

## СУЧАСНІ ПІДХОДИ ЩОДО МЕТОДІВ ТА ЗАСОБІВ РОЗВИТКУ КООРДИНАЦІЇ У ДІТЕЙ МОЛОДШОГО ШКІЛЬНОГО ВІКУ

Вікторія СОРОМОТІНА, Роман ПЕТРИНА

*Львівський державний університет фізичної культури імені Івана Боберського,  
м. Львів, Україна*

**Вступ.** Стан здоров'я та фізичної підготовленості дітей молодшого шкільного віку в нашій країні постійно знижується. Це зумовлює потребу в якісному поліпшенні процесу фізичного виховання [3, 5, 6]. Одним із перспективних рішень у цьому напрямку є пошук нових методів та засобів розвитку координації [1, 7]. Ми вважаємо, що для розвитку цієї складної фізичної якості потрібно більше уваги приділити удосконаленню її окремих компонентів, зокрема здатності диференціювати просторові та часові характеристики рухів [2, 4].

Для реалізації дослідження в цьому напрямку ми провели аналіз сучасних підходів щодо розвитку координації.

**Метою** дослідження є аналіз сучасних підходів щодо методів та засобів розвитку координації у дітей молодшого шкільного віку.

**Методи:** аналіз та узагальнення наукових джерел, соціологічні методи (анкетування), педагогічне спостереження, методи математичної статистики.

**Результати.** Для узагальнення сучасних підходів до розвитку координації ми проаналізували навчальну програму з фізичної культури для учнів 1–4 класів та провели анкетування серед вчителів фізичної культури та тренерів груп початкової підготовки [8].

У програмі для розвитку координації передбачено використання вправ на рівновагу; подолання природних перешкод; пересування із зупинкою за зоровим та слуховим сигналами; «Човниковий біг»; складнокоординаційні вправи з м'ячем; вправи зі зміною положення тіла у просторі; народні ігри, естафети; вправи на розслаблення м'язів рук, ніг і тулуба. Ми порівняли цю інформацію з результатами опитування, в якому взяло участь 43 фахівці фізичної культури віком від 21 до 71 року з педагогічним стажем від 0,5 до 50 років.

У результаті було визначено, що 47% опитаних у сучасних умовах надають перевагу складнокоординаційним вправам із предметами, 40% – вправам без предметів, 30% – стрибкам, 28% – іграм та естафетам, 23% – різним видам бігу, 19% часто застосовують вправи на рівновагу. Лише 7% вважають ефективними стройові вправи. Подолання природних перешкод та вправи на розслаблення м'язів рук, ніг, тулуба для розвитку координації практично не застосовують. Водночас досвідчені фахівці додають вправи, які не передбачені навчальною програмою: гімнастичні та акробатичні вправи (16%); ритмічні вправи та вправи під музику (7%); інші різноманітні вправи (у парах; повороти; вправи зі зміною напрямку руху, відстані, темпу); окрім м'ячів використовують скакалки, палиці, обручі, гантелі.

За результатами анкетування було визначено, що 91% опитаних вважають удосконалення здатності диференціювати просторові та часові характеристики рухів є важливим для розвитку координації, проте не використовують спеціальних вправ. Зокрема, 84% відзначили можливість застосування на своїх заняттях вправ для розвитку «відчуття простору» та 58% – «відчуття часу», що є основними засобами удосконалення здатності диференціювати просторові та часові характеристики рухів.

**Висновок.** У програмі не прописано весь арсенал засобів для розвитку координації, окремі зазначені засоби у практиці не використовують. Ми перевірили, що застосування вправ для розвитку «відчуття простору» та «відчуття часу» у дітей молодшого шкільного віку може

бути ефективним для удосконалення здатності диференціювати просторові та часові характеристики рухів, що буде предметом подальших наших наукових досліджень.

**Ключові слова:** фізична культура, координація, здатність диференціювати просторові та часові характеристики рухів, молодший шкільний вік.

### Список використаних джерел

1. Блажко Ю. Активізація рухової діяльності учнів на уроках фізичної культури / Блажко Ю. // Перспективи, проблеми та наявні здобутки розвитку фізичної культури і спорту в Україні : зб. наук. пр. – Вінниця, 2019. – Вип. 2. – С. 21–24.
2. Келлер В. С. Теоретико-методичні основи підготовки спортсменів / Келлер В. С., Платонов В. М. – Львів : Українська спортивна Асоціація, 1993. – 269 с.
3. Масляк І. Шляхи вдосконалення змісту уроків фізичної культури у школярів молодших класів / Ірина Масляк // Молода спортивна наука України : зб. наук. пр. з галузі фіз. культури та спорту. – Львів, 2006. – Вип. 10, т. 1. – С. 44–50.
4. Платонов В. Н. Система подготовки спортсменов в олимпийском спорте. Общая теория и ее практические приложения : учебник / В. Н. Платонов. – Киев : Олимп. литература, 2004. – 806 с.
5. Решетілова В. Аналіз взаємозв'язку рухових якостей і координаційних здібностей у дітей молодшого шкільного віку / Решетілова Валерія // Молода спортивна наука України : зб. наук. пр. з галузі фіз. культури та спорту. – Львів, 2002. – Вип. 6, т. 1. – С. 359–362.
6. Спіцин В. В. Оцінка рівня фізичної підготовленості учнів молодших класів загальноосвітньої школи / Спіцин В. В. // Теорія та методика фізичного виховання. – 2014. – № 4. – С. 38–43.
7. Чупрун Н. Формування координаційних здібностей як педагогічна проблема в теорії та практиці фізичного виховання / Наталія Чупрун // Молода спортивна наука України : зб. наук. пр. з галузі фіз. культури та спорту. – Львів, 2010. – Вип. 14, т. 2. – С. 277–281.
8. Фізична культура : навчальна програма для загальноосвітніх навчальних закладів 1–4 класи. [Електронний ресурс]. – Київ, 2016. – 50 с. – Режим доступу: <https://mon.gov.ua/ua/osvita/zagalna-serednya-osvita/navchalni-programi/navchalni-programi-dlya-pochatkovoyi-shkoli>.