

7. Kaur G., Singh S.P., Singh A.P. Age Related Variations in Endomorphic, Mesomorphic and Ectomorphic Components of Somatotype in Urban Women of Punjab. *Human Biology Review*. 2017. Vol. 6(1). pp.47-52
8. Ruslan Kropta, Iryna Hruzevych, Oleksandr Zhyrnov, Alla Sulyma, Svitlana Salnykova, Volodymyr Kormiltsev, Vadym Poliak. Mechanisms of formation the training effects in athletes with application of swimmer's snorkel devise during the aerobic loads *Journal of Physical Education and Sport* © (JPES), Vol 20 (Supplement issue 1), Art 59 pp 413 – 419, 2020 online ISSN: 2247 - 806X, p-ISSN: 2247 – 8051, ISSN - L = 2247 - 8051 © JPES
9. Salnykova S., Hruzevych I., Bohuslavskaya V., Nakonechnyi I., Kyselytsia O., Pityn M.. Combined application of aquafitness and the endogenous-hypoxic breathing technique for the improvement of physical condition of 30-49-year-old women (2017) *Journal of Physical Education and Sport*, 2017. Volume No 17(4), pp. 2544–2552. doi:10.7752/jpes.2017.04288
10. Victoria GOLOVKINA Svetlana SALNUKOVA. Comparative Characteristics of Functional Capability of 11–12 year-old Swimmers Connected with Their Gender and Possibilities of Its Improvement *Prace Naukowe Akademii im. Jana Długosza w Częstochowie Kultura Fizyczna*. 2018, Volume 1(XVII), pp.79-85. <http://dx.doi.org/10.16926/kf.2018.17.05>
11. Volodymyr Vitomskiy, Iryna Hruzevych, Svitlana Salnykova, Alla Sulyma, Volodymyr Kormiltsev, Yuriy Kyrychenko, Larysa Sarafinjuk. The physical development of children who have a functionally single heart ventricle as a basis for working physical rehabilitation technology after a hemodynamic correction *Journal of Physical Education and Sport* © (JPES). 2018. Volume 89. Issue No 18(2). pp. 614 – 617. online ISSN: 2247 - 806X, p-ISSN: 2247 – 8051, ISSN - L = 2247 - 8051 © JPES DOI:10.7752/jpes.2018.02089.

DOI 10.31392/NPU-nc.series15.2022.11(157).14
УДК [796.012.2+796.01:612/37.042.1]-053.5

Горбенко О. В.,
к. пед. н., доцент
Харківська державна академія фізичної культури, м. Харків
Бондарева О. І.
здобувач вищої освіти 2 курсу магістратури
Харківський національний педагогічний університет імені Г.С. Сковороди, м. Харків

ВІКОВА ДИНАМІКА РОЗВИТКУ КООРДИНАЦІЙНИХ ЗДІБНОСТЕЙ УЧНІВ ПОЧАТКОВИХ КЛАСІВ

У статті аналізуються показники розвитку координаційних здібностей учнів 2- 3 класів, які, в середньому відповідають «середньому» рівню. Порівняння даних у віковому та статевому аспекті свідчить, в основному, про достовірне підвищення показників з віком та домінування результатів хлопців над даними дівчат. Аналіз вторинних показників вказує на вірогідне підвищення результатів в кінці року, внаслідок чого загальний рівень розвитку координаційних здібностей підвищився до «нижче середнього».

Більшість даних, які отримані під час експерименту показують значний зріст рівня координаційних здібностей ($P < 0,05$) у хлопців, та дівчат 2-х і 3-х класів. Але бачимо, що у деяких вправах на координацію показники нижчі середнього рівня нормативів, тому можемо зробити висновок, що мало уваги приділяється розвитку саме цих якостей. Це говорить про те, що у процесі виховання мало уваги приділяється розвитку саме цих якостей.

Необхідно розробляти більш диференційовані методики фізичного виховання дітей початкових класів, для покращення деяких результатів тестів на координаційні здібності. Дітям, що мають низький рівень показників треба запропонувати відвідувати деякі секції з фізичним нахилом, та направляти їх на поліпшення особистих показників.

Ключові слова: рухова підготовленість, координаційні здібності, учні початкових класів, фізична підготовка.

Horbenko O., Bondareva O. Age dynamics of development of coordination abilities of primary school students. The article analyzes the indicators of the development of coordination abilities of pupils in grades 2-3, which, on average, correspond to the "average" level. The comparison of data in the age and gender aspect shows, mainly, a significant increase in indicators with age and the dominance of boys' results over girls' data. The analysis of secondary indicators indicates a significant increase in the results at the end of the year, which resulted in the overall level of development of coordination abilities increased to "below average".

Most of the data obtained during the experiment show a significant increase in the level of coordination abilities ($P < 0.05$) in boys and girls of 2nd and 3rd grades. But we see that in some coordination exercises indicators are lower than average level of norms, so we can conclude that little attention is paid to development of these qualities. This suggests that in the process of education little attention is paid to the development of these qualities.

It is necessary to develop more differentiated methods of physical education of primary school children to improve some of the results of tests of coordination abilities. Children with low scores should be offered to attend some sections with a physical inclination and be guided to improve their personal performance.

Key words: motor fitness, coordination abilities, primary school pupils, physical training.

Постановка проблеми. Проблема розвитку рухових здібностей є найбільш значущою у фізичному вихованні та спорті. Як, зазначають ряд авторів, однією з основних завдань фізичного виховання є підвищення рівня фізичної

підготовленості, її рівень є одним із критеріїв оцінки фізичного стану дитини [7, 8, 15]. При цьому, провідні фахівці зазначають, що серед рухових здібностей однією із провідних якостей є координація. І пов'язують це з тим, що в сучасних умовах життя, суттєво збільшується об'єм рухів, які здійснюються у неочікуваних умовах; потребують прояву кмітливості та швидкості реагування, прояву здібності до концентрації та переключення уваги, просторової, часової, динамічної точності рухів тощо. Тому, шкільний вік, а особливо період початкової школи, фахівці вважають найбільш сприятливим для розвитку координаційних здібностей [5, 11, 12].

Аналіз літературних джерел. Проблему вікової динаміки розвитку координаційних здібностей учнів початкових класів вивчали багато науковців, таких, як: Білокопитова З. А. [4], Бех І.Д.[3], Козетов І.[7], Горбенко О.В. [6], Лисенко А.О. [6].

Мета статті (постановка завдань). Дослідити особливості вікової динаміки координаційних здібностей учнів початкових класів.

Виклад основного матеріалу дослідження. Дослідження проводилося на базі Харківського приватного ліцею «Школа «Ранок» Харківської області» м. Харкова Харківської області, в якій взяли участь учні 2-3 класів протягом 2021 - 2022 н. р. Учасниками дослідження стали 15 учнів 2 класу і 15 учнів 3 класу. Дослідження були проведені під час уроків з фізичної культури.

Основною контролюючою ознакою дітей є визначення у них здібностей до раціонального прояву і перебудови дій у конкретних умовах виконання моторного завдання, а також вивчення рівня розвитку їх рухової пам'яті. Для комплексної оцінки координаційних здібностей добираються різноманітні вправи, що виконуються у певній послідовності.

Загальний час, витрачений школярем на виконання всіх рухових дій, є мірою координаційних здібностей. Смуги перешкод, за допомогою яких здійснюється комплексний контроль розвитку координаційних здібностей, мають включати вправи, що вимагають: прояву швидкості відчуття ритму, здібності управляти динамічними і кінетичними характеристиками дій, підтримувати стійкість рівноваги тощо.

Експериментальне тестування дітей початкових класів здійснювалося за допомогою таких тестів:

1. «Човниковий біг 4 × 9 м». Тест виконується на рівній, неслизькій біговій доріжці із твердим покриттям, щоб краще зчіплюватись із взуттям. Довжина доріжки 9м, яка обмежена 2 паралельними лініями, за кожною з цих ліній знаходяться 2 півкола, в яких лежать 2 дерев'яних кубика. Для перевірки тесту потрібен секундомір, який фіксує десяти частки секунди.

Тест розпочинається за командою «на старт», з високого старту за лінією старту. За командою учень пробігає 9 метрів до протилежної лінії, бере один кубик, повертається назад й кладе його у стартове кільце, потім робить теж саме, та повертається з другим кубиком до старту. Наприкінці тесту має бути результат: час від початку старту до того, коли поклали останній кубик. На тест дається дві спроби, та краща з них і є його результатом. Якщо кубик кинули, а не поклали, то тест вважається не зарахованим.

2. «Стойка на одній нозі з закритими очима». Тест показує статичну рівновагу (методика Бондаревського). Проводиться впродовж 16 секунд із закритими очима, для цього знадобиться секундомір. Стоячи на одній нозі учень має знайти стійке положення, іншу ногу зігнути опираючись п'ятою на коліно опорної ноги, поклавши руки на пояс. Голову тримати прямо, очі заплющити. Учень може стояти на якій завгодно нозі, кращі з показників записуються. Після того, як учень знайшов рівновагу, починається відлік, а закінчується, коли учень її втратив. Завдання цього тесту: простояти якомога довше, утримуючи рівновагу. Результатом визначають час, за який утримувалась статична поза. Реєстрація часу проводиться точно до 0.1 с.

Під час виконання дозволяється:

- 1) заплющені, та розплющені очі;
- 2) невелике гойдання тулуба.

3. «Тест «Копилова» (п'ять «вісімок» модернізований). Тест визначає координованість рук. Тест був змінений з 10 виконань до 5 у зв'язку з особливостями фізичної підготовки учнів початкових класів. Оцінювання виконання завдання, проводилось з метою проявити максимальну кількість рухів за короткий час. Оцінка тесту вимірюється секундами.

Умови проведення тесту: рівний майданчик, м'яч та секундомір. Стоячи прямо у учень виконує нахил тулуба вперед, та займає вихідне положення, в одній руці тенісний м'яч. За командою «Руш» швидко передає м'яч із руки в руку виконуючи уявну вісімку між ногами, на рівні колін. Результатом вважається виконання п'яти «вісімок» з точністю до 0,1 с.

Умови виконання:

- під час виконання стопи ніг не відриваються від підлоги;
- перед виконанням учні роблять 5- 6 спроб тесту;
- зараховується одна залікова спроба;
- тест вважається не пройденим, якщо м'яч випустили з рук, його повторюють знову.

4. Вправи на поєднання рухів руками, тулубом і ногами.

Виконується вправа на рівній поверхні, можливо на майданчику. Оцінка вправи вимірюється балами за такими критеріями: 10б. – відмінно, вправа проблема вірно, без помилок; 9,5 б. – учень допускає 1 помилку, як забув один рух, або робить рухи без узгодження; 9б. – учень допускає 2 помилки, 8,5б. – учень допускає 3 помилки; 8б. – 4 помилки, та більше, відсутність контролю рухами.

Основна стойка – вихідне положення: ноги разом, спина пряма, погляд перед собою:

1) робимо крок правою ногою, та одночасно ліва рука вбік ; 2) крок лівою ногою, праву руку відводимо вбік, при цьому протилежна нога і рука залишається в тому ж положенні; 3) приставляємо праву ногу, та опускаємо руки вниз. Після того, як потренувалися, робимо пробний тест, та починаємо його оцінювати.

Дані які були отримані та оброблені в результаті експерименту проводилися за спеціальною програмою: Microsoft Excel. Обчислювались: t - критерій Стюдента для залежних і незалежних вибірок, та для порівняння результатів. Також рахувалось середнє арифметичне значення величини (X), квадратичне стандартне відхилення (m), та критичне значення критерію Стюдента (p).

Порівняння отриманих результатів вказують, що рівень координаційної підготовленості знаходиться в межах середнього рівня.

В таблиці 1 наведена вікова динаміка розвитку координаційних здібностей дівчат 2 та 3 класів.

Таблиця 1

Порівняння показників розвитку координаційних здібностей у дівчат 2 та 3 класів

Параметри	2 клас n=8	3 клас n=8	Різниця %	Статистичний аналіз	
	X± m	X± m		t	p
Човниковий біг 4×9 м, (с)	13,5±0,4	12,5±0,2	7,41	2,16	<0,05
Стійка на одній нозі з закритими очима, (с)	12,3±0,3	11,3±0,3	8,14	2,57	<0,05
Тест «Копилова» (модернізований), (с)	13,5±0,2	12,5±0,6	7,41	1,67	>0,05
Вправи на поєднання рухів руками, тулубом і ногами (б)	8,2±0,2	9,7±0,2	15,47	6,28	<0,01

Показники таблиці 1 характеризують, що у всіх тестах на координацію, таких як: «Човниковий біг 4×9», «Стійка на одній нозі з закритими очима» та «Тест «Копилова» (модернізований), дівчата 3 класу мають не велику розбіжність з дівчатами 2 класу, окрім одного тесту: «Вправи на поєднання рухів руками, тулубом і ногами». У цій вправі показники дівчат значно покращились. Відсоткова різниця показників у цьому тесті становила 15,47%, а статистичний аналіз показав достовірні відмінності (P<0,01). Це показує, що з віком у дівчат покращуються показники координаційних здібностей у вправах на поєднання одночасно рухів руками та ногами.

Тест «Човниковий біг 4×9» показав також достатній приріст статистично значущий (P < 0,05), але 2 клас показав не дуже гарний результат (13,5сек.), згідно з нормативами середніх показників(12,8сек.). Ми бачимо, що впродовж року дівчатка покращують свої результати у швидкісних якостях, але потрібно вводити у програму дівчат більше вправ саме на цю здібність.

Також значне покращення ми бачимо у тесті на статичну рівновагу (Бондаревського), в якій показані кращі результати до збереження рівноваги - пози стійкості із закритими очима, приріст статистично значущий (P < 0,05).

Тест «Копилова» (модернізований) показав, що спостерігається покращення результатів, але різниця в результатах статистично не достовірна (P > 0,05).

В таблиці 2 наведена вікова динаміка розвитку координаційних здібностей дівчат та хлопців 2-х класів. А результати в таблиці 2 вказують на відмінності у розвитку хлопців і дівчат з одного 2 класу.

Тест «Човниковий біг 4×9» виявив, що різниця між показниками хлопців і дівчат 5,2 %, але згідно з нормативами хлопці виконують норми середнього показника, а дівчата ні. Їх показники знаходяться на нижньому рівні(13,5). Тому можемо зробити висновки, що треба впроваджувати в програму дівчат 2-го класу більше вправ на швидкість.

Таблиця 2

Вікова динаміка розвитку координаційних здібностей у дівчат та хлопців 2 класу

Параметри	Дівчата n=8	Хлопці n=7	Різниця %	Статистичний аналіз	
	X± m	X± m		t	p
Човниковий біг 4×9 м, сек.	13,5±0,4	12,8±0,2	5,2	1,66	>0,05
Стійка на одній нозі з закритими очима, с	12,3±0,3	12,2±0,7	0,9	0,20	>0,05
Тест «Копилова»(модернізований), сек.	13,5±0,2	11,0±0,4	18,52	5,92	<0,01
Вправи на поєднання рухів руками, тулубом і ногами (б)	8,2±0,2	8,8±0,3	6,82	1,87	>0,05

Тест «Стійка на одній нозі з закритими очима» (Бондаревського), виявляє незначну різницю між показниками хлопців та дівчат 2-го класу, лише 0,9%.

Тому можемо сказати, що показники хлопців і дівчат майже на одному рівні.

Тест «Копилова»(модернізований) показав, що на швидкість рук за часом, хлопці виконують п'ятірку швидше, ніж дівчата на 18,52 %. Тому можна додати у програму дівчат трохи вправ на швидкість рухів.

Тест на поєднання рухів руками, тулубом і ногами вимірювався балами, та показав різницю дівчат і хлопців у 6,82 % в бік хлопців. Але показники дівчат не дорівнюють середнім нормативам, а ось у хлопців трохи краще, близько до середніх показників, але все одно треба впроваджувати в програму більше координаційних вправ на поєднання різних частин тіла, у різних комбінаціях.

В таблиці 3 наведена вікова динаміка розвитку координаційних здібностей дівчат та хлопців 3-х класів.

Таблиця 3

Параметри	Дівчата n=8	Хлопці n=7	Різниця	Статистичний аналіз	
	X±m	X±m	%	t	p
Човниковий біг 4×9 м, с	12,5±0,2	12,0±0,0	4	2,65	<0,05
Стійка на одній нозі з закритими очима, с	11,3±0,3	14,0±0,0	19,3	8,77	<0,01
Тест «Копилова»(модернізований), с	12,5±0,6	10,0±0,0	20	4,41	<0,01
Вправи на поєднання рухів руками, тулубом і ногами (б)	9,7±0,2	9,6±0,2	1,1	0,26	>0,05

У таблиці 3 бачимо показники дівчат і хлопців 3-х класів. За цими показниками можемо зробити висновок, що у першому тесті «Човниковий біг 4×9» дівчата і хлопці мають гарні дані, та невеликий відсоток (4%). За нормативами, дівчата і хлопці виконують човниковий біг вище середнього рівня, але нижчий за відмінний. Тому можемо зробити висновок, що програма за якою займаються, достатньо розвиває швидкісні здібності учнів.

Тест «Стійка на одній нозі з закритими очима»(Бондаревського), показав, що різниця у розвитку рівноваги дівчат на відміну від хлопців менша на 19,3 %.

Тест «Копилова» (модернізований) показав, що розбіжність 20% між дівчатами і хлопцями 3-х класів.

У тесті на поєднання рухів руками, тулубом і ногами показник майже однаковий, лише 1,1% різниці. Можемо зробити висновок, що у 3 класі, як у хлопців, так і у дівчат, покращується здібність у виконанні рухів різними частинами тіла.

Учні початкових класів більш чутливі до розвитку координаційних здібностей. З віком як у дівчаток, так і у хлопчиків відмічається покращення показників координаційних здібностей. У молодшому шкільному віці діти вже здатні виконувати рухи великої координаційної складності, не поступаючись дітям старшого шкільного віку.

Зіставлення рівнів прояву рухових координаційних можливостей хлопчиків і дівчаток показало невелику різницю між ними у 2-3 класах. Спостерігалась позитивна вікова динаміка середніх показників координаційних здібностей.

Висновки. Таким чином отримані дані вікового розвитку координаційних здібностей вказують на необхідність розробки методики диференційованого фізичного виховання дітей молодшого шкільного віку. Дітям, що не займаються спортом і мають середні чи низькі показники розвитку координаційних здібностей, варто надихати на поліпшення особистих результатів.

Перспективи подальших досліджень. Подальші дослідження планується проводити на виявлення інших проблем пов'язаних з розвитком координаційних здібностей початкових класів. А саме, розробити програму для розвитку КЗ.

Література

1. Айунц Л.Р. Гімнастика. (Коротко про головне) Методичні матеріали до теоретичної підготовки студентів факультету фізичного виховання і спорту. Житомир: Вид-во ЖДУ, 2008. 62 с.
2. Бей П. І. Основи здоров'я у запитаннях і відповідях. 1-4 класи: посібник довідник. Видання друге, доповнене і перероблене. Тернопіль: Навчальна книга, Богдан, 2011. С.12.
3. Бех І.Д. Виховання особистості. Особистісно орієнтовний підхід: теоретико-методичні засади. К.: Либідь, 2003. Кн. 1. 278 с.
4. Білокопитова З. А., Дячук А.М., Кожевнікова Л. К. Особливості розвитку координаційних здібностей і методів їх удосконалення у дівчаток 10-13 років, які займаються художньою гімнастикою. // Теорія та методика фізичного виховання. Харків, 2009. № 1. С. 8-11.
5. Боярчук О. Д., Гаврелюк О. Д. Вікова анатомія та фізіологія: практикум. Держ. закл. «Луган.нац.ун-т імені Тараса Шевченка». Старобільськ: Вид-во ДЗ «імені Тараса Шевченка», 2017. 252 с.
6. Горбенко О.В., Лисенко А.О. Удосконалення координаційних здібностей юних спортсменів на етапі початкової підготовки у спортивних танцях// Слобожанський науково-спортивний вісник. Харків: ХДАФК, 2020. Випуск № 2(76). С.104-118
7. Козетов І.І. Виховання спритності та координаційних здібностей у дітей молодшого шкільного віку . Фізичне виховання в школі. Київ, 2008. № 1. С. 10-14.
8. Круцевич Т.Ю., Марченко О.Ю. Концептуальні засади гендерного підходу у фізичному вихованні школярів . Спортивний вісник Придніпров'я. 2019. № 2. С. 104-114.
9. Лях Т. О., Лях М.В. Погляди видатних педагогів минулого на фізичне виховання дітей та їх взаємозв'язок з сучасністю. Вісник Чернігівського національного педагогічного університету / Чернігів. держ. пед. ун-т ім. Т. Г. Шевченка. Чернігів, 2017. Вип. 147. т. 2. С. 72-75.
10. Мороз Ф.В., Гавришко С.Г. Стан та розвиток фізичного виховання дітей дошкільного та шкільного віку // Витоки педагогічної майстерності : зб. наук. праць / Полтав. нац. пед. ун-т імені В. Г. Короленка ; гол. ред. М. І. Степаненко. Полтава, 2016. Вип. 18. С. 228-234.
11. Москаленко Н., Торбанюк Г. Інноваційні підходи до залучення школярів і студентів до рухової діяльності // Спортивний вісник Придніпров'я. 2019. № 2. С. 115-121.
12. Томенко О.А. Рівень рухової активності школярів та шляхи його підвищення в умовах загальноосвітньої школи. Слобожанський науково-спортивний вісник. 2013, №3. С.9-23.

13. Тучак О. А., Романюк В. П., Коць М. О. Особливості взаємозв'язків координаційних здібностей із психічними процесами та властивостями в молодших школярів із затримкою психічного розвитку. Фізичне виховання, спорт і культура здоров'я у сучасному суспільстві. 2015. № 4 (55). С. 196-200.

References

1. Ayunz L.R. Gymnastics. (Briefly about the main thing) Methodological materials for the theoretical preparation of students of the Faculty of Physical Education and Sports. Zhytomyr: View of ZhDU, 2008. 62 p.
2. Bey P. I. Health fundamentals in questions and answers. Grades 1-4: Guide Guide. The second edition, supplemented and revised. Ternopil: Educational book, Bogdan, 2011. С.12.
3. Bech I.D. Education of personality. Personal indicative approach: theoretical and methodological principles. K.: Lybid, 2003. Kn. 1. 278 p.
4. Belokopytova Z. A., Dyachuk A.M., Kozhevnikova L. K. Features of the development of coordination abilities and methods of their improvement among girls 10-13 years old who are engaged in rhythmic gymnastics. //Theory and methodology of physical education. Kharkiv, 2009. No. 1.S. 8-11.
5. Boyarchuk O.D. Gavreliuk O.D. Age anatomy and physiology: workshop. State. set. "Luhan.nats. un-t named after Taras Shevchenko." Starobilsk: Vid DZ "Taras Shevchenko," 2017. 252 p.
6. Gorbenko O.V., Lysenko A.O. Improvement of coordination abilities of young athletes at the stage of initial training in sports dancing//Slobozhansky scientific and sports bulletin. Kharkiv: HDAFK, 2020. Issue # 2 (76). С.104-118
7. Kozetov I.I. Education of agility and coordination abilities in primary school children. Physical education at school. Kyiv, 2008. No. 1.S. 10-14.
8. Krutsevich T.Yu., Marchenko O.Yu. Conceptual principles of gender approach in physical education of schoolchildren. Sports Bulletin of the Dnieper. 2019. № 2. P. 104-114.
9. Lyakh T. O., Lyakh M.V. Views of prominent educators of the past on physical education of children and their relationship with modernity. Bulletin of Chernihiv National Pedagogical University/Chernihiv. state ped. un-t named after T. G. Shevchenko. Chernihiv, 2017. No. 147. vol. 2. P. 72-75.
10. Moroz F.V., Gavrishko S.G. State and development of physical education of children of preschool and school age//Origins of pedagogical skills: Sat. scientific works / Poltav. national ped. un-t named after V. G. Korolenko; goal. Ed. m. I. Stepanenko. Poltava, 2016. No. 18. P. 228-234.
11. Moskalenko N., Torbaniuk G. Innovative approaches to involving schoolchildren and students in motor activities//Sports Bulletin of the Dnieper. 2019. № 2. P. 115-121.
12. Tomenko O.A. The level of motor activity of schoolchildren and ways to increase it in the conditions of a secondary school. Slobozhansky scientific and sports bulletin. 2013, №3. С.9-23.
13. Tuchak O. A., Romanyuk V. P., Kotz M. O. Features of the relationships of coordination abilities with mental processes and properties in younger students with a delay in mental development. Physical education, sports and health culture in modern society. 2015. № 4 (55). P. 196-200.

DOI 10.31392/NPU-nc.series15.2022.11(157).15

УДК: 796.8

Данько Г.В.

*кандидат наук з фізичного виховання та спорту, професор,
Національний університет фізичного виховання і спорту України, Київ
Лаврентьєв О.М.*

*кандидат наук з фізичного виховання та спорту, доцент,
доцент кафедри фізичного виховання, спорту та здоров'я Державний податковий університет,*

*Данько Т.Г.
завідувач кафедри спеціальної фізичної підготовки, Національної академії СБУ, м. Київ
Крупеня С.В.*

*кандидат наук з фізичного виховання та спорту, доцент,
доцент кафедри фізичного виховання, спорту та здоров'я Державний податковий університет,
Живолович С.А.*

*старший викладач кафедри фізичного виховання, спорту та здоров'я
Державний податковий університет, Ірпінь*

ПЕДАГОГІЧНІ УМОВИ ФОРМУВАННЯ СПОРТИВНОЇ МАЙСТЕРНОСТІ ЮНИХ СПОРТСМЕНІВ З ВІЛЬНОЇ БОРОТЬБИ

У даній статті розглядаються питання, щодо організації та проведення навчально-тренувальних занять з дітьми за спеціальністю вільна боротьба. Проаналізовано й узагальнено практичний досвід тренерів навчально-спортивного комплексу державного податкового університету за напрямом вільна боротьба. Дослідження проводилось на протязі 10 тижнів (серпень-жовтень 2022 року). Досліджені прийняло участь (n=18) дітей віком 8-11 років. Де вони розподілились наступним чином (n=12) хлопців та (n=6) дівчат. Для визначення інтересу та мотиву до занять спортом було проведено анкетування та проведений експеримент за наступними вправами для: розвитку координаційних рухів «Три перекиди вперед»; контролю силової витривалості «Статична силова витривалість» м'язів плечового поясу; визначення рухової реакції «Хват падаючої гімнастичної палиці»; визначення рухливості у