DOI: https://doi.org/10.31392/UDU-nc.series15.2025.05(192).01
УДК 796.332:796.012.2/167.2

Абдула А. Б.
кандидат наук з фізичного виховання та спорту, доцент
завідувач кафедри футболу та хокею,
Харківська державна академія фізичної культури
http://orcid.org/0000-0002-3832-3716
Кофанов І.В.
аспірант кафедри футболу та хокею
Харківська державна академія фізичної культури,
https://orcid.org/0009-0002-4484-7417
Харківська державна академія фізичної культури, Україна

ТЕСТУВАННЯ КООРДИНАЦІЙНИХ ЗДІБНОСТЕЙ ДІТЕЙ У ФУТБОЛІ: АНАЛІЗ ІСНУЮЧИХ ШКАЛ І РОЗРОБКА АВТОРСЬКОЇ МЕТОДИКИ

У статті розглядається проблема оцінки координаційних здібностей дітей дошкільного віку у футболі. Дошкільний вік (4–6 років) є періодом активного розвитку рухових навичок, коли діти засвоюють базові елементи контролю над тілом, рівновагу та швидкість моторних реакцій. Проте в цьому віці інтереси дітей можуть швидко змінюватися, тому важливо розробити тести, які не лише допомагають у футбольній підготовці, а й сприяють загальному розвитку рухових здібностей, корисних для будь-якого виду спорту.

Для дослідження було відібрано понад 20 тестів, спрямованих на оцінку різних аспектів координації: баланс, швидкість реакції, точність моторних дій та орієнтація у просторі. На основі аналізу їхньої ефективності, доступності для дітей дошкільного віку та практичної значущості нами було обрано п'ять найбільш оптимальних тестів.

Попередні наші дослідження показали, що деякі тести є надто простими для дошкільнят, що знижує їхню діагностичну цінність, тоді як інші можуть виявитися надто складними, що унеможливлює їхнє коректне використання. Важливим фактором також була ігрова привабливість тестів, оскільки діти цього віку найкраще сприймають завдання у форматі гри.

Обрані п'ять тестів (присідання на балансувальній платформі, ходьба по балансувальних елементах, хода по лінії, реакція на світлові індикатори, реакція на кольорові об'єкти(м'ячі)) на наш погляд найкраще відповідають критеріям оцінювання координаційних здібностей дітей, які тільки роблять перші кроки у футболі. Вони дозволяють оцінити ключові аспекти координації – рівновагу, точність моторних реакцій, швидкість прийняття рішень та орієнтацію у просторі – при цьому залишаючись доступними для виконання дітьми 4–6 років.

Таким чином, відібрані тести дозволяють комплексно оцінити координаційні здібності дітей, забезпечуючи їхню ефективну фізичну підготовку. Отримані результати можуть бути використані для подальшого вдосконалення методики тренувань у дитячому футболі та адаптації індивідуальних тренувальних програм залежно від особливостей кожної дитини.

Ключові слова: *координаційні здібності, діти дошкільного віку, рухова активність ,тестування.*

Anatolii Abdula, Ivan Kofanov Testing children's coordination abilities in football: analysis of existing scales and development of an author's methodology. *The article addresses the issue of assessing coordination abilities in preschool children in football. The preschool age (4–6 years) is a period of active development of motor skills, during which children acquire basic elements of body control, balance, and the speed of motor reactions. However, at this age, children's interests can change rapidly, so it is important to develop tests that not only aid in football training but also contribute to the overall development of motor abilities useful for any kind of sport.*

For the study, more than 20 tests were selected, aimed at assessing various aspects of coordination: balance, reaction speed, accuracy of motor actions, and spatial orientation. Based on the analysis of their effectiveness, accessibility for preschool children, and practical relevance, we selected the five most optimal tests.

Our previous research has shown that some tests are too simple for preschoolers, which reduces their diagnostic value, while others may be too complex, making their proper use impossible. An important factor was also the playfulness of the tests, as children at this age best perceive tasks in a game-like format.

The five selected tests (squats on a balance platform, walking on balance elements, walking along a line, reaction to light indicators, and reaction to colored objects (balls)) are, in our opinion, the most suitable for assessing coordination abilities in children who are just taking their first steps in football. They allow for the evaluation of key aspects of coordination—balance, accuracy of motor reactions, decision-making speed, and spatial orientation—while remaining accessible for children aged 4–6.

Thus, the selected tests provide a comprehensive assessment of children's coordination abilities, ensuring their effective physical development. The results obtained can be used for further improvement of training methods in children's football and for adapting individual training programs according to each child's specific needs.

Key words: *coordination abilities, preschool children, motor activity, testing.*

Постановка проблеми. Формування координаційних здібностей є невід'ємною складовою підготовки юних спортсменів. Координація рухів відіграє ключову роль у спортивній діяльності, особливо у футболі, де необхідно не лише

контролювати власне тіло в просторі, але й оперативно оцінювати ігрову ситуацію та приймати відповідні рішення. Дошкільний вік (4-6 років) є важливим періодом для розвитку рухових навичок, рівноваги, моторного контролю та швидкості реакції, оскільки саме в цей час діти активно освоюють базові рухові елементи, що в подальшому визначають їхню успішність у спорті. У цьому віці формуються основні моторні навички та відбувається активний розвиток нервової системи [2; 3].

Розвиток рівноваги, моторного контролю та швидкості реакції є важливими компонентами фізичного виховання, особливо у дітей дошкільного віку які починають свої перші кроки у футболі. Однак на сьогодні відсутня єдина стандартизована методика оцінки координації саме дітей дошкільного віку, що створює труднощі у відборі та тренуванні.

Аналіз літературних джерел. Розвиток координаційних здібностей у дітей дошкільного віку є важливим аспектом підготовки до занять футболом. Саме координація визначає здатність дитини швидко адаптуватися до зміни ігрових ситуацій, виконувати точні та контрольовані рухи, а також розвивати просторове мислення, що є ключовими навичками у футболі.

В аналізі наукової літератури ми розглянули підходи до оцінювання координаційних здібностей у дітей різного віку. Дослідження Воловик Н.І. [14] підтвердило, що для дітей дошкільного віку важливим є баланс, здатність до зміни напрямку руху та точність моторних реакцій. Автори Віноградов В.П., Круцевич Т.Ю. [2] наголошують на тому, що координація має генетично обумовлену складову, однак може значно покращуватися завдяки спеціально розробленим вправам.

Кошель В.А. [5] у своїх дослідженнях акцентує увагу на важливості розвитку координаційних здібностей у юних футболістів через спеціалізовані тренувальні програми, що містять вправи для рівноваги, орієнтації в просторі та швидкості реакції.

Кожокар Д.І. [7] досліджував координаційні здібності футболістів 12-13 років, акцентуючи увагу на тому, що позиція на полі впливає на специфічні координаційні навички.

Мотрук С.І. [9] вивчав розвиток координаційних здібностей школярів на уроках футболу, підкреслюючи необхідність включення в навчальний процес спеціальних координаційних вправ для покращення навичок дітей.

Існує безліч методик для оцінювання координаційних здібностей дітей, однак більшість із них розроблені для загального фізичного виховання або інших видів спорту. Визначення мінімальної кількості дітей для розробки тестів та створення шкали оцінювання координаційних здібностей школярів залежить від кількох факторів, включаючи статистичні вимоги, вікові та гендерні особливості, а також специфіку досліджуваних здібностей. У дослідженні, присвяченому контролю координаційних здібностей тенісистів 5–6 років, було залучено 50 дітей (25 хлопчиків і 25 дівчаток). Це дозволило врахувати вікові та гендерні особливості при розробці тестів та оцінювальних шкал [6]. Інше дослідження, спрямоване на розробку критеріїв оцінки координаційних здібностей у дітей 5-річного віку з порушеннями зору, залучило 60 дітей (30 з порушеннями зору та 30 без таких порушень). Це забезпечило можливість порівняння та розробки відповідних оцінювальних шкал [13].

Загалом, для отримання статистично значущих результатів та розробки надійних оцінювальних шкал рекомендується залучати до дослідження не менше 30 дітей у кожній групі (наприклад, за віком, статтю або іншими релевантними характеристиками). Це забезпечить достатню репрезентативність вибірки та врахування індивідуальних відмінностей. Важливо також дотримуватися етичних норм та законодавчих вимог під час проведення досліджень із залученням дітей, зокрема отримання інформованої згоди від батьків або опікунів.

Аналіз літературних джерел виявив що тестів для визначення координаційних здібностей дітей дошкільного віку, що займаються футболом на сьогодні не має.

Мета дослідження – розробка та обґрунтування методики оцінювання координаційних здібностей у дітей дошкільного віку на основі відібраних тестів.

Для вирішення поставленої мети нами було використанню наступні методи дослідження :

1.Теоретичний аналіз та узагальнення науково методичної літератури.

2.Педагогічне спостереження.

3.Тестування.

4.Статестична обробка результатів.

Виклад основного матеріалу дослідження. Дослідження проводилося у місті Харків на базі спортивного клубу «Арсенал Харків» та дитячо-юнацької спортивної школи «Нова Баварія». У тестуванні взяли участь понад 200 дітей дошкільного віку, що дозволило отримати достатньо даних для статистично обґрунтованої оцінки координаційних здібностей.

Для дослідження було відібрано понад 20 тестів, спрямованих на оцінку різних аспектів координації: баланс, швидкість реакції, точність моторних дій та орієнтація у просторі. При оцінюванні координаційних здібностей дітей дошкільного віку у футболі застосовувалися комплексний, ігровий, психомоторний та біомеханічний підходи з урахуванням індивідуальних особливостей. Методики тестування були простими, цікавими для дітей і відповідали їхньому рівню розвитку.

На основі аналізу їхньої ефективності, доступності для дітей дошкільного віку та практичної значущості нами було обрано п’ять найбільш оптимальних тестів.

Опис тестів. Перед початком тестування кожен учасник отримував детальні інструкції щодо виконання тестових завдань. Було забезпечено стандартизовані умови проведення тестів, включаючи однакове покриття підлоги, розмітку та використання ідентичного інвентарю. Усі вправи були спрямовані на визначення рівня координації, рівноваги, швидкості реакції та моторного контролю.

Тест «Присідання на їжаку з м’ячем». Ціль тесту — перевірити здатність дитини утримувати рівновагу, контролювати рухи під час виконання присідань на нестабільній поверхні, а також оцінити силу та стабільність м’язів ніг і корпусу. Для цього використовується балансувальна платформа («їжак») і м’яч (легкий футбольний або медбол вагою 1–2 кг, залежно від віку дитини). Дитина стає на платформу обома ногами, тримає м’яч перед собою на рівні грудей, лікті злегка зігнуті, спина рівна. Вона повільно виконує присідання, зберігаючи рівновагу, слідкуючи, щоб коліна не виходили за носки.

М'яч постійно тримається перед собою. Після присідання дитина повертається у вихідне положення, не торкаючись підлоги ногами, і повторює вправу задану кількість разів.

Тест «Ходьба по їжаках». Метою є перевірити здатність дитини до балансу, координації рухів і контролю над тілом під час пересування по нестабільних платформах. Використовується 4 великі балансувальні платформи та 4 малі платформи («їжаки»), розміщені в лінію почергово. Дитина стає на першу платформу, починає рух уперед з правої ноги, проходить усі платформи, не торкаючись землі, доходить до останньої, розвертається й повертається назад, починаючи рух уже з лівої ноги. Завдання вважається виконаним, якщо дистанцію пройдено без втрати рівноваги та без дотиків до землі.

Тест «Хода по лінії». Цей тест спрямований на оцінку рівня балансу, координації та здатності дитини контролювати своє тіло при ходьбі вузькою доріжкою. Використовується розмічена лінія шириною 12 см і довжиною 5 метрів. Дитина стає на початок лінії так, щоб одна нога була на лінії, а інша позаду. Руки можуть бути опущені або розведені для балансу. Вона починає рух уперед по лінії, ставлячи стопи одна за одною, доходить до кінця, розвертається й повертається назад тим самим способом, не виходячи за межі лінії.

Тест «Реакція на світлові індикатори». Мета — оцінити швидкість реакції, моторну координацію та здатність швидко ухвалювати рішення на візуальні стимули. Використовується тренажер зі світловими індикаторами, які загоряються у випадковому порядку. Дитина стає перед тренажером на відстані витягнутої руки. Після сигналу старту індикатори починають загорятися, і дитина повинна якомога швидше натискати на них. Завдання триває, наприклад, 30 секунд, і фіксується кількість правильних реакцій.

Тест «Реакція на кольорові об'єкти». Завдання полягає у перевірці швидкості реакції, координації, здатності ухвалювати рішення та адаптуватися до змін. Використовується майданчик 5×5 метрів, у центрі якого — світлова панель. Біля неї розташовані предмети восьми кольорів, а по кутках майданчика — кільця відповідних кольорів. На панелі загоряється певний колір, дитина бере предмет цього кольору, несе його в відповідне кільце, повертається до панелі та натискає кнопку того ж кольору. Якщо предметів відповідного кольору вже немає, дитина просто натискає кнопку, щоб отримати новий колір. Завдання триває 60 секунд або до завершення всіх предметів.

Для оцінювання рівня координаційних здібностей дітей дошкільного віку було розроблено шкалу, що включає три рівні: високий, середній та низький. Відбір рівнів здійснювався на основі аналізу результатів тестування та врахування фізичних і психофізіологічних особливостей дітей 4-6 років. Зокрема, високий рівень демонструють діти, які впевнено виконують тестові завдання без помилок або з мінімальними відхиленнями. Наприклад, у тесті на реакцію на світлові індикатори високий рівень відповідає понад 30 натисканням за відведений час, що свідчить про добре розвинену швидкість реакції та моторну координацію. У тесті ходьби по їжаках високий рівень передбачає повне проходження без втрати рівноваги, що є показником добре розвиненого почуття балансу.

Середній рівень характеризується помірною успішністю виконання тестів: наприклад, у тесті присідання на їжаку діти виконують від 5 до 7 повторень, що свідчить про середню стабільність рівноваги та контролю рухів. У тесті реакції на кольорові об'єкти середній рівень відповідає виконанню 5-7 циклів із можливими 2-3 помилками.

До низького рівня належать діти, яким важко виконати завдання або які допускають значні помилки. Наприклад, якщо у тесті ходьби по лінії дитина сходить із лінії 3 і більше разів, це свідчить про недостатньо розвинену координацію. Аналогічно, у тесті реакції на світлові індикатори, якщо дитина здійснює менше 15 натискань, це вказує на повільну реакцію та слабкий рівень моторної підготовленості.

Остаточні результати тестування систематизовані у таблиці 1, яка дозволяє об'єктивно оцінити рівень розвитку координаційних навичок дошкільнят та використовується для корекції тренувальних програм у дитячому футболі.

У таблиці 1 представлена шкала оцінювання рівня координаційних здібностей дітей за результатами п'яти тестів. Для кожного тесту визначено три рівні: високий, середній та низький, які дозволяють якісно оцінити здатність дитини до балансу, точної координації рухів та швидкої реакції. Кількісні показники для кожного рівня дають змогу об'єктивно визначити, наскільки добре дитина справляється з завданням: наприклад, у тесті «Присідання на їжаку» високим вважається результат 8 і більше повторів, тоді як менш ніж 5 — це низький рівень. Подібна градація застосована і до решти тестів, що дозволяє комплексно оцінити координаційні навички дитини та виявити, які з них потребують подальшого розвитку.

Таблиця 1

Шкала оцінювання рівня координаційних здібностей

Тест	Високий рівень	Середній рівень	Низький рівень
Присідання на їжаку	8 і більше повторів	5-7 повторів	Менше 5 повторів
Ходьба по їжаках	Повне проходження без втрати рівноваги	1-2 втрати рівноваги	3 і більше втрат рівноваги
Хода по лінії	Проходження без втрати балансу	1-2 рази зійшов з лінії	3 і більше втрат рівноваги
Реакція на світлові індикатори	30+ натискань	15-29 натискань	Менше 15 натискань
Реакція на 8 кольорових об'єктів(м'ячі)	Виконав 8 циклів без помилок за 1 хвилину	Виконав 5-7 циклів або зробив 2-3 помилки за 1 хвилину	Виконав менше 5 циклів або зробив більше 3 помилок за 1 хвилин

Аналіз отриманих результатів. Результати тестування дозволили оцінити рівень координаційних здібностей дітей 4-6 років, які займаються футболом. Всього у тестуванні взяли участь 200 дітей, що дозволило отримати репрезентативні дані для побудови оцінювальної шкали.

За результатами тестування було виявлено, що:

- Найлегшим тестом виявилася хода по лінії, яку успішно виконали 148 дітей. Це свідчить про достатньо розвинені базові навички рівноваги у більшості дітей.
- Тест із присіданням на балансувальній платформі вдало виконали 131 дітей, що вказує на середній рівень розвитку балансу та моторного контролю.
- Ходьба по "їжаках" виявилася складнішою – її без втрати рівноваги змогли виконати 114 дітей.
- Реакція на світлові індикатори показала середній рівень успішності – 90 дітей виконали тест із високими показниками.
- Найскладнішим тестом виявилася реакція на кольорові об'єктів(м'ячі), яку повністю виконали лише 74 дітей. Це свідчить про необхідність розвитку швидкості реакції та вміння правильно орієнтуватися у просторі під час тренувань(рис.1.)

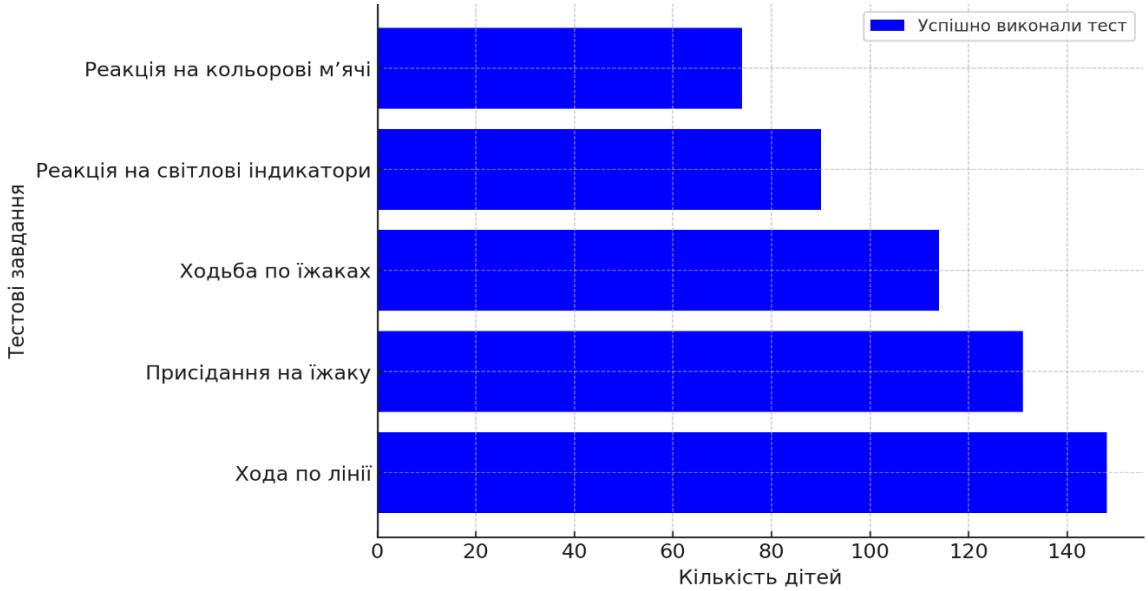


Рис. 1 Успішність виконання тестових завдань для визначення рівня координаційних здібностей дітей дошкільного віку, які займаються футболом

Виходячи із результатів тестування, можно стверджувати, що навички прояву рівноваги та балансу були на середньому рівні, тоді як результати тестувань швидкісної реакції, яка у футболі є досить важливою викликала значні труднощі.

На рис. 2 представлено загальну кількість(%) успішного виконання запропонованих тестових завдань. Так, 35% дітей успішно виконали всі тести, тоді як 65% мали труднощі при проходженні одного або декількох тестових завдань.

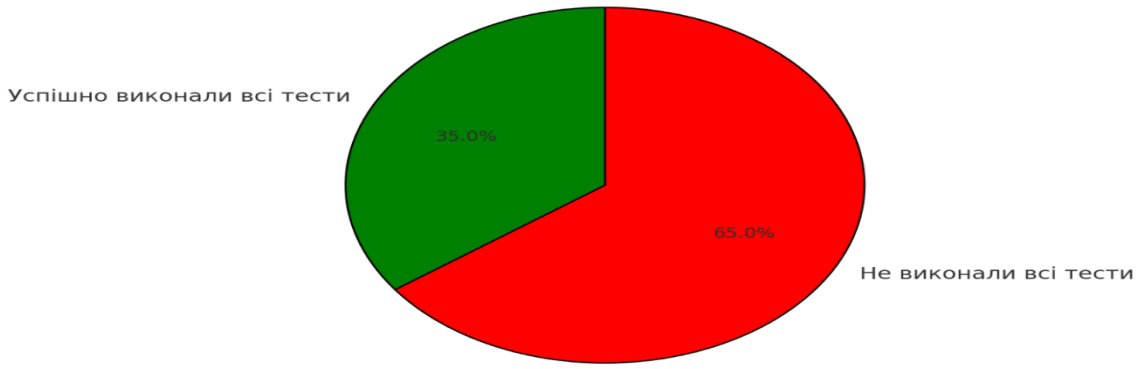


Рис. 2 Показники (%) виконання тестових завдань для визначення рівня координаційних здібностей дітей дошкільного віку, які займаються футболом

У таблиці 2 наведені показники успішності виконання координаційних тестів дітьми віком 4–6 років**.** Вона відображає кількість дітей, які успішно пройшли кожен тест, загальну кількість учасників, а також відсоток виконання завдання. Найвищий рівень успішності зафіксовано у тесті «Хода по лінії» — 74%, що свідчить про відносно розвинену здатність до утримання балансу в цьому віці. Найнижчий показник — у тесті «Реакція на кольорові об'єкти» (37%), що може

свідчити про складність завдання, яке вимагає високої швидкості реакції, концентрації та прийняття рішень. Загалом таблиця дозволяє проаналізувати, які координаційні навички на цьому етапі розвитку є сформованими краще, а які потребують додаткової уваги у тренувальному процесі.

Таблиця 2

Показники успішності виконання тестів на координацію у дітей 4-6 років

Тест	Кількість успішних виконань (Nусп)	Загальна кількість дітей (Nзаг)	Відсоток виконання (P, %)
Хода по лінії	148	200	74%
Присідання на їжаку	131	200	66%
Ходьба по їжаках	114	200	57%
Реакція на світлові індикатори	90	200	45%
Реакція на кольорові об'єкти(м'ячі)	74	200	37%

Висновки. У результаті дослідження були визначені найбільш ефективні та доступні тестові завдання для оцінки координаційних здібностей дітей дошкільного віку з урахуванням специфіки футбольної підготовки. Ці тести дозволяють комплексно оцінити ключові аспекти координації, зокрема баланс, точність моторних реакцій, здатність швидко змінювати напрямок руху, орієнтацію у просторі, швидкість прийняття рішень в ігрових ситуаціях, а також загальну точність рухів.

Саме тому наші тестові завдання, хоч і спрямовані передусім на футбол, розроблені таким чином, щоб формувати фундаментальні координаційні навички, які будуть корисними незалежно від подальшого вибору дитини. Ми переконані, що розвиток рівноваги, моторного контролю, швидкості реакції та точності рухів є ключовими не лише для футболу, а й для багатьох інших видів спорту.

Проведене тестування 200 дітей дозволило оцінити рівень їхніх координаційних здібностей та створити об'єктивну систему оцінювання. Отримані результати підтвердили, що закладена нами система тестів дозволяє ефективно оцінювати та розвивати рухові навички дітей на ранніх етапах спортивної підготовки.

Застосування спеціально адаптованих тестів та шкал оцінювання дозволяє тренерам ефективніше виявляти сильні та слабкі сторони координаційного розвитку юних спортсменів і коригувати тренувальний процес відповідно до індивідуальних потреб кожної дитини.

Перспективи подальших досліджень. Перспективи подальших досліджень будуть спрямовані на розробку методики розвитку координаційних здібностей та впровадження її в навчально тренувальний процес дітей дошкільного віку.

Література

1.Абдула А. Б., Кофанов І. В. Особливості координаційних здібностей у дітей дошкільного віку, які займаються футболом // Науковий журнал М. Драгоманова НПУ. 2024. Вип. 7 (180). – С. 12–18.

2.Альошина А. І., Бичук О. Б. Розвиток координаційних здібностей молодших школярів у процесі адаптивного фізичного виховання // Фізичне виховання, спорт і культура здоров'я у сучасному суспільстві : зб. наук. пр. – Луцьк : СНУ ім. Лесі Українки, 2015. – № 3(31). – С. 88–91.

3.Балашов Д. І. Вестибулярна стійкість у процесі розвитку координаційних здібностей дітей 5–6 років. – Суми : СумДПУ, 2023. – 98 с.

4.Бермудес Д. Комплексне оцінювання координаційних здібностей дітей 5 і 6 років відповідно до вікової і статевої диференціації [Електронний ресурс]. – Режим доступу: https://www.researchgate.net/...

5.Кошель В. А. Розвиток координаційних здібностей у юних футболістів [Електронний ресурс]. – Режим доступу: http://dspace.znu.edu.ua/...

6.Козак В. О. Контроль координаційних здібностей тенісистів 5–6 років. Київ : НУФВСУ, 2018. 80 с.

7.Кожокар Д. І. Розвиток координаційних здібностей футболістів 12–13 років з урахуванням ігрової позиції [Електронний ресурс]. – Режим доступу: http://archer.chnu.edu.ua/.

8.Методи діагностики фізичного та фізіологічного розвитку у дітей дошкільного віку [Електронний ресурс]. – Режим доступу: http://xn----ftbomobdq1b9f.xn--j1amh

9.Мотрук С. І. Розвиток координаційних здібностей учнів на уроках з футболу [Електронний ресурс]. – Режим доступу: http://ekhsuir.kspu.edu

10. Рядова Л. О. Удосконалення координаційних здібностей учнів з вадами зору на уроках фізичної культури з використанням сенсорно-орієнтованих завдань [Електронний ресурс]. – Режим доступу: http://repository.ldufk.edu.ua/...

11. Сергієнко В. М. Система контролю рухових здібностей студентської молоді. Суми : СумДУ, 2014. 124 с.

12. Трояновська М. М. Теоретичний аналіз розвитку координаційних здібностей у фізичному вихованні та спорті // Вісник Запорізького національного університету. Серія: Фізичне виховання та спорт : зб. наук. пр. Запоріжжя : ЗНУ, 2012. № 1(7). С. 112–119.

13. Виноградов В. П., Круцевич Т. Ю. Методичні підходи до тестування координаційних здібностей дітей дошкільного віку // Спортивна педагогіка і фізичне виховання. 2008. № 2. С. 34–38.

14. Воловик Н. І. Критерії оцінки розвитку координаційних здібностей дітей 4-річного віку з функціональними порушеннями зору [Електронний ресурс]. – Режим доступу: http://sportpedagogy.org.ua

References

1.Abdula, A. B., Kofanov, I. V. (2024). Peculiarities of coordination abilities in preschool children engaged in football. Scientific Journal of M. Dragomanov NPU, 7(180), 12–18.

2.Alyoshina, A. I., Bychuk, O. B. (2015). Development of coordination abilities in younger schoolchildren in the process of adaptive physical education. Physical Education, Sport and Health Culture in Modern Society, 3(31), 88–91. Lutsk: Lesya Ukrainka Eastern European National University.

3.Balashov, D. I. (2023). Vestibular stability in the process of developing coordination abilities in children aged 5–6 years. Sumy: Sumy State Pedagogical University.

4.Bermudez, D. (2024). Kompleksne otsiniuvannia koordynatsiinykh zdibnostei ditei 5 i 6 rokiv vidpovidno do vikovoi i statevoi dyferentsiatsii. ResearchGate. Retrieved from https://www.researchgate.net/...

5.Koshel, V. A. (2019). Rozvytok koordynatsiinykh zdibnostei u yunykh futbolistiv. Dspace.znu.edu.ua. Retrieved from http://dspace.znu.edu.ua/...

6.Kozak, V. O. (2018). Kontrol koordynatsiinykh zdibnostei tenisystiv 5–6 rokiv. Kyiv: National University of Physical Education and Sport of Ukraine.

7.Kozhokar, D. I. (2020). Rozvytok koordynatsiinykh zdibnostei futbolistiv 12–13 rokiv z vrakhuvanniam ihrovoi pozytsii. Archer.chnu.edu.ua. Retrieved from http://archer.chnu.edu.ua/...

8.Metody diaghnostyky fizychnoho ta fiziolohichnoho rozvytku u ditei doshkilnoho viku. Xn----ftbomobdq1b9f.xn--j1amh. Retrieved from http://xn----ftbomobdq1b9f.xn--j1amh

9.Motruk, S. I. (2021). Rozvytok koordynatsiinykh zdibnostei uchniv na urokakh z futbolu. Ekhsuir.kspu.edu. Retrieved from http://ekhsuir.kspu.edu/...

10. Ryadova, L. O. (2020). Udoskonalennia koordynatsiinykh zdibnostei uchniv z vadamy zoru na urokakh fizychnoi kultury z vykorystanniam sensorno-oriientovanykh zavdan. Repository.ldufk.edu.ua. Retrieved from http://repository.ldufk.edu.ua/...

11. Serhiienko, V. M. (2014). Systema kontroliu rukhovykh zdibnostei studentskoi molodi. Sumy: SumDU.

12. Troianovska, M. M. (2012). Teoretychnyi analiz rozvytku koordynatsiinykh zdibnostei u fizychnomu vykhovanni ta sporti. Bulletin of Zaporizhzhia National University. Series: Physical Education and Sport, 1(7), 112–119.

13. Vinogradov, V. P., Krutsevych, T. Yu. (2008). Metodychni pidkhody do testuvannia koordynatsiinykh zdibnostei ditei doshkilnoho viku. Sportyvna pedahohika i fizychne vykhovannia, 2, 34–38.

14. Volovyk, N. I. (2022). Kryterii otsinky rozvytku koordynatsiinykh zdibnostei ditei 4-richnoho viku z funktsionalnymy porushenniamy zoru. Sportpedagogy.org.ua. Retrieved from http://sportpedagogy.org.ua

DOI: https://doi.org/10.31392/UDU-nc.series15.2025.05(192).02
УДК 796.01:614.2

Андрєєва О. В.
доктор наук з фізичного виховання і спорту, професор
Національний університет фізичного виховання і спорту України, м. Київ
https://orcid.org/0000-0002-2893-1224
Лазакович Ю.І.
кандидат наук з фізичного виховання і спорту, доцент,
Київський національний економічний університет імені Вадима Гетьмана, м. Київ,
https://orcid.org/0009-0007-5553-9328
Садовський О.О.
кандидат наук з фізичного виховання і спорту,
Київський національний економічний університет імені Вадима Гетьмана, м. Київ
https://orcid.org/0000-0001-9687-9512
Хрипко І.В.
кандидат наук з фізичного виховання і спорту, доцент,
Національний університет фізичного виховання і спорту України, м. Київ
https://orcid.org/0000-0001-9969-5954
Пацалюк К.Г.
кандидат наук з фізичного виховання і спорту, доцент,
Національний університет фізичного виховання і спорту України, м. Київ
https://orcid.org/0000-0002-3581-443X
Кобалінова О. І.
викладач
Національний університет фізичного виховання і спорту України, м. Київ
https://orcid.org/0009-0002-7853-8196

ЕВОЛЮЦІЯ ОЗДОРОВЧО-РЕКРЕАЦІЙНИХ ТЕХНОЛОГІЙ У СОЦІАЛЬНИХ СИСТЕМАХ: ІСТОРИЧНИЙ ДИСКУРС

У статті розглянуто еволюцію оздоровчо-рекреаційних технологій у соціальних системах крізь призму історичного розвитку. Проаналізовано зміни у підходах до рухової активності як засобу збереження здоров'я та