

DOI: [https://doi.org/10.31392/UDU-nc.series15.2025.03к\(188\).16](https://doi.org/10.31392/UDU-nc.series15.2025.03к(188).16)

Величко А.А.

ORCID ID: <https://orcid.org/0009-0007-1178-4284>

асистент кафедри теорії і методики фізичної культури та здоров'язбереження,
Державний вищий навчальний заклад
«Донбаський державний педагогічний університет»
м. Слов'янськ

Мусхаріна Ю.Ю.

ORCID ID: <https://orcid.org/0000-0001-7080-5013>

доцент кафедри теорії і методики фізичної культури та
здоров'язбереження
Державний вищий навчальний заклад
«Донбаський державний педагогічний університет»
м. Слов'янськ

РОЗВИТОК ЗДОРОВ'ЯЗБЕРЕЖУВАЛЬНОЇ КОМПЕТЕНТНОСТІ МАЙБУТНІХ УЧИТЕЛІВ ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ В КОНТЕКСТІ НОВОЇ УКРАЇНСЬКОЇ ШКОЛИ ТА ЄВРОПЕЙСЬКИХ ПРАКТИК

У статті розглядається проблема розвитку здоров'язбережувальної компетентності майбутніх учителів фізичної культури в контексті Нової української школи та європейських практик. Проаналізовано сучасні підходи до формування здорового способу життя в учнів, що включають інтеграцію ігрових методів, цифрових технологій та занять на свіжому повітрі. Особлива увага приділена питанням інклюзивного навчання та використання адаптивних методик у фізичному вихованні, що дозволяє забезпечити рівні можливості для всіх учнів, незалежно від їхніх фізичних можливостей. Розглянуто європейський досвід застосування моніторингових технологій для оцінки фізичного стану учнів, зокрема використання фітнес-трекерів та мобільних додатків для персоналізованого підходу до фізичної активності. Проаналізовано роль учителя як ментора та мотиватора, який не лише навчає, а й надихає учнів на ведення здорового способу життя. Доведено, що ефективна підготовка майбутніх учителів фізичної культури потребує не лише засвоєння теоретичних знань, а й розвитку практичних навичок організації здоров'язбережувального середовища. Інтеграція передових європейських підходів сприятиме підвищенню якості освіти, формуванню покоління педагогів, здатних забезпечити ефективне фізичне виховання відповідно до сучасних викликів та тенденцій розвитку освіти.

Ключові слова: здоров'язбереження, інклюзивне навчання, цифрові технології, європейські практики.

Velychko Anna, Muskharina Yuliia. Development of health-preserving competence of future physical education teachers in the context of the new ukrainian school and european practices. The article examines the development of health-preserving competence among future physical education teachers in the context of the New Ukrainian School and European practices. Modern approaches to fostering a healthy lifestyle in students are analyzed, including the integration of gamification, digital technologies, and outdoor activities. Special attention is given to inclusive education and the use of adaptive physical education methods. The study explores European experiences in implementing monitoring technologies to assess students' physical condition and their impact on the quality of the educational process. It has been proven that effective training of future physical education teachers requires not only theoretical knowledge but also practical skills in organizing a health-preserving environment. The article highlights the importance of incorporating innovative teaching strategies, such as individualized fitness tracking, interactive sports lessons, and holistic physical activity programs, which contribute to students' motivation and engagement. The integration of leading European approaches will enhance the quality of teacher training, ensuring the preparation of educators capable of effectively promoting physical education in line with contemporary educational challenges. Furthermore, the study emphasizes the role of physical education teachers as mentors and motivators who inspire students to lead an active lifestyle. European best practices demonstrate that close cooperation between teachers, students, and parents significantly improves educational outcomes. Implementing these strategies within the New Ukrainian School reform will contribute to a more inclusive and personalized approach to physical education, fostering a new generation of educators committed to students' holistic well-being and lifelong physical activity.

Key words: Health preservation, inclusive education, digital technologies, European practices.

У сучасному освітньому просторі України, що реформується відповідно до концепції Нової української школи, особливо важливим стає вміння педагогів формувати у дітей культуру здорового способу життя шляхом інтегрування передових європейських методик у навчально-виховний процес.

Питання розвитку здоров'язбережувальної компетентності майбутніх учителів фізичної культури в контексті Нової української школи та європейських практик викликає значний інтерес серед науковців як в Україні, так і за кордоном. Вітчизняні дослідники активно працюють над цією темою, розглядаючи різні аспекти її впровадження, а саме: ефективність здоров'язбережувальних технологій у фізичному вихованні, формування професійної компетентності майбутніх учителів фізичної культури; інноваційні підходи до професійної підготовки педагогів, що дозволяє покращити якість освіти у цій сфері тощо [1; 2; 5; 6].

Зарубіжні науковці також приділяють значну увагу питанням здоров'язбереження в освіті: зокрема, щодо трансформації фізичного виховання, використовуючи холістичний підхід до здоров'я, що враховує не лише фізичну

активність, а й психоемоційний стан учнів [12]; розробці ефективних інструкційних моделей фізичного виховання та стратегіях формування здоров'язбережувальної компетентності тощо [9].

Одним із основних аспектів практичної підготовки майбутніх учителів фізичної культури є розвиток навичок організації фізичної активності, що відповідає віковим та психофізіологічним особливостям учнів. Сучасний урок фізичної культури виходить далеко за межі традиційних вправ і нормативів, оскільки його головною метою є не лише розвиток фізичних здібностей, а й формування інтересу до здорового способу життя. У багатьох європейських країнах активно впроваджується гейміфікація навчального процесу, що передбачає використання ігрових методик для підвищення залученості та мотивації учнів.

Наприклад, у Фінляндії уроки фізичної культури часто проводяться у форматі квестів, де учні виконують серію завдань, що пов'язані з руховою активністю. Завдання можуть бути як індивідуальними, так і командними, і передбачають не лише фізичні вправи, а й елементи логічного мислення, орієнтування на місцевості чи взаємодії між учасниками. Подібний підхід не тільки урізноманітнює заняття, а й допомагає дітям розвивати комунікативні навички та навички роботи в команді [8].

У Нідерландах популярними є інтерактивні спортивні уроки, під час яких використовуються цифрові технології. Наприклад, у деяких школах застосовуються мобільні додатки, що дозволяють учням відстежувати власний прогрес, отримувати персоналізовані завдання або змагатися в онлайн-челенджах з однолітками. Такі інновації значно підвищують інтерес дітей до фізичної активності та сприяють формуванню внутрішньої мотивації до занять спортом [10].

У Швеції активно використовуються уроки на свіжому повітрі, під час яких учні не лише виконують спортивні вправи, а й взаємодіють із природним середовищем. Це можуть бути активні прогулянки, орієнтування на місцевості, командні ігри в парках чи лісових зонах, що сприяє не лише фізичному розвитку, а й емоційному розвантаженню, зменшенню рівня стресу та зміцненню ментального здоров'я школярів [9].

В Україні ці методики поступово знаходять своє застосування в межах реформи Нової української школи. Майбутні педагоги мають не лише опанувати традиційні методи фізичного виховання, а й навчитися використовувати сучасні технології, адаптувати уроки під потреби учнів і створювати інтерактивні форми навчання. Це вимагає від учителя не тільки глибоких знань у сфері фізичної культури, а й творчого підходу до організації освітнього процесу. Інтеграція ігрових методів, цифрових технологій та занять на свіжому повітрі може значно підвищити ефективність фізичного виховання, формуючи в учнів не просто тимчасовий інтерес, а стійку мотивацію до активного та здорового способу життя.

Одним із важливих аспектів практичної підготовки майбутніх учителів фізичної культури є вміння ефективно проводити моніторинг фізичного стану учнів. Використання сучасних цифрових технологій дає можливість не лише відстежувати фізичну активність школярів, але й персоналізувати підхід до кожного учня, що є особливо важливим для забезпечення результативного фізичного виховання. За допомогою мобільних додатків для відстеження активності, портативних сенсорів для вимірювання фізіологічних показників і інтерактивних платформ учителі можуть отримати точні дані про рівень фізичної підготовленості учнів, їхній прогрес у виконанні вправ, а також оцінити різні аспекти здоров'я, що дозволяє більш індивідуально підходити до кожного учня.

У європейських країнах, таких як Фінляндія, Німеччина та Великобританія, фітнес-трекери активно використовуються в навчальному процесі, даючи змогу учителям не лише фіксувати важливі фізіологічні показники, такі як кількість кроків, серцевий ритм чи витрачені калорії, а й мотивувати учнів до досягнення нових цілей. Наприклад, у Нідерландах ці пристрої стали стандартом у школах і педагоги регулярно використовують зібрані дані для створення персоналізованих планів тренувань, враховуючи індивідуальні особливості учнів. Окрім того, ці технології виконують важливу роль у мотивації — учні можуть бачити свої досягнення, порівнювати їх з власними результатами, а також змагатися з однолітками, що сприяє підвищенню їхнього інтересу до фізичної активності [11].

Таке використання технологій дозволяє учителям більш глибоко розуміти фізичний стан учнів, виявляти їх слабкі місця і пропонувати відповідні рекомендації щодо коригування фізичних навантажень. Наприклад, якщо учень показує знижений рівень активності або має фізичні обмеження, учитель може розробити спеціальну програму занять, що буде більш відповідати потребам і можливостям учня, таким чином знижуючи ризик перевантаження або недостатньої активності. Такий індивідуалізований підхід позитивно впливає на загальний стан здоров'я учнів, сприяючи їхньому фізичному розвитку.

В Україні впровадження таких методик наразі перебуває на початковому етапі, але вже має великий потенціал, особливо в контексті реформи Нової української школи (НУШ). Використання цифрових технологій у фізичному вихованні дозволяє забезпечити більш інклюзивний і адаптований підхід, орієнтуючись на здоров'я та потреби кожного учня. Враховуючи швидкі зміни в сучасному світі, коли учням потрібен індивідуальний підхід, це є важливою складовою успішного розвитку. Завдяки таким технологіям, учителі можуть не лише здійснювати контроль за фізичним станом, а й постійно адаптувати навчальний процес до потреб учнів.

Майбутні вчителі фізичної культури повинні мати навички не лише для проведення тестувань фізичної підготовленості учнів, а й для аналізу та інтерпретації результатів, вміння визначати закономірності в розвитку учнів і створювати індивідуальні рекомендації для кожного. Це вимагає глибоких знань у галузі фізіології, спортивної медицини та психології, оскільки правильно оцінити стан учнів і підібрати оптимальні фізичні навантаження важливо для їхнього розвитку і збереження здоров'я.

Таким чином, моніторинг фізичного стану учнів за допомогою сучасних технологій є важливим елементом у процесі формування здоров'язбережувальної компетентності майбутніх учителів фізичної культури. Використання фітнес-трекерів і мобільних додатків дозволяє забезпечити індивідуальний підхід до кожного учня, що сприяє їхньому фізичному розвитку, мотивації до активності та підвищує ефективність фізичного виховання. У майбутньому впровадження таких методик в українській освіті дозволить створити здоровіше й активніше покоління учнів.

Однією з ключових практичних навичок є вміння формувати здорові звички в учнів. Це не обмежується лише пропагуванням активного способу життя, а включає також грамотну організацію рухових перерв, навчання технікам розслаблення та стресостійкості, що є надзвичайно актуальним у сучасному світі. У багатьох європейських школах уроки фізичної культури доповнюються заняттями з йоги, дихальних практик та вправ для корекції постави. В українській школі такі методи поки що використовуються вибірково, але їх впровадження могло б значно покращити психоемоційний стан дітей і підвищити ефективність освітнього процесу.

Крім того, надзвичайно важливою є здатність учителя створювати інклюзивне середовище для занять фізичною культурою. В європейських країнах існує широка практика адаптивного фізичного виховання, яке передбачає включення дітей з різними фізичними можливостями у загальний навчальний процес.

Адаптивне фізичне виховання включає в себе різноманітні методики та підходи, спрямовані на модифікацію традиційних фізичних вправ з урахуванням індивідуальних потреб учнів. Це може бути як зміна технічних характеристик вправ, так і варіативність використаних засобів навчання, наприклад, спеціальних тренажерів або спортивного обладнання, що відповідає фізичним можливостям учня. Методики адаптації дозволяють створювати інклюзивні умови, коли учні з різними фізіологічними можливостями можуть виконувати вправи на одному рівні, але з урахуванням своїх індивідуальних характеристик. Важливою складовою є також розвиток соціальних і емоційних навичок учнів, адже робота в групах, командні ігри, спільні фізичні вправи допомагають знижувати рівень соціальної ізоляції дітей з обмеженими можливостями, а також сприяють формуванню у них позитивного ставлення до фізичної активності [7].

Відповідно до цього, вчитель фізичної культури має бути добре підготовленим до впровадження таких методик. Йому необхідно володіти знаннями про специфіку розвитку дітей з особливими потребами, розуміти основи спеціальної педагогіки, фізіології та психології, щоб правильно адаптувати заняття під конкретні потреби кожного учня. Адаптація вправ повинна здійснюватися таким чином, щоб вони були доступними і цікавими для учнів із різними рівнями фізичної підготовленості, що дозволяє зберегти мотивацію до занять та покращити загальний фізичний стан дітей. Це може включати зміну швидкості виконання вправ, варіативність інтенсивності навантаження, а також використання альтернативних методів навчання, таких як інтеграція гейміфікації чи інноваційних цифрових технологій.

В Україні практика адаптивного фізичного виховання ще знаходиться на етапі розвитку, але реформи в рамках Нової української школи (НУШ) сприяють розширенню інклюзивних практик у загальноосвітніх закладах. Тому майбутнім педагогам фізичної культури важливо не тільки ознайомлюватися з теоретичними основами інклюзивного навчання, але й набувати досвіду його практичного застосування під час педагогічної практики. Це дозволить педагогам ефективно впроваджувати інклюзивний підхід, надавати індивідуалізовані рекомендації щодо фізичної активності для кожного учня та сприяти створенню комфортної та підтримуючої атмосфери в класі, що є важливим елементом для формування здоров'язберезувальної компетентності в учнів.

Отже, розвиток інклюзивного середовища в заняттях фізичної культури є важливим напрямом у підготовці майбутніх вчителів, який вимагає від них глибоких знань і навичок адаптації навчального процесу під різні фізичні можливості учнів. Враховуючи досвід європейських країн, Україна має значний потенціал для впровадження ефективних методик адаптації фізичного виховання, що сприятиме розвитку інклюзивної освіти та забезпечить рівні можливості для всіх учнів у контексті їхнього фізичного, соціального та емоційного розвитку.

Формування в майбутніх учителів фізичної культури ролі ментора і мотиватора є надзвичайно важливим елементом їхньої професійної підготовки. В умовах сучасної освіти, особливо в контексті Нової української школи, роль учителя полягає не лише у передачі знань та навичок, а й у вихованні здорового способу життя серед учнів.

Ментор у фізичному вихованні — це не просто наставник, який навчає фізичних вправ, а й особистість, що має здатність надихати учнів, допомагаючи їм ставати кращими не лише у спорті, але й у житті загалом. Щоб сформувати у майбутніх педагогів роль ментора, важливо акцентувати увагу на розвитку таких особистих якостей, як емпатія, вміння слухати та підтримувати, здатність створювати довірливі стосунки з учнями. Це дозволяє глибше розуміти потреби кожного учня, вчасно виявляти проблеми та надавати підтримку. Крім того, важливо навчити студентів педагогічних методів, які допоможуть створювати позитивну атмосферу на уроці, забезпечити рівні можливості для всіх учнів, незалежно від рівня їх фізичної підготовленості. Ментор повинен не лише викладати вправи, а й допомагати школярам знайти власний шлях у фізичній культурі, зберігаючи мотивацію та інтерес до занять.

Роль мотиватора у фізичному вихованні передбачає вміння спонукати учнів до активності, навіть коли вони стикаються з труднощами або не бачать негайних результатів своїх зусиль. Учитель має бути прикладом для учнів, демонструючи своїм життєвим стилем важливість фізичної активності, здорового харчування та загального благополуччя. Ключовим є створення таких умов, за яких учні можуть порівнювати свої досягнення і працювати над собою, прагнучи до покращення результатів. Ось чому важливо навчити майбутніх учителів не лише передавати знання про фізичну культуру, а й підтримувати постійний інтерес дітей до спорту, а також навчити їх практичним методам мотивації та організації уроків.

Європейський досвід свідчить, що ефективність фізичного виховання значно підвищується завдяки тісній співпраці вчителя з батьками учнів. Це дозволяє створювати спільне середовище підтримки, де батьки не лише інформують учителя про особливості свого чада, а й активно беруть участь у процесі, заохочуючи дітей до занять спортом. Таким чином, майбутні вчителі фізичної культури повинні навчитися активно взаємодіяти з батьками учнів, щоб разом працювати над досягненням спільних цілей.

Формування таких якостей у майбутніх учителів фізичної культури не можливе без залучення до практичної підготовки. Студенти повинні мати можливість застосовувати теоретичні знання в реальних умовах через педагогічну практику. Це дозволяє не лише отримати досвід роботи з учнями, а й розвивати вміння будувати ефективну комунікацію, надавати індивідуальні рекомендації, коригувати плани занять в залежності від фізичного стану учнів, а також застосовувати інноваційні методи навчання, включаючи гейміфікацію, цифрові технології та адаптацію вправ для різних груп дітей.

Тим самим, майбутні вчителі фізичної культури, наділені здатністю бути менторами та мотиваторами, здатні сприяти формуванню в учнів стійкої мотивації до здорового способу життя, підвищувати рівень їх фізичної підготовленості, а також забезпечити розвиток особистих якостей, що сприятимуть успішному розвитку дітей як фізично, так і морально.

В Україні подібні ініціативи зустрічаються нечасто, проте їх впровадження може суттєво покращити ефективність навчального процесу та зміцнити зв'язок між школою і сім'єю.

Отже, розвиток здоров'язбережувальної компетентності майбутніх учителів фізичної культури є не лише важливим завданням освітньої сфери, а й одним із ключових чинників формування здорового суспільства загалом. Це складний і багатоаспектний процес, що передбачає не лише засвоєння теоретичних знань, а й формування практичних умінь та навичок, необхідних для ефективної педагогічної діяльності. Сучасна освіта вимагає від фахівців не тільки вміння проводити уроки фізичної культури, а й здатності створювати сприятливе освітнє середовище, що сприяє збереженню та зміцненню здоров'я учнів. Це включає організацію цікавих та ефективних занять, застосування сучасних технологій моніторингу фізичного стану та здоров'я дітей, впровадження методик, спрямованих на формування у школярів стійкої мотивації до здорового способу життя.

Висновки. Інтеграція європейського досвіду набуває особливої актуальності, оскільки передові підходи до здоров'язбережувальної освіти, що використовуються в країнах Європи, можуть слугувати додатковими умовами для вдосконалення підготовки майбутніх учителів фізичної культури в Україні. Тож, відповідне та доречне використання інноваційних методик, запозичених із європейської педагогічної практики, сприятиме підвищенню якості освіти, формуванню нової генерації вчителів, які здатні відповідати сучасним викликам та ефективно реалізовувати концепцію Нової української школи.

Література

1. Бойчук Ю.Д. Теоретико-методичні основи формування еколого-валеологічної культури майбутнього вчителя: монографія. Суми: Університетська книга, 2021. 386 с.
2. Єфімова В.М. Здоров'язбережувальні технології у контексті педагогічних досліджень // Педагогіка, психологія та медико-біологічні проблеми фізичного виховання і спорту. 2022. № 1. С. 37-41.
3. Іваній І.В. Характеристика сутності здоров'язбережувальної компетентності вчителя фізичної культури // Педагогіка, психологія та медико-біологічні проблеми фізичного виховання і спорту. 2021. № 10. С. 54-58.
4. Нова українська школа: концептуальні засади реформування середньої школи. Київ: Міністерство освіти і науки України, 2021. 40 с.
5. Носко М.О., Грищенко С.В., Носко Ю.М. Формування здорового способу життя: навчальний посібник. Київ: МП Леся, 2021. 332 с.
6. Омеляненко В.Г. Здоров'язберігаюча компетентність вчителя фізичної культури: монографія. Тернопіль: ТНПУ, 2021. 328 с.
7. Armour K.M., Harris J. (2023). Making a difference in physical education: Professional learning in practice. Routledge.
8. European Physical Education Review "Health and Physical Education Teacher Education 2.0: Pre-service Teachers' Perceptions on Developing Digital Competencies". Vol. 28, Issue 3, 2022.
9. Green K., Hardman K. (2022). European Physical Education Teacher Education Practices: Initial, Induction and Professional Development. Meyer & Meyer Sport.
10. Kerner C., Goodyear, V.A. (2023). Digital Technologies in Health and Physical Education: Pedagogical Cases. Routledge.
11. Marttinen R., Daum D., Banville D., Ferry M. (2022). Technology and Digital Learning in Physical Education: New Possibilities for Teachers and Students. Routledge.
12. O'Sullivan M., MacPhail A. (2021). Physical Education Futures: Learning to Teach Physical Education. Routledge.
13. Physical Education and Health Global Standards and Benchmarks. WHO and UNESCO Publication, 2023.

References

1. Boichuk Y.D. (2021). Theoretical and methodological foundations of forming the ecological and valeological culture of future teachers: Monograph. Universytetska Knyha.
2. Efimova V.M. (2022). Health-preserving technologies in the context of pedagogical research. Pedagogy, Psychology, and Medical-Biological Problems of Physical Education and Sports, 1, p. 37-41.
3. Ivaniy I.V. (2021). Characteristics of the essence of health-preserving competence of a physical education teacher. Pedagogy, Psychology, and Medical-Biological Problems of Physical Education and Sports, 10, p. 54-58.
4. Ministry of Education and Science of Ukraine. (2021). New Ukrainian School: Conceptual foundations for reforming secondary education.
5. Nosko M.O., Hryshchenko S.V. & Nosko Y. M. (2021). Formation of a healthy lifestyle: Textbook. MP Lesia.
6. Omelyanenko V.H. (2021). Health-preserving competence of a physical education teacher: Monograph. TNPU.
7. Armour K.M. & Harris J. (2023). Making a difference in physical education: Professional learning in practice. Routledge.
8. European Physical Education Review. (2022). Health and physical education teacher education 2.0: Pre-service teachers' perceptions on developing digital competencies. European Physical Education Review, 28(3).
9. Green K. & Hardman K. (2022). European physical education teacher education practices: Initial, induction and professional development. Meyer & Meyer Sport.
10. Kerner C. & Goodyear V.A. (2023). Digital technologies in health and physical education: Pedagogical cases. Routledge.
11. Marttinen R., Daum D., Banville D. & Ferry M. (2022). Technology and digital learning in physical education: New possibilities for teachers and students. Routledge.

12. O'Sullivan M. & MacPhail A. (2021). Physical education futures: Learning to teach physical education. Routledge.
13. World Health Organization & United Nations Educational, Scientific and Cultural Organization. (2023). Physical education and health global standards and benchmarks. WHO & UNESCO.

DOI: [https://doi.org/10.31392/UDU-nc.series15.2025.03к\(188\).17](https://doi.org/10.31392/UDU-nc.series15.2025.03к(188).17)

Власюк О.О.

ORCID iD: <http://orcid.org/0000-0001-6515-2070>

кандидат наук з фізичного виховання та спорту, доцент,
завідувач кафедри гімнастики,

Придніпровська державна академія фізичної культури і спорту,
м. Дніпро

Сорока О.І.

ORCID iD: <https://orcid.org/0000-0003-3003-7528>

старший викладач кафедри гімнастики,

Придніпровська державна академія фізичної культури і спорту,
м. Дніпро

Федоряка А.В.

ORCID iD: <https://orcid.org/0000-0002-3422-9239>

старший викладач кафедри гімнастики,

Придніпровська державна академія фізичної культури і спорту,
м. Дніпро

РОЗВИТОК КООРДИНАЦІЙНИХ ЗДІБНОСТЕЙ ДІТЕЙ 5-6 РОКІВ ЗАСОБАМИ СПОРТИВНИХ ТАНЦІВ

Мета роботи: експериментально обґрунтувати методику розвитку координаційних здібностей дітей 5-6 років засобами спортивних танців. Експериментальна методика включала вправи для розвитку просторових орієнтувань, часових орієнтувань, для розвитку спритності, для розвитку функції рівноваги. Підбір вправ здійснювався за принципом «від простого до складного», тому виконання координаційних рухів дітьми перешкод не зустрічало. Після вивчення простого руху додавалися різні елементи з підключенням рук, плечей, голови. Саме це сприяло розвитку здатності контролювати рухи свого тіла. Під впливом музики рухи ставали більш чіткими, ритмічними, координованими. Музично-ритмічні рухи допомагали дитині навчитися володіти своїм тілом, координувати рухи, погоджуючи їх з рухами інших дітей, учили орієнтуватися в просторі, закріплювали основні види рухів, сприяли освоєнню елементів танців.

В результаті дослідження визначено ефективність впливу оздоровчих занять з елементами спортивних танців на розвиток координаційних здібностей дітей 5-6 років; були відзначені значні покращення у показниках рівня вестибулярної стійкості, динамічної рівноваги та почуття ритму.

Ключові слова: спортивні танці, вестибулярна стійкість, динамічна рівновага, почуття ритму

Vlasiuk Olena, Soroka Olena, Fedoriaka Andrii. Development of coordination abilities of children aged 5-6 years by means of sports dances. Purpose: to experimentally substantiate the methodology of development of coordination abilities of children aged 5-6 years by means of sports dances. The experimental methodology included exercises for the development of spatial orientation, time orientation, agility, and balance function. The selection of exercises was based on the principle of 'from simple to complex', so children's coordination movements did not encounter any obstacles. Having learnt a simple movement, various elements involving the arms, shoulders and head were added. This contributed to the development of the ability to control body movements. The exercises are unusual in their structure, so children like to do them with musical accompaniment. Under the influence of music, the movements became clearer, more rhythmic, and coordinated. Musical and rhythmic movements helped children to learn to control their body, coordinate movements, coordinating them with movements of other children, taught to orientate in space, consolidated basic types of movements, and contributed to mastering dance elements. The organisation of the educational and training process in the control and experimental groups had common features and differences. Exercises for development of coordination abilities in the control group were performed at the beginning of the lesson (during warm-up), at the end of the main part and after physical activity at the end of the lesson; Exercises for development of coordination abilities in the experimental group were performed during the lesson when performing each task. For each dance task a complex of coordination exercises was developed.

The study determined the effectiveness of the influence of health-improving classes with elements of sports dances on the development of coordination abilities of children aged 5-6 years; significant improvements were noted in the level of vestibular stability, dynamic balance and sense of rhythm.

Key words: sports dances, vestibular stability, dynamic balance, sense of rhythm.

Вступ. У сучасних умовах реформування системи освіти, до дошкільного виховання пред'являються нові, більш високі вимоги, пов'язані з організацією навчально-виховного процесу, при якій ефективно вирішувалися б освітні, виховні та оздоровчі завдання. Підготовка до навчання в школі вимагає від дітей значного психофізіологічного напруження.