2. Канівець І. М., Шаховніна Н. В., Горда Т. М., Гриньов Р. С., Сторожук В. А. (2024). Сучасні методи викладання фізико-математичних дисциплін на засадах інтегративного підходу. *Педагогічна Академія: наукові записки,* (9). https://doi.org/10.5281/zenodo.13729562

3. Луценко Г, Луценко Гр.(2018) Проектно-орієнтоване навчання як засіб формування професійної компетентності майбутніх інженерів : навчально-методичний посібник. Черкаси : видавець Чабаненко Ю. А., 2018. 140 с.

УДК 796:316.61

ОСВІТНІ МОЖЛИВОСТІ В СОЦІАЛЬНІЙ АДАПТАЦІЇ СПОРТСМЕНІВ НА ЕТАПІ ЗАВЕРШЕННЯ КАР'ЄРИ

Приймак М.М., канд. наук з фіз. виховання і спорту, доцент
Національний університет фізичного виховання і спорту України, м. Київ

Вступ. Соціальна адаптація спортсменів є складним, багатофакторним процесом, успішність якого визначає їхнє подальше професійне та життєве благополуччя. Актуальність дослідження зумовлена необхідністю подолання психологічних, фінансових та соціальних викликів, які виникають при завершенні кар'єри та вимагають формування нової ідентичності [6; 7]. У цьому контексті розвиток професійних та особистісних навичок поза спортивною діяльністю є центральним завданням освітньо-педагогічних стратегій.

Роль освіти в адаптаційних процесах є об'єктом уваги багатьох дослідників. М. Приймак аналізує, як освітня перепідготовка сприяє подоланню адаптаційних бар’єрів на різних етапах [4; 5]. В. Ю. Бондар наголошує на значенні неформальної освіти як гнучкого інструменту для перекваліфікації та розвитку лідерських і підприємницьких компетенцій [1]. Крім того, освітній процес, заснований на ціннісному потенціалі, сприяє формуванню базових соціальних навичок та моральної стійкості [2; 8]. Необхідність цілеспрямованої освітньої підтримки для успішної соціальної адаптації спортсменів на етапі переходу до нового життя є незаперечною.

Проблема соціальної адаптації спортсменів на етапі завершення кар'єри ускладнюється тим, що вузькоспеціалізований спортивний досвід не забезпечує автоматичну готовність до професійної реінтеграції. Відсутність цільових освітніх програм та обмежена підготовка до зміни соціальної ролі посилюють ризики дезадаптації [11]. Це актуалізує необхідність обґрунтування того, як саме система освіти, використовуючи принципи індивідуалізації [9], може стати ефективним механізмом для розвитку необхідних компетенцій.

Метою дослідження є обґрунтування ролі та структури освітніх програм (професійних, інтегрованих, додаткових) як фактору, що сприяє розвитку соціальної адаптації та професійних і особистісних навичок спортсменів на етапі завершення спортивної кар'єри.

Методи дослідження: аналіз та синтез; класифікація; порівняльний аналіз; моделювання.

Результати дослідження. Встановлено, що освітня підтримка є ключовим чинником для успішної соціальної адаптації екс-спортсменів та розвитку їхніх компетенцій. Спортивні досягнення можуть принести славу і фінансову стабільність на довготривалий період, однак подальша професійна реалізація та соціальна адаптація залишаються актуальними

завданнями для екс-спортсмена. Система освіти пропонує різні програми підготовки (професійні, інтегровані, додаткові загальнорозвиваючі та додаткові передпрофесійні освітні програми), що відкриває нові перспективи для розвитку особистості. Будь-яка програма підготовки реалізує загальні і дидактичні принципи [9] (рис. 1), що сприятимуть опануванню нових знань та іншої соціальної ролі.

Екс-спортсмени можуть здобути вищу освіту, вступивши до закладу вищого закладу освіти (ВНЗ), які пропонують освітні програми зі спортивного менеджменту, фізичної реабілітації та ін. Ці спеціалізації дозволяють спортсменам застосовувати свої знання та досвід у нових соціальних ситуаціях. Інтегровані освітні програми дозволяють об'єднати різні галузі знань в одну загальноосвітню програму, що допомагає колишнім спортсменам адаптуватися до життя після завершення кар'єри в спорті та розвинути нові компетенції.



Рисунок 1- Принципи освітніх програм підготовки (узагальнено на основі [9])

Зокрема, здобуття знань у сфері менеджменту дозволяє відкрити власні компанії, а вдосконалення навичок спілкування є важливим для кар’єри в ЗМІ та публічних виступах.

Додатково загальнорозвиваючі програми можуть включати курси з розвитку м’яких навичок (командотворення, проєктний менеджмент, сторітелінг та ораторське мистецтво). Ці знання допомагають екс-спортсменам бути більш конкурентоспроможними та швидше адаптуватися до нових соціальних умов. Міжнародний досвід (ACE Program) підтверджує необхідність системної підтримки, яка включає надання освітніх стипендій, координацію професійної підготовки та інтерактивне наставництво [10].

Обговорення. Освітні можливості є дієвим інструментом для подолання ключових адаптаційних бар'єрів [6; 7]. Використання гнучких освітніх форм дозволяє спортсменам трансформувати набуту в спорті дисципліну та цілеспрямованість у професійні компетенції (менеджмент, підприємництво), що мінімізує фінансові та соціальні ризики [1].

Дотримання загальних і дидактичних принципів [9], представлених на Рис. 1, забезпечує успішне формування нових навичок. Зокрема, розвиток м'яких навичок (soft skills) через додаткові програми є критичним для відновлення соціальних зв’язків та успішної комунікації в новому професійному середовищі [5]. Участь у громадській діяльності та тренерській практиці, підтримана освітніми програмами, допомагає екс-спортсменам знайти нову соціально значущу роль у суспільстві [3; 4].

Висновки. Освіта є ключовим інструментом для забезпечення соціальної адаптації спортсменів на етапі завершення кар’єри, оскільки вона прямо сприяє розвитку професійних та особистісних навичок (soft та hard skills), необхідних для успішної реінтеграції [5].

Ефективність освітніх програм залежить від їхньої індивідуалізації та прикладної спрямованості, що відображено у загальних і дидактичних принципах підготовки [9].

Системна освітня підтримка, що поєднує вищу освіту зі здобуттям soft skills через додаткові та інтегровані програми (за міжнародною моделлю ACE Program [10]), є запорукою успішної адаптації, допомагаючи спортсменам знайти нову соціальну роль та реалізувати свій потенціал.

Отже, освіта для спортсменів є дієвим інструментом, що допомагає їм адаптуватися до постспортивного життя, продовжувати розвиватися та брати активну участь у житті суспільства.

Література :

1. Бондар В. Ю. Саморозвиток фахівців з фізичної культури і спорту в умовах неформальної освіти. *Освіта дорослих: теорія, досвід, перспективи*. 2024. Вип. 2 (26). С. 72–77. DOI: https://doi.org/10.35387/od.2(26).2024.72-80.

2. Гончаренко В., Павлов Р., Сіпакова Д., Янович І. Освітньо-педагогічні основи реалізації тренерської практики у сфері спорту вищих досягнень. *Наукові записки. Серія: Педагогічні науки*. 2025. Вип. 218. С. 335–340. DOI: https://doi.org/10.36550/2415-7988-2025-1-218-335-340

3. Дубовой В. О., Сіпакова Д. О. Професія тренера як носія олімпійських цінностей: освіта, лідерство, розвиток. *VI Регіональна науково-практична інтернет-конференція з Всеукраїнською участю «Фізична культура і спорт: сучасні аспекти та тенденції розвитку»*. Полтава, 2025. С. 24–26. URL: https://surli.cc/pkbmex

4. Приймак М. М. Основні аспекти взаємодії спортсмена із соціальним середовищем у контексті його соціальної адаптації. *Науковий часопис Українського державного університету імені Михайла*

Драгоманова. 2025. Серія 15, 1(186). С. 136–141. DOI: https://doi.org/10.31392/UDU-nc.series15.2025.01(186).28

5. Приймак М. М. Особливості соціальної адаптації спортсменів на різних етапах спортивної кар'єри. *Sport Science Spectrum*. 2025. № 1. С. 77–82. DOI: https://doi.org/10.32782/spectrum/2025-1-11

6. Приймак М. М. Соціально-психологічна адаптація спортсменів після завершення спортивної кар’єри. *Педагогічна академія: наукові записки*. 2025. № 14. URL: https://doi.org/10.5281/zenodo.14769845

7. Приймак М. М. Спортивна кар'єра на різних етапах вікового розвитку: управлінські стратегії та виклики. *Педагогічна академія: наукові записки*. 2025. № 15. URL: https://doi.org/10.5281/zenodo.14955062

8. Радченко Л. О., Єрмолова В. М., Кроль І. М. Олімпійська освіта – складова національної системи освіти. *Науковий часопис Українського державного університету імені Михайла Драгоманова*. 2024. Серія 15. № 12 (185). С. 162–165. DOI: https://doi.org/10.31392/UDU-nc.series15.2024.12(185).34

9. Таланова Ж. Принципи та технологія укладання освітніх програм: від стандарту до вимірюваної якості. *Erasmus+UA*. URL: https://tnu.edu.ua/wp-content/uploads/2023/01/№4-Принципи-та-технологія-укладання-освітніх-програм-від-стандарту-до-вимірюваної-якості.pdf

10. Advanced career education program (ACE): Training coaches in the CEO skills needed to excel as a head coach. *AVCA*. URL: https://www.avca.org/resources-education/advanced-career/ace/

11. Hong, H. J., Minikin, B. An international analysis of career assistance programmes for high-performance athletes. *International Journal of Sport Policy and Politics*. 2023. Vol. 15, No. 14. P. 705–724. DOI: https://doi.org/10.1080/19406940.2023.2242873