

базових прийомів початкового навчання в стійці і 8 основних прийомів боротьби в партері. Це мінімальна кількість прийомів, достатня для того, щоб на базовому етапі борці, оволодівши ними, змогли решту прийомів боротьби (на базі них) використовувати у різних комбінаціях.

Нами була розроблена оригінальна методика підготовки борців молодших розрядів. Навчання техніці боротьби здійснюється паралельно з розвитком основних фізичних якостей. Для цих цілей широко використовується широкий арсенал засобів загальної фізичної підготовки: легкоатлетичний біг, спортивні і рухливі ігри, загальні і спеціальні вправи борця. У міру поліпшення фізичної підготовленості більше часу приділяється технічній підготовці борця. Методика навчання передбачає певну черговість відповідно до принципу послідовності. Прийоми, що вивчаються, групуються так, щоб вивчення першого прийому створювало біомеханічні передумови для вивчення подальшого. Практична реалізація цього підходу дозволяє формувати у юних борців ефективні технічні зв'язки прийомів і контрприймів.

Практична значущість дослідження полягає у тому, що оволодіння базовою технікою дозволить ефективно і правильно побудувати процес техніко-тактичної підготовки борців греко-римського стилю і сформувати у них індивідуальний комплекс коронних техніко-тактичних дій.

#### ЛІТЕРАТУРА:

1. Греко-римская борьба: учеб. для вузов физ. культуры / Под. общ. ред. А.Г. Семенова и М.В. Прохоровой. – М.: Терра-спорт: Олимпия Press, 2005. – 255 с.
2. Греко-римская борьба: учебник для СДЮШОР, спортивных факультетов пед. институтов, техникумов физической культуры и училищ Олимпийского резерва / Серия «Образовательные технологии в массовом и олимпийском спорте». – Ростов н/Д: «Феникс», 2004. – 800 с.
3. Дементьев В.Л., Ушаков А.Ф. Дидактическое значение правил соревнований по спортивной борьбе на базовом этапе технико-тактической подготовки спортсмена // Физическая культура: воспитание, образование, тренировка. – 2003. – № 2. – С. 19-22.
4. Игуменов В.М., Подливаев Б.А. Спортивная борьба. – М.: Просвещение, 1993. – 240 с.
5. Игуменов В.М., Подливаев Б.А. Основы методики обучения в спортивной борьбе. – М., 1986. – 36 с.
6. Крикуха Ю.А. Греко-римская борьба: основы подбора и планирования учебного материала в группах подготовки юных борцов: учеб. пособие / Крикуха Ю.А., Грузных Г.М.; СибГАФК. – Омск, 1999. – 71 с.
7. Маmiaшвили М.Г. Современные тенденции развития греко-римской борьбы // Теория и практика физической культуры. – 1998. – № 5. – С. 23.
8. Неврегдинов Ш.Т., Подливаев Б.А., Шахмурадов Ю.А. Основные направления технико-тактической и физической подготовки спортивного резерва по вольной борьбе. – М.: ФОН, 1997. – 59 с.
9. Новиков А.А., Есмейкин В.Ф., Ипполитов Ю.А. Основные соревновательные характеристики приемов в единоборствах // Теория и практика физической культуры: тренер: журнал в журнале. – 2006. – № 9. – С. 36.
10. Ольшевский З. Содержание и последовательность преподавания базовой техники дзюдо на тренерском факультете института физической культуры в Польской Народной республике: дис. ... канд. пед. наук / ГЦОЛИФК. – М., 1988. – 125 с.
11. Туманян Г.С. Спортивная борьба: теория, методика, организация тренировки. кн. 3: Методика подготовки: Учеб. пособие: В 4 кн. – М.: Советский спорт, 1998. – 398 с.
12. Чочарай З.Ю. Техническая подготовка в единоборствах: Учебное пособие. – К.: Европейский университет, 2003. – 216 с.
13. Шахмурадов Ю.А. Научно-методические основы многолетней технико-тактической подготовки борцов (на примере вольной борьбы): дис. ... д-ра пед. наук в виде науч. докл. / ВНИИФК. – М., 1999. – 60 с.

*Радецька Ю.*

*Науковий керівник – доц. Шандригось В.І.*

### ПІДВИЩЕННЯ РІВНЯ ФІЗИЧНОЇ ПІДГОТОВЛЕНОСТІ ДІТЕЙ МОЛОДШОГО ШКІЛЬНОГО ВІКУ ЗАСОБАМИ ІГРОВОЇ СПРЯМОВАНОСТІ

**Актуальність.** У системі фізичного виховання дітей шкільного віку особливе місце посідає фізична підготовка. Значну увагу в дослідженнях різних авторів приділено змісту і структурі фізичної підготовки дітей молодшого шкільного віку, її спрямованості та організації [1, 4, 6 та інші].

Багато авторів стверджує, що у фізичній підготовці дітей на сучасному етапі не враховуються нові наукові положення, а розроблена і рекомендована для впровадження в практику система оцінки

розвитку фізичних здібностей не сприяє їх корекції та реалізації виховних і оздоровчих завдань у процесі занять фізичною культурою. Проте питання, пов'язані з комплексним вихованням фізичних здібностей, які є основою підвищення рівня фізичного та психологічного здоров'я дітей молодшого шкільного віку, не знайшли свого наукового обґрунтування, що значною мірою гальмує підвищення ефективності фізичного виховання молодших школярів.

Отже, актуальність дослідження зумовлена, з одного боку, потребою спрямувати фізичне виховання молоді на досягнення оздоровчих цілей, а з іншого – недосконалістю методики комплексного розвитку фізичних здібностей, який є передумовою міцного здоров'я дітей молодшого шкільного віку.

Зважаючи на викладене ми поставили за **мету** – розробити програму підвищення рівня фізичної підготовки дітей молодшого шкільного віку спортивно-ігровими засобами.

**Завданням дослідження** було розробити і експериментально перевірити програму комплексної ігрової організації фізичної підготовки дітей молодшого шкільного віку.

У проведених дослідженнях були використані такі **методи**: теоретичний аналіз та узагальнення даних передової педагогічної практики; педагогічний експеримент; педагогічне тестування та педагогічне спостереження; методи математичної статистики.

Дослідження проводилось протягом 2013-2015 років в чотири взаємозв'язаних етапи. Під час **першого етапу** дослідницька робота була спрямована на вивчення літературних джерел, які висвітлювали питання проблеми, що вивчається.

Під час **другого етапу** був проведений педагогічний експеримент констатуючого характеру, в якому брали участь діти 6-7 років, що навчаються у 1-2 класах загальноосвітньої школи № 23 м. Тернополя у кількості 87 осіб, із яких 44 хлопчики та 43 дівчинки.

Основне завдання цього етапу полягало у вивченні особливостей стану організму, який забезпечується оптимальною життєдіяльністю всіх систем та органів. В результаті аналізу були визначені вікові та статеві особливості рівня розвитку фізичної підготовленості дітей 6-7 років.

**Третій етап** передбачав проведення формуючого експерименту у відповідності із розробленою педагогічною програмою, яка була спрямована на підвищення рівня фізичних якостей дітей у залежності від особливостей їх вікового розвитку. У експерименті брали участь: учні перших класів – 43 дітей, 2 класів – 44 дітей.

На цьому етапі уточнювались і вводилися корективи у систему педагогічних дій, які були спрямовані на активізацію емоціональної та функціональної реакції дітей, встановлення оптимального дозування навантажень та відпочинку, в залежності від віку дітей, під час виконання фізичних вправ у процесі спортивно-ігрової форми фізичної підготовки.

Під час проведення **четвертого етапу** аналізувались результати формуючого педагогічного експерименту, виявлялись особливості організації фізичної підготовки з дітьми 6-7 років під час уроків фізкультури.

Формування змісту спортивно-ігрової форми фізичної підготовки передбачала забезпечення процесу керування на основі побудови наступних блоків:

- планування загального та вибіркового спрямування педагогічного впливу на фізичну підготовку дітей молодшого шкільного віку, що базується на знаннях вікової динаміки розвитку фізичних здібностей, наявності сенситивних періодів;
- методики виховання фізичних здібностей в процесі спортивно-ігрової форми фізичної підготовки, при якій враховуються особливості вікового розвитку дітей 6-7 років;
- диференціації фізичних вправ для вибіркового впливу на швидкісно-силові і швидкісні здібності, витривалість, спритність і гнучкість;
- контролю і диференційованої оцінки рівня розвитку фізичних здібностей дівчаток і хлопчиків 6-7-річного віку.

Основою організації навчальних занять в експериментальних класах було проведення змагань між групами учнів у середині класу, що потребує розподілу їх на команди.

В практиці фізичного виховання, як правило прийнято розподіляти клас на три – чотири відділення, у яких нараховувалось би не більше 6-8 учнів. Такий розподіл забезпечує, крім іншого, час для відпочинку між виконанням вправ, коли наступна вправа виконувалась через 1-1,5 хв.

Практикою відзначено [2, 3, 5, 7], що при розподілі учнів на команди можна використати декілька способів. У процесі експерименту було визначено, що найефективнішим способом розподілу на команди є розподіл за вибором капітанів з правом вчителя внести незначні

## ФАКУЛЬТЕТ ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ

корективи у залежності від рівня фізичної підготовленості членів команди, склад яких радикально не змінюється протягом навчального року.

Нормування фізичних навантажень у процесі спортивно-ігрової форми фізичної підготовки здійснювалось нами в експериментальних класах таким чином:

- розподіл класу на визначену кількість команд, що дає можливість збільшити або зменшити кількість гравців, а відповідно – обсяг навантаження та інтервал відпочинку;
- збільшення чи зменшення дистанції при виконанні фізичних вправ або ж створення додаткових (ускладнених) умов для виконання вправ;
- збільшення чи зменшення висоти зорових орієнтирів-стимулів при виконанні кидань, передачі м'ячів, стрибків;
- збільшення чи зменшення кількості перепон у процесі виконання бігу і стрибків.

Особливе значення в процесі спортивно-ігрової форма організації фізичної підготовки має система педагогічного впливу, яка забезпечує розвиток в учнів таких якостей, як колективізм, дисциплінованість, виховання волі й наполегливості при подоланні труднощів, що створюються в процесі проведення таких занять.

Оскільки учні об'єднуються в колектив, мають спільну мету, відповідальність, виконують спільну діяльність, у якій допомога і підтримка досягаються в процесі змагальної діяльності.

Важливим фактором при цьому є розвиток почуття симпатії для створення малих груп, із яких і складається колектив.

При такій організації занять дисциплінованість досягається не авторитарним шляхом, а за рахунок чіткого виконання команд, дотримання правил гри. При цьому застосовується як метод заохочення, так і покарання команд, члени яких не дотримуються правил гри.

У процесі фізичної підготовки ігровим методом виховання вольових якостей учнів і послідовне формування їх компонентів досягалося за рахунок поступового ускладнення вправ, подолання труднощів і перепон при їх виникненні.

При цьому необхідно відзначити, що такі компоненти волі, як рішучість, сміливість, витримка досить добре формуються в дітей у тому випадку, коли молодші школярі знаходяться в колективі ровесників, що дозволяє ефективно застосовувати методи колективної дії на окремих учнів в процесі змагань між відділеннями.

При формуванні цих якостей у дітей конкретизувалася мета фізичної підготовки, застосовувалися різні засоби, форми і методи проведення занять, що підвищувало їх емоційну забарвленість, дотримувалася принцип доступності на основі розробленої навчальної програми і використовувалася ефект змагання між відділеннями.

Основним засобом фізичної підготовки ігрової спрямованості є вправи вибіркового напрямку, які виконуються в змаганнях між відділеннями класу.

У процесі теоретичного аналізу та експериментальної перевірки така систематизація (табл. 1) була здійснена нами з дотриманням основних закономірностей, правил і принципів навчання.

*Таблиця 1.*

*Планування засобів спортивно-ігрової фізичної підготовки для дітей 6-7 років*

| №<br>п/п                                 | Назва ігрової вправи                       |
|--|--|
| <b><i>Швидкісно-силові здібності</i></b> |  |
| 1.                                       | Біг з передачею м'яча під час бігу         |
| 2.                                       | Стрибки з місця                            |
| 3.                                       | Стрибки поштовхом обома ногами вгору       |
| 4.                                       | Багатоскоки                                |
| 5.                                       | Стрибки командою                           |
| 6.                                       | Стрибки на одній нозі по прямій            |
| 7.                                       | Стрибки на одній нозі по прямій з паличкою |
| 8.                                       | Стрибунці                                  |
| 9.                                       | Стрибки з передачею м'яча                  |

ФАКУЛЬТЕТ ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ

|                            |  |
|----------------------------|--|
| 10.                        | Стрибки з розбігу на перешкоду               |
| 11.                        | Стрибки з місця (у висоту)                   |
| 12.                        | М'яч ведучому                                |
| 13.                        | Метання м'яча на відстань (хто далі?)        |
| 14.                        | Метання м'яча на відстань однією рукою       |
| 15.                        | Провести м'яч по прямій                      |
| <b>Швидкісні здібності</b> |  |
| 1.                         | Біг по "коридору"                            |
| 2.                         | Біг у "коридорі" по кільцях                  |
| 3.                         | Біг у "коридорі" по сходинках                |
| 4.                         | Біг з перешкодами                            |
| 5.                         | Біг крізь обруч                              |
| 6.                         | Біг з естафетною паличкою                    |
| 7.                         | Біг з естафетною паличкою по кільцях         |
| 8.                         | Біг з естафетною паличкою по сходинках       |
| 9.                         | Біг з естафетною паличкою крізь обруч        |
| 10.                        | Біг з передачею м'яча під час бігу           |
| 11.                        | Біг з передачею м'яча, оббігаючи команду     |
| 12.                        | Біг услід за м'ячем                          |
| 13.                        | Біг з викликом                               |
| 14.                        | Змусити м'яч стрибати                        |
| 15.                        | Ведення м'яча із зоровим орієнтиром          |
| <b>Спритність</b>          |  |
| 1.                         | Стрибки командою                             |
| 2.                         | Стрибки на орієнтир                          |
| 3.                         | М'яч ведучому з орієнтиром                   |
| 4.                         | Влучання у вертикальну ціль                  |
| 5.                         | Влучання в горизонтальну ціль                |
| 6.                         | Влучання в рухливу ціль                      |
| 7.                         | Ведення м'яча з перешкодою                   |
| 8.                         | Ведення м'яча змієюю                         |
| 9.                         | Ведення м'яча приставними кроками            |
| 10.                        | Ведення м'яча із зміною висоти відскоку      |
| 11.                        | Ведення м'яча через перешкоди                |
| 12.                        | Ігровий слалом з м'ячем                      |
| 13.                        | Догнати обруч                                |
| 14.                        | Біг в обручі                                 |
| <b>Гнучкість</b>           |  |
| 1.                         | Біг з підлізанням                            |
| 2.                         | Стрибки командою на одній нозі (нога вперед) |
| 3.                         | Стрибки командою на одній нозі (нога назад)  |
| 4.                         | Стрибки на одній нозі з перешкодою           |
| 5.                         | Передай м'яч сусіду сидячи (з бігом)         |
| 6.                         | Передай м'яч сусіду над головою              |
| 7.                         | Передай м'яч вліво, вправо, назад (сусіду)   |
| 8.                         | Передай м'яч з нахилом над головою (сусіду)  |
| 9.                         | Ведення м'яча по гімнастичній лавці          |
| 10.                        | Ведення м'яча з підлізанням                  |
| 11.                        | Ведення м'яча крізь обруч                    |
| 12.                        | Стрибки з обруча в обруч                     |
| 13.                        | Передай м'яч сусіду з нахилом вперед         |

Розроблені педагогічні умови організації фізичної підготовки дітей 6-7 років, що враховують вікові закономірності розвитку організму, вимагають контролю і оцінки ефективності його педагогічної діяльності.

Даний аспект педагогічного процесу є завершальним етапом в системі управління фізичною підготовкою дітей молодшого шкільного віку. Він передбачає застосування відповідних тестів.

Ефективність розроблених педагогічних умов визначалася після проведення педагогічного експерименту, на основі даних бесідування, педагогічного спостереження і оцінки рівня фізичної підготовленості дітей експериментальної і контрольної груп.

У результаті проведених бесід було встановлено, що спортивно-ігрова форма фізичної підготовки позитивно впливає на емоційний стан дітей молодшого шкільного віку, стійкі взаємини між учнями однієї команди і що, ігрові вправи з предметами їм подобаються більше, ніж без предметів.

У процесі відкритого педагогічного спостереження встановлено, що розроблені правила і вимоги в значній мірі підвищують дисциплінованість, замінюють керівний акт емоційним станом, а наступні подолання труднощів при виконанні ігрових вправ сприяють підвищенню рівня вольових якостей (сміливості, рішучості, витримки).

Порівняльний аналіз результатів загальної фізичної підготовки (рис. 1.) контрольних та експериментальних класів здійснювався за результатами оцінки розвитку фізичних можливостей.

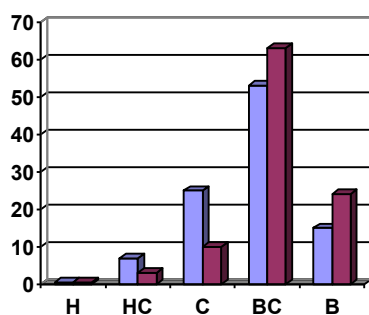
У результаті аналізу було встановлено, що розроблена система педагогічних умов у значній мірі позитивно впливає на процес загальної фізичної підготовки. Так, після експерименту більшість 6-річних дівчаток експериментальних класів перейшли в розряд вище середнього (63,0 %) і високого (24,0 %) рівня фізичної підготовленості, а в хлопчиків відповідно 65,0 % і 32,0 %.

Слід відзначити, що даний процес перш за все свідчить, що в експериментальних класах значно зменшилася кількість дітей з рівнем розвитку фізичних якостей нижче середнього і збільшилась відповідно їх числа з вище середнім і високим рівнем розвитку фізичних якостей.

У хлопчиків шести років експериментального класу спостерігається аналогічна картина.

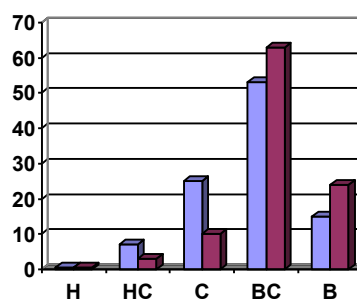
Підвищення рівня фізичної підготовленості спостерігалось у дівчаток, та хлопчиків і в наступній віковій групі. Так, наприклад, у 7-річному віці 15,0 % дівчаток перейшли в розряд вище середнього і високий, у 8 років – 21,0 %, а в 9 років – 25,0%. Це відбулося за рахунок зменшення кількості учнів, які до експерименту мали оцінку фізичної підготовки нижче середньої та середню.

**6 років**



■ Контрольний клас  
■ Експериментальний клас

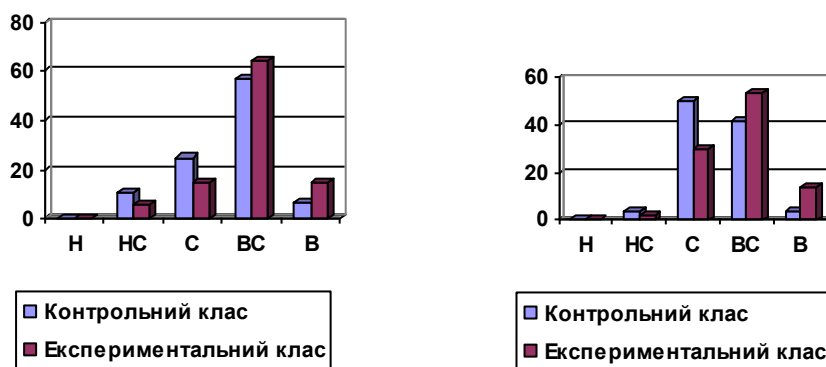
Дівчатка



■ Контрольний клас  
■ Експериментальний клас

Хлопчики

7 років



Дівчатка

Хлопчики

Рис. 1. Показники диференційованої оцінки (%) загальної фізичної підготовленості дітей 6-7 років контрольних та експериментальних класів

**Умовні позначення:** Н – низький; НС – нижче середнього; С – середній; ВС – вище середнього; В - високий

Досить чітко проглядається також в дівчаток і загальна закономірність розвитку рухової активності в 7 років, що було відзначено при вивченні сумарних показників темпів розвитку фізичних якостей. Аналогічна закономірність відзначена і в хлопчиків 7-річного віку.

Проведений аналіз дає можливість зробити висновок, що розроблені педагогічні умови відповідно до яких фізична підготовка здійснюється на основі вікових закономірностей розвитку фізичних якостей, а уроки проводилися з широким використанням ігрового методу, сприяє суттєвому підвищенню рівня загальної фізичної підготовки, яка обумовлює стан здоров'я і працездатність дітей молодшого шкільного віку.

Ефективність ігрової спрямованості фізичної підготовки також була підтверджена в процесі міських змагань між учнями 6-7-річного віку, що одержали назви "Веселі старті". В цих змаганнях учні експериментальних класів за сумою балів зайняли 1 місце серед п'яти команд, які брали участь у змаганнях.

Таким чином, розроблені педагогічні умови сприяють створенню позитивних емоцій у дітей в процесі уроків фізичної культури, підвищують рівень фізичної підготовки і вольових якостей, що закономірно сприяє зміцненню їх фізичного і психічного здоров'я.

**Висновки:** Отже, в системі фізичного виховання дітей молодшого шкільного віку найбільший ефект досягається при проведенні уроків з використанням спортивно-ігрової форми фізичної підготовки. Були систематизовані фізичні вправи спортивно-ігрового напрямку і розроблено планування їх застосування для кожного віку у відповідності до програми з фізичної культури. Контролювали вплив фізичної підготовки ігрової спрямованості і визначали її ефективність на основі показників рівня фізичної підготовленості.

Порівняльний аналіз даних контрольних та експериментальних класів після проведення педагогічного експерименту показав, що фізична підготовка ігрової спрямованості, яка організовується в рамках уроку фізичної культури, здійснює позитивний вплив на емоційний стан, рівень фізичної підготовки, сприяє вихованню таких особистісних якостей, як колективізм, дисциплінованість, витримка і сміливість.

Таким чином, вивчення вікових особливостей розвитку структури фізичної підготовленості основних її компонентів дітей 6-7 років та проведені експерименти дозволили встановити оптимальні педагогічні умови, які спрямовані на удосконалення фізичних здібностей з використання ігрової форми проведення уроків з фізичної культури.

#### ЛІТЕРАТУРА:

1. Дубогай А.Д. Психолого-педагогические основы формирования здорового образа жизни младших школьников / А.Д. Дубогай. – Дисс. ... докт. пед. наук. – К., 1991. – 350 с.

2. Гриженя В.Е. Организация и методические приемы проведения занятий по подвижным играм в вузе и в школе: Учеб.-метод.пособие по курсу дисциплины «Подвижные игры» / Гриженя В.Е. – М.: Советский спорт, 2005. – 38 с.
3. Кузьмичева Е.В. Подвижные игры для детей младшего школьного возраста: учебное пособие / Е.В. Кузьмичева. – Физическая культура, 2008. – 112 с.
4. Куц А.С. Модельные показатели физического развития и физической подготовленности населения Центральной Украины / А.С. Куц. – К.: Искра, 1993. – 256 с.
5. Ламкова О.І. Рухливі ігри та естафети / О.І. Ламкова, С.В. Дорофєєва. – Харків: Видавництво «Ранок», 2009. – 128 с.
6. Петровская Г.В. Дифференцированное физическое воспитание учащихся младшего и среднего школьного возраста / Г.В. Петровская. – К.: РУМК, 1989. – С. 19.
7. Подвижные игры: Учебное пособие для студентов вузов и ссуз физической культуры / Под ред. И.М. Короткова и Л.В. Былеевой. – М.: СпортАкадемПресс, 2002. – 229 с.

*Чайківський В.*

*Науковий керівник – доц. Шандригось В.І.*

### **РОЗВИТОК КООРДИНАЦІЙНИХ ЗДІБНОСТЕЙ ДІТЕЙ 10-11 РОКІВ НА СЕКЦІЙНИХ ЗАНЯТТЯХ З ВІЛЬНОЇ БОРОТЬБИ**

**Актуальність.** На сучасному етапі розвитку боротьби значно збільшився обсяг рухової діяльності, що здійснюється в ймовірнісних і несподівано виникаючих ситуаціях, яка вимагає прояву винахідливості, швидкості реакції, здібності до концентрації і переключення уваги, просторово-часової точності рухів і їх біомеханічної раціональності [1-4, 6, 7, 12]. Всі ці характеристики фахівці [5, 9, 10 та інші] пов'язують з поняттям координаційних здібностей.

Найбільш успішно в змагальній діяльності виступають спортсмени, які володіють високим рівнем сенсорно-перцептивних можливостей, що проявляється у вдосконаленні таких спеціалізованих сприйнять, як «відчуття дистанції», «відчуття килима», «відчуття суперника», «відчуття рівноваги», «відчуття ритму», «відчуття темпу» тощо [8, 11].

Є всі підстави вважати, що методика підготовки юних борців спрямована, перш за все на ретельне відпрацювання певних технічних навичок і тактичних умінь, концентрований розвиток спеціальних фізичних здібностей, разом з тим не створює потрібних умов для удосконалення психомоторних здібностей, що лежать в основі формування координаційних здібностей у специфічній руховій діяльності [12].

Процес удосконалення координаційних здібностей у борців органічно пов'язаний з вирішенням завдань техніко-тактичної підготовки, з розвитком швидкісних і швидкісно-силових здібностей, витривалості в умовах тренувальної і змагальної діяльності [9, 10].

Багато дослідників [1, 5, 9, 10, 12 та інші] вважають, що найбільш ефективно розвиваються координаційні здібності в умовах відсутності втоми. Разом з тим, змагальна діяльність юних борців передбачає виконання спеціалізованих рухових дій високої координаційної складності в найрізноманітніших функціональних станах (від стійкого до важких проявів втоми) і при різних умовах зовнішнього середовища (від комфортних до винятково складних).

У сучасній теорії спортивного тренування методика розвитку координаційних здібностей залишається найменш розробленою. Відсутнє чітке розуміння природи координаційних здібностей, суперечливі дані про їх структуру та вікові особливості проявів, не розроблені критерії оцінки рівнів розвитку координаційних здібностей, не виявлено особливості технологій розвитку даної фізичної якості стосовно до боротьби.

Суперечливість і невирішеність багатьох питань розвитку координаційних здібностей у юних борців обумовлюють актуальність даної роботи і вимагають подальших наукових досліджень.

Наше завдання з'ясувати, яку роль відіграють координаційні здібності в тренувальному процесі борців. Проблема полягає в створенні сучасних педагогічних технологій, що дозволяють здійснювати паралельне вдосконалення координаційних здібностей і психічних функцій у борців на етапі початкової спортивної підготовки.

**Об'єкт дослідження** – навчально-тренувальний процес юних борців вільного стилю.

**Предмет дослідження** – засоби, методи та організаційні форми розвитку координаційних здібностей у юних борців на секційних заняттях з вільної боротьби.