

DOI <https://doi.org/10.30525/978-9934-26-415-3-21>

**PETANQUE – A MEANS OF PHYSICAL CULTURE
AND SPORTS REHABILITATION FOR PEOPLE WITH SIGNS
OF TRAUMATIC IMPACT OF WAR EVENTS**

**ПЕТАНК – ЗАСІБ ФІЗКУЛЬТУРНО-СПОРТИВНОЇ
РЕАБІЛІТАЦІЇ ДЛЯ ОСІБ З ОЗНАКАМИ ТРАВМАТИЧНОГО
ВПЛИВУ ПОДІЙ ВІЙНИ**

Yudenko O. V.

*Candidate of Pedagogical Sciences,
Associate Professor,
Senior Researcher at the Educational
and Research Institute
of Physical Culture and Sports
and Recreation Technologies
National Defence University of Ukraine
Kyiv, Ukraine*

Юденко О. В.

*кандидат педагогічних наук, доцент,
старший науковий дослідник
навчально-наукового інституту
фізичної культури та спортивно-
оздоровчих технологій
Національний університет
оборони України
м. Київ, Україна*

Kolomojets H. A.

*Candidate of Pedagogical Sciences,
Senior Researcher,
Head of the Department of Scientific
and Methodological Support
of Education Quality Improvement
State Scientific Institution «Institute
of Modernisation of Education Content»
Kyiv, Ukraine*

Коломоєць Г. А.

*кандидат педагогічних наук,
старший дослідник,
начальник відділу науково-
методичного забезпечення
підвищення якості освіти
Державна наукова установа
«Інститут модернізації змісту
освіти»
м. Київ, Україна*

Lytvyn L. M.

*President of the Public Union
«Petanque Federation of Ukraine»
Lviv, Ukraine*

Литвин Л. М.

*президентка Громадської спілки
«Федерація петанку України»
м. Львів, Україна*

В умовах повномасштабного вторгнення все більшої уваги стали заслуговувати та знову привертати до себе засоби рухової активності, прості, доступні, із використанням мобільного обладнання завдяки яким будь-яка людина може оптимізувати фізичний та ментальний стан, відновити сили та ресурси організму (фізична рекреація), а іноді за допомогою цих самих засобів відновити втрачені внаслідок подій війни втрачені функції окремих органів і систем, зокрема після наслідків бойової травми [1]. На рис. 1 подано 3 групи дефініцій дослідження [3].

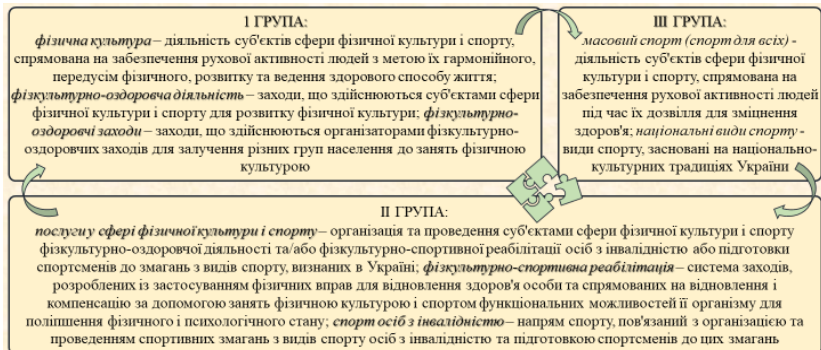


Рис. 1. Групи основних дефініцій дослідження у відповідності до Закону України [3]

Одним з таких простих та доступних видів спорту ми вважаємо петанк (з фр. *Petanque*; бочча; боулз). Це різновид рухової активності, який прийшов до нас із Франції, де він є дуже популярним. В перекладі з мови оригіналу це означає «ноги на якорі». Його використовували, як розвагу, активний відпочинок, можливість весело та корисно, через гру провести час із друзями на природі. Сучасну форму гра отримала в 1907 р. в Ла Сіота (Прованс, Південь Франції). Петанк називають «більярдом на землі» через його корисний вплив на організм та фізичні здібності (координація, сила, воля, витривалість, витримка, точність рухів, терпіння, спритність), які він формує, розвиває та удосконалює. З часом його популярність його зростала, отримала певні правила, вимоги до місць проведення цієї рухової активності і зайняла своє почесне місце серед видів спорту для практично здорових осіб, для осіб з інвалідністю та маломобільних верств населення [2; 5; 6; 7].

Зазвичай у грі беруть 2 команди (до неї може бути включено від 1 до 3 гравців), які використовують на більше 12 металевих куль. Метою гри є кинути кульку як якомога ближче до невеличкої дерев'яної кулі (*cochonnet, piglet, bouchon, le petit* – кошонету, поросятка, паці, джеку, бушону). Зазвичай вправа виконується на жорсткому ґрунті / гравії (можна грати на траві або піску) із спеціального кола, в середині якого знаходиться гравець (обомі ногами торкаючись землі), і не виходить із нього під час виконання вправи за його межі [4; 5].

На сьогодні у Франції нараховують близько 17 млн. осіб, які грають в петанк; в світі зафіксовано майже 375 000, що мають ліцензію Французької Федерації петанку, в Британії – їх близько 3000 осіб, в Квебеку – майже 20000. Петанк клуби поширені у США та Південно-Східній Азії [5]. На сьогодні він виправдано набирає популярності в нашій державі через різні обставини: 1) доступність інвентарю та

місяця для реалізації рухової активності; 2) практично відсутні протипоказання та обмеження за віком щодо учасників команд; 3) може використовуватися як засіб фізичної терапії, фізкультурно-спортивної реабілітації, як адаптивний вид спорту, адаптивна фізична культура (рис. 1); 4) є доступним різновидом діяльності для реалізації у бомбосховищі, що стало вкрай актуальним за останні 2 роки (рис. 2) [1; 2; 4; 5; 6]. Рух «Junior'S» є некомерційною громадською організацією, яка популяризує фізичну активність серед дітей шкільного віку, змінює їхнє ставлення до уроків фізичного виховання, допомагає знайти їм свої види спорту, які б стали їхньою щоденною корисною звичкою для покращення фізичного та ментального здоров'я [4].



Рис. 2. Петанк в умовах повномасштабного вторгнення: можливості, реалізація [4; 8]

Активно Федерація петанку України співпрацює із ветеранськими організаціями розвиваючи напрямок фізкультурно-спортивної реабілітації та адаптивного спорту для учасників бойових, членів їх родин та цивільних, які зазнали травматичного впливу подій війни. Зокрема це реалізується на базі обласного реабілітаційного центру м. Києва у співпраці із проектом «Recovery», заснованим Фондом Віктора та Олени Пінчуків.

Література:

1. Активні парки: матеріально-технічна база системи фізкультурно-спортивних послуг для осіб з ознаками травми внаслідок війни / О. Юденко та ін. Science and practice, actual problems, innovations. proceedings of the XXVIII international scientific and practical conference. 2022. С. 185–194. DOI:10.46299/ISG.2022.1.28
2. Білоус А. Фізкультурно-спортивна реабілітація учасників військових локальних конфліктів засобами спортивних ігор (на матеріалі регбі) : магістерська робота. Київ, 2021. 88 с. URL: <http://reposit.uni-sport.edu.ua/handle/787878787/3604>.
3. Про фізичну культуру і спорт : Закон України № Док. 3808-ХІІ : станом на 1 січ. 2024 р. URL: <https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/3808-12#Text>
4. Проект Олександра Педана «Junior'S»: <https://www.juniors.org.ua/sports> (дата звернення: 15.02.2024).
5. Федерація петанку України. URL: <http://petanque.org.ua> (дата звернення: 15.02.2024).
6. Шапіро С. Фізкультурно-спортивні послуги – складова психофізичної та соціальної адаптації військових із наслідками бойової травми : магістерська робота. Київ, 2020. 82 с. URL: <http://reposit.uni-sport.edu.ua/bitstream/handle/787878787/3019>.
7. «Recovery»: <https://recoveryua.org> (дата звернення: 15.02.2024).