

2. Архипов О.А. Особливості впровадження модульно-рейтингової системи у фізичне виховання студентства // О.А. Архипов. Теорія і практика фізичного виховання, №2. Донецьк: ДонНУ 2004. С.5-14.
3. Архипов О.А. Новітні технології навчання у фізичному вихованні студентства / О.А. Архипов // У зб.: IX міжнародний науковий конгрес «Олімпійський спорт і спорт для всіх». Київ: Олімпійська література, 2005. С. 102-103.
4. Носко М.О. Біометрія рухових дій людини. / М.О. Носко, О.А. Архипов. // Видавничий дім «Слово», – Київ: 2011. – 218 с.
5. Носко М.О. Рухові якості як основні критерії рухової функції людини. / М.О. Носко, О.А. Архипов. // Вісник ЧНПУ. Вип. № 107, том II. Серія: педагогічні науки. Фізичне виховання та спорт. – Чернігів: ЧНПУ, 2013. – С. 67-70.
6. Спортивна метрологія. Підручник / Під. заг. ред. проф. В.М. Заціорського, – М.: Фізкультура та спорт, 1982, с. 19-41, 63-81, 95-103.
7. Nosko M., Arkhyrov O., Khudolii O., Filatova Z., Yevtushok M. Pedagogical Conditions for Swimming Skills Development in Students of Pedagogical Educational Institutions / M. Nosko, O. Arkhyrov, O. Khudolii, Z. Filatova, M. Yevtushok // Revista Romaneasca pentru Educatie Multidimensionala; Web of Sciences (WOS); Volume 11, № 5. – 2019. P. 240-255. Режим доступу до інтернет-ресурсу: <http://lumenpublishing.com/journals/index.php/rrem/issue/view/RREM.11.2201.9>
<http://lumenpublishing.com/journals/index.php/rrem/article/view/1379>

References

1. Arkhyrov O.A. (2017) Biomekhanichniy analiz (vydannya tretie dopovnene i pereroblene). [Biomechanical analysis] Navchalnyi posibnyk. Kyiv: Talkom. 241 p. (in Ukrainian).
2. Arkhyrov O.A. (2005) Novitni tekhnologii navchannya u fizychnomu vykhovanni studentstva [Newest technologies of teaching in physical education of students] IX mezhdunarodnyi naukovyi konhres «Olimpiyskiy sport i sport dlia vsikh». Kyiv: Olympic literature. P. 102-103. (in Ukrainian).
3. Nosko M.O., Arkhyrov O.A. (2013) Motor quality as the main criteria of physical human feature. Bulletin of the Chernihiv National Pedagogical University. Iss. No. 107, Vol. II. Series: Pedagogical Sciences. Physical education and sports. Pp. 67-70. (in Ukrainian).
4. Nosko M.O., Arkhyrov O.A. (2011) Biometriia rukhovykh dii liudyny [Biometrics of human motor actions]. Kyiv: Vydavnychiy dim «Slovo». – 218 p. (in Ukrainian).
5. Arkhyrov O.A. (2004) Osoblyvosti vprovadzhenia modulno – reitynhovoi systemy u fizychno vykhovannya studentstva [Features of the introduction of a modular – rating system in the physical education of students] «Teoriia i praktyka fizychno vykhovannya», №2. Donetsk: DonNU, P. 5-14. (in Ukrainian).
6. Sportyvna metrologhiia [Sports metrology] (1982). M.: Fizkultura ta sport, p. 19-41, 63-81, 95-103. (in Ukrainian).
7. Nosko M., Arkhyrov O., Khudolii O., Filatova Z., Yevtushok M. (2019) Pedagogical Conditions for Swimming Skills Development in Students of Pedagogical Educational Institutions. Revista Romaneasca pentru Educatie Multidimensionala; Web of Sciences (WOS); Vol. 11, No. 5. P. 240-255. <http://lumenpublishing.com/journals/index.php/rrem/issue/view/RREM.11.2201.9>
<http://lumenpublishing.com/journals/index.php/rrem/article/view/1379>

Билоконь В. К.

**Национальный Технический университет Украины
«Киевский политехнический институт» имени И. И. Сикорского**

ОРГАНИЗАЦИЯ И МЕТОДИКА ПРОВЕДЕНИЯ РЕКРЕАТИВНЫХ МЕРОПРИЯТИЙ

Создание теории физической рекреации является актуальной задачей для теоретиков и практиков физкультурного движения, поскольку этот вид физической культуры вобрал в себя самое лучшее и радостное, что дается нам в ощущениях от двигательной активности, сравнимой лишь с нашим детством, когда дети удивляют взрослых своей непомерной энергией.

К основным организационным условиям относятся необходимость подготовительного периода по созданию благоприятных условий для отдыха, подготовки помещения, создания наглядного музыкального и иного оформления, подбора необходимых предметов и оборудования; учёта многообразных особенностей как контингента занимающихся в целом, так и основных групп занимающихся в частности.

Организация отдыха и развлечений требует прямого и непосредственного руководства. Такова, например, работа ведущих на вечерах отдыха, на игровых вечерах, на театрализованных и на спортивных конкурсах – распорядителей на дискотеках, а также массовиков – затейников при проведении массовых игр и так далее.

Рекреационно-развлекательные занятия могут возникать самопроизвольно, без прямых побуждений со стороны. В этой ситуации инициатором и руководителем общей деятельности становится кто – то из самих её участников. Такие формы стихийно складывающегося руководства особенно характерны для процессов повседневного отдыха и повседневных развлечений.

Игры лучше всего проходят в обстановке, когда в них участвует большая часть присутствующих, а остальные выступают в роли активных болельщиков. В массовых играх чаще всего создаются два игровых коллектива, которые состязаются. Поняв смысл предстоящей игры, её участники должны распределить роли и наметить конкретный план совместных действий. Как правило, роли распределяются самой командой: выдвигается капитан а также его помощники и каждый участник получает определённое задание в соответствии со своими склонностями а также способностями.

Ключевые слова: організація відпочинку, повсякденний відпочинок, розважальні заняття, методика проведення, контингент учасників, ігрові заходи.

Білоконь В. К. Організація і методика проведення рекреаційних заходів. Створення теорії фізичної рекреації є актуальним завданням для теоретиків і практиків фізкультурного руху, оскільки цей вид фізичної культури увібрав в себе найкраще і радісне, що дається нам у відчуттях від рухової активності, порівнянної лише з нашим дитинством, коли діти дивують дорослих своєю надмірною енергією.

До основних організаційних умов відносяться необхідність підготовчого періоду щодо створення сприятливих умов для відпочинку, підготовки приміщення, створення наочного музичного та іншого оформлення, підбору необхідних предметів і обладнання; обліку різноманітних особливостей як контингенту що займаються в цілому, так і основних груп займаються зокрема.

Організація відпочинку та розваг вимагає прямого і безпосереднього керівництва. Така, наприклад, робота провідних на вечорах відпочинку, на ігрових вечорах, на театралізованих і на спортивних конкурсах - розпорядників на дискотеках, а також масовиків - вівієників при проведенні масових ігор і так далі. Рекреаційно-розважальні заняття можуть виникати мимоволі, без прямих спонукань з боку. У цій ситуації ініціатором і керівником спільної діяльності стає хто - то з самих її учасників. Такі форми стихійно складається керівництва особливо характерні для процесів повсякденного відпочинку та повсякденних розваг.

Ігри найкраще проходять в обстановці, коли в них бере участь велика частина присутніх, а решта виступають в ролі активних уболівальників. У масових іграх найчастіше створюються два ігрових колективу, які змагаються. Зрозумівши зміст майбутньої гри, її учасники повинні розподілити ролі і намітити конкретний план спільних дій. Як правило, ролі розподіляються самою командою: висувається капітан а також його помічники і кожен учасник отримує певне завдання відповідно до своїх схильностей а також здібностями.

Ключові слова: організація відпочинку, повсякденний відпочинок, розважальні заняття, методика проведення, контингент займаються, ігрові заходи.

Bilokon V.K. Organization and methodology of recreational activities. Creating a theory of physical recreation is an urgent task for theorists and practitioners of physical culture movement, since this type of physical culture has incorporated the best and most joyful that is given to us in sensations from physical activity, comparable only to our childhood, when children surprise adults with their exorbitant energy.

The main organizational conditions include the need for a preparatory period for creating favorable conditions for recreation, preparing the premises, creating visual musical and other design, selecting the necessary items and equipment; taking into account the diverse features of both the contingent of students involved in general, and the main groups involved in particular.

The organization of leisure and entertainment requires direct and immediate management. Such, for example, is the work of hosts at leisure evenings, at gaming evenings, at theatrical and sporting competitions - stewards at discotheques, as well as masses - entertainers during mass games and so on.

Recreational and recreational activities can occur spontaneously, without direct promptings from the outside. In this situation, one of the participants themselves becomes the initiator and leader of the common activity. Such forms of spontaneously developing leadership are especially characteristic of the processes of everyday relaxation and everyday entertainment. Games are best played in an environment where the majority of those present participate in them, and the rest act as active fans. In mass games, two game teams are most often created that compete. Having understood the meaning of the upcoming game, its participants should assign roles and outline a concrete plan of joint action. As a rule, roles are allocated by the team itself: the captain and his assistants are nominated and each participant receives a specific task in accordance with their inclinations and abilities.

Key words: organization of rest, everyday rest, recreational activities, methodology, contingent of students, game events.

Цель статьи заключается в определении значения физической рекреации и ее роли в формировании системы физической подготовки направленной на восстановление сил, затрачиваемых в процессе профессионального труда.

Методы исследований: теоретический анализ и обобщение литературных источников, педагогические наблюдения, опрос, собеседование.

Результаты исследований. Создания теории физической рекреации является актуальной задачей для теоретиков и практиков физкультурного движения, поскольку этот вид физической культуры вообрал в себя самое лучшее и радостное, что дает нам в ощущениях от двигательной активности, сравнимый лишь с нашим детством, когда дети удивляют взрослых своей непомерной энергией, весельем от души, не замечая усталости.

Залог успешного проведения игры – это желание всех присутствующих принять в ней непосредственное участие. Но столь идеальное положение возникает далеко не всегда. Гораздо чаще ведущий начинает игру со сравнительно небольшим числом участников, стараясь постепенно расширить это число за счёт наиболее активных зрителей.

Организатор игрового действия не просто даёт задания и следит за их выполнением: когда это необходимо, то он оказывает играющим помощь, подаёт новые идеи, а также следит за сюжетным ходом и так далее.

Опыт показывает, что самой подходящей позицией ведущего является позиция одного из участников. Он задаёт тон, а его действия становятся образцом для подражания. В этом случае легче всего осуществляется управление

процессом игры: сама направляющая деятельность остаётся наименее заметной. Хорошо, если ведущий имеет и постоянный актив – людей, которые могут взять на себя в нужный момент ключевые роли а также направить игру в желательное русло.

В розыгрыше может участвовать несколько команд: эти команды представляют предприятия, производственные участки а также учебные коллективы. В зависимости от числа команд и принятой системы (олимпийская или круговая) такой сезон может занимать разный период времени обычно достаточно продолжительный, который занимает порядка нескольких месяцев. При этом команды встречаются в заранее установленные часы и дни (каждую неделю или декаду или месяц). В течение игрового вечера проводится один или два поединка. Второй вариант: на обычном вечере отдыха или на массовом мероприятии создаются в импровизированном порядке две команды, а между ними проводится блицтурнир. Продолжительность его невелика, а задания относительно просты, так как это состязание является частью большого мероприятия.

Характер конкурсных заданий требует от выступающих разносторонней эрудиции: надо быть в курсе последних новинок науки а также искусства, спорта. Ни в каких иных играх и развлечениях нет такого простора для импровизации а также самостоятельности и творческого самовыражения. При этом импровизация идёт вместе с тщательной предварительной подготовкой: за несколько недель до состязания подбирается состав команды; готовятся тексты будущих выступлений а также вопросы и задания для соперников; проводятся репетиции. Это продолжительное мероприятие, предполагающее длительный репетиционный период. Команды, выступающие в игровых конкурсах, принципиально отличаются от произвольно создающихся команд в других играх: здесь команда всегда являет собой реальный коллектив (цех а также завод и бригада; учебное заведение).

При этом кроме команды, вовлекается большое количество добровольных помощников из членов данного коллектива. Они принимают участие в определении состава выступающих; помогают выполнять домашние задания; предлагают вопросы, которые будут задаваться противникам а также просматривают и обсуждают всё, что подготавливает их команда, а также поддерживают своих во время состязания.

В итоге любой игры должен быть выявлен *победитель*. Эта задача возлагается на членов жюри: от них требуется строгая объективность, понимание сущности заданий а также эрудиция и эстетический вкус, чувство юмора. Приниматься должно во внимание не только знания, но и остроумие, находчивость а также изобретательность, общий стиль поведения команд и болельщиков. Жюри оценивает ответы на вопросы а также домашние задания и импровизационные выступления, приветствия, вопросы, подготовленные командами друг другу; плакаты и транспаранты, которые показываются болельщиками во время состязания; успехи в конкурсе болельщиков. Непосредственными распорядителями выступают ведущие, которые являются связующим звеном между жюри а также командами и публикой.

Лучше всего, когда в качестве призов выступают предметы, которые дают возможность непринуждённо и весело их обыграть. Очень нормально, если они ещё связаны с содержанием игры или темой вечера. Бывает, что проводится лотерея призов: за победу в каждой игре победители получают жетоны, которые дают право на участие в розыгрыше; лотерея проводится в конце вечера и является его весёлым продолжением.

При выборе и проведении игр организатор отдыха должен руководствоваться педагогическими соображениями. Зная особенности своей аудитории, он планирует игровые эпизоды так, чтобы они отвечали воспитательным задачам. Правда, сложно рассчитывать на успех, если игра становится похожей на урок или на экзамен а также если она насыщена сложными вопросами; если в ней отсутствует главное – непосредственность, лёгкость, праздничность.

Подготовка играющих Важным моментом при организации игры, который сопутствует её успеху, является предварительная подготовка участников игры, которая заключается в разъяснении содержания и правил игры а также в проведении речей и занятий, которые имеют прямую связь с предстоящей игрой. Во время этих занятий разъясняются отдельные вопросы, задачи и обязанности участников, секреты, способы передвижения, ориентирования, определения расстояния, наблюдения и маскировки.

Потом не менее важным этапом является распределение обязанностей а также определение капитанов. От правильного выбора капитана, который должен находиться в центре внимания играющих людей, нередко зависит ход игры и её интерес. Подвижный, ловкий и находчивый играющий в роли капитана вносит в игру задор, оживление а также увлекает всех остальных. Застенчивым людям тоже надо поручать роль капитанов или давать ответственные задания, чтобы постепенно воспитывать чувство уверенности в своих силах; чтобы такие люди были инициативными а также смелыми и решительными. Правда, назначая таких людей в качестве капитанов, надо делать так, чтобы они не оказывались в затруднительном положении перед товарищами: например, если назначенные не сразу нормально справляются со своей ролью.

При **организации игр** часто практикуется распределение ролей на общем собрании (класса, организации а также подразделения). Этот способ основан на активности людей и отражает их желания. Эти люди на основе содержания игры сами решают, кто в какой роли есть. Это способствует самостоятельности и инициативе; так люди берут ответственность перед коллективом за свои действия. Этот способ наиболее эффективен, когда организатор правильно и тактично направляет настроения играющих.

При подборе комплексов надо знать **возрастные особенности** занимающихся а также **возможности их организма; какова подготовленность**. Подбирая и составляя игры, надо обращать внимание на то, что: проведение соревнований не должно занимать более 1,5 – 2 часов (в зависимости от возраста); при организации праздников зимой на воздухе простои игроков должны быть минимальными; включаемые в комплекс подвижные игры должны быть разнообразными что касается характера движений. Методика проведения спортивных комплексов. Положительный

результат таких сравнительно сложных состязаний, какими являются комплексные соревнования по подвижным играм, зависит от той подготовительной работы, которая предварительно проведена.

Прежде всего, необходимо наличие гласности соревнований. Агитационно – пропагандистский эффект имеет немалое значение для закрепления интереса участников и зрителей к занятиям физической культурой и спортом. Важна непосредственно организационная сторона, связанная с разработкой положения и программы соревнований. Эти документы рассматриваются и утверждаются на совместном заседании представителей заинтересованных коллективов. Создаётся штаб по проведению соревнований, на который и возлагается вся последующая работа. Она заключается в контроле за разучиванием комплексов в командах (отрядах, классах) и в подготовке необходимых условий. Нельзя, чтобы тренировки перед соревнованиями велись за счёт учебного процесса.

Существенную роль играет торжественное открытие соревнований. Здесь нередко применяются общепринятые в спорте ритуалы, а также ритуалы и традиции из пионерского лагеря. Необходимо чтобы в каждой команде была своя форма и эмблема.

Надо наличие медицинского обслуживания соревнований а также необходимо проследить за подготовкой мест соревнований и их радиофикацией. Нередко организаторы соревнований применяют мегафон. Арена будущих поединков (площадка, зал) должна быть чистой от посторонних (мещающих играющим) предметов; для участников соревнований поставить специальные скамейки с указанием места каждой команды. Многие игры а также конкурсы требуют специальной разметки площадки. Если разметка несложная, то её можно производить при напоминании правил игры. Если же для разметки требуется много времени, то её надо выполнить заранее.

Для проведения большинства конкурсов а также игр требуется специальная инвентарь: кегли, флажки, палки, мячи, скакалки, гимнастические обручи, поворотные стойки а также барьеры и так далее. Желательно, чтобы он был ярким а также хорошо заметным. К его изготовлению можно привлечь самих участников. Важно, чтобы во время состязаний он находился под рукой. Надо позаботиться о музыкальном сопровождении. При составлении программы соревнований надо умело чередовать игры; при этом должна приниматься во внимание их интенсивность и общая подвижность.

Составляя программу соревнований, нельзя ограничиваться перечислением лишь названий игр а также конкурсов (если даже они известны) так как многие подвижные игры и конкурсы порой имеют различные варианты. Надо давать краткое описание содержания, обращая особое внимание на правила.

Кроме обычных игр а также конкурсов, поединков и аттракционов в программу соревнований включают домашние задания в виде спортивно – художественного номера и приветствия команд. Обмен приветствиями – это не просто дань вежливости и взаимного уважения; это – творческий ритуал. Со слов приветствия, как правило, начинается соперничество команд.

Номера спортивно – художественной самодеятельности являются различными по форме и по содержанию. В этих выступлениях принимают участие не только члены команды, но и другие ученики их класса и школы. Зрителям а также участникам предлагаются выступления акробатов а также гимнастов; показываются элементы художественной гимнастики а также спортивные танцы и массовые упражнения типа зарядки; шуточные спортивные сценки и новые номера.

В сфере внимания организаторов должны быть и зрители. Важно нормально разместить зрителей с учётом симпатии к выступающим командам. Обычно болельщики получают возможность участвовать в отдельных соревнованиях, помогая своей команде добрать несколько нужных ей очков. Такая возможность должна быть предусмотрена программой в виде “конкурсов болельщиков”. На соревнованиях надо создавать обстановку, которая способствует появлению товарищеских взаимоотношений; есть уважительное отношение зрителей к играющим а также объективное квалифицированное судейство. Надо следить за тем, чтобы спортивный азарт не переходил в грубость, чтобы не было споров со стороны участников, а тем более со стороны руководителей а также судей. Апеллировать в жюри участникам можно только через своего капитана или представителя. Правильность распределения нагрузки в комплексе, как об этом говорилось выше, зависит от подбора соответствующих игр а также от их расположения и дозировки. Надо избегать больших пауз между конкурсами и играми а также длительного ожидания очереди во время эстафеты и так далее, так как из-за этого даже при довольно продолжительном проведении соревнований нагрузка может оказаться недостаточной.

Принимая во внимание эмоциональный характер соревнований, а также необходимость проявления участниками больших физических напряжений, надо обращать особое внимание на профилактику травматизма. Её эффективность связана с сознательностью участников, с нормальной дисциплиной а также с высокой организацией соревнований и рациональным распределением игрового материала в комплексе, разумной дозировкой нагрузок. Важно своевременно проверять местасоревнований а также инвентарь и реквизит; быть уверенным в безопасном размещении участников и болельщиков а также в соответствии инвентаря и реквизита возрастным возможностям участников. При выполнении некоторых упражнений обязательна своевременная страховка; её в некоторых случаях надо поручать представителям команд а лучше всего – специалистам по физической культуре.

Выводы

1. Физическая рекреация является тем самым средством, которое способствует возвращению ощущений двигательной радости. Однако, современный этап развития научного знания в этой области физической культуры характеризуются достаточно большим количеством проблем, главной из которых является непосредственность самой сущности физической рекреации.

2. Определяющим признаком физической рекреации принято считать конечный результат её функционирования – создания определенного физического состояния, обеспечивающего нормальное функционирование человеческого организма. Функциональное значение физической рекреации сводится в основном к воздействию на биологическую

природу человека, достижению некой нормы от « нездоровья к здоровью» или поддержанию рабочего состояния организма на заданном уровне.

Литература

1. Андреева О.В. Фізична рекреація.: [монографія] Олена Валеріївна Андреева. – Київ.: Поліграфсервіс, 2014. – 286с.
2. Виноградов Г.П. Методологические проблемы физической рекреации / Г.П. Виноградов // Вопросы оздоровления населения, теории, методики и психологии физического воспитания и спорта. Сб. науч. Тр. Т.1 Чебоксары, - 1996
3. Лотенко А.В. Физическая реакриация в физкультурно – оздоровительной деятельности: Учебное пособие / А.В. Лотенко, В.С. Зыков. – Воронеж: ВГПУ, 1996
4. Макеев В.С. Оздоровительно – креативная физическая культура: учебное пособие / В.С. Макеев, А.Д. Куницын А.Д. // Под ред. М.Я. Вилевского. – Орел. ГТУ, 2004

Reference

1. Bosco J. Lifelong learning: What? Why? How? / J. Bosco [Электронный ресурс]. - URL: <http://homepages.wmlch.edu>.
2. Physical activity and health / ed.C. Bouchard, (2007) S.N.Biar, W.I. Haskell. – Champain: Humem Kinetics. – p.410
3. Strategic framework for education and training [Электронный ресурс]. – URL: <http://ec.europa.eu>
4. Wolenska T. (1992) Rekreacia / T. Wolanska. – Warszawa: C.O.M.U.K, 1992. – p.158

УДК 796.332:378(045)

Бондар А. А.,
к.н. фіз. вих. і спорту, старший викладач,
Ільчишина В. В.,
асистент

Вінницький торговельно - економічний інститут КНТЕУ, м. Вінниця

УДОСКОНАЛЕННЯ КООРДИНАЦІЙНИХ ЗДІБНОСТЕЙ У ФУТБОЛІСТІВ У ЗАКЛАДАХ ВИЩОЇ ОСВІТИ

У статті розглянуті сучасні підходи до розвитку та удосконалення координаційних здібностей у спортсменів різного віку у футболі. Виявлені найбільш значимі координаційні здібності у футболістів, такі як: перебудова та пристосування рухових дій; кінестетичне диференціювання рухів; просторова орієнтація, почуття ритму; швидкість реагування і рівноваги. Визначено, що одним із найбільш ефективних методів удосконалення координаційних здібностей в процесі тренувальної гри є дія на футболістів різних подразників. Відпрацьовані до автоматизму координаційних здібностей, допомагають впоратися з усіма подразниками, що діють на футболістів під час гри. Однак більшість фундаментальних досліджень виконано на дітях шкільного віку. Систематизованих даних про динаміку розвитку окремих специфічних координаційних здібностей у студентів-футболістів нами не виявлено.

Ключові слова: координаційні здібності, студенти, футбол.

Бондар А. А., Ильчишина В. В. Совершенствование координационных способностей у футболистов в учреждениях высшего образования. В статье рассмотрены современные подходы к развитию и совершенствованию координационных способностей у спортсменов разного возраста в футболе. Выявлены наиболее значимые координационные способности у футболистов, такие как: перестройка и приспособление двигательных действий; кинестетического дифференцировки движений; пространственная ориентация, чувство ритма; скорость реагирования и равновесия. Определено, что одним из наиболее эффективных методов совершенствования координационных способностей в процессе тренировочной игры является воздействие на футболистов различных раздражителей. Отработаны до автоматизма координационные способности, помогают справиться со всеми раздражителями, действующими на футболистов во время игры. Однако большинство фундаментальных исследований выполнено на детях школьного возраста. Систематизированных данных о динамике развития отдельных специфических координационных способностей у студентов-футболистов нами не обнаружено.

Ключевые слова: координационные способности, студенты, футбол.

Bondar A., Ilchyshyna V. Improving the coordination abilities of football players in higher educational institutions.

The article deals with modern approaches to the development and improvement of coordination abilities of athletes of different ages in football. A key position in the development of these abilities of football players is the close interaction with the basic physical qualities, as well as with various aspects of preparedness (technical, tactical, psychological). The most significant coordination abilities of football players were revealed, such as: restructuring and adaptation of motor actions; kinesthetic differentiation of movements; spatial orientation, sense of rhythm; response speed and balance.

It has been determined that one of the most effective methods of improving coordination skills in the course of a training game is the action on players of different stimuli: the factor of another's field, difficult trajectory of flight of the ball, poor lighting, the start of matches not timely, incorrect relations within the team, etc. Worked out to the automatism of coordination abilities, help to cope with all stimuli affecting the players during the game. These abilities of the athlete are largely determined by his motor