

УДК 37.013:376

DOI <https://doi.org/10.32782/apv/2025.4.22>**Віталій ЛИТОВЧЕНКО**

доктор філософії з психології (PhD), старший викладач кафедри психології, Приватний вищий навчальний заклад «Медико-Природничий Університет», просп. Богоявленський, 43А, м. Миколаїв, Україна, 54018

ORCID: 0000-0003-1869-6168

Бібліографічний опис статті: Литовченко, В. (2025). Доступний спорт як складник безбар'єрного освітнього середовища (на прикладі закладів вищої освіти Канади). *Acta Paedagogica Volynienses*, 4, 160–166, doi: <https://doi.org/10.32782/apv/2025.4.22>

ДОСТУПНИЙ СПОРТ ЯК СКЛАДНИК БЕЗБАР'ЄРНОГО ОСВІТНЬОГО СЕРЕДОВИЩА (НА ПРИКЛАДІ ЗАКЛАДІВ ВИЩОЇ ОСВІТИ КАНАДИ)

Сьогодні для української вищої освіти актуальним є не лише забезпечення якості освіти, але і проектування доступного та безбар'єрного освітнього середовища. Дослідження засвідчують, що фізична активність позитивно впливає на психологічний стан студентів, що є важливим для здобуття освіти. У статті представлено результати вивчення зарубіжного досвіду щодо забезпечення доступності занять спортом для студентів з особливими освітніми потребами як складника безбар'єрного освітнього середовища закладу вищої освіти.

Узагальнено основні умови доступності занять спортом для студентів з особливими освітніми потребами: створення безбар'єрної інфраструктури (нормативна база, доступ до спортивних об'єктів, спеціальне обладнання, навчання фахівців, адаптаційні рішення), залучення студентів з особливими освітніми потребами до спортивних секцій та заходів (спеціальні програми, планування різноманітних заходів, співпраця з громадськими організаціями, психологічна підтримка), маркетинг (представленість на сайті, в інформаційних матеріалах закладу освіти; зворотний зв'язок).

Впровадження інклюзивної політики в закладі в першу чергу починається з створення внутрішньої культури щодо різноманітності, наступним кроком є облаштування навчального простору, важливим також є облаштування гуртожитків, спортивних споруд, логістичних маршрутів тощо. В умовах сучасних викликів в українській системі освіти створення безбар'єрного освітнього простору є важливим та перспективним.

Ключові слова: доступний спорт, адаптації спортивної інфраструктури закладу освіти, студенти з особливими освітніми потребами, безбар'єрність у вищій освіті, доступність освітнього середовища, зарубіжний досвід забезпечення доступності у вищій освіті.

Vitalii LYTOVCHENKO

PhD (Doctor of Philosophy in Psychology), Senior Lecturer at the Department of Psychology, Private Higher Educational Institution "Medical and Natural Sciences University", Bogoyavlenskyi Ave, 43A, Mykolaiv, Ukraine, 54018

ORCID: 0000-0003-1869-6168

To cite this article: Lytovchenko, V. (2025). Dostupnyi sport yak skladnyk bezbariernoho osvitnoho seredovyshcha (na prykladi zakladiv vyshchoi osvity Kanady) [Accessible sports as a component of a barrier-free educational environment (using the example of Canadian higher education institutions)]. *Acta Paedagogica Volynienses*, 4, 160–166, doi: <https://doi.org/10.32782/apv/2025.4.22>

ACCESSIBLE SPORTS AS A COMPONENT OF A BARRIER-FREE EDUCATIONAL ENVIRONMENT (USING THE EXAMPLE OF CANADIAN HIGHER EDUCATION INSTITUTIONS)

Today, for Ukrainian higher education, it is relevant not only to ensure the quality of education, but also to design an accessible and barrier-free educational environment. Studies show that physical activity has a positive effect on the psychological state of students, which is important for obtaining education. The article presents the results of studying foreign experience in ensuring the accessibility of sports for students with special educational needs as a component of a barrier-free educational environment of a higher education institution.

The main conditions for the accessibility of sports for students with special educational needs are summarized: the creation of a barrier-free infrastructure (regulatory framework, access to sports facilities, special equipment, training of specialists, adaptation solutions), the involvement of students with special educational needs in sports sections and events (special programs, planning of various events, cooperation with public organizations, psychological support), marketing (representation on the website, in information materials of the educational institution; feedback).

The implementation of an inclusive policy in an institution first of all begins with the creation of an internal culture of diversity, the next step is the arrangement of the educational space, the arrangement of dormitories, sports facilities, logistics routes, etc. is also important. In the context of modern challenges in the Ukrainian education system, the creation of a barrier-free educational space is important and promising.

Key words: *accessible sports, adaptations of sports infrastructure of an educational institution, students with special educational needs, barrier-free access in higher education, accessibility of the educational environment, foreign experience in ensuring accessibility in higher education.*

Актуальність проблеми. Сучасний український університет і його навчальні потужності складаються з багатьох інтегративних компонентів, які разом впливають на головний результат – можливість для студентів здобувати якісну освіту в сприятливих для цього умовах.

Одним із важливих аспектів адаптації для студентів з особливими освітніми потребами є доступність спортивних та відновлювальних практик, відповідне матеріально-технічне забезпечення. Варто зауважити, що згідно позицій «Міжнародної класифікації функціонування, обмежень життєдіяльності та здоров'я» (МКФ) матеріально-технічне забезпечення закладу освіти розглядається як фактор навколишнього середовища, який суттєво впливає на психофізичний стан учасників освітнього процесу, що, у свою чергу, створює сприятливі (або несприятливі) умови для студентів, зокрема для студентів з особливими освітніми потребами, впливає на результати навчання.

В умовах сьогодення важливу складову матеріально-технічної бази університетів складають не лише облаштуванні навчальні аудиторії та навчально-інформаційні платформи, але й допоміжна інфраструктура: спортивні комплекси, гуртожитки (студентські резиденції), коворкінги на базі кампусу університету, лабораторії, що мають мультимедійне забезпечення, комп'ютери, 3D-принтери тощо. Ці критерії є суттєвими при виборі абітурієнтами навчальних закладів і займають паритетні позиції з рівнем професійності професорсько-викладацького складу та їхніми методами (методами) викладання. Важливим завданням вишів є забезпечення доступності всієї інфраструктури для здобувачів з особливими освітніми потребами. Доцільним є вивчення досвіду зарубіжних університетів, зокрема Канади, які протягом багатьох років є взірцем високого рівня

матеріально-технічної бази, відповідного забезпеченням норм доступності.

З власного досвіду варто акцентувати, що навчальні заклади Канади активно працюють над оновленням (реновацією) своїх кампусів та облаштуванням нових просторів. Канадські заклади традиційно є важливими партнерами українських вишів для обміну досвідом щодо організації інклюзивного навчання, забезпечення прав для студентів з особливими освітніми потребами на безбар'єрне, комфортне освітнє середовище, формування системної підтримки, розуміння принципів інклюзивного навчання з боку професійної спільноти та створення відповідної законодавчої бази. У такому контексті варто зазначити про спільні наукові проекти, мобільність для аспірантів та молодих науковців, тісну співпрацю Інституту спеціальної педагогіки та психології імені Миколи Ярмаченка НАПН України та канадських закладів вищої освіти – Університету Альберти (University of Alberta) та Університету Грента МакЮена (Grant MacEwan University).

Аналіз останніх досліджень і публікацій. Аспекти доступності спортивної інфраструктури для студентів з особливими освітніми потребами розробляються у дослідженнях Martin J. (2013); Úbeda-Colomer J., Devís-Devís J., Sit C. H. P. (2019); Sanders M., Balcanoff S. (2022) та ін. Зокрема, Úbeda-Colomer J., Devís-Devís J., Sit C. H. P. (2019) виділяють бар'єри, що перешкоджають фізичній активності студентів з особливими освітніми потребами: внутрішньо особистісні (наприклад, втома, відсутність мотивації), організаційні (наприклад, відсутність адаптованих програм, економічні витрати), на рівні громади (фізичні перешкоди, недоступні будівлі тощо). Вплив фізичної активності на психоемоційний стан студентів розглядається у працях Tan S. L., Jetzke M., Vergeld V.,

Müller C. (2020); Herbert C. (2022); Donnelly S., Penny K., Kynn, M. (2024) та ін. У дослідженні Herbert C. зазначено, що симптоми тривоги та депресії, а також стресу дуже поширені серед студентів університетів. Водночас, результати засвідчують, що фізичні вправи можуть суттєво покращити психічне здоров'я (полегшити симптоми депресії та сприйняття стресу) після кількох тижнів втручання. Науковці підкреслюють важливість систематичних досліджень комбінованого вивчення психологічних та фізіологічних факторів, які сприяють активному способу життя, зміцнюють психічне здоров'я та благополуччя (психологічно та фізіологічно) серед молоді, зокрема студентів університетів.

Мета дослідження: представити результати вивчення зарубіжного досвіду щодо забезпечення доступності занять спортом для студентів з особливими освітніми потребами як складника безбар'єрного освітнього середовища закладу вищої освіти.

Виклад основного матеріалу дослідження. Сьогодні для української вищої освіти актуальним є не лише забезпечення якості освіти, але і проектування доступного та безбар'єрного освітнього середовища. Відтак доцільним є вивчення досвіду провідних зарубіжних закладів вищої освіти, зокрема канадських, щодо вирішення означених проблем.

Цікавий досвід має Університет Макмастер (McMaster University), який є успішним науково-дослідним та навчальним закладом Канади зі значною частиною студентів-іноземців. Університет також відомий розробками в медицині, біохімії, генетиці, інженерії тощо.

У контексті проблеми дослідження варто зазначити, що в Університеті постійно проводяться заходи, присвячені рівності, різноманітності, інклюзивності та доступності, що сприяє створенню сприятливого освітнього середовища. Заходи включають святкування культурної спадщини, інклюзивні спортивні змагання, семінари з питань обізнаності про різноманітність, панельні дискусії для підтримки недостатньо представлених груп (соціально вразливих груп) тощо. Ініціативи спрямовано на забезпечення того, щоб кожен відчував себе цінним та включеним до університетської спільноти (Equity and Inclusion Office. McMaster University).

В структурі Університету діє Відділ студентських справ (Student Affairs), який є «основою

студентського життя Макмастер» й забезпечує різнобічну підтримку студентів та аспірантів. Відділ має низку підрозділів та постійно діючих програм, серед яких Центр доступності для студентів (Student Accessibility Services), що спрямовує зусилля на підтримку студентів з інвалідністю; Центр успіху студентів (Student Success Centre), що здійснює індивідуалізований супровід через низку програм, послуг та заходів; Відділ легкої атлетики та відпочинку (Athletics & Recreation) – надає студентам можливість брати участь у міжвузівських змаганнях, внутрішньо університетських секціях та різноманітних розважальних заходах, як формальних, так і неформальних.

Місію відділу легкої атлетики та відпочинку визначено як розвиток людського потенціалу та зміцнення здоров'я через відпочинок та спорт; цінності, які покладено в основу роботи співробітників: відданість рівності, різноманітності, інклюзії та доступності.

На сайті закладу акцентовано, що «командні зобов'язання полягають у створенні безпечного, доступного та гостинного простору, де вітають різноманітні ідентичності та життєвий досвід, що збагачують громаду в цілому; активно пропагують антирасизм, борються з дискримінацією та працюють над усуненням усіх форм упереджень; вважають, що прийняття безлічі людських відмінностей є важливим для колективного успіху; запрошують всіх членів громади активно підтримувати означені цінності; гарантують, що кожен почуватиметься бажаним, цінним та матиме можливість повноцінно брати участь». Варто зазначити, що відділ надає підтримку та залучає до заходів всіх учасників освітнього процесу – студентів, співробітників, викладачів, випускників та членів широкої спільноти.

Приклади доступності, які пропонує відділ: доступний ліфт для людей з особливими освітніми потребами у басейні; спортивні крісла колісні; крісло колісне Hiprocampre All Terrain для використання на місцевих стежках тощо. З усіма варіантами параспортивних заходів та адаптаційними пропозиціями можна ознайомитися в університетській програмі «Intramural Sports program», яка представлена на сайті (Our Commitment to Equity, Diversity, Inclusion, and Belonging. McMaster University).

Зокрема, діє спеціальна «Програма фізичної підготовки для дорослих з інвалідністю»

(«Adults with Disabilities Assisted Physical Training») (ADAPT) – індивідуальна фітнес-програма для студентів з особливими освітніми потребами в тренажерному центрі університету. Програма розроблена для того, щоб зробити спортзал більш доступним та зменшити будь-які бар'єри, які можуть виникати. Програма «об'єднує» студентів з особливими потребами зі студентами-волонтерами, які допомагати-муть з тренуваннями із врахуванням індивідуальних потреб та можливостей. Місія програми полягає у сприянні фізичному та психічному благополуччю студентів з особливими освітніми потребами, забезпеченні персоналізованої підтримки від підготовлених студентів-волонтерів.

Ключові цінності: інклюзивність (кожен має можливість вести здоровий та активний спосіб життя, незалежно від здібностей чи труднощів); розширення можливостей (кожен має можливість контролювати власні цілі щодо здоров'я та занять спортом); емпатія (ставлення до кожного з розумінням та повагою); відповідальність (серйозне ставлення до підтримки здоров'я та благополуччя учасників програми, дотримання найвищих стандартів відповідальності та професіоналізму); зростання (постійне навчання та вдосконалення, щоб забезпечити найкращу можливу підтримку).

Організація підтримки: будь-який студент університету або член громади, який має особливі освітні потреби, може подати заявку на участь у програмі; координатор програми визначає студента-волонтера, узгоджує графік занять; студенти-волонтери пропонують необхідну допомогу та адаптації відповідно до індивідуальних потреб (допомога з налаштуванням тренажера, пересуванням, переміщенням з одного тренажера на інший тощо); волонтери не є тренерами та не виконують відповідні функції; програма зазвичай триває рік, мінімальний термін – один семестр (чотири місяці); участь у програмі безкоштовна.

Волонтери: для участі у програмі приймають нових волонтерів перед початком кожного семестру через оголошення на сайті та у соціальних мережах; усі кандидати повинні отримати сертифікат з надання першої допомоги (First Aid/CPR-C) перед початком програми (Programs and Services Designed for All. McMaster University).

Таким чином, роботу співробітників відділу легкої атлетики та відпочинку спрямовано на забезпечення доступу до спортивних об'єктів, програм та заходів для учасників з будь-яким рівнем можливостей. На сайті зазначено, що важливим є зворотній зв'язок, відгуки та пропозиції щодо кращого обслуговування всіх учасників освітнього процесу, особливо щодо доступності.

Дані про доступність спортивної інфраструктури в Університеті Макмастер було доповнено за результатами інтерв'ю з координатором спортивних заходів з використанням відкритих запитань:

Які види адаптивних або параспортивних варіантів пропонуються в рамках університетської програми «Intramural Sports program» для студентів з особливими освітніми потребами?

Пропонуємо турніри з волейболу сидячи (Seated Volleyball); голбол (Goalball) (для студентів з порушеннями зору); європейський гандбол на візках (Wheelchair European Handball); уніфікований (об'єднаний) баскетбол (для гравців з особливими освітніми потребами та без особливих потреб) (Unified Basketball); підхід «хокей змішаних можливостей» («Mixed Ability Hockey»), коли у команді зі «стоячими» гравцями беруть участь гравці на санчатах. Це приклади параспортивних пропозицій у програмі університету.

Яким чином забезпечується, щоб студенти з інвалідністю знали про університетські спортивні змагання та почувалися бажаними?

На сторінці реєстрації передбачено кнопку зворотного зв'язку щодо доступності, щоб будь-який студент/член спільноти міг поділитися своїми думками та відгуками. Також забезпечуємо оновлення текстів на веб-сайті, а канали соціальних мереж є інклюзивними та доступними, щоб охопити широку аудиторію. Це також використовується для того, щоб якомога більше людей почувалися прийнятими в межах спортивних програм та секцій, а також щоб кожен розумів (і, сподіваємося, брав участь) у наших спортивній культурі.

Чи існують якісь партнерства зі службами доступності або групами студентів з інвалідністю для покращення інклюзії в університетських спортивних змаганнях?

Співпрацюємо з різними клубами Студентської спілки Макмастера (McMaster Student

Union), які представляють маргіналізовані громади на кампусі, щоб забезпечити залучення більшої кількості груп до наших спортивних середовищ; Спеціальною Олімпіадою Онтаріо (Special Olympics Ontario) для нашого турніру з об'єднаного баскетболу (Unified Basketball); Центром успіху студентів Макмастера (McMaster Student Success centre) для співпраці з ними, щоб, зокрема, залучати іноземних студентів до навчальних спортивних днів, спробувати побудувати спільноту в рамках їхньої програми.

Які механізми зворотного зв'язку існують для студентів з інвалідністю, щоб вони могли поділитися своїм досвідом або запропонувати покращення програми?

На сторінці реєстрації надаємо кнопку зворотного зв'язку щодо доступності для студентів/членів спільноти, щоб вони мали змогу поділитися своїми пропозиціями. Надаємо також електронну пошту та розміщуємо на веб-сайті інформацію про доступність та інклюзію, які ми підтримуємо в наших програмах та секціях.

Необхідно акцентувати, що обов'язковим для всіх викладачів, співробітників, студентських лідерів та волонтерів Університету Макмастер є навчання на курсі з вивчення «Закону про доступність для мешканців Онтаріо з інвалідністю» та «Кодексу прав людини Онтаріо», який складається з коротких відео про важливі принципи та підходи до організації підтримки людей з інвалідністю (AODA and Human Rights Code Training. McMaster University).

На сайті університету також розміщено посібники, навчальні програми, рекомендації з питань доступності та інклюзивності: програма для викладачів «Доступна освіта. Фокус на навчанні та запобіганні виключення», контрольний список для планування заходів з дотриманням норм доступності, посібник з коректного спілкування та стилю письма «Слова мають значення», карти будівель університету з позначенням об'єктів доступності, схеми паркування тощо (Accessibility Hub. McMaster University).

Варто зазначити, що в умовах сьогодення облаштування кампусів університету є важливим критерієм при виборі абітурієнтами навчального закладу. Зокрема, для здобувачів освіти з особливими освітніми потребами необхідним є також дотримання принципів

доступності (фізичної та психологічної) освітнього простору. Через складну демографічну ситуацію, конкуренцію з зарубіжними закладами освіти створення привабливих умов для абітурієнтів є мотивуючим фактором для вітчизняних університетів щодо необхідності оновлення своїх приміщень та території з урахуванням норм безбар'єрності.

Розглянемо деякі аспекти безбар'єрності в такому контексті. Важливим є залучення студентів з особливими освітніми потребами до спортивних секцій та заходів, що сприяє формування в них приналежності до університетської спільноти. Навіть, якщо таке залучення є не безпосередньою участю у спортивних змаганнях, а представлене як запрошення фанатів на трибуни для підтримки команди свого закладу. Така приналежність допоможе зміцнити соціальні зв'язки, що є суттєвим для здобуття освіти, реалізації наукових проєктів з урахуванням підходів командної взаємодії, створення позитивного психологічного клімату.

В умовах діджиталізації важливу роль в просуванні будь-якої тематики, зокрема і щодо освіти осіб з особливими освітніми потребами, відіграє маркетинг. Якщо ми розглядаємо університет, то в першу чергу це сайт закладу та сторінки у соціальних мережах, де висвітлюється вся інформація, новини, основні меседжі. У такому випадку доцільно поділитися досвідом функціонування інформаційних мереж Коледжу Могавк (Mohawk College), спираючись на власний досвід (Accessibility. Mohawk College).

На сайті коледжу широко висвітлюються додаткові можливості підтримки для здобувачів з особливими освітніми потребами, важливим є висвітлення успішних прикладів реалізації інклюзивної політики закладу для позитивної мотивації (позитивна мотивація – те, чим в Коледжі Могавк керуються на постійній основі) щодо власне здобувачів з особливими потребами, а також формування інклюзивної та мультикультурної позиції в усіх учасників навчального процесу. Так, зокрема, на сайті спортивного комплексу розміщено фотографії, де студенти та викладачі, які користуються кріслами колісними, грають в баскетбол (рис. 1). Варто зазначити, що будівля рекреаційного комплексу обладнана дверима автоматичного відкривання (датчик руху) або має спеціальні

кнопки для автоматичного відкривання дверей (на кнопках зображено крісло колісне) та зручними ліфтами.



Рис. 1. Фото з сайту Коледжу Могавк (Канада) як приклад популяризації доступного спорту

На сьогодні важливо реалізувати інклюзивну політику в межах маркетингу навчальних закладів: сайт; соціальні мережі; плакати, що розташовані в навчальних корпусах; білборди на території університету; брошури та буклети в коворкінг зонах тощо.

Таким чином, участь в спортивних заходах є невід'ємною частиною освітнього процесу і має базуватись на залученні усіх здобувачів освіти, а функціонування і облаштування спортивних локацій враховувати принципи універсального дизайну та адаптаційних механізмів.

Висновки і перспективи подальших досліджень. Вивчення зарубіжного досвіду дало змогу узагальнити важливі умови доступності занять спортом для студентів з особливими освітніми потребами. Зокрема, це створення безбар'єрної інфраструктури (нормативна база, доступ до спортивних об'єктів, спеціальне

обладнання, навчання фахівців, адаптаційні рішення), залучення студентів з особливими освітніми потребами до спортивних секцій та заходів (спеціальні програми, планування різноманітних заходів, співпраця з громадськими організаціями, психологічна підтримка), маркетинг (представленість на сайті, в інформаційних матеріалах закладу освіти; зворотній зв'язок).

Впровадження інклюзивної політики в закладі в першу чергу починається з створення внутрішньої культури щодо різноманітності, наступним кроком є облаштування навчального простору як для очного навчання (класи, бібліотеки тощо), так і онлайн платформ, важливим також є облаштування гуртожитків, спортивних споруд, логістичних маршрутів тощо.

Якщо порівняти з власного досвіду українські і канадські навчальні заклади, зокрема й такі, що мають освітні програми медичного спрямування, можна стверджувати, що незважаючи на наявний позитивний досвід інклюзії та безбар'єрності, українським закладам бракує інформаційно-просвітницької роботи щодо формування толерантності до різноманітності як серед здобувачів освіти, так і професорсько-викладацького складу, служб забезпечення роботи закладу. Водночас, деякі навчальні заклади традиційно будують освітню політику на підходах рівності та різноманітності, зокрема медичні заклади освіти залучають здобувачів з різних країн, що сприяє створенню мультикультурного освітнього простору. В умовах сучасних викликів в українській системі освіти створення безбар'єрного освітнього простору є важливим та перспективним.

ЛІТЕРАТУРА:

1. Міжнародна класифікація функціонування, обмежень життєдіяльності та здоров'я : МКФ : Наказ Міністерства охорони здоров'я України від 23.05.2018 №981. URL: [https:// moz.gov.ua/uploads/1/5262-dn_20180523_981_dod_1.pdf](https://moz.gov.ua/uploads/1/5262-dn_20180523_981_dod_1.pdf) (дата звернення 08.08.2025)
2. Martin J. J. Benefits and barriers to physical activity for individuals with disabilities: a social-relational model of disability perspective. *Disability and rehabilitation*. 2013. 35(24). P. 2030-2037. <https://doi.org/10.3109/09638288.2013.802377>
3. Úbeda-Colomer J., Devís-Devís J., Sit C. H. P. Barriers to physical activity in university students with disabilities: Differences by sociodemographic variables. *Disability and health journal*. 2019. 12(2). P. 278-286. <https://doi.org/10.1016/j.dhjo.2018.11.005>
4. Sanders M., Balcanoff S. Motivations for volunteering in an adapted skiing program: implications for volunteer program development. *Disability and rehabilitation*. 2022. 44(23). P. 7087-7095. <https://doi.org/10.1080/09638288.2021.1981466>
5. Tan S. L., Jetzke M., Vergeld V., Müller C. Independent and Combined Associations of Physical Activity, Sedentary Time, and Activity Intensities With Perceived Stress Among University Students: Internet-Based Cross-Sectional Study. *JMIR public health and surveillance*. 2020. 6(4). e20119. <https://doi.org/10.2196/20119>

6. Herbert C. Enhancing Mental Health, Well-Being and Active Lifestyles of University Students by Means of Physical Activity and Exercise Research Programs. *Frontiers in public health*. 2022. 10. P. 849093. <https://doi.org/10.3389/fpubh.2022.849093>
7. Donnelly S., Penny K., Kynn M. The effectiveness of physical activity interventions in improving higher education students' mental health: A systematic review. *Health promotion international*. 2024. 39(2). daae027. <https://doi.org/10.1093/heapro/daae027>
8. Equity and Inclusion Office. McMaster University. URL: <https://equity.mcmaster.ca/> (дата звернення 08.08.2025)
9. Our Commitment to Equity, Diversity, Inclusion, and Belonging. McMaster University. URL: <https://active.mcmaster.ca/about/equity-diversity-inclusion-accessibility/#tab-00> (дата звернення 08.08.2025)
10. Programs and Services Designed for All. McMaster University. URL: <https://active.mcmaster.ca/recreation/pulse-fitness-centre/#tab-20> (дата звернення 08.08.2025)
11. AODA and Human Rights Code Training. McMaster University. URL: <https://accessibility.mcmaster.ca/training/aoda-and-human-rights-code-training/> (дата звернення 08.08.2025)
12. Accessibility Hub. McMaster University. URL: <https://accessibility.mcmaster.ca/> (дата звернення 08.08.2025)
13. Accessibility. Mohawk College. URL: <https://www.mohawkcollege.ca/about-mohawk/accessibility> (дата звернення 08.08.2025)

REFERENCES:

1. Mizhnarodna klasyfikatsiia funktsionuvannia, obmezhen zhyttiedialnosti ta zdorovia : MKF [International classification of functioning, limitations of vital activities and health: ICF]: Nakaz Ministerstva okhorony zdorovia Ukrainy vid 23.05.2018 №981. https://moz.gov.ua/uploads/1/5262-dn_20180523_981_dod_1.pdf [in Ukrainian].
2. Martin J. J. Benefits and barriers to physical activity for individuals with disabilities: a social-relational model of disability perspective. *Disability and rehabilitation*. 2013. 35(24). P. 2030-2037. <https://doi.org/10.3109/09638288.2013.802377>
3. Úbeda-Colomer J., Devís-Devís J., Sit C. H. P. Barriers to physical activity in university students with disabilities: Differences by sociodemographic variables. *Disability and health journal*. 2019. 12(2). P. 278-286. <https://doi.org/10.1016/j.dhjo.2018.11.005>
4. Sanders M., Balcanoff S. Motivations for volunteering in an adapted skiing program: implications for volunteer program development. *Disability and rehabilitation*. 2022. 44(23). P. 7087-7095. <https://doi.org/10.1080/09638288.2021.1981466>
5. Tan S. L., Jetzke M., Vergeld V., Müller C. Independent and Combined Associations of Physical Activity, Sedentary Time, and Activity Intensities With Perceived Stress Among University Students: Internet-Based Cross-Sectional Study. *JMIR public health and surveillance*. 2020. 6(4). e20119. <https://doi.org/10.2196/20119>
6. Herbert C. Enhancing Mental Health, Well-Being and Active Lifestyles of University Students by Means of Physical Activity and Exercise Research Programs. *Frontiers in public health*. 2022. 10. P. 849093. <https://doi.org/10.3389/fpubh.2022.849093>
7. Donnelly S., Penny K., Kynn M. The effectiveness of physical activity interventions in improving higher education students' mental health: A systematic review. *Health promotion international*. 2024. 39(2). daae027. <https://doi.org/10.1093/heapro/daae027>
8. Equity and Inclusion Office. McMaster University. <https://equity.mcmaster.ca/>
9. Our Commitment to Equity, Diversity, Inclusion, and Belonging. McMaster University. <https://active.mcmaster.ca/about/equity-diversity-inclusion-accessibility/#tab-00>
10. Programs and Services Designed for All. McMaster University. <https://active.mcmaster.ca/recreation/pulse-fitness-centre/#tab-20>
11. AODA and Human Rights Code Training. McMaster University. <https://accessibility.mcmaster.ca/training/aoda-and-human-rights-code-training/>
12. Accessibility Hub. McMaster University. <https://accessibility.mcmaster.ca/>
13. Accessibility. Mohawk College. <https://www.mohawkcollege.ca/about-mohawk/accessibility>

Дата першого надходження рукопису до видання: 23.08.2025
 Дата прийнятого до друку рукопису після рецензування: 17.09.2025
 Дата публікації: 03.11.2025