

МАЛАНІЙ Юрій

аспірант, кафедра спортивно-педагогічних дисциплін
Прикарпатський національний університет імені Василя Стефаника

<https://orcid.org/0000-0002-9105-9694>

e-mail: yuragym2@gmail.com

ПІТИН Мар'ян

доктор наук з фізичного виховання спорту, професор,
кафедра теорії спорту та фізичної культури
Львівський державний університет фізичної культури імені Івана Боберського

<https://orcid.org/0000-0002-3537-4745>

e-mail: pityn7@gmail.com

ПОКАЗНИКИ КООРДИНАЦІЙНОЇ ПІДГОТОВЛЕНОСТІ ГІМНАСТІВ ПЕРШОГО РОКУ НАВЧАННЯ НА ЕТАПІ ПОЧАТКОВОЇ ПІДГОТОВКИ

Проведене дослідження виявило різні результати за дев'ятьма тестами з координаційної підготовленості серед юних гімнастів першого року початкової підготовки. Мета: встановити показники координаційної підготовленості гімнастів першого року навчання на етапі початкової підготовки. Методи: теоретичний аналіз та узагальнення даних наукової та методичної літератури, абстрагування, історичний метод, порівняння, педагогічне тестування, методи математичної статистики. Було застосовано педагогічне тестування координаційної підготовленості юних гімнастів: «Тест на влучність «Мисливець», «Проба Ромберга», «Ловля лінійки», «Тепінг-тест ногами за 10 с», «Дрібна моторика, тест з гудзиками», «Ловля м'яча на конус», «Човниковий біг з перенесенням м'ячиків», «Три присідання (сісти на підлогу та встати) на час», «Лазіння по гімнастичній стінці вгору та вниз на час». Залучено юних гімнастів ДЮСШ м. Івано-Франківська (n=130, з них: 2018 року народження n=69, 2019 – n=45 та 2020 – n=19 осіб). Один з тестів, "Ловля лінійки", не показав жодних відмінностей між спортсменами різних років народження. У двох інших тестах, "Проба Ромберга" та "Тепінг-тест ногами за 10 секунд", були зафіксовані статистично значущі відмінності лише між гімнастами 2018 та 2020 років народження. Старші хлопчики показали кращі результати, що вказує на необхідність застосування цих тестів для оцінки координаційних здібностей, які мають тісний зв'язок з мисленевими процесами та психомоторикою дитини. Аналіз коефіцієнтів варіації виявив неоднорідність у підгрупах та загалом у групі юних гімнастів. Значення більшості результатів тестів не відповідали нормативним показникам, що підтверджує значну варіативність результатів у межах групи та підгруп за роком народження. Результати дослідження вказують на необхідність використання тестів для оцінки координаційних здібностей та фізичних якостей у навчально-тренувальному процесі юних гімнастів першого року початкової підготовки, з урахуванням індивідуальних показників готовності. Це забезпечить більш об'єктивне оцінювання та ефективне планування тренувальних навантажень.

Ключові слова: юні гімнасти, координаційні здібності, підготовленість, результати, відмінності.

[https://doi.org/10.31891/pcs.2025.1\(1\).102](https://doi.org/10.31891/pcs.2025.1(1).102)

1. ПОСТАНОВКА ПРОБЛЕМИ У ЗАГАЛЬНОМУ ВИГЛЯДІ ТА ЇЇ ЗВ'ЯЗОК ІЗ ВАЖЛИВИМИ НАУКОВИМИ ЧИ ПРАКТИЧНИМИ ЗАВДАННЯМИ

Особливості підготовки дітей у різних видах спорту пов'язані із тим, що завдання на перших роках тренувань мають певні відмінності від суто спортивного спрямування [1, 3, 5, 7].

З'ясування наукової інформації про індивідуальні особливості дітей віком 5–6 років вказали на суттєві обмеження можливостей дітей до виконання різноспрямованих фізичних навантажень у зв'язку з різним адаптаційним потенціалом й роботою систем організму [4, 10, 14, 15, 17].

2. АНАЛІЗ ОСТАННІХ ДОСЛІДЖЕНЬ ТА ПУБЛІКАЦІЙ

Більшість фахівців вказують на чіткі відмінності оздоровчого тренування від спортивного. Основними виступає те, що спортивне тренування має на меті використання фізичних навантажень з метою досягнення максимальних результатів у певному виді спорту. Водночас оздоровча спрямованість повинна діяти в напрямку збільшення та/або підтримки достатнього рівня залученості до рухової активності та здоров'я [8, 11, 13, 15, 16].

У цьому віковому діапазоні дітям притаманний достатньо відмінний набір вроджених задатків і можливостей. Ключові особливості розвитку проявляються у

індивідуальній адаптації дитини до фізичних та психічних розвивальних впливів, гетерохронності розвитку опорно-рухового апарату, дисбалансі розвитку великих та малих м'язових груп. Окрім того суттєвими для врахування в навчально-тренувальному процесі є особливості сприймання, опрацювання, відтворення інформації та операційних механізмів мисленнєвої діяльності юних спортсменів [1, 2, 7, 8, 11].

Таким чином для навчально-тренувального процесу дітей віком 5-6 років у спортивній гімнастиці необхідно віднайти можливості створення сприятливих умов для фізичного розвитку юних спортсменів шляхом впровадження ефективних технологій і методів навчально-тренувальної діяльності, контрольно-діагностичної заходів ні основі диференціації програм підготовки та врахування індивідуальних характеристик контингенту.

3. ФОРМУЛЮВАННЯ ЦІЛЕЙ СТАТТІ

Мета дослідження: встановити показники координаційної підготовленості гімнастів першого року навчання на етапі початкової підготовки.

Методи дослідження: теоретичний аналіз та узагальнення даних наукової та методичної літератури, абстрагування, історичний метод, порівняння, педагогічне тестування, методи математичної статистики.

Для дослідження взято актуальну науково-методичну інформацію з проблематики змістового наповнення системи підготовки кваліфікованих гімнастів-початківців в період перебування на першому

році навчання на етапі початкової підготовки в дитячо-юнацьких спортивних школах [10, 12, 13].

Для вирішення мети було застосовано педагогічне тестування фізичної підготовленості та залучено тести для контролю координаційної підготовленості юних гімнастів: «Тест на влучність «Мисливець», к-сть разів; «Проба Ромберга», с; «Ловля лінійки», см; «Тепінг-тест ногами за 10 с», к-сть разів; «Дрібна моторика, тест з гудзиками», с; «Ловля м'яча на конус», к-сть разів; «Човниковий біг з перенесенням м'ячиків», с; «Три присідання (сісти на підлогу та встати) на час», с; «Лазіння по гімнастичній стінці вгору та вниз на час», с.

До педагогічного тестування залучено юних гімнастів першого року на етапі початкової підготовки ДЮСШ м. Івано-Франківська (n=130, з них: 2018 року народження n=69, 2019 – n=45 та 2020 – n=19 осіб).

4. ВИКЛАД ОСНОВНОГО МАТЕРІАЛУ ДОСЛІДЖЕННЯ З ПОВНИМ ОБҐРУНТУВАННЯМ ОТРИМАНИХ НАУКОВИХ РЕЗУЛЬТАТІВ

Більшість фахівців одностайні у твердженнях, що досягнення високих результатів у спортивній гімнастиці неможливе без достатнього рівня розвитку координаційних якостей. В межах запропонованого нами педагогічного тестування ми виокремили блок тестів, пов'язаних з вибірковими проявами координаційних здібностей (табл. 1, рис. 2).

Таблиця 1

Результати гімнастів першого року навчання на етапі початкової підготовки за параметрами координаційних якостей

Назва тесту	Рік народження							
	2018/20 n=130		2018 n=69		2019 n=45		2020 n=19	
	\bar{X}	σ	\bar{X}	σ	\bar{X}	σ	\bar{X}	σ
Тест на влучність «Мисливець», к-сть разів	8,20	1,73	8,57	1,58	7,84	1,80	7,63	1,80
Проба Ромберга, с	10,70	4,31	11,38	3,70	10,31	4,92	8,88	4,23
Ловля лінійки, см	30,31	4,90	30,44	4,92	30,42	4,77	28,83	5,01
Тепінг-тест ногами за 10 с, к-сть разів	28,08	3,38	28,52	3,02	28,00	3,53	26,38	3,82
Дрібна моторика, тест з гудзиками, с	25,43	5,12	24,35	4,10	26,31	6,00	27,67	5,18

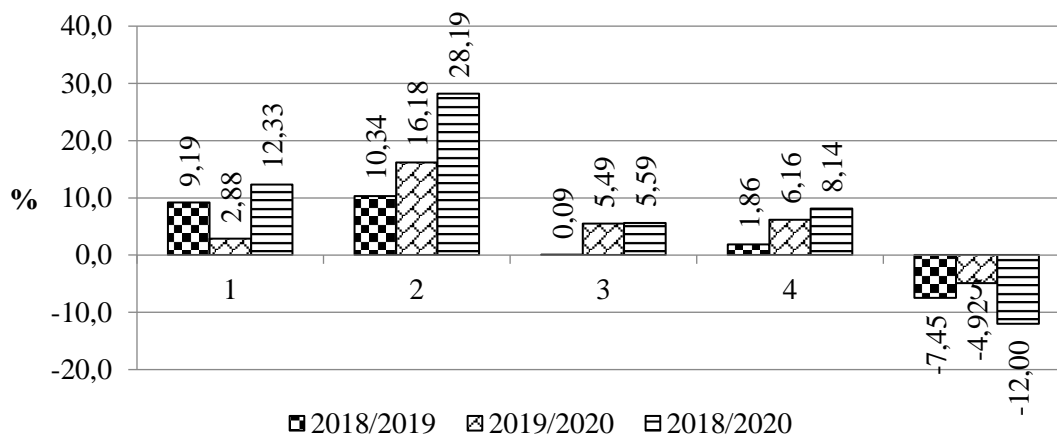


Рис. 1. Відмінності рівня підготовленості гімнастів першого року навчання на етапі початкової підготовки за параметрами координаційних якостей (%): 1 – тест на влучність «мисливець», к-сть разів; 2 – проба Ромберга, с; 3 – ловля лінійки, см; 4 – тепінг-тест ногами за 10 с, к-сть разів; 5 – дрібна моторика, тест з гудзиками, с.

Незважаючи на те, що до цієї групи тестів належало лише п'ять, ми отримали дещо відмінні результати за ними. За одним з тестів («Ловля лінійки») не було зафіксовано жодних відмінностей між результатами юних гімнастів різних років народження (перший рік етапу початкової підготовки). Абсолютні значення відмінностей результатів за підгрупами становили 0,03–1,61 см (0,09–5,59%, $p=0,260$ – $0,491$) та не відображали жодних особливостей готовності. Це дає підстави у подальшому не застосовувати зазначений тест для комплексного та вибіркового контролю готовності хлопчиків до занять спортивною гімнастикою.

Ще за двома тестами спостерігалася ситуація за якої статистично вірогідні зміни були зафіксовані лише між юними гімнастами 2018 та 2020 р.н. Це спостерігалася у «Пробі Ромберга» та «Тепінг-тест ногами за 10 с». Перевага старших хлопчиків (2018 р.н.) становила 2,50 с та 2,15 разів відповідно (8,14 та 28,19%, $p=0,015$ та $0,023$ відповідно).

За абсолютними та відносними значеннями перевага становила 0,72 разів (9,19%, $p=0,016$) та 0,94 разів (12,33%, $p=0,038$) для першого тесту і 1,96 с (7,45%, $p=0,031$) та 3,32 с (12,00%, $p=0,015$) для другого з зазначених тестів. Чутливість результатів зазначених тестів, пов'язаних з проявами координаційних здібностей дає підстави рекомендувати їх для використання в тестуванні готовності хлопчиків. Відомо, що рівень прояву координаційних здібностей має тісні взаємозв'язки з мисленневими процесами та психомоторикою дитини.

Згідно встановлених значень коефіцієнту варіації для тестів, пов'язаних з контролем координаційних здібностей ми встановили, що як і в попередніх випадках здебільшого має місце неоднорідність у підгрупах та загалом групі юних гімнастів першого року навчання на етапі початкової підготовки. Значення для більшості результатів тестів коливаються в межах, що не відповідають нормативним. Для гімнастів 2018 р.н. це $V\sigma=16,17$ – $32,55\%$, 2019 р.н. – $15,68$ – $47,68\%$, 2020 р.н. – $17,39$ – $47,62\%$ та узагальнено для 2018–2020 р.н. – $16,17$ – $40,25\%$. Лише в окремих випадках – «Тепінг-тест ногами за 10 с» значення коефіцієнту варіації перебували в межах норми, $V\sigma=12,03\%$ для сукупності результатів юних гімнастів 2018–2020 р.н., а також 10,59% (2018 р.н.), 12,60% (2019 р.н.) та 14,49% (2020 р.н.) за даними цього ж тесту.

Таким чином певну «чутливість» показників можна спостерігали лише у двох тестах з зазначеної групи (Тест на влучність «Мисливець», «Дрібна моторика, тест з гудзиками»). Однак при цьому об'єктивність визначення готовності до засвоєння навчального матеріалу юними гімнастами обмежена внаслідок значної варіативності результатів у межах групи та підгруп спортсменів за роком народження, що підтверджено відповідним коефіцієнтом та широкими межами стандартного відхилення результатів хлопчиків, які перебувають на першому році навчання на етапі початкової підготовки.

Останній блок тестів умовно можна виокремити як такий, що представлений засобами контролю із комплексними

проявами фізичних якостей (табл. 2, рис. 2). До нього належали: «Ловля м'яча на конус», «Човниковий біг з перенесенням м'ячиків»,

«Три присідання (сісти на підлогу та встати) на час» та «Лазіння по гімнастичній стінці вгору та вниз на час».

Таблиця 2

Результати гімнастів першого року навчання на етапі початкової підготовки за параметрами комплексних проявів фізичних якостей

Назва тесту	Рік народження							
	2018/20 n=130		2018 n=69		2019 n=45		2020 n=19	
	\bar{X}	σ	\bar{X}	σ	\bar{X}	σ	\bar{X}	σ
Ловля м'яча на конус, к-сть разів	4,03	1,15	4,30	0,95	3,80	1,24	3,50	1,32
Човниковий біг з перенесенням м'ячиків, с	12,23	0,95	12,14	0,89	12,19	0,91	12,73	1,12
Три присідання (сісти на підлогу та встати) на час, с	6,61	0,84	6,49	0,75	6,73	0,87	6,79	1,05
Лазіння по гімнастичній стінці вгору та вниз на час, с	15,20	3,41	14,60	2,67	15,88	3,72	15,88	4,61

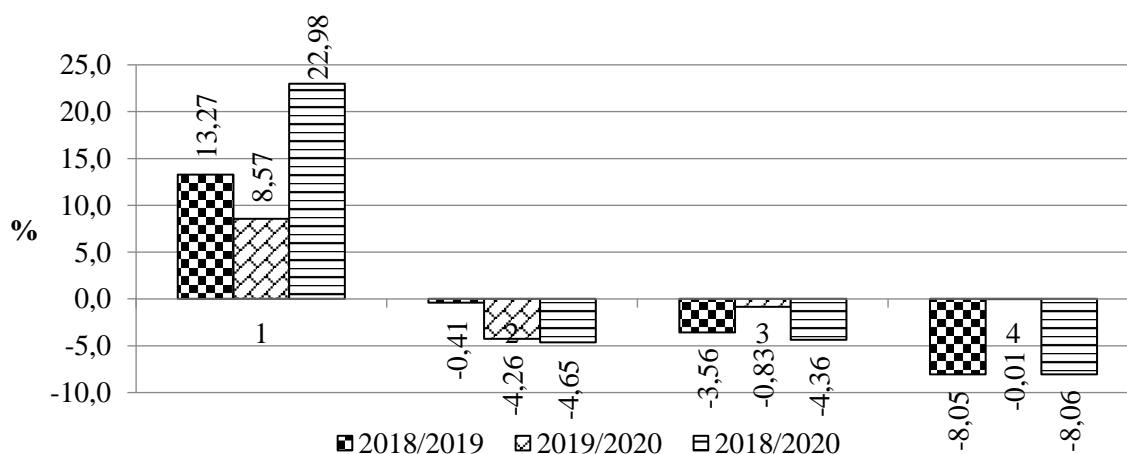


Рис. 2. Відмінності рівня підготовленості гімнастів першого року навчання на етапі початкової підготовки за параметрами комплексних проявів фізичних якостей (%): 1 – ловля м'яча на конус, к-сть разів; 2 – човниковий біг з перенесенням м'ячиків; 3 – три присідання (сісти на підлогу та встати) на час, с; 4 – лазіння по гімнастичній стінці вгору та вниз, с.

За одним з тестів («Три присідання (сісти на підлогу та встати) на час») не було зафіксовано жодних відмінностей між результатами юних гімнастів різних років народження першого року на етапі початкової підготовки. Абсолютні значення відмінностей результатів за підгрупами становили 0,06–0,30 с (0,83–4,36%, $p=0,068$ – $0,427$) та не відображали жодних особливостей готовності хлопчиків до освоєння змісту занять. Це дає підстави у подальшому обмежити застосування цього тесту для контролю.

Ще за двома тестами спостерігалася ситуація за якої статистично вірогідні зміни були зафіксовані лише в одному випадку з трьох. Для тесту «Човниковий біг з перенесенням м'ячиків» це проявилось між юними гімнастами 2018 та 2020 р.н. де

перевага старших хлопчиків (2018 р.н.) становила 0,59 с (4,65%, $p=0,035$).

Другий тест в якому була перевага – це «Лазіння по гімнастичній стінці вгору та вниз на час». У цьому випадку також хлопчики 2018 р.н. переважали народжених у 2019 р. на статистично вірогідному рівні ($p=0,026$) на 1,28 с., 8,05%.

Аналізування результатів тесту «Ловля м'яча на конус» показало, що за ним спостерігається більш чутлива диференціації підготовленості серед хлопчиків першого року навчання на етапі початкової підготовки. У зазначеному тесті результати юних гімнастів відрізнялися в двох парах підгруп – серед 2018 та 2019 і 2018 та 2020 р.н. Це вказує на те, що більш старші хлопчики мали кращі прояви фізичних якостей при їх комплексному розгляді в зазначеному тесті.

За абсолютними та відносними значеннями перевага становила 0,50 разу (13,27%, $p=0,012$) та 0,80 разу (22,98%, $p=0,019$) за результатами цього тесту.

Тобто чутливість зазначеного тесту, пов'язаного з проявом комплексу фізичних якостей дає підстави рекомендувати його для використання в подальшому контролі готовності хлопчиків.

За даними коефіцієнту варіації у цій групі тестів ми спостерігали дещо кращу ситуацію, порівняно із іншими групами засобів контролю. Так для сукупності результатів узагальненої групи юних гімнастів (2018–2020 р.н.) у двох випадках значення були у межах норми ($V\sigma= 7,75\%$ – Човниковий біг з перенесенням м'ячиків та $12,76\%$ – Три присідання (сісти на підлогу та встати) на час). Така ж ситуація спостерігалася для окремих підгруп юних гімнастів різних років народження, $V\sigma=$ від 7,35 до 8,82% та від 11,51 до 12,95% відповідно.

Для двох інших тестів коефіцієнт варіації суттєво переважав нормативні показники та загалом коливався у межах $V\sigma=$ від 18,29 до 37,80%. Це вчергове підтверджує наявність в юних спортсменів різного рівня готовності до виконання завдань навчально-тренувального процесу уже на першому році етапі початкової підготовки.

До того ж не завжди узагальнені значення результатів (група, підгрупи) відповідали індивідуальним показникам підготовленості за вказаними тестами, спрямованими на визначення різних варіантів прояву фізичних якостей [1, 9, 17, 18]. Це вказує на необхідність врахування саме індивідуальних показників готовності у навчально-тренувальному процесі юних гімнастів першого року навчання на етапі початкової підготовки.

Зазначене проявилось у широких межах стандартного відхилення як для узагальненої групи гімнастів-початківців, так і для окремих

підгруп (за роками народження). Це дає підстави при плануванні тренувальних навантажень ввести показник диференціації на основі індивідуальних відмінностей юних спортсменів від узагальненого групового.

5. ВИСНОВКИ З ДАНОГО ДОСЛІДЖЕННЯ І ПЕРСПЕКТИВИ ПОДАЛЬШИХ РОЗВІДОК У ДАНОМУ НАПРЯМКУ

Опрацювання результатів тестів з контролю координаційних здібностей також показало, що ще за двома з них («Тест на влучність «Мисливець» та «Дрібна моторика, тест з гудзиками») спостерігається більш чутлива диференціації підготовленості серед хлопчиків першого року навчання на етапі початкової підготовки. У зазначених тестах результати юних гімнастів відрізнялися в двох парах підгруп – серед 2018 та 2019 і 2018 та 2020 р.н. Це вказує на те, що більш старші хлопчики мали кращу прояви координації у запропонованих тестах, які пов'язані з оцінкою просторових характеристик та міжм'язовою координацією.

Ще за двома тестами спостерігалася ситуація за якої статистично вірогідні зміни були зафіксовані лише в одному випадку з трьох. Для тесту «Човниковий біг з перенесенням м'ячиків» це проявилось між юними гімнастами 2018 та 2020 р.н. де перевага старших хлопчиків (2018 р.н.) становила 0,59 с (4,65%, $p=0,035$). Другий тест в якому була перевага – це «Лазіння по гімнастичній стінці вгору та вниз на час». У цьому випадку також хлопчики 2018 р.н. переважали народжених у 2019 р. на статистично вірогідному рівні ($p=0,026$) на 1,28 с., 8,05%.

Перспективи подальших досліджень передбачають побудову розробку програму диференційованого навчання гімнастів першого року навчання на етапі початкової підготовки.

Література

1. Батеева Н., Кизим П. Особливості розвитку координаційних здібностей у спортсменів акробатичного року-ролу віком 7–8 років. Слобожанський науково-спортивний вісник. 2017. № 2. С. 13–17.
2. Дейнеко А.Х., Біленька І.Г. Вдосконалення розвитку гнучкості спортсменок 8-9 років у спортивній гімнастиці. Науковий часопис Національного педагогічного університету імені М.П. Драгоманова. 2019. Вип. 8 (116) 19. С. 14–18.
3. Євтерев Д.Ю., Волков В.Л. Диференціація контингенту в процесі фізичної підготовки юних гімнасток на початковому етапі багаторічного спортивного удосконалення. Науковий часопис Національного педагогічного університету імені М.П. Драгоманова. Серія 15: Науково-педагогічні проблеми фізичної культури (фізична культура і спорт). 2018. Вип. 5. С. 90–93.

4. Комаринська Н. Про зміст та організацію загальної і спеціальної фізичної підготовки гімнасток групи початкової підготовки в Україні. В: Вісник Чернігівського нац.пед. ун-ту імені Т.Г. Шевченка. Серія: Педагогічні науки. Фізичне виховання та спорт. Чернігів: ЧНПУ; 2015. Вип. 129. № 4. С. 96–9.
5. Комаринська Н. Стан розвитку координаційних здібностей гімнасток першого року початкового етапу багаторічної підготовки. В: Вісник Прикарпатського університету. Серія: Фізична культура. Івано-Франківськ: ПНУ ім. В. Стефаника; 2017. Вип. 27–28. С. 128–133.
6. Комаринська Н.Б. Про взаємозв'язок розвитку фізичних якостей гімнасток. Науковий часопис Національного педагогічного університету імені М.П. Драгоманова. Серія 15. Випуск 8 (78К) 2016. С. 33- 37
7. Коханович К. Прикладні аспекти контролю на етапі початкової підготовки юних гімнастів. Фізичне виховання і спорт. Київ: Олімпійська література. 1999. №1. С. 12–18.
8. Кравчук Т. М., Дорогань С. В. Виховання гімнастичного стилю на етапі початкової підготовки в спортивній гімнастиці. Актуальні проблеми фізичного виховання і спорту : матеріал. конф. ХНПУ Г. С. Сковороди. 2017. С. 74–76.
9. Мельник М., Пітин М. Студентський спорт: перспективи наукових досліджень. Спортивний вісник Придніпров'я. 2015. № 3. С. 73–76.
10. Навчальна програма для дитячо-юнацьких спортивних шкіл, спеціалізованих дитячо-юнацьких шкіл олімпійського резерву, шкіл вищої спортивної майстерності з спортивної гімнастики / Марченко Ю.П., Єретик А.А., Терещенко І.А. [та ін.]. Київ, 2003.
11. Рудницька Д. О. , Пітин М. П. , Синиця А. В. Хореографічна підготовка юних спортсменок у спортивній гімнастиці: перспективи досліджень. Фізичне виховання та спорт. 2023. № 3. С. 113-120.
12. Сергієнко ЛП. Тестування рухових здібностей школярів. Київ: Олімпійська література; 2001. 440 с.
13. Сорнович І, Хом'яченко Л, Веселкина С. Підвищення ефективності фізичної підготовки кваліфікованих спортсменів у спортивних танцях шляхом поєднання класичних підходів та інноваційних тенденцій тренування. Теорія і методика фізичного виховання. 2019. №2. С.143-149.
14. Худолій О.М., Мицкан Б.М. Чинники успішного навчання вправам юних гімнастів на початковому етапі підготовки. Теорія та методика фізичного виховання. 2011. № 3. С. 3-6.
15. Худолій О. М., Карпунець Т.В., Іващенко О.В. Структурна модель рухової підготовленості юних гімнасток 6–8 років. Теорія та методика фізичного виховання. 2015. №4. С. 3–10.
16. Худолій О. М., Єрмаков С. С. Закономірності процесу навчання юних гімнастів. Теорія та методика фізичного виховання, 2011. № 5. С. 3–18, 35–41. doi: <http://dx.doi.org/10.17309/tmfv.2011.5.70719>.
17. Briskin Y., Todorova V., Perederiy A., Pityn M. Comparative analysis of choreographic training of athletes from foreign and Ukrainian sport aerobics teams. Journal of Physical Education and Sport. 2016. Vol. 16, Is. 4. pp. 1352–1356. DOI:10.7752/jpes.2016.04216.
18. Romanchyshyn O., Briskin Y., Sydorko O., Ostrovs'kyi M., Pityn M. Pedagogical colleges students readiness formation for sport and recreation activity. Journal of Physical Education and Sport. Pitesti, 2015. 15 (4). pp. 815 – 822.

References

1. Bateyeva, N., & Kizym, P. (2017). Osoblyvosti rozvytku koordynatsiinykh zdbnostei u sportsmeniv akrobatychnoho rok-n-rolu vikom 7–8 rokiw [Peculiarities of development of coordination abilities in acrobatic rock and roll athletes aged 7–8 years]. *Slobozhanskyi naukovo-sportyvnyi visnyk*, (2), 13–17.
2. Deineko, A. H., & Bilenka, I. H. (2019). Vdoskonalennia rozvytku hnuchkosti sportsmenok 8-9 rokiw u sportyvni himnastytsi [Improving the flexibility development of gymnasts aged 8-9 years in sports gymnastics]. *Naukovyi chasopys Natsionalnoho pedahohichnoho universytetu imeni M. P. Drahomanova*, (8 (116) 19), 14-18.
3. Yevtiarev, D. Yu., & Volkov, V. L. (2018). Dyferentsiatsiia kontynhentu v protsesi fizychnoi pidhotovky yunykhn himnastok na pochatkovomu etapi bahatorichnoho sportyvnoho udoskonalennia [Differentiation of the contingent in the process of physical training of young gymnasts at the initial stage of long-term sports improvement]. *Naukovyi chasopys Natsionalnoho pedahohichnoho universytetu imeni M. P. Drahomanova, Serii 15: Naukovop-ehahohichni problemy fizychnoi kultury (fizychna kultura i sport)*, (5), 90–93.
4. Komarynska, N. (2015). Pro zmist ta orhanizatsiiu zahalnoi i spetsialnoi fizychnoi pidhotovky himnastok hrupy pochatkovoї pidhotovky v Ukraini [On the content and organization of general and special physical training of gymnasts of the initial training group in Ukraine]. *Visnyk Chernihivskoho natsionalnoho pedahohichnoho universytetu imeni T. H. Shevchenka, Serii: Pedahohichni nauky. Fizychnie vykhovannia ta sport*, (129 (4)), 96–99.
5. Komarynska, N. (2017). Stan rozvytku koordynatsiinykh zdbnostei himnastok pershoho roku pochatkovoho etapu bahatorichnoi pidhotovky [Condition of coordination abilities development in gymnasts of the first year of the initial stage of long-term training]. *Visnyk Prykarpatskoho universytetu, Serii: Fizychna kultura*, (27-28), 128–133.
6. Komarynska, N. B. (2016). Pro vzaiemozviazok rozvytku fizychnykh yakosteı himnastok [On the relationship between the development of physical qualities of gymnasts]. *Naukovyi chasopys Natsionalnoho pedahohichnoho universytetu imeni M. P. Drahomanova*, (8 (78K)), 33–37.
7. Kokhanovych, K. (1999). Prykladni aspekty kontroliu na etapi pochatkovoї pidhotovky yunykhn himnastiv [Applied aspects of control at the stage of initial training of young gymnasts]. *Fizychnie vykhovannia i sport*, Kyiv: Olympiiska literatura, (1), 12–18.
8. Kravchuk, T. M., & Dorohan, S. V. (2017). Vykhovannia himnastychnoho styliu na etapi pochatkovoї pidhotovky v sportyvni himnastytsi [Fostering gymnastic style at the stage of initial training in sports gymnastics]. *Aktualni problemy fizychnoho vykhovannia i sportu: materialy konferentsii KhNPU imeni H. S. Skovorody*, 74–76.

9. Melnyk, M., & Pytyn, M. (2015). Studentskyi sport: perspektyvy naukovykh doslidzhen [Student sports: prospects for scientific research]. *Sportyvnyi visnyk Prydniprovia: nauково-praktychnyi zhurnal*, Dnipro, (3), 73–76.
10. Marchenko, Yu. P., Yeretyk, A. A., & Tereshchenko, I. A. [et al.]. (2003). *Navchalna programa dlia dytiache-uniatskykh sportyvnykh shkil, spetsializovanykh dytiache-uniatskykh shkil olimpiiskoho rezervu, shkil vyshchoi sportyvnoi maisternosti z sportyvnoi himnastyky* [Curriculum for children's and youth sports schools, specialized children's and youth schools of Olympic reserve, schools of higher sports mastery in sports gymnastics]. Kyiv.
11. Rudnytska, D. O., Pytyn, M. P., & Synytsia, A. V. (2023). Khoreorafichna pidhotovka yunykh sportsmenok u sportyvni himnastytsi: perspektyvy doslidzhen [Choreographic training of young athletes in sports gymnastics: research prospects]. *Fizychnye vykhovannia ta sport*, (3), 113–120.
12. Serhiienko, L. P. (2001). *Testuvannia rukhovyykh zdibnostei shkoliariv* [Testing of Motor Abilities of Schoolchildren]. Kyiv: Olympiiska literatura.
13. Sornovych, I., Khomianchenko, L., & Veselkina, S. (2019). Pidvyshchennia efektyvnosti fizychnoi pidhotovky kvalifikovanykh sportsmeniv u sportyvnykh tantsiakh shliakhom poiednannia klasychnykh pidkhodiv ta innovatsiinykh tendentsii trenuvannia [Increasing the effectiveness of physical training of qualified athletes in sports dances through the combination of classical approaches and innovative training trends]. *Teoriia i metodyka fizychnoho vykhovannia*, (2), 143–149.
14. Khudolii, O. M., & Mytskan, B. M. (2011). Chynnyky uspishnoho navchannia vpravam yunykh himnastiv na pochatkovomu etapi pidhotovky [Factors of successful learning of exercises by young gymnasts at the initial stage of training]. *Teoriia ta metodyka fizychnoho vykhovannia*, (3), 3–6.
15. Khudolii, O. M., Karpunets, T. V., & Ivashchenko, O. V. (2015). Strukturna model rukhovoї pidhotovlenosti yunykh himnastok 6–8 rokiv [Structural model of motor readiness of young gymnasts aged 6–8 years]. *Teoriia ta metodyka fizychnoho vykhovannia*, (4), 3–10.
16. Khudolii, O. M., & Yermakov, S. S. (2011). Zakonomirnosti protsesu navchannia yunykh himnastiv [Regularities of the process of teaching young gymnasts]. *Teoriia ta metodyka fizychnoho vykhovannia*, (5), 3–18, 35–41. doi: <http://dx.doi.org/10.17309/tmfv.2011.5.70719>.
17. Briskin, Y., Todorova, V., Perederiy, A., & Pytyn, M. (2016). Comparative analysis of choreographic training of athletes from foreign and Ukrainian sport aerobics teams [Comparative analysis of choreographic training of athletes from foreign and Ukrainian sport aerobics teams]. *Journal of Physical Education and Sport*, 16(4), 1352–1356. doi: 10.7752/jpes.2016.04216.
18. Romanchyshyn, O., Briskin, Y., Sydorko, O., Ostrovs'kyy, M., & Pytyn, M. (2015). Pedagogical colleges students readiness formation for sport and recreation activity [Pedagogical colleges students readiness formation for sport and recreation activity]. *Journal of Physical Education and Sport*, 15(4), 815–822.

Abstract

MALANII Yurii

Vasyl Stefanyk Precarpathian National University

PITYN Maryan

Ivan Boberskyi Lviv State University of Physical Culture

COORDINATION PREPAREDNESS INDICATORS OF FIRST-YEAR GYMNASTS AT THE INITIAL TRAINING STAGE

The conducted study revealed different results for nine tests of coordination preparedness among young gymnasts in their first year of initial training. Objective: To establish the indicators of coordination preparedness of first-year gymnasts at the initial training stage. Methods: Theoretical analysis and generalization of scientific and methodological literature data, abstraction, historical method, comparison, pedagogical testing, and methods of mathematical statistics. The pedagogical testing of young gymnasts' coordination preparedness included: "Hunter Accuracy Test", "Romberg Test", "Ruler Catching", "10-second Foot Tapping Test", "Fine Motor Skills, Button Test", "Ball Catching on a Cone", "Shuttle Run with Ball Transfer", "Three Squats (Sit on the Floor and Stand Up) for Time", and "Climbing the Gym Wall Up and Down for Time". Involved were young gymnasts from the Ivano-Frankivsk Youth Sports School (n=130, among them: born in 2018 n=69, 2019 n=45, and 2020 n=19). One of the tests, "Ruler Catching," showed no differences among athletes of different birth years. In two other tests, "Romberg Test" and "10-second Foot Tapping Test," statistically significant differences were recorded only between gymnasts born in 2018 and 2020. The older boys showed better results, indicating the need to use these tests for assessing coordination abilities, which are closely linked to a child's thinking processes and psychomotor skills. Analysis of variation coefficients revealed heterogeneity within subgroups and in the overall group of young gymnasts. The values of most test results did not meet normative standards, confirming significant variability within the group and subgroups by birth year. The results of the study indicate the necessity of using tests to assess coordination abilities and physical qualities in the educational and training process of first-year gymnasts, considering individual readiness indicators. This will ensure more objective evaluation and effective planning of training loads.

Keywords: young gymnasts, coordination abilities, preparedness, results, differences.

Стаття надійшла до редакції 01.02.2025 р.