

ПЕДАГОГІЧНА ТЕХНОЛОГІЯ ОЦІНКИ РУХОВИХ ЗДІБНОСТЕЙ ЮНИХ ЛЕГКОАТЛЕТІВ 10-12 РОКІВ В ГРУПАХ ПОЧАТКОВОЇ ПІДГОТОВКИ ДЮСШ

Яковлів Володимир,

кандидат педагогічних наук, доцент,

Вінницький державний педагогічний університет імені Михайла

Коцюбинського, м. Вінниця, вул. Острозького, 32, 21001, Україна;

<https://orcid.org/0000-0002-1762-4827>;

email: dekykovliv576@gmail.com

Анотація. Актуальність. Актуальність дослідження педагогічної технології оцінки рухових здібностей юних легкоатлетів 10–12 років у групах початкової підготовки дитячо-юнацьких спортивних шкіл зумовлена необхідністю підвищення ефективності початкового етапу спортивної підготовки. Саме в цьому віковому періоді відбувається активний розвиток основних рухових здібностей, формуються базові рухові навички та закладаються передумови для подальшої спортивної спеціалізації.

Легка атлетика як вид спорту характеризується різноманітністю рухових дій, що висувають специфічні вимоги до швидкості, швидкісно-силових якостей, витривалості, спритності, гнучкості та координаційних здібностей спортсменів. Водночас рівень розвитку цих здібностей у дітей 10–12 років має значну індивідуальну варіативність, що пов'язано з темпами біологічного дозрівання, рівнем фізичної активності, руховим досвідом та особливостями адаптації до фізичних навантажень. **Мета дослідження** – обґрунтувати ефективність оцінки рухових здібностей юних легкоатлетів 10-12 років в групах початкової підготовки дитячо-юнацьких спортивних шкіл. **Матеріал та методи дослідження.** Методи дослідження: теоретичний аналіз узагальнення даних спеціальної науково-методичної літератури та документальних матеріалів, педагогічне спостереження, педагогічне тестування, педагогічний експеримент, методи математичної статистики. **Результати дослідження.** Запропонована педагогічна технологія визначення адекватності основного виду легкої атлетики здібностям дітей, що займаються. Результати кожної дитини оцінюються за 10-бальною шкалою по кожному тесту. Далі знаходимо показник схильності основного виду легкої атлетики здібностям дітей.

$$ПС = \frac{\text{сума балів за тестами}}{\text{кількість тестів}} I \leq ПС \leq 10, \quad (1)$$

Ефективність визначення перспективності дітей до певного виду спорту на основі комплексної оцінки дає можливість розподілити юних легкоатлетів на п'ять рівнів рухової схильності: високий, вище за середній, середній, нижчий за середній, низький. Аналіз результатів дослідження показав, що послідовна різноспрямована оцінка рухових здібностей до груп видів легкої атлетики: бігу на витривалість, бігу на коротких дистанціях, легкоатлетичним стрибкам, легкоатлетичним метанням підвищила ефективність виявлення рухових здібностей дітей в порівнянні з однією спрямованістю: бігу на коротких дистанціях. Наявність чітких критеріїв оцінки рухових здібностей юних легкоатлетів в групах початкової підготовки дитячо-юнацьких спортивних шкіл дозволить оптимізувати процес їх підготовки. **Висновки.** Розроблена педагогічна технологія оцінки рухових здібностей юних легкоатлетів в групах початкової підготовки дитячо-юнацьких спортивних шкіл дозволить підвищити її ефективність.

Ключові слова: педагогічна технологія, оцінка рухових здібностей, показники рухових здібностей, програма тестування, рівні рухової схильності.

PEDAGOGICAL TECHNOLOGY FOR ASSESSING THE MOTOR ABILITIES OF YOUNG TRACK AND FIELD ATHLETES (AGED 10–12) IN INITIAL TRAINING GROUPS AT CHILDREN AND YOUTH SPORTS SCHOOLS

Yakovliv Volodymyr

Abstract. Topicality. The relevance of researching pedagogical methods for assessing the motor abilities of young track-and-field athletes (aged 10–12) in the initial training groups of youth sports schools stems from the need to enhance the effectiveness of the initial stage of athletic training. It is during this age period that key motor abilities actively develop, fundamental motor skills are formed, and the groundwork for future sports specialization is laid.

Track and field is characterized by a diverse range of motor actions that place specific demands on athletes regarding speed, speed-strength qualities, endurance, agility, flexibility, and coordination. At the same time, the level of development of these abilities in children aged 10–12 varies significantly among individuals, a variation linked to rates of biological maturation, levels of physical activity, motor experience, and specific patterns of adaptation to physical exertion. **The purpose of the study** is to substantiate the effectiveness of assessing the motor abilities of young track-and-field athletes (aged 10–12) in the initial training groups of youth sports schools. **Research material and methods.** The study employed the following methods: theoretical analysis and synthesis of specialized scientific-methodological literature

and documentary materials, pedagogical observation, pedagogical testing, a pedagogical experiment, and mathematical statistical methods. **Research results.** A pedagogical technology is proposed for determining the suitability of a primary track-and-field event for the abilities of the children involved. Each child's results are evaluated on a 10-point scale for each test. Subsequently, an indicator of the alignment between the primary track-and-field event and the children's abilities is calculated.

$$PS = \frac{\text{total test score}}{\text{number of tests}} I \leq PS \leq 10, \quad (1)$$

Determining a child's potential for a specific sport based on a comprehensive assessment makes it possible to categorize young track-and-field athletes into five levels of motor aptitude: high, above average, average, below average, and low. Analysis of the research results demonstrated that a systematic, multi-faceted assessment of motor abilities—covering various track-and-field disciplines such as endurance running, sprinting, jumping, and throwing—was more effective at identifying children's motor capabilities than an assessment focused on a single discipline (sprinting). Establishing clear criteria for evaluating the motor abilities of young athletes in the initial training groups of youth sports schools will help optimize their training process. **Conclusions.** The developed pedagogical technology for assessing the motor abilities of young track-and-field athletes in initial training groups at children's and youth sports schools will enhance the effectiveness of the assessment process.

Key words: pedagogical technology, assessment of motor abilities, motor ability indicators, testing program, levels of motor aptitude.

Постановка проблеми. Одним із основних завдань груп початкової підготовки дитячо-юнацьких спортивних шкіл є пошук найбільш перспективних юних спортсменів для подальшого спортивного удосконалення в навчально-тренувальних групах (Вознюк, 2008; Булгаков, Колеснікова, & Мичка, 2017; Костюкевич, Врублевський, & Вознюк, 2017). Раціональна система відбору і спортивної орієнтації дозволяє своєчасно виявити задатки і здібності дітей і підлітків, створити сприятливі передумови для найбільш повного розкриття їх потенційних можливостей, досягнення духовного і фізичного вдосконалення і на цій основі оволодіння висотами спортивної майстерності. Особливо актуальним є питання про своєчасне виявлення здібностей у дітей і підлітків, так як у них по мірі формування і розвитку організму рухливі і психічні здібності диференціюються, різні їх прояви стають менш взаємопов'язаними і починає проявлятися схильність до певних видів рухової діяльності. Тому оцінка рухових здібностей дітей, їх спортивна орієнтація є важливою проблемою дитячо-юнацького спорту.

Аналіз останніх досліджень і публікацій. Як стверджують ряд авторів (Сергієнко, 2009; Волков, 2010, Яковлів, 2025; Кравченко, 2026) здібності – це індивідуальні особливості особистості, що є суб'єктивними умовами для успішного здійснення певного роду діяльності. Здібності не зводяться до наявних в індивіда знань, умінь та навичок. Вони виявляються насамперед у швидкості, глибині й міцності оволодіння способами й прийомами певної діяльності і є внутрішніми психологічними регуляторами, що спричиняють можливість їхнього набуття.

Основні положення теорії здібностей зводяться до наступного: (Сергієнко, 2001, 2009).

1. Індивідуальні особливості одного індивіда, що відрізняють його від іншого, прийнято розуміти як здібності. Ознаки за якими люди рівні – це їх властивості.

2. Здібності формуються в діяльності, а вродженими можуть бути задатки, які є передумовами чи умовами розвитку здібностей.

3. Знання, уміння й навички, тобто досвід людини, що здобувається в процесі життя, а також такі властивості характеру, як чесність, запальність, справедливість тощо, не належать до здібностей.

4. Здібності можуть проявлятися в дітей ще в ранньому віці при відсутності очевидних зовнішніх причин, які могли б цьому сприяти.

5. Здібності виступають умовою успішного оволодіння діяльністю (у спорті – руховою діяльністю) і успішного виконання нових завдань. Звичайне відтворення засвоєної системи дій у стереотипних умовах не може розглядатися як прояв здібностей.

Рухові здібності – це індивідуальні особливості, що визначають рівень рухових можливостей людини.

В даний час в контексті гуманістичної спрямованості освіти підростаючого покоління не залишилось без змін і взаємовідношення в системі «дитина-спорт». Якщо раніше мова йшла про відбір в той чи інший вид спорту, що по суті відображало позицію «дитина для спорту», то в світі гуманістичної парадигми «спорт для дитини». Такий підхід буде сприяти як масовому привабленню дітей (і підлітків) до занять спортом, та дозволить більш якісно виявляти найбільш здібних дітей з орієнтацією на «великий» спорт (тобто здійснювати і відбір).

Ефективність відбору значною мірою залежить від правильності оцінки у початківців основних показників розвитку фізичних якостей (швидкісно-силових, витривалості, гнучкості, координаційних здібностей) (Долбишева, & Мусяца, 2021; Baj-Korpak, Stelmach, Zaworski, Lichograj, & Wochna, 2022).

Сучасна система визначення перспективності дитини до певного виду спорту повинна базуватися на комплексній оцінці. Наприклад, кожний показник

оцінюється 10-бальною шкалою. А далі знаходять сумарний бал та показник схильності (Яковлів, 2004; Athletics for all, 2014; Sepriadi, et al., 2026).

Мета дослідження. Обґрунтувати ефективність оцінки рухових здібностей юних легкоатлетів 10-12 років в групах початкової підготовки дитячо-юнацьких спортивних шкіл.

Матеріал і методи дослідження. Для вирішення поставлених завдань використовувалися такі методи дослідження: теоретичний аналіз і узагальнення даних спеціальної науково-методичної літератури та документальних матеріалів, педагогічне спостереження, контрольні-педагогічні випробування, педагогічний експеримент. Методи математичної статистики застосовувалися для обчислення отриманих даних впродовж експерименту. Для оцінки достовірності відмінностей між результатами тестування рухових здібностей застосовувалися традиційна методика визначення достовірності відмінностей за t -критерієм Стюдента відповідно до наявних рекомендацій у літературі.

Дослідження проведені в дитячо-юнацьких спортивних школах міста Вінниці, в яких взяло участь 120 юних легкоатлетів 10-12 років, які були розподілені в чотири експериментальні і одну контрольну групи.

Технологія оцінки спортивних здібностей мала різну спрямованість до групи видів легкої атлетики: бігу на витривалість, спринту, стрибкам, метанням. В контрольній групі – до однієї групи видів легкої атлетики – спринту.

Результати дослідження. Аналіз результатів дослідження показав, що послідовна різноспрямована оцінка спортивних здібностей до груп видів легкої атлетики підвищила ефективність виявлення рухових здібностей дітей в порівнянні з однією спрямованістю.

В таблицях (1, 2) представлені результати педагогічного експерименту за показниками, які характеризують рухові здібності юних стрибунів.

Як видно з табл. 1, у хлопчиків вірогідні розрізнення виявлені за показниками: стрибок у довжину з місця ($p < 0,001$), потрійний стрибок у довжину з місця ($p < 0,001$), стрибок вгору поштовхом однієї ноги з чотирьох кроків розбігу ($p < 0,01$), стрибок вгору з допомогою і без допомоги рук ($p < 0,01$), стрибок у довжину з восьми кроків розбігу та з повного розбігу ($p < 0,05$), час відштовхування при стрибку в довжину з розбігу ($p < 0,05$) та в бігу на 30 м з ходу ($p < 0,05$).

Не виявлено вірогідних розрізень тільки в довжині тіла ($p > 0,05$) і вагостовому індексі ($p > 0,05$).

Таблиця 1

**Показники, що характеризують рухові здібності юних стрибунів
у контрольній і експериментальній групах (хлопчики 11 років)**

№ п/п	Показники	Контрольна група $\bar{x} \pm S$	Експериментальна група $\bar{x} \pm S$	Вірогідність розрізень
1	Довжина тіла, см	148,6±3,2	150,2±4,3	>0,05
2	Масо-ростовий індекс, г/см	270,9±17,4	263,1±20,3	>0,05
3	Біг на 30 м з ходу, с	3,35±0,24	4,05±0,30	<0,05
4	Стрибок у довжину з місця, см	174,8±9,0	195,2±5,5	<0,001
5	Стрибок вгору без допомоги рук, см	29,6±2,5	33,0±2,1	<0,01
6	Стрибок вгору з допомогою рук, см	35,8±3,0	41,4±3,8	<0,001
7	Потрійний стрибок у довжину з місця, см	552,9±12,1	578,8±16,0	<0,01
8	Стрибок вгору з чотирьох кроків розбігу поштовхом ноги, см	34,0±2,7	39,8±3,8	<0,01
9	Час відштовхування при стрибку в довжину з розбігу, мс	156,2±7,8	147,3±8,5	<0,05
10	Стрибок у довжину з вісьми кроків розбігу, см	343,8±11,6	359,0±14,4	<0,05
11	Стрибок у довжину з повного розбігу, см	381,8±20,6	409,5±23,7	<0,05

Примітка: вірогідність розрізень дана за t-критерієм Стьюдента

У дівчатко (табл. 2) також виявлені вірогідні розрізнення за десяти показниками з одинадцяти, що характеризують рухові здібності юних стрибунів. Найбільші розрізнення виявлені в потрійному стрибку з місця ($p < 0,01$) і стрибку в довжину з восьми кроків розбігу ($p < 0,01$). За іншими показниками розходження мають 5-відсотковий рівень значимості.

Не виявлено вірогідних розрізень у хлопчиків за показниками довжини тіла ($p > 0,05$) і ваго-ростового індексу ($p > 0,05$), що ми пояснюємо підбором юних стрибунів в основному за антропометричними даними.

Таблиця 2

**Показники, що характеризують рухові здібності юних стрибунів
у контрольній і експериментальній групах (дівчатка 11 років)**

№ п/п	Показники	Контрольна група $\bar{x} \pm S$	Експериментальна група $\bar{x} \pm S$	Вірогідність розрізень
1	2	3	4	5
1	Довжина тіла, см	146,1±3,1	148,0±4,2	>0,05
2	Масо-ростовий індекс, г/см	266,3±17,2	256,4±19,1	>0,05
3	Біг на 30 м з ходу, с	4,43±0,35	4,10±0,35	<0,05
4	Стрибок у довжину з місця, см	161,8±11,9	178,5±12,6	<0,05
5	Стрибок вгору без допомоги рук, см	26,5±2,5	30,0±2,0	<0,05

Продовження табл.2

1	2	3	4	5
6	Стрибок вгору з допомогою рук, см	31,8±2,8	37,5±3,7	<0,05
7	Потрійний стрибок у довжину з місця, см	530,2±11,6	552,4±15,8	<0,01
8	Стрибок вгору з чотирьох кроків розбігу поштовхом ноги, см	30,1±2,5	35,2±3,7	<0,05
9	Час відштовхування при стрибку в довжину з розбігу, мс	166,4±7,4	157,3±8,2	<0,05
10	Стрибок у довжину з вісьми кроків розбігу, см	325,6±11,2	341,0±14,2	<0,01
11	Стрибок у довжину з повного розбігу, см	320,1±13,1	343,1±21,1	<0,05

Примітка: вірогідність розрізень дана за t-критерієм Стьюдента

Пропонується наступна технологія здійснення оцінки спортивних здібностей юних легкоатлетів.

Перший етап (вересень-листопад) починається з виявлення спортивних інтересів школярів (анкетування). Тут же проводиться обстеження юних легкоатлетів для виявлення рівня фізичного розвитку і фізичної підготовленості за наступною програмою: антропометричні виміри (довжина тіла, вага, окружність грудної клітки – пауза), ЖЄЛ, станова сила, сила найсильнішої руки, біг на 30 м з ходу, стрибок за Абалаковим, біг на 300 м, біг 6 хв з урахуванням пройденої відстані, нахил уперед.

Другий етап (грудень-лютий-травень) – йде безпосередня спрямування на заняття в різних основних групах спеціалізацій легкої атлетики за допомогою послідовності: біг на витривалість і спортивну ходьбу, спринт і бар'єрний біг, стрибки, метання.

Тривалість кожної тренувальної програми три тижні (9 занять).

Необхідно застосувати наступну програму тестування: при бігу на витривалість і спортивній ходьбі – біг на 30 м з ходу, біг на 60 м з високого старту, біг на 300 м, стрибок вгору за Абалаковим, абсолютна життєва ємність легень, максимальне споживання кисню, час затримки дихання на вдиху у спокої; при спортивній орієнтації до спринту і бар'єрного бігу – біг на 30 м з ходу, біг на 300 м, частота бігових кроків за 1 с, час простої реакції, час опори при бігу, стрибок вгору за Абалаковим, теплінг-тест; до стрибків – біг на 30 м з ходу, стрибок у довжину з місця, потрійний стрибок з місця, стрибок вгору за Абалаковим за допомогою і без допомоги рук, вистрибування вгору поштовхом однієї ноги з чотирьох кроків розбігу, час відштовхування при стрибку в довжину з розбігу, стрибок у довжину з невеликого розбігу; до метань – абсолютна станова сила, кидок набивного м'яча (1 кг) двома руками через голову, з колін, метання ядра (350 г) однією рукою з підскоком на місці і з колін,

метання тенісного м'яча (150 г) з місця, потрійний стрибок з місця, біг на 30 м з ходу.

Пропонується наступна методика визначення адекватності основного виду легкої атлетики здібностям дітей, що займаються.

Результати кожної дитини оцінюються за 10-бальною шкалою по кожному тесту. Далі знаходимо суму балів і показник схильності основного виду легкої атлетики здібностям дітей:

$$PC = \frac{\text{сума балів за тестами}}{\text{кількість тестів}} \quad 1 \leq PC \leq 10, \quad (1)$$

Показники схильності кожного основного виду порівнюються між собою, і за найменшим визначається основний вид легкої атлетики, який найбільш відповідає здібностям дітей. При цьому можливі три результати. Якщо показники рівні чи мають відхилення від 0,1 до 0,3 умов. од, то юному легкоатлету рекомендується займатися багатоборством, але і надається право вибору групи спеціалізацій відповідно до його інтересів.

Якщо основний вид легкої атлетики, найбільш адекватний здібностям дитини, що займається, збігається з його інтересами, то орієнтація здійснюється без особливого педагогічного втручання.

Найбільш складним і відповідальним є третій випадок, коли інтереси не збігаються з групою спеціалізації, яка найбільше відповідає здібностям юного легкоатлета. У даному випадку необхідне здійснення заходів щодо розвитку інтересу і формуванню мотивів занять до даної групи спеціалізації. Якщо протягом відведеного часу сформуванню інтересу у дітей, що займаються не вдалося, їх зараховують у групу початкової підготовки третього року навчання в той вид, до якого в них інтерес є. Однак формування інтересу в цих дітей до групи спеціалізацій, що відповідає їхнім здібностям продовжується і надалі.

У табл. 3 представлені показники рухової схильності, для оцінки здібностей дітей в групах початкової підготовки ДЮСШ до основних груп спеціалізацій легкої атлетики за рівнями.

Таблиця 3

Показники рухової схильності

Рівні рухової схильності	Показники рухової схильності, умов. од.
Високий	від 1 до 2,8
Вище за середнє	від 2,9 до 4,6
Середній	від 4,7 до 6,4
Нижче середнього	від 6,5 до 8,2
Низький	від 8,3 до 10,0

У групи початкової підготовки третього року навчання рекомендується зараховувати тих дітей, які мають високий, вище за середній і середній рівні рухової схильності до визначеної групи спеціалізацій легкої атлетики.

Дітям, які мають нижче середнього і низький рівні рухової схильності до груп спеціалізацій легкої атлетики, рекомендується інший вид спорту.

Дискусія. Результати проведеного дослідження дають підстави розглядати оцінювання рухових здібностей юних легкоатлетів 10–12 років як важливу складову управління навчально-тренувальним процесом у групах початкової підготовки ДЮСШ. У цьому віці відбувається активне формування основних фізичних якостей, а темпи їх розвитку значною мірою залежать від вікових та індивідуальних особливостей дітей, рівня рухової активності, змісту тренувальних занять і педагогічних умов їх організації (Асаулук, & Шевчук, 2015; Долбишева, & Мусяца, 2021).

Особливого значення набуває комплексний підхід до оцінювання, який передбачає визначення не лише окремих показників фізичної підготовленості, а й рівня розвитку основних рухових здібностей у їх взаємозв'язку. Для юних легкоатлетів доцільним є оцінювання швидкісних, швидкісно-силових, силових, координаційних здібностей та загальної витривалості. Такий підхід дозволяє отримати більш цілісне уявлення про фізичний стан спортсмена та визначити напрями подальшої педагогічної роботи (Яковлів, 2004; Волков, 2008).

Запропонована педагогічна технологія ґрунтується на послідовному виконанні взаємопов'язаних етапів: визначенні мети оцінювання, доборі інформативних тестів, проведенні тестування, опрацюванні отриманих результатів, їх інтерпретації та використанні інформації для корекції змісту навчально-тренувального процесу. На нашу думку, принциповим є те, що результати тестування не повинні розглядатися лише як засіб ранжування дітей. Їх основна педагогічна функція полягає у своєчасному виявленні індивідуальних особливостей розвитку рухових здібностей та визначенні оптимальних напрямів подальшої підготовки.

Важливим компонентом технології є використання диференційованого підходу до оцінювання. Юні спортсмени 10–12 років можуть істотно відрізнятися за темпами біологічного розвитку, рівнем попередньої рухової активності та сформованістю фізичних якостей. Тому однакові нормативні вимоги не завжди достатньо об'єктивно характеризують індивідуальний потенціал дитини. Доцільним є поєднання нормативного, індивідуально-динамічного та комплексного підходів, що дає можливість оцінювати як відповідність певним критеріям, так і особисту динаміку результатів спортсмена (Сергієнко, 2009; Яковлів, & Яковлів, 2018)

Одержані в дослідженні положення узгоджуються із сучасним розумінням дитячо-юнацького спорту як процесу поступового формування фізичної підготовленості та спортивної компетентності. На початковому етапі підготовки пріоритетним має бути створення широкої рухової бази, розвиток різнобічних фізичних якостей і формування правильних рухових навичок. Надмірна орієнтація на досягнення високого результату в окремому тесті може звужувати зміст підготовки та не забезпечувати достатнього розвитку інших важливих рухових здібностей.

Водночас результати оцінювання можуть бути використані тренером для індивідуалізації тренувального навантаження. Наприклад, недостатній рівень швидкісних здібностей може зумовлювати необхідність збільшення частки відповідних вправ, тоді як недостатній розвиток координації потребує включення більшої кількості вправ на рівновагу, точність, ритм і просторово-часову диференціацію рухів. Такий підхід перетворює тестування з формальної процедури контролю на інструмент педагогічного управління.

Доцільно також підкреслити значення систематичності оцінювання. Одноразове тестування відображає лише поточний стан рухової підготовленості, тоді як повторні вимірювання дозволяють простежити динаміку показників та оцінити ефективність застосованих тренувальних засобів. Саме порівняння індивідуальних результатів у динаміці створює передумови для своєчасної корекції тренувальної програми.

Окремим питанням є критерії інтерпретації результатів. Для підвищення об'єктивності оцінювання доцільно використовувати диференційовані рівні – високий, достатній, середній та низький. При цьому межі рівнів повинні встановлюватися на основі вікових і статевих особливостей контингенту, умов проведення тестування та характеристик конкретної вибірки. Це особливо важливо для дітей 10–12 років, оскільки в цей період між однолітками можуть спостерігатися значні індивідуальні відмінності.

Таким чином, дискусія результатів свідчить про доцільність комплексного застосування педагогічного контролю в системі початкової підготовки юних легкоатлетів. Запропонована технологія може розглядатися як засіб підвищення обґрунтованості прийняття тренером педагогічних рішень, оскільки забезпечує отримання систематизованої інформації про стан і динаміку рухових здібностей спортсменів. Водночас її ефективність залежить від правильного добору тестів, стандартизації умов тестування, періодичності контролю та врахування індивідуальних особливостей дітей.

Висновки.

1. Аналіз науково-методичної літератури показав, що оцінювання рухових здібностей є важливою складовою початкової спортивної підготовки.

Встановлено, що для юних легкоатлетів 10-12 років найбільш інформативними показниками рухової підготовленості є швидкість, швидкісно-силові здібності, сила, витривалість, гнучкість та координаційні здібності. Комплексне оцінювання зазначених показників дозволяє отримати більш цілісну характеристику фізичної підготовленості спортсмена ніж використання окремих контрольних вправ.

2. Розроблено педагогічну технологію оцінки рухових здібностей юних легкоатлетів 10-12 років, яка передбачає послідовне виконання діагностичних процедур до основних груп спеціалізації легкої атлетики у наступній послідовності: біг на витривалість і спортивну ходьбу, біг на коротких дистанціях, легкоатлетичні стрибки, легкоатлетичні метання.

3. Представлені рівні рухової схильності юних легкоатлетів за результатами оцінки їх в групах початкової спортивної підготовки дитячо-юнацьких спортивних шкіл до основних груп спеціалізацій легкої атлетики дозволять підвищити ефективність її оцінки.

Перспективи подальших досліджень. Перспективним напрямом подальших досліджень є експериментальна перевірка ефективності запропонованої педагогічної технології в умовах ДЮСШ, визначення її впливу на динаміку фізичної підготовленості юних легкоатлетів, а також розроблення диференційованих оціночних шкал з урахуванням віку, статі та спортивної спеціалізації.

Автор заявляє про відсутність конфлікту інтересів.

ДЖЕРЕЛА ТА ЛІТЕРАТУРА

1. Асаулюк, І. О., & Шевчук, М. А. (2015). *Технологія спортивного відбору акробатів на основі комплексної оцінки рухових здібностей: монографія*. ВДПУ.
2. Булгаков, О. І., Колеснікова, І. В., & Мичка, І. В. (2017). Організаційно-методичні особливості сучасного спортивного відбору в спортивній гімнастиці. *Фізична культура, спорт та здоров'я нації*, 13–18.
3. Вознюк, Т. В. (2008). Оцінка перспективності юних баскетболісток. *Фізичне виховання, спорт і культура здоров'я у сучасному суспільстві*, 3, 198–201.
4. Волков, Л. В. (2008). Загальна обдарованість: структура і критерії оцінки в системі спортивного відбору (хлопчики). В *Теорія і практика фізичного виховання: матеріали Міжнародної науково-практичної конференції «Здоров'я і освіта: проблеми та перспективи»* (Т. 1, с. 14–18). ДНУ.
5. Волков, Л. В. (2010). *Спортивна підготовка молодших школярів*. Освіта України.

6. Гейтенко, В. В., Пристинський, В. М., & Зайцев, В. О. (2021). *Теорія і методика дитячого та юнацького спорту: навчально-методичний посібник*. Слов'янськ.

7. Долбишева, Н., & Мустяца, С. (2021). Система спортивного набору як основа відбору та орієнтації в легкій атлетиці на етапі початкової підготовки. В *Матеріали III Міжнародної науково-практичної онлайн конференції «Здоров'я, фізичне виховання і спорт: перспективи та кращі практики»* (с. 71–76). Університет імені Бориса Грінченка.

8. Костюкевич, В. М., Врублевський, Є. П., & Вознюк, Т. В. (2017). *Теоретико-методичні основи контролю у фізичному вихованні та спорті: монографія* (В. М. Костюкевич, Ред.). Планер.

9. Кравченко, О. В. (2026). Експериментальне обґрунтування системи оцінки стану рухової функції юних легкоатлетів. В С. Бережна, В. Коробейнік, & Ю. Голенкова (Ред.), *Фізична активність і спорт: наука, освіта, практика: зб. тез доп. V Всеукр. студ. онлайн наук.-практ. конф.* (с. 121–123). Харківський національний педагогічний університет імені Г. С. Сковороди.

10. Сергієнко, Л. П. (2001). *Тестування рухових здібностей школярів*. Олімпійська література.

11. Сергієнко, Л. П. (2009). *Спортивний відбір: теорія та практика. У 2 кн. Книга 1. Теоретичні основи спортивного відбору: підручник*. Навчальна книга «Богдан».

12. Яковлів, В. Л., & Яковлів, Є. В. (2018). Спортивна орієнтація юних легкоатлетів 10–11 років у групах початкової підготовки дитячо-юнацьких спортивних шкіл. *Фізична культура, спорт та здоров'я нації*, 5, 324–332.

13. Яковлів, В. Л. (2004). Послідовність застосування тренувальних програм переважної спрямованості в тренуванні юних легкоатлетів 10–11 років. *Молода спортивна наука України*, 8(1), 424–427.

14. Яковлів, В. Л. (2025). *Основи спортивного відбору і управління підготовкою юних спортсменів: навчально-методичний посібник*. ТОВ «ТВОРИ».

15. Baj-Korpak, J., Stelmach, M. J., Zaworski, K., Lichograj, P., & Wochna, M. (2022). Assessment of motor abilities and physical fitness in youth in the context of talent identification—OSF test. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 19(21), Article 14303. <https://doi.org/10.3390/ijerph192114303>

16. Physical fitness and body build parameters of children and adolescents participating in the physical activity promotion programme "Athletics for all!" (2024). *Archives of Public Health*, 82, Article 206. <https://doi.org/10.1186/s13690-024-01436-9>

17. Sepriadi, S., Suwirman, S., Eldawaty, E., Pratiwi, M. D., Wulandari, I., Arnando, M., & Asnaldi, A. (2026). Development of physical fitness test instruments for children aged 10–12 years. *Gazzetta Medica Italiana – Archivio per le Scienze Mediche*, 185(1–2), 78–83. <https://doi.org/10.23736/S0393-3660.24.05861-3>

REFERENCES

1. Asauliuk, I. O., & Shevchuk, M. A. (2015). *Tekhnolohiia sportyvnoho vidboru akrobativ na osnovi kompleksnoi otsinky rukhovykh zdibnostei* [Technology of sports selection of acrobats based on comprehensive assessment of motor abilities]: Monograph. VDPU.

2. Bulhakov, O. I., Kolesnikova, I. V., & Mychka, I. V. (2017). Orhanizatsiino-metodychni osoblyvosti suchasnoho sportyvnoho vidboru v sportyvni himnastytsi [Organizational and methodological features of modern sports selection in artistic gymnastics]. *Fizychna kultura, sport ta zdorovia natsii* [Physical Culture, Sport and Health of the Nation], 13–18.

3. Vozniuk, T. V. (2008). Otsinka perspektyvnosti yunyk basketbolistok [Assessment of the potential of young female basketball players]. *Fizychne vykhovannia, sport i kultura zdorovia u suchasnomu suspilstvi* [Physical Education, Sport and Health Culture in Modern Society], 3, 198–201.

4. Volkov, L. V. (2008). Zahalna obdarovanist: struktura i kryterii otsinky v systemi sportyvnoho vidboru (khlopchyky) [General giftedness: structure and evaluation criteria in the sports selection system (boys)]. In *Teoriia i praktyka fizychnoho vykhovannia: materialy Mizhnarodnoi naukovo-praktychnoi konferentsii "Zdorovia i osvita: problemy ta perspektyvy"* [Theory and practice of physical education: Proceedings of the International Scientific and Practical Conference "Health and Education: Problems and Prospects"] (Vol. 1, pp. 14–18). DNU.

5. Volkov, L. V. (2010). *Sportyvna pidhotovka molodshykh shkoliariv* [Sports training of junior schoolchildren]. Osvita Ukrainy.

6. Heitenko, V. V., Prystynskyi, V. M., & Zaitsev, V. O. (2021). *Teoriia i metodyka dytiachoho ta yunatskoho sportu: navchalno-metodychnyi posibnyk* [Theory and methods of children's and youth sports: Study guide]. Sloviansk.

7. Dolbysheva, N., & Mustiatsa, S. (2021). Systema sportyvnoho naboru yak osnova vidboru ta oriiantatsii v lehkii atletytsi na etapi pochatkovoii pidhotovky [The system of sports recruitment as a basis for selection and orientation in athletics at the initial training stage]. In *Materialy III Mizhnarodnoi naukovo-praktychnoi onlain konferentsii "Zdorovia, fizychno vykhovannia i sport: perspektyvy ta krashchi praktyky"* [Proceedings of the III International Scientific and Practical Online Conference "Health, Physical Education and Sport: Prospects and Best Practices"] (pp. 71–76). Borys Grinchenko University.

8. Kostiukevych, V. M., Vrublevskiy, Ye. P., & Vozniuk, T. V. (2017). *Teoretyko-metodychni osnovy kontroliu u fizychnomu vykhovanni ta sporti: monohrafiia* [Theoretical and methodological foundations of control in physical education and sport: Monograph] (V. M. Kostiukevych, Ed.). Planer.

9. Kravchenko, O. V. (2026). Eksperymentalne obgruntuvannia systemy otsinky stanu rukhovoï funktsii yunych lehkoatletiv [Experimental substantiation of a system for assessing the motor function status of young track and field athletes]. In S. Berezhna, V. Korobeinik, & Yu. Holenkova (Eds.), *Fizychna aktyvnist i sport: nauka, osvita, praktyka: zb. tez dop. V Vseukr. stud. onlain nauk.-prakt. konf.* [Physical activity and sport: Science, education, practice: Collection of abstracts of the 5th All-Ukrainian Student Online Scientific and Practical Conference] (pp. 121–123). H. S. Skovoroda Kharkiv National Pedagogical University.

10. Serhiienko, L. P. (2001). *Testuvannia rukhovyykh zdibnostei shkoliariv* [Testing motor abilities of schoolchildren]. Olimpiiska literatura.

11. Serhiienko, L. P. (2009). *Sportyvnyi vidbir: teoriia ta praktyka. U 2 kn. Knyha 1. Teoretychni osnovy sportyvnoho vidboru: pidruchnyk* [Sports selection: Theory and practice. In 2 books. Book 1. Theoretical foundations of sports selection: Textbook]. Navchalna knyha "Bohdan".

12. Yakovliv, V. L., & Yakovliv, Ye. V. (2018). Sportyvna oriientatsiia yunych lehkoatletiv 10–11 rokiv u hrupakh pochatkovoï pidhotovky dytiacho-yunatskykh sportyvnykh shkil [Sports orientation of young track and field athletes aged 10–11 in initial training groups of children's and youth sports schools]. *Fizychna kultura, sport ta zdorovia natsii* [Physical Culture, Sport and Health of the Nation], 5, 324–332.

13. Yakovliv, V. L. (2004). Poslidovnist zastosuvannia trenuvalnykh proham perevazhnoi spriamovanosti v trenuvanni yunych lehkoatletiv 10–11 rokiv [Sequence of applying training programs of predominant orientation in training young track and field athletes aged 10–11]. *Moloda sportyvna nauka Ukrainy* [Young Sports Science of Ukraine], 8(1), 424–427.

14. Yakovliv, V. L. (2025). *Osnovy sportyvnoho vidboru i upravlinnia pidhotovkoï yunych sportsmeniv: navchalno-metodychnyi posibnyk* [Fundamentals of sports selection and management of young athletes' training: Study guide]. TOV "TVORY".

15. Baj-Korpak, J., Stelmach, M. J., Zaworski, K., Lichograj, P., & Wochna, M. (2022). Assessment of motor abilities and physical fitness in youth in the context of talent identification—OSF test. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 19(21), Article 14303. <https://doi.org/10.3390/ijerph192114303>

16. Physical fitness and body build parameters of children and adolescents participating in the physical activity promotion programme "Athletics for all!" (2024).

Archives of Public Health, 82, Article 206. <https://doi.org/10.1186/s13690-024-01436-9>

17. Sepriadi, S., Suwirman, S., Eldawaty, E., Pratiwi, M. D., Wulandari, I., Arnando, M., & Asnaldi, A. (2026). Development of physical fitness test instruments for children aged 10–12 years. *Gazzetta Medica Italiana – Archivio per le Scienze Mediche*, 185(1–2), 78–83. <https://doi.org/10.23736/S0393-3660.24.05861-3>

Статтю надіслано до редколегії 15.08.2026 р.

Статтю рекомендовано до друку 10.09.2026 р.

Статтю опубліковано 14.10.2026 р.

*Стаття поширюється на умовах ліцензії відкритого доступу
Creative Commons Attribution License*