

Змагальна діяльність як фактор інтенсифікації фізичної реабілітації та професійної реінтеграції ветеранів системи МВС

Буряк Світлана Василівна¹, Дячук Владислав Вадимович²,
Сідельніков Ігор Олексійович³

Опубліковано	Секція	УДК
30.12.2025	Освіта	796.034.2- 056.24:615.825:354.31(477)
DOI: https://doi.org/10.5281/zenodo.18370558		

Анотація. У статті обґрунтовано роль змагальної діяльності як каталізатора фізичного відновлення та професійної реінтеграції ветеранів системи МВС. Досліджено трансформацію реабілітаційної парадигми від пасивної клінічної моделі до активного «атлетоцентрованого» підходу. Проаналізовано досвід міжнародних проєктів (Invictus Games, Warrior Games) та новітніх українських платформ (Strong Spirit's Games, «ГАРТ»). Виявлено, що спортивна конкуренція сприяє відновленню професійної ідентичності офіцерів через механізми командної взаємодії, дисципліни та подолання когнітивних бар'єрів. Доведено ефективність адаптивних дисциплін, зокрема лазер-рану та силового багатоборства, у процесі підготовки ветеранів до повернення на інструкторські та аналітичні посади в структурі МВС. Визначено перспективи розбудови внутрішньовідомчих турнірів як інструменту системної адаптації захисників.

Ключові слова: ветерани МВС, адаптивний спорт, змагальна діяльність, професійна реінтеграція, фізична реабілітація, Strong Spirit's Games, «ГАРТ», лазер-ран.

Competitive Activity as a Factor in Intensifying Physical Rehabilitation and Professional Reintegration of MIA System Veterans

Annotation. The article substantiates the role of competitive activity as a fundamental catalyst for physical recovery and professional reintegration of veterans within the Ministry of Internal Affairs (MIA) system. The study highlights a crucial shift from the traditional passive clinical rehabilitation model to an active «athlete-centered» approach, which is more aligned with the professional identity of police officers, national guardsmen, and border guards. The author analyzes the impact of international multisport events such as the Invictus Games and Warrior Games, alongside modern Ukrainian initiatives like «Strong Spirit's Games» and «HART». It is established that competitive sports serve as a «bridge» back to the

¹ старший викладач кафедри фізичної та тактичної підготовки навчально-наукового інституту підготовки права та психології Національної академії внутрішніх справ. ORCID: <https://orcid.org/0009-0002-8285-1871>

² старший викладач кафедри фізичної та тактичної підготовки навчально-наукового інституту підготовки права та психології Національної академії внутрішніх справ. ORCID: <https://orcid.org/0009-0005-6611-3635>

³ завідувач кафедри фізичної та тактичної підготовки навчально-наукового інституту підготовки права та психології Національної академії внутрішніх справ. ORCID: <https://orcid.org/0009-0002-5993-5073>

professional environment, allowing veterans to regain functional skills, team cohesion («shoulder-to-shoulder» interaction), and the disciplined rhythm of life inherent in MIA structures. The research emphasizes that for MIA veterans, losing physical conditioning often equates to a loss of professional identity. Competitive activity allows them to regain agency, transforming their status from «patient» to «athlete». Special attention is paid to innovative adaptive disciplines, such as «laser-run» (a combination of running and laser pistol shooting) and power disciplines (bench press, rowing, kettlebell lifting). These sports not only facilitate physiological recovery but also safely channel aggression and emotional tension typical of post-traumatic states. The article showcases the record-breaking achievements of the Ukrainian national team at international arenas in 2024–2025 as evidence of the high potential of adaptive sports. The findings prove that sports competition acts as a model of stress situations, teaching veterans to make decisions under constraints – a skill critical for future service in analytical, instructional, or administrative roles. The article concludes that establishing a continuous cycle of «sports of equals» through intra-departmental tournaments is vital for building a new culture of respect and effective reintegration of defenders into active service and civilian life.

Keywords: MIA veterans, adaptive sports, competitive activity, professional reintegration, physical rehabilitation, Strong Spirit's Games, HART games, laser-run, professional identity.

Вступ

В умовах масштабних бойових дій на теренах України відновлення кадрового потенціалу та здоров'я ветеранів системи Міністерства внутрішніх справ (МВС) набуває критичного значення. Для офіцерів Національної поліції, гвардійців та прикордонників, чия професійна ідентичність нерозривно пов'язана з фізичною міцністю, дисципліною та змагальним духом, наслідки бойових травм стають не лише фізичним, а й глибоким психосоціальним викликом. Традиційна госпітальна реабілітація часто сприймається цією категорією як пасивний процес, що фокусується на обмеженнях, а не на можливостях. У цьому контексті змагальна діяльність в адаптивному спорті постає як інноваційна модель, що здатна кардинально прискорити процеси відновлення, перетворюючи реабілітацію на активну боротьбу за повернення у професійний та соціальний стрій.

Специфіка професійної діяльності працівників системи МВС формує особливий психотип «людини дії», для якої втрата функціональних можливостей означає втрату не лише працездатності, а й ключових життєвих сенсів. Упровадження змагальної парадигми в процес реабілітації дозволяє змістити акцент із «пацієнтоцентрованого» підходу на «атлетоцентрований». Це трансформує сприйняття ветераном власного стану: від дефіцитарності – до пошуку нових способів реалізації фізичного потенціалу.

Змагальна діяльність виступає потужним чинником інтенсифікації фізичного відновлення, оскільки прагнення до перемоги стимулює ветеранів до виконання обсягів фізичних навантажень, які значно перевищують стандартні протоколи ЛФК. Змагальні ситуації потребують швидкого прийняття рішень, що активізує когнітивні функції та процеси моторного перенавчання. Крім того, спорт повертає ветерана у звичне для нього середовище побратимства, командної відповідальності та здорової ієрархії.

Окремої уваги заслуговує питання професійної реінтеграції. Адже для системи МВС збереження досвідчених кадрів, які зазнали поранень, є стратегічним завданням. Адаптивний спорт дозволяє ветеранам не лише відновити базові функції, а й довести свою спроможність до виконання службових обов'язків у нових ролях (інструкторська діяльність, аналітична робота, управління тощо). Таким чином, спорт стає «містком» між лікувальним закладом та поверненням до служби або адаптацією в цивільному секторі системи.

Важливим внеском у розробку методології відновлення учасників бойових дій є дослідження Д. Ярцева, М. Почтарука та О. Артюшенка, в якому зацентровано увагу на тому, що фізична реабілітація в сучасних умовах повинна носити комплексний характер, поєднуючи медичні, фізичні та психологічні аспекти. Дослідники доводять, що ранній початок активної реабілітації значно підвищує шанси на повне відновлення функціональних можливостей. Це підтверджує нашу тезу про інклюзивні змагання як засіб інтенсифікації процесу.

У праці обґрунтовано, що фізичні вправи є не лише інструментом відновлення м'язової сили, а й базовим чинником стабілізації психічного стану, що є надзвичайно актуальним для ветеранів системи МВС із наслідками бойового стресу [13, С. 384–390].

Автори наполягають на розробці індивідуальних стратегій відновлення залежно від специфіки отриманих травм, що перегукується з нашим аналізом категорій поранень (W1, N2.2, S1 тощо) у межах змагань «Strong Spirit's Games» [там само].

Незважаючи на ґрунтовний підхід Д. Ярцева та співавторів до загальних засад фізичної реабілітації військових, у їхній праці змагальна діяльність не розглядається як окремих, самостійний чинник професійної реінтеграції. Залишається малодослідженим питання, як саме перехід від індивідуальних реабілітаційних вправ до колективного спортивного суперництва впливає на відновлення специфічних професійних навичок правоохоронців (командна робота, оперативне прийняття рішень, стійкість до зовнішніх подразників). Саме цей аспект інтенсифікації реабілітації через спорт рівних є предметом нашого подальшого аналізу.

У контексті розв'язання окресленої проблеми особливої ваги набуває дослідження В. Фурдика та В. Юдіна «Перспективи розвитку фізкультурно-спортивної реабілітації у Збройних Силах України». Автори здійснюють комплексний аналіз сучасних тенденцій адаптивного спорту та наголошують на стратегічній важливості переходу від суто медичного до спортивно-орієнтованого відновлення військовослужбовців [12, С. 450–454].

Автори обґрунтовують необхідність створення цілісної системи фізкультурно-спортивної реабілітації в межах силових структур, що безпосередньо корелює з нашою ідеєю створення «внутрішньовідомчих турнірів» у системі МВС. Дослідники доводять, що змагальний аспект підвищує ефективність відновлення за рахунок формування у військовослужбовців нових психологічних опор та вольових якостей.

У праці підкреслюється, що адаптивний спорт є базою для подальшої соціалізації та повернення осіб до активного життя, що ми екстраполюємо на процес професійної реінтеграції ветеранів МВС.

Хоча Фурдик В. Д. та Юдін В. Д. ґрунтовно описують перспективи для Збройних Сил України, специфіка системи МВС, зокрема, особливості поліцейської діяльності, правоохоронних функцій та спеціальної підготовки гвардійців потребує окремого наукового вивчення. Зокрема, залишається відкритим питання адаптації вузькопрофільних дисциплін, таких як лазер-ран, для відновлення професійно-важливих якостей саме правоохоронців, що й зумовлює актуальність нашої статті [там само].

На увагу в контексті проблеми заслуговує наукова праця В. Кашуби, Н. Носової та Н. Гончарової, де фізкультурно-спортивна реабілітація визначається як сучасний та пріоритетний тренд наукових досліджень. Автори обґрунтовують перехід від вузькоспеціалізованих медичних маніпуляцій до комплексних рухових стратегій відновлення. Науковці розглядають фізичну культуру та спорт не лише як допоміжний засіб, а як самостійний вектор сучасної терапії, що має високий потенціал для відновлення біомеханічних показників організму. У праці наголошується на важливості синергії біомеханіки, фізичної терапії та ерготерапії, що підкріплює нашу тезу про

інтенсифікацію відновлення через складні координаційні види спорту (стрільба з лука, волейбол сидячи).

Автори визначають ФСР як інструмент, що сприяє активному залученню особи у суспільне життя, що є базовим для розробки нами стратегії професійної реінтеграції ветеранів МВС. Попри те, що В. Кашуба та співавтори чітко визначають фізкультурно-спортивну реабілітацію як глобальний тренд, у їхньому дослідженні акцент зроблено на загальних теоретико-методологічних аспектах. Залишається невирішеним питання практичної адаптації цього тренду до специфічних умов воєнного та поствоєнного періодів, зокрема для категорій осіб із важкими бойовими травмами, які планують повернення до служби в системі МВС. Окрім того, потребує деталізації роль саме змагального компонента у контексті пришвидшення реабілітаційного циклу, що й становить наукову новизну нашої роботи [3, С. 46–49].

Особливої уваги заслуговують результати дослідження С. Буряк та співавторів, у якому визначено стратегічні орієнтири трансформації адаптивного спорту в системі МВС на основі міжнародного досвіду. Проте, якщо зазначені дослідники фокусуються на управлінських та загальностратегічних аспектах, то у нашій статті акцент переміщується на прикладну роль змагального компонента як механізму інтенсифікації відновлення та безпосереднього повернення ветеранів до професійного середовища [1].

Попри наявність окремих досліджень щодо впливу ветеранського спорту (зокрема досвіду «Ігор Нескорених»), механізми цілеспрямованого використання змагального компонента як інструменту саме професійної реінтеграції фахівців системи МВС залишаються недостатньо вивченими. Існує потреба в обґрунтуванні адаптованих методик тренувань, які б враховували характер бойових травм та професійний профіль правоохоронців і військовослужбовців.

Мета статті полягає в теоретичному обґрунтуванні та аналізі практичного досвіду застосування змагальної діяльності як провідного чинника інтенсифікації фізичної реабілітації, психосоціальної адаптації та успішної професійної реінтеграції ветеранів системи МВС.

Завдання статті:

Розкрити роль адаптивного спорту як каталізатора відновлення функціональних можливостей організму та подолання «бар'єру інвалідності» у колишніх правоохоронців.

Проаналізувати вплив міжнародних мультиспортивних заходів (Invictus Games, Warrior Games) та новітніх українських проєктів (Strong Spirit's Games, «ГАРТ») на психоемоційний стан і мотивацію ветеранів.

Дослідити специфіку професійної реінтеграції ветеранів МВС через відновлення навичок командної взаємодії, дисципліни та стресостійкості в умовах спортивних змагань.

Визначити ефективність вітчизняного досвіду впровадження адаптивних дисциплін (зокрема лазер-рану та силового багатоборства) для повернення ветеранів до активної служби або опанування нових ролей у структурі міністерства.

Результати

Процес відновлення ветеранів системи МВС, які отримали поранення або травми під час виконання службових обов'язків, вимагає виходу за межі традиційної клінічної моделі. Адаптивний спорт у цьому контексті виступає не просто як дозвілля, а як потужний каталізатор, що інтенсифікує фізичну реабілітацію та пришвидшує професійну реінтеграцію.

Традиційна ЛФК часто сприймається пацієнтами як монотонний процес, що призводить до зниження мотивації. Змагальна діяльність трансформує підхід до тренувань через функціональне відновлення. Необхідність досягнення спортивного

результату змушує організм задіювати компенсаторні механізми. Наприклад, стрільба з лука або сидячий волейбол стимулюють розвиток дрібної моторики та координації значно ефективніше, ніж стандартні ізольовані вправи.

Азарт змагання нівелює фокусування на больовому синдромі. Під час гри рівень ендорфінів та дофаміну зростає, що підвищує больовий поріг та загальну витривалість.

Для ветерана МВС втрата фізичних кондицій часто ототожнюється з втратою професійної ідентичності. Змагальна діяльність дозволяє повернути суб'єктність – ветеран знову стає «атлетом», а не «пацієнтом». Спортивна конкуренція є безпечним каналом трансформування агресії, для виплеску адреналіну та емоційної напруги, характерної для посттравматичних станів.

Змагальний спорт для ветеранів МВС є містком до повернення у професійне середовище або опанування нових ролей у структурі міністерства. Результатом для ветеранів стають відновлення навичок роботи в підрозділі, відчуття «плеча» (командна взаємодія), повернення до звичного для структури МВС ритму життя (дисципліна та графік), спілкування з побратимами, які вже пройшли шлях реінтеграції [8, С.888-903].

Змагання виступають моделлю стресової ситуації, де ветеран вчиться приймати рішення в умовах обмежень, що є критично важливим для подальшої служби на аналітичних, інструкторських або адміністративних посадах.

Міжнародний досвід проведення мультиспортивних заходів для поранених військовослужбовців та ветеранів, зокрема «Invictus Games» (Ігри Нескорених) та «Warrior Games» (Ігри Воїнів), демонструє, що змагання світового рівня є не просто спортивним фіналом, а цілісною екосистемою довгострокової реабілітації. Для ветеранів системи МВС участь у таких проєктах стає потужним стимулом, що перетворює процес одужання на цілеспрямовану підготовку до «нового старту».

Важливим етапом розвитку національної системи реабілітації стало створення українцями власних масштабних змагальних платформ, які враховують специфіку сучасного бойового досвіду та вітчизняний контекст відновлення. Яскравим прикладом є проєкт «Strong Spirit Games», ініційований українською ветеранською спільнотою як частина престижного фестивалю «Arnold Classic Europe». Ці змагання демонструють перехід від запозичення міжнародних методик до формування унікального українського стандарту адаптивного спорту, де акцент зміщується на силові дисципліни (жим лежачи, веслування на тренажері, ривок гирі), що найбільш корелюють із фізичною культурою спецпідрозділів МВС. Окрім того, національні ігри «ГАРТ» та внутрішньовідомчі турніри створюють безперервний цикл «спорту рівних», де змагальна діяльність стає не разовою подією, а системним інструментом підтримки бойового духу та професійної гідності. Це дозволяє українським ветеранам не просто інтегруватися у світовий рух, а виступати лідерами думок, формуючи нову культуру сили та незламності, що безпосередньо сприяє їхній швидкій реінтеграції у структуру правоохоронних органів на нових засадах.

Strong Spirit's Games, міжнародні комплексні змагання з адаптивних видів спорту для ветеранів бойових дій з ураженнями та без них. Цей турнір, ініційований Україною, покликаний не лише підтримати захисників і захисниць, а й продемонструвати, що спорт є важливою складовою реабілітації військових та одним із найефективніших інструментів психосоціальної адаптації, відновлення фізичного здоров'я та зміцнення моральної стійкості [11].

Метою «Strong Spirit's Games» є організація системи різного рівня спортивних змагань для ветеранів в Україні та поза її межами [14].

Уперше на міжнародних комплексних змаганнях українська збірна виступила у жовтні 2024 року в Мадриді завдяки ініціативі Федерації стронгмену України та за сприяння

фестивалю спорту Arnold Classic Europe. Тоді наша команда здобула рекордні 188 медалей: 84 золоті, 58 срібних та 46 бронзових.

З 2025 р. (25-29.09, м. Мадрид, Іспанія) подія вперше відбулась у власному, незалежному форматі.

У межах міжнародних змагань «Strong Spirit's Games» учасники змагалися в особистому заліку у 9 адаптивних видах спортивних дисциплін: жим лежачи (60, 100 кг та на максимум серед чоловіків, 30 та 50 кг серед жінок), веслування на тренажері «Concept-2» на 100 метрів та за 100 секунд, ейрбайк, ривок та жим гирі вагою 16 і 24 кг. Крім цього, відбулися командні змагання з веслування на тренажері «Concept-2» у трьох видах програми – серед чоловіків, жінок та змішаних командах [14].

Національна збірна України, до складу якої увійшли ветерани та ветеранки, військовослужбовці, що брали участь у бойових діях, а також ті, хто отримав поранення чи інвалідність під час служби, була представлена на них в наступних категоріях:

- W1: атлет на візку або травма хребта, яка призвела до паралічу нижніх кінцівок – 3 учасники;
- N2.2: ампутація двох ніг вище коліна – 6 представників;
- N2: ампутація або сильна травма двох ніг (обмеження пересування на ногах, травми та деформації двох суглобів на різних ногах) – 5 представників;
- R2: ампутація або сильна травма двох рук, яка впливає на функціональність кінцівок – 3 учасника;
- N1.1: ампутація вище коліна однієї ноги – 5 спортсменів;
- N1: ампутація нижче коліна однієї ноги (обмеження пересування на ногах, травми та деформації суглобів на одній нозі) – 5 спортсменів;
- R1: ампутація або сильна травма однієї руки, яка впливає на функціональність кінцівки – 5 учасників;
- W0: травми хребта, які впливають на ходу та обмежують пересування – 5 представників;
- S1: втрата зору більше чим на 80% – 5 учасників;
- N0: легка травма однієї ноги (двох ніг) без обмеження пересування – 4 учасника;
- R0: легка травма однієї руки (двох рук) без обмеження функціональності – 4 учасника;
- H2: атлети без ампутацій та сильних травм кінцівок, але із значними ушкодженнями внутрішніх органів, контузіїями і баротравмами – 4 спортсмена;
- H1: Практично здорові атлети із незначними травмами та пораненнями – 4 учасника.

Отже, всі збірна склала 52 ветерана, зокрема 4 представниці національної команди [7].

Українські ветерани загалом здобули на «Strong Spirit's Games» 243 медалі різного гатунку: 108 золотих, 82 срібних та 53 бронзових нагороди [14].

Окрім української команди, у Strong Spirit's Games 2025 змагалися представники США, Ірландії, Іспанії, Естонії та Грузії – загалом 150 учасників.

Участь українських ветеранів та ветеранок у Strong Spirit's Games – важлива частина політики Мінветеранів у сфері фізичної та психологічної реабілітації. Такі змагання допомагають ветеранам і військовослужбовцям, які зазнали поранень, через спорт повертатися до активного життя та знаходити нові шляхи для розвитку й відновлення.

Відповідно, з 5 по 7 вересня у курортному Буковелі відбувся національний відбір для визначення складу команди для участі у міжнародних спортивних змаганнях Strong Spirit's Games 2025. 227 ветеранів та ветеранок України, які пройшли регіональні етапи, боролись за місця у збірній. Головним критерієм відбору став сумарний рейтинг за результатами попередніх виступів та фінальних змагань у Буковелі.

У фіналі учасники боролись в таких дисциплінах:

- жим лежачи

- веслування на тренажері Concept-2
- вправи на ейрбайку
- ривок та жим гири [9].

Сьогодні Україна має безпрецедентну кількість ветеранів та ветеранок. Це люди різного віку та досвіду, які отримали поранення, травми або захворювання внаслідок війни, розв'язаної росією проти України. Вони стояли на захисті держави, і тепер перед нами стоїть історичний виклик: створити культуру поваги, вдячності та пам'яті. Побудувати систему реінтеграції та відновлення через спорт, спільноту для тих, хто не побоявся ризикувати всім заради своєї країни та свого народу.

Ідея створення змагань «ГАРТ» з'явилася задовго до запуску перших тренувальних таборів і самих змагань у 2025 р. Т. Шпук прийняв участь у формуванні бачення ролі Фонду «Повернись живим» у розвитку ветеранського та адаптивного спорту в Україні й за її межами. Справу, яку він розпочав, підхопила команда ветеранського відділу Центру ініціатив «Повернись живим».

Навесні 2024 р. ця ідея почала зростати від невеликих ініціатив, орієнтованих на окремих учасників, до всеукраїнського свята сили та духу ветеранів та ветеранок. Мета полягала в тому, щоб перейти від кількох десятків учасників, які раз на 2 роки представляють Україну на міжнародних змаганнях, до повноцінної програми підготовки, що завершується національними мультиспортивними змаганнями для сотень ветеранів та ветеранок. Тому Центр ініціатив «Повернись живим» та Міністерство у справах ветеранів України за підтримки Укргазбанку хотіли створити не просто подію, а досвід, можливість для кожного відновити себе через спорт, спільноту та новий сенс.

Так народився «ГАРТ», перші українські національні мультиспортивні змагання для ветеранів і ветеранок, які отримали поранення, травми або захворювання під час служби. 311 учасників перших змагань тривали з 30 листопада по 5 грудня 2025 р., змагалися у 9 видах адаптивного спорту, які слугують відбором до міжнародних турнірів, зокрема Air Force and Marine Corps Trials у США., зокрема

- командних видах: баскетбол на кріслах колісних, регбі на кріслах колісних, волейбол сидячи;

- індивідуальні види адаптивного спорту: стрільба з лука, веслування на тренажері, пауерліфтинг, велоспорт, плавання, лазер-ран.

Локацією змагань стали Київ та Бровари (басейн «Купава») [Мультиспортивні змага].

Вперше в Україні під час такої події ветерани та ветеранки випробували себе в дисципліні «лазер-ран» – поєднанні бігу та стрільби з лазерного пістолета. За правилами, учасники та учасниці долають кілька відрізків дистанції, а між ними роблять серії пострілів по електронних мішенях. Дисципліна повністю безпечна: замість набоїв використовується лазер. Тож змагання можна проводити де завгодно – у спортивному залі, на стадіоні чи просто неба [6].

Метою змагань визначені адаптація та реабілітація ветеранів через спорт, формування спільноти, психологічна підтримка.

Для частини ветеранів й ветеранок ці змагання стали першими стартами після довготривалого відновлення. Проте всі вони довели: травми та поранення не є перешкодою на шляху до нових перемог та повернення до повноцінного життя. Атмосфера взаємної підтримки й натхнення супроводжувала всі дні змагань.

«ГАРТ» став є не лише змаганнями, а й платформою для підготовки української збірної до участі в міжнародних ветеранських заходах, демонструючи незламність та силу волі учасників [10].

Необхідно зазначити, що активну участь у ГАРТ-2025 прийняли ветерани МВС. Так, Тернопільську область представляла команда ветеранського простору «Незламні духом», до складу якої увійшли поліцейські та військовослужбовці. І. Халупа став одним

із найуспішніших спортсменів змагань, він отримав золото у плаванні вільним стилем, срібло – у стилі «брас» та бронзу у плаванні на спині. У стрільбі з лука М. Подлецький увійшов до топ-10 найкращих стрільців серед ветеранів, а В. Попелишин – у топ-20 серед початківців. У дисципліні лазер-ран, яка потребує одночасно витривалості та високої концентрації, Р. Пелехатий увійшов до 20-ки найсильніших [4].

Від поліції Буковини у змаганнях взяли участь помічник начальника ГУНП з питань ветеранської політики М. Іванович та спецпризначенець роти поліції особливого призначення ГУНП в Чернівецькій області Р. Черній. За результатами змагань Р. Черній став чемпіоном України у п'яти дисциплінах багатоборства: «лог-ліфт», «прогулянка фермера», «фронт-холд», «арм-овер-арм», жим гирь, а М. Іванович зайняв 4 місце у змаганнях з регбі [2].

Для колишніх працівників правоохоронних органів, чия професійна діяльність базувалася на чіткій ієрархії, плануванні та досягненні конкретних результатів, пасивна реабілітація часто сприймається як стан бездіяльності. Інклюзивні змагання впроваджують цілеорієнтований підхід, який є ментально близьким ветеранам:

Зміна риторики від терміну «лікування» до терміну «тренування» дозволяє ветерану вийти з ролі «об'єкта медичних маніпуляцій» і стати активним суб'єктом процесу. Необхідність виходу на пік форми до дати змагань структурує повсякденне життя, відновлюючи втрачену після поранення дисципліну.

Прагнення показати результат на міжнародній арені стимулює ветеранів до виконання обсягів навантажень, які у звичайних клінічних умовах здавалися б надмірними. Це активує приховані резерви організму, прискорюючи процеси регенерації та адаптації серцево-судинної системи. Соціальне моделювання – успіхи побратимів із подібними або важчими пораненнями, руйнує внутрішні когнітивні бар'єри ветеранів («якщо він зміг бігти на протезі, зможу і я»). Для ветеранів МВС можливість знову представляти державу (цього разу на спортивній арені) повертає почуття соціальної значущості та вірності присязі, що є критичним для професійної реінтеграції.

Особливістю «Invictus Games» є акцент на підтримці родин. Для ветеранів системи МВС, чий сім'я також переживають травму разом із ними, це стає фактором колективної реабілітації: Сім'я бачить ветерана не як людину з інвалідністю, а як успішного атлета, що трансформує мікроклімат у родині. Змагання створюють нове соціальне коло «рівний-рівному», де формуються неформальні професійні зв'язки, що сприяють подальшому працевлаштуванню.

Ефективність міжнародних ігор диктує необхідність створення внутрішньовідомчих змагань. Такі локальні заходи дозволяють залучити значно ширше коло осіб, які перебувають на ранніх етапах реабілітації, створюючи «ліфт» для переходу від лікувального закладу до активного суспільного життя.

Таким чином, інклюзивні змагання виступають як інструмент валідації успіху реабілітації. Вони доводять, що фізичні обмеження не є перешкодою для високих досягнень, що закладає фундамент для повернення ветерана до професійної діяльності в лавах МВС (на інструкторській, аналітичній чи штабній посаді) або успішної адаптації в цивільному секторі.

Створення внутрішньовідомчих турнірів (наприклад, під егідою відомчих навчальних закладів або спортивних товариств МВС) створює безперервний цикл «спорту рівних». Це дозволяє ветерану не просто інтегруватися в цивільне життя, а виступати лідером думок у своєму професійному середовищі. Змагальна діяльність стає інструментом валідації успіху: ветеран повертається до структури на інструкторській чи аналітичній посаді не як особа з обмеженнями, а як елітний атлет із досвідом подолання надскладних викликів.

Висновки

Узагальнення результатів дослідження дозволяє сформулювати наступні висновки щодо ролі змагальної діяльності в реабілітації та реінтеграції ветеранів системи МВС. Трансформація реабілітаційної парадигми: Встановлено, що інклюзивні змагання (як міжнародні – Invictus Games, Warrior Games, так і національні – «ГАРТ», «Strong Spirit's Games») перетворюють процес відновлення з пасивного лікування на активне тренування. Це впроваджує цілеорієнтований підхід, який є ментально близьким ветеранам МВС завдяки притаманній їм професійній дисципліні та звичці до планування результатів.

Формування національного стандарту: Україна здійснила перехід від запозичення іноземного досвіду до створення унікальних масштабних платформ. Проект «Strong Spirit's Games», ініційований українською спільнотою, продемонстрував надзвичайну ефективність силових адаптивних дисциплін (жим лежачи, веслування, гирьовий спорт), що корелюють із фізичною культурою спецпідрозділів. Рекордні результати національної збірної (188 медалей у 2024 р. та 243 медалі у 2025 р.) підтверджують високий потенціал українських ветеранів як елітних атлетів.

Впровадження нових видів спорту, зокрема «лазер-рану», довела свою ефективність як інструмент психосоціальної адаптації. Поєднання бігу та стрільби дозволяє ветеранам МВС безпечно реалізувати специфічні професійні навички, сприяючи подоланню когнітивних бар'єрів та відновленню впевненості у власних силах.

Змагальна діяльність виступає фактором колективної реабілітації, залучаючи родини ветеранів та змінюючи мікроклімат у сім'ї. Успішна участь представників поліції (зокрема здобутки офіцерів у богатирському багатоборстві та плаванні) доводить, що спорт є найкоротшим шляхом до професійної реінтеграції. Ветеран повертається в систему МВС не як «особа з обмеженнями», а як лідер думок та інструктор, здатний передавати досвід подолання надскладних викликів.

Перспективи розвитку: Розбудова мережі внутрішньовідомчих турнірів та створення безперервного циклу «спорту рівних» є критично важливим для інтенсифікації реабілітації на ранніх етапах. Це закладає фундамент для нової культури поваги та вдячності, де адаптивний спорт стає дієвим механізмом повернення захисників до активного службового та громадського життя.

Список використаних джерел

1. Буряк С., Дячук В., Сідельников І., Сушков О. Трансформація адаптивного спорту для ветеранів МВС: міжнародний досвід та стратегічні орієнтири для України. Академічні візії, 2025. (49). URL: <https://academy-vision.org/index.php/av/article/view/2653>
2. Витривалість, сила духу та підтримка спільноти: 2 буковинських поліцейських - призери I Чемпіонату України з богатирського багатоборства серед ветеранів та ветеранок. URL: <https://cv.npu.gov.ua/news/vytryvalist-syla-dukhu-ta-pidtrymka-spilnoty-2-bukovynskykh-politseiskykh-pryzery-i-chempionatu-ukrainy-z-bohatyrsko-ho-bahatoborstva-sered-veteraniv-ta-veteranok>
3. Кашуба В., Носова Н., Гончарова Н. Фізкультурно-спортивна реабілітація – сучасний тренд наукових досліджень. Біомеханіка спорту, оздоровчої рухової активності, фізичної терапії та ерготерапії: актуальні проблеми, інноваційні проекти та тренди: матеріали I Всеукр. електрон. наук.- практ. конф. з міжнар. участю, м. Київ, 25 трав. 2021 р. Київ: НУФВСУ, 2021. С. 46– 49. URL: <https://unisport.edu.ua/sites/default/files/vseDocumenti/zbirnyk-materialiv-konferenciyi-4.pdf>

4. Команда ветеранського простору «Незламні духом» представляла Тернопільщину на змаганнях ГАРТ-2025 та повернулася з нагородами. URL: <https://tp.npu.gov.ua/news/komanda-veteranskoho-prostoru-nezlamni-dukhom-predstavliala-ternopilshchynu-na-zmahanniakh-hart-2025-ta-povernulasia-z-nahorodamy>
5. Мультиспортивні змагання для ветеранів та ветеранок у Києві. URL: <https://cbacenter.ngo/hart-multisportivni-zmagannia-dlia-veteraniv-ta-veteranok>
6. Наймасштабніші спортивні змагання для ветеранів в Україні завершилися: що треба знати про ГАРТ. URL: <https://cbacenter.ngo/page/naimasstabnisi-sportivni-zmagannia-dlia-veteraniv-v-ukrayini-zaversilisia-shho-treba-znati-pro-gart>
7. Оголошено склад національної збірної України для участі у міжнародних спортивних змаганнях Strong Spirit's Games. URL: <https://mva.gov.ua/prescenter/category/86-novini/ogolosheno-sklad-natsionalnoi-zbirnoi-ukraini-dlya-uchasti-u-mizhnarodnih-sportivnih-zmaganniyah-strong-spirits-games>
8. Поліщук Н. М. Адаптивний спорт як інструмент соціальної реінтеграції та підвищення суспільного визнання ветеранів війни в умовах поствоєнного суспільства. Наука і техніка сьогодні. 2025. № 7(48). С.888-903. [https://doi.org/10.52058/2786-6025-2025-7\(48\)-888-903](https://doi.org/10.52058/2786-6025-2025-7(48)-888-903)
9. Спорт і сила духу у Карпатах: 227 ветеранів та ветеранок змагатимуться за місця у національній збірній України на Strong Spirit's Games 2025. URL: [https://mva.gov.ua/prescenter/category/86-novini/sport-i-sila-duhu-u-karpatah-227-veteraniv-ta-veteranok-zmagatimutsya-za-mistsya-u-natsionalniy-zbirniy-ukraini-na-strong-spirits-games-2025#:~:text=%D0%97%20%D0%BF%D0%BE%207%20%D0%B2%D0%B5%D1%80%D0%B5%D1%81%D0%BD%D1%8F,%D1%80%D0%BE%D0%BA%D1%83%20%D0%B2%20%D0%9C%D0%B0%D0%B4%D1%80%D0%B8%D0%B4%D1%96%20\(%D0%86%D1%81%D0%BF%D0%B0%D0%BD%D1%96%D1%8F\)](https://mva.gov.ua/prescenter/category/86-novini/sport-i-sila-duhu-u-karpatah-227-veteraniv-ta-veteranok-zmagatimutsya-za-mistsya-u-natsionalniy-zbirniy-ukraini-na-strong-spirits-games-2025#:~:text=%D0%97%20%D0%BF%D0%BE%207%20%D0%B2%D0%B5%D1%80%D0%B5%D1%81%D0%BD%D1%8F,%D1%80%D0%BE%D0%BA%D1%83%20%D0%B2%20%D0%9C%D0%B0%D0%B4%D1%80%D0%B8%D0%B4%D1%96%20(%D0%86%D1%81%D0%BF%D0%B0%D0%BD%D1%96%D1%8F))
10. Тиждень неймовірних емоцій, сили та незламності: у Києві завершилися ветеранські змагання ГАРТ-2025. URL: <https://mva.gov.ua/prescenter/category/86-novini/tizhden-neymovirnih-emotsiy-sili-ta-nezlamnosti-u-kievi-zavershilisia-veteranski-zmagannya-gart-2025>
11. У Мадриді стартували Strong Spirit's Games - міжнародні комплексні змагання з адаптивних видів спорту для ветеранів бойових дій. URL: <https://spain.mfa.gov.ua/news/strong-spirits-games-2025>
12. Фурдик В. Д., Юдін В. Д., Верхогляд М. М., Партика С. С. Перспективи розвитку фізкультурно-спортивної реабілітації у збройних силах України. Сучасні тенденції та перспективи розвитку фізичної підготовки та спорту Збройних Сил України. 2024. С. 450-454. URL: <https://nuou.org.ua/assets/documents/conf-24-12-10.pdf#page=450>
13. Ярцев Д., Почтарук М., Артюшенк О. Фізична реабілітація військовослужбовців, які отримали травми під час бойових дій. 2025. UNIVERSUM, (15). С. 384–390. URL: <https://archive.liga.science/index.php/universum/article/view/1554>
14. Strong Spirit's Games-2025: Українські ветерани здобули 243 медалі на змаганнях у Мадриді. URL: <https://media.1plus1.ua/news/strong-spirits-games-2025-ukrayinski-veterani-zdobuli-243-medali-na-zmaganniyah-u-madridi>