

УДК 37.015.3:376:796

Юрій ПОПИК

кандидат психологічних наук, доцент, завідувач кафедри,
Хмельницький національний університет
<https://orcid.org/0000-0003-4944-0560>
e-mail: popykyu@khnmu.edu.ua

Яніна ПОПИК

викладач,
Хмельницький національний університет
<https://orcid.org/0009-0006-0112-4568>
e-mail: popykya@khnmu.edu.ua

ПСИХОЛОГО-ПЕДАГОГІЧНІ АСПЕКТИ РЕАЛІЗАЦІЇ ІНКЛЮЗИВНОГО ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ ДІТЕЙ З ОСОБЛИВИМИ ОСВІТНИМИ ПОТРЕБАМИ

У статті розглядається проблема інклюзивного фізичного виховання дітей з особливими освітніми потребами (ООП) як одного з ключових напрямів сучасної педагогіки. Підкреслюється значення психолого-педагогічного аспекту, що забезпечує адаптацію дітей до освітнього середовища та сприяє їхній соціалізації.

Аналізуються наукові праці вітчизняних і зарубіжних дослідників, які акцентують увагу на труднощах інтеграції дітей з ООП у загальноосвітній простір та необхідності комплексного підходу.

Визначено, що інклюзивне фізичне виховання має багатовимірний характер, поєднуючи педагогічні, психологічні та соціальні чинники. Практична реалізація інклюзії потребує адаптації програм, використання диференційованих методів навчання, створення ситуацій успіху та співпраці з батьками. Особлива увага приділяється формуванню толерантності й емпатії у класі, що сприяє гармонійному розвитку особистості та інтеграції дітей у суспільство.

Зроблено висновок про необхідність системної підтримки з боку держави, підготовки педагогів та впровадження інноваційних технологій для підвищення ефективності інклюзивного фізичного виховання.

Ключові слова: інклюзивна освіта; фізичне виховання; особливі освітні потреби; психолого-педагогічний підхід; соціалізація; індивідуальний підхід; толерантність; емпатія.

Yurii POPYK, Yanina POPYK

Khmelnitskyi National University

PSYCHOLOGICAL AND PEDAGOGICAL ASPECTS OF IMPLEMENTING INCLUSIVE PHYSICAL EDUCATION FOR CHILDREN WITH SPECIAL EDUCATIONAL NEEDS

The article explores the problem of inclusive physical education as a crucial component of modern pedagogy, aimed at ensuring equal opportunities for children with special educational needs. Physical education is presented not only as a means of physical development but also as an effective tool for socialization, emotional well-being, and the formation of communication skills.

The psycho-pedagogical dimension is emphasized as central, since it provides adaptation of children to the educational environment and supports their integration into collective activities. Inclusive physical education is defined as a multidimensional process that combines pedagogical adaptation of programs, psychological support for motivation and self-esteem, and social aspects of cooperation and tolerance.

Practical implementation requires differentiated methods, individualized and group forms of work, creation of success situations, and active collaboration with parents. Challenges such as insufficient material resources, lack of teacher training, and societal stereotypes are identified as barriers to effective inclusion.

An important aspect is the preparation of teachers for work in an inclusive environment. The effectiveness of physical education largely depends on the professional competence of the teacher, their ability to apply differentiated teaching methods, take into account the individual characteristics of children with special educational needs, and create an atmosphere of trust and support. Improving teachers' qualifications, developing specialized training programs and methodological materials are essential conditions for the successful implementation of inclusive practices.

In addition, inclusive physical education has significant potential in shaping the values of tolerance and mutual respect among all participants in the educational process.

Prospects for development include the use of innovative technologies, adaptation of international practices, and systematic state support. The article concludes that inclusive physical education is a key instrument of social integration and harmonious personal development, and its successful realization is possible only through a comprehensive psycho-pedagogical approach and coordinated efforts of all participants in the educational process.

Key words: inclusive education, physical education, special educational needs, psycho-pedagogical approach, socialization, individual approach, tolerance, empathy.

<https://doi.org/10.31891/PT-2026-2-14>

Стаття надійшла до редакції / Received 12.04.2026

Прийнята до друку / Accepted 14.05.2026

Опубліковано / Published 28.05.2026



This is an Open Access article distributed under the terms of the [Creative Commons CC-BY 4.0](https://creativecommons.org/licenses/by/4.0/)

© Юрій ПОПИК, Яніна ПОПИК

Постановка проблеми у загальному вигляді та її зв'язок із важливими науковими чи практичними завданнями

Інклюзивна освіта є одним із ключових напрямів сучасної педагогіки, адже вона забезпечує рівні можливості для дітей з особливими освітніми потребами (ООП). Фізичне виховання сприяє фізичному розвитку, соціалізації та формуванню позитивного емоційного стану. Психолого-педагогічний аспект розгляду даної проблеми є визначальним, оскільки саме він забезпечує адаптацію дітей до освітнього середовища.

Аналіз останніх досліджень і публікацій

Особливості інклюзивної освіти та можливості її впровадження в педагогічну практику досліджують такі автори, як О. Конопльова,

І. Лошакова, М. Малофєєв, Е. Мартинова, Н. Назарова, Ф. Ратнер, М. Семаго, Л. Шіпіцин, Н. Шматко, А. Юсупов, О. Ярська-Смирнова, І. Аверіна, Т. Дмитрієва, Н. Єленський, Д. Зайцев, Л. Зайцева та ін.

В. Синьов, Л. Шіпіцина, Т. Сак, В. Назарина, І. Мамайчук, А. Колупаєва, В. Засенко та ін. наголошують на неоднозначності підходів до вирішення проблеми інклюзивної освіти. Вони відзначають труднощі інтеграції дітей з особливими освітніми потребами у загальноосвітнє середовище, що потребує комплексного підходу та підтримки.

Формулювання цілей статті

Мета статті – аргументувати необхідність комплексного психолого-педагогічного підходу до фізичного виховання дітей з особливими освітніми потребами та показати практичні можливості його реалізації.

Виклад основного матеріалу

Інклюзивне фізичне виховання ґрунтується на ідеї рівних можливостей для всіх дітей, незалежно від їхніх фізичних чи психічних особливостей. Теоретичні основи інклюзивного виховання, за спостереженнями Ю. Овод, формуються у міждисциплінарному полі, що поєднує педагогіку, психологію та соціологію. Саме інтеграція цих наукових напрямів забезпечує гармонійний розвиток особистості та сприяє ефективній реалізації інклюзивних практик у сфері фізичного виховання [8].

Інклюзія це цілісний процес інтеграції дітей з ООП у загальне освітнє середовище. Його реалізація потребує системної адаптації навчальних програм, методичних підходів та організаційних форм роботи, з метою забезпечення рівних можливостей для всіх учасників освітнього процесу. Ну думку А. Колупаєвої, інклюзія це освітній простір, де кожна дитина може реалізувати свій потенціал, а фізичне виховання стає важливим інструментом її соціалізації [5].

Фізичні заняття супроводжуються низкою труднощів та психологічних бар'єрів, подолання яких можливе лише в умовах спеціально організованого педагогічного процесу. С. Миронова підкреслює, що фізична культура має не лише оздоровчу, а й соціалізуючу функцію, адже вона сприяє формуванню навичок співпраці та комунікації [7]. Л. Шевченко наголошує на необхідності адаптації програм фізичної культури до індивідуальних потреб учнів, що дозволяє уникнути дискримінації та забезпечити рівність можливостей [10].

Вартами уваги напрацювання О. Таранченко, яка акцентує увагу на значенні психолого-педагогічної підтримки та розглядає фізичне виховання як дієвий інструмент формування соціальної компетентності учнів [9].

За спостереженнями Л. Шевченко, участь дітей у фізичних іграх значно активізується за умови наявності групової підтримки та позитивного педагогічного підкріплення. Формування ситуацій успіху, застосування ігрових методів та поступове ускладнення завдань виступають важливими чинниками розвитку самооцінки та внутрішньої мотивації кожного учня [10].

Емоційний стан дітей є одним із визначальних чинників ефективності освітнього процесу. Застосування командних ігор сприяє зниженню рівня тривожності та розвитку комунікативних навичок. Використання релаксаційних вправ і музичного супроводу створюють атмосферу комфорту [13].

Важливим завданням є впровадження диференційованих методів навчання та адаптація вправ відповідно до фізичних можливостей та психоемоційного стану дітей. Для учнів із порушеннями опорно-рухового апарату застосовується спеціалізоване обладнання, тоді як у роботі з дітьми, які мають сенсорні порушення, ефективними є методи візуалізації та тактильної стимуляції [1].

Як зазначає О. Василенко, кожна дитина характеризується індивідуальним темпом розвитку, рівнем мотиваційної готовності та особливостями сприйняття інформації. Реалізація індивідуального підходу в педагогічному процесі є ключовою умовою ефективної організації навчання й виховання, оскільки враховує особистісні особливості та сприяє оптимізації освітніх результатів [2].

Створення ситуацій успіху є один із провідних педагогічних чинників формування позитивної самооцінки та підвищення мотивації до навчальної діяльності. Похвала, заохочення та визнання досягнень сприяють подоланню психологічних бар'єрів і формують відчуття залученості дітей як повноправних учасників освітнього процесу.

Практична реалізація інклюзивного навчання враховує фізичні можливості дітей, їхні психологічні особливості та соціальні умови. Організація занять має бути спрямована не лише на розвиток фізичних якостей, але й на формування навичок співпраці, комунікації та соціальної інтеграції.

Методи організації занять у системі інклюзивного фізичного виховання різноманітні – індивідуальні, групові та інтегровані. Індивідуальні форми роботи забезпечують врахування особливих освітніх потреб кожної дитини, групові заняття сприяють процесам

соціалізації та формуванню командних навичок, тоді як інтегровані уроки створюють умови для розвитку толерантності та взаємоповаги серед учасників освітнього процесу.

Форми організації занять адаптовані відповідно до освітніх потреб дітей. Рухливі ігри модифікуються з урахуванням індивідуальних можливостей: знижується інтенсивність рухів, застосовується спеціалізоване обладнання та здійснюється корекція правил гри. Спортивні вправи виконуються у спрощеній формі з поступовим ускладненням, що забезпечує відчуття прогресу та сприяє формуванню мотивації досягнення успіху.

Співпраця з батьками є важливою умовою ефективності навчально-виховного процесу. Вони є активними учасниками освітнього середовища та партнерами педагога для психологічної підтримки дитини. Така взаємодія підвищує результативність навчання та сприяє гармонійному розвитку особистості.

Формування толерантності та емпатії в учнівському колективі є пріоритетним завданням інклюзивної педагогіки. Виховання культури взаємоповаги реалізується через інтегровані заняття, спільні ігри та командні вправи, застосування яких знижує рівень тривожності та забезпечує розвиток комунікативних навичок, формуючи сприятливе психологічне середовище для навчання [1].

Підсумовуючи викладене, слід наголосити, що психолого-педагогічні аспекти реалізації інклюзивного фізичного виховання охоплюють формування толерантності та емпатії, процеси соціалізації дітей, підтримку їхнього емоційного стану та розвиток комунікативних навичок. Зазначені чинники забезпечують не лише ефективність навчальних занять, але й сприяють гармонійному розвитку особистості та інтеграції дітей з особливими освітніми потребами у суспільне середовище

Попри значні досягнення у сфері інклюзивної освіти, існують об'єктивні труднощі, що знижують ефективність її впровадження [2]. Одним із ключових викликів у реалізації інклюзивного фізичного виховання є недостатня матеріально-технічна база закладів освіти. Значна частина шкіл не забезпечена спеціалізованим обладнанням, яке б дозволяло дітям з особливими освітніми потребами брати участь у заняттях фізичною культурою на рівних умовах. Не усі навчальні заклади мають адаптовані спортивні зали, що створює суттєві бар'єри для практичної реалізації інклюзивних програм та обмежує можливості їх ефективного впровадження.

Другим вагомим викликом є дефіцит кваліфікованих педагогічних кадрів. Як зазначає В. Бондар, значна частина вчителів

фізичної культури не має достатньої професійної підготовки для роботи з дітьми з особливими освітніми потребами. Це зумовлює труднощі у виборі методів навчання, адаптації вправ та створенні психологічно комфортного освітнього середовища [1].

Суттєвою проблемою у впровадженні інклюзивного фізичного виховання залишаються суспільні стереотипи та упередження. Діти з особливими освітніми потребами нерідко стикаються з нерозумінням або навіть ізоляцією з боку однолітків, що негативно позначається на їхній соціалізації. Не менш важливою є системна підтримка з боку держави, яка передбачає належне фінансування, розробку спеціалізованих програм, підготовку педагогічних кадрів та створення методичних рекомендацій. Лише комплексний підхід на рівні освітньої політики може забезпечити ефективну реалізацію інклюзивних практик.

Виявлені проблеми інклюзивного виховання не лише засвідчують складність процесу, але й створюють підґрунтя для пошуку нових підходів, що визначають перспективи його ефективної реалізації.

Одним із ключових напрямів розвитку інклюзивного фізичного виховання є використання інноваційних технологій. У міжнародній практиці вже застосовуються VR-тренажери, сенсорні системи та інтерактивні платформи, які забезпечують дітям можливість брати участь у фізичних заняттях у безпечному та адаптованому форматі. Використання таких технологій не лише розширює потенціал фізичного виховання, але й підвищує інтерес до занять.

Важливо адаптувати міжнародний досвід, адже він слугує джерелом інноваційних рішень, які, з урахуванням національних особливостей та ресурсних можливостей, можуть значно підвищити якість інклюзивного фізичного виховання.

Не менш значущим напрямом розвитку інклюзивної освіти є підготовка майбутніх педагогів до роботи в інклюзивних класах. Включення курсів з інклюзивної педагогіки та психології у навчальні програми закладів вищої освіти є важливою умовою підвищення якості освітнього процесу, формування професійної компетентності та готовності педагогів до реалізації принципів інклюзії.

Висновки з даного дослідження і перспективи подальших розвідок у даному напрямі

Інклюзивне фізичне виховання дітей з особливими освітніми потребами є складним і багатограним процесом. Теоретичні засади цього напрямку ґрунтуються на поєднанні педагогічних принципів адаптації програм, психологічних підходів до мотивації та підтримки, а також соціальних аспектів інтеграції дітей у колектив.

Отже, інклюзивне фізичне виховання є важливим інструментом соціалізації та розвитку дітей з особливими освітніми потребами. Його успішна реалізація можлива лише за умови комплексного врахування психолого-педагогічних чинників, системної підтримки з боку держави та активної участі всіх учасників освітнього процесу. Подальші дослідження вбачаємо у розробці методичних рекомендацій для адаптації занять відповідно до потреб дітей з ООП.

Література

1. Бондар В. І. Соціальна компетентність у контексті інклюзивної освіти. Львів, Світ, 2018.
2. Василенко О.М. Соціально-педагогічні умови адаптації молодших школярів з особливими потребами до навчання в загальноосвітній школі: дис. канд. пед. наук: 13.00.05. Хмельницький, 2010. 293 с.
3. Державний стандарт базової середньої освіти України. Київ, 2020.
4. Закон України «Про освіту». Київ, 2017.
5. Колупаєва А.А. Інклюзивна освіта: реалії та перспективи : [монографія] К. : «Самміт-Книга», 2009. 272 с.
6. Конвенція ООН про права осіб з інвалідністю. Нью-Йорк, 2006.
7. Миронова С. П. Педагогічні основи інклюзивного фізичного виховання. Харків : Основа, 2019.
8. Овод Ю. В. Теоретичні основи підготовки майбутніх фахівців соціальної сфери до роботи в закладах інклюзивної освіти. *Збірник наукових праць Хмельницького інституту соціальних технологій Університету «Україна»*. 2019. № 17. С. 55-58. URL: http://nbuv.gov.ua/UJRN/Znpkhist_2019_17_15
9. Таранченко О. М. Психолого-педагогічна підтримка дітей з особливими освітніми потребами. Київ : Наукова думка, 2019.
10. Шевченко Л. В. Адаптація програм фізичної культури для дітей з особливими освітніми потребами. Київ : Педагогічна думка, 2021.

References

1. Bondar V. I. Sotsialna kompetentnist u konteksti inkluzyvnoyi osvity. Lviv, Svit, 2018.
2. Vasylenko O. M. Sotsialno-pedahohichni umovy adaptatsiyi molodshykh shkolyariv z osoblyvymy potrebamy do navchannya v zahalnoosvitniy shkoli: dys. kand. ped. nauk: 13.00.05. Khmelnytskyi, 2010. 293 s.
3. Derzhavnyi standart bazovoyi serednoyi osvity Ukrainy. Kyiv, 2020.
4. Zakon Ukrainy "Pro osvitu". Kyiv, 2017.

5. Kolupayeva A. A. Inklyuzyivna osvita: realiyyi ta perspektyvy: monohrafiya. Kyiv: Sammit-Knyha, 2009. 272 s.
6. Konventsiya OON pro prava osib z invalidnistyu. New York, 2006.
7. Myronova S. P. Pedahohichni osnovy inklyuzyvnoho fizychnoho vykhovannya. Kharkiv, Osnova, 2019.
8. Ovod Yu. V. Teoretychni osnovy pidhotovky maybutnikh fakhivtsiv sotsialnoyi sfery do roboty v zakladakh inklyuzyvnoyi osvity. Zbirnyk naukovykh prats Khmelnytskoho instytutu sotsialnykh tekhnolohiy Universytetu "Ukrayina". 2019. № 17. S. 55–58. URL: http://nbuv.gov.ua/UJRN/Znpkhist_2019_17_15
9. Taranchenko O. M. Psykholoho-pedahohichna pidtrymka ditei z osoblyvymy osvitnimy potrebamy. Kyiv, Naukova Dumka, 2019.
10. Shevchenko L. V. Adaptatsiya prohram fizychnoyi kultury dlya ditei z osoblyvymy osvitnimy potrebamy. Kyiv, Pedahohichna Dumka, 2021.