.gov.ua/prescenter/category/86-novini/programa-veteranskij-sport-de-mozhna-vikoristati-koshti-na-sportivni-zanyattya>