УДК 796.01

Рудольф Сухомлинов

Оцінка ефективності авторської програми оздоровчо-рекреаційних занять для дітей старшого дошкільного віку в умовах дитячих футбольних клубів

Національний університет фізичного виховання і спорту України (м. Київ)

Постановка наукової проблеми та її значення. Теоретичний аналіз фахової літератури вітчизняних та зарубіжних авторів дав змогу визначити недостатній рівень залучення дітей старшого дошкільного віку до регулярних занять руховою активністю [4, 5, 11, 13]. Актуальність і доцільність дослідження зазначеної проблеми зумовлені посиленням соціального запиту на здорову українську націю, усвідомленням необхідності підвищувати рухову підготовленість, формувати стійкі мотиви до занять фізичними вправами [9]. На основі теоретичного аналізу наукових праць із питань фізичного виховання дітей старшого дошкільного віку на базі клубних об'єднань доведено, що означена проблема перебуває в центрі уваги дослідників [7–9], оскільки основною причиною малоефективної організації процесу фізичного виховання дітей в умовах закладів дошкільної освіти є обмеженість матеріально-технічної бази, неефективне методичне забезпечення оздоровчої діяльності [1, 5, 6, 8]. Науковці наголошують також на певному обмеженні можливостей закладів дошкільної освіти у впровадженні та реалізації оздоровчо-рекреаційних технологій з означеним контингентом, що зумовлює необхідність пошуку шляхів організації подібної діяльності на базі клубних об'єднань, зокрема дитячих футбольних клубів, які наразі користуються високою популярністю серед населення [6, 12, 14]. Проте рекреаційного ефекту не завжди можна досягнути через відсутність розроблених науково обґрунтованих, та апробованих програм проведення занять для дітей дошкільного віку [2, 3, 5, 10]. Зазначене зумовлює необхідність розробки програми оздоровчо-рекреаційних занять для дітей старшого дошкільного віку в умовах дитячих футбольних клубів.

Дослідження проведено відповідно до плану науково-дослідної роботи НУФВСУ на 2016–2020 рр. згідно з темою кафедри здоров'я, фітнесу та рекреації «Теоретико-методологічні засади оздоровчо-рекреаційної рухової активності різних груп населення» (номер держреєстрації 0116U001630).

Мета дослідження – розробити програму оздоровчо-рекреаційних занять для дітей дошкільного віку з елементами футболу та перевірити її ефективність в умовах дитячого футбольного клубу.

Методи дослідження – антропометричні, педагогічні, соціологічні методи дослідження, методи математичної статистики.

Виклад основного матеріалу й обґрунтування отриманих результатів дослідження. Аналіз методичного; прищеплення навичок змагальної діяльності відповідно до правил гри у футбол; підвищення рівня різнобічної фізичної й функціональної підготовленості дітей; навчання прийомів гри у футбол і забезпечення дитячих клубних об'єднань дав підставу виокремити проблемні та позитивні сторони наявних програм з елементами футболу, що застосовуються під час роботи з дітьми дошкільного віку на базі дитячих футбольних клубів. Так, за результатами дослідження встановлено, що більшість дитячих футбольних клубів у своїй роботі керуються програмами дитячо-юнацьких шкіл, що зазвичай орієнтовані на дітей молодшого шкільного віку й не враховують особливості контингенту дітей дошкільного віку. Простежено тенденцію збереження наявних педагогічних традицій і методик класичного спортивного тренування. Суттєвим недоліком є орієнтованість програм на інструкторів, тренерів, які мають значний педагогічний досвід й активно включені в процес пошуку адекватних оздоровчо-рекреаційних технологій. Проблемним також убачаємо відсутність належного контролю за показниками фізичного стану дошкільнят у процесі занять та інших елементів організаційно-методичного забезпечення оздоровчо-рекреаційної діяльності. Водночас відзначимо й позитивні моменти програм, що використовуються в клубах. Так, безперечно, позитивними сторонами програми є її орієнтованість на дитину (дитиноцентричність), ґрунтовна методична проробка стратегії виховного процесу, ігрова форма подання матеріалу, наявність інваріантної та варіативної складових частин, які дають змогу тренеру не лише дотримуватися сформованої програми, але й самостійно моделювати виховний та оздоровчий процеси, розуміти перспективи оздоровчо-рекреаційної діяльності.

З огляду на отримані в попередніх дослідженнях результати показників фізичного стану досліджуваного контингенту нами розроблено й упроваджено програму оздоровчо-рекреаційних занять із використанням засобів футболу для дітей старшого дошкільного віку. Для створення оздоровчо-рекреаційної програми застосовано творчі методи, сполучення яких дало змогу глибоко та повно розкрити й утілити в практику її структурні елементи. Для успішного використання засобів

© Сухомлинов Р., 2018

оздоровчо-рекреаційної програми дотримувалися таких вимог і правил: вибір засобів завжди залежить від мети якого-небудь заходу, саме ціль визначає засіб; кількість і характер обраних засобів впливу повинні відповідати завданням, недолік засобів та їх надлишок однаково шкідливі; інструктор повинен досконало оволодіти методикою їх застосування, знати їхні слабкі й сильні сторони; наявні в розпорядженні засоби мають бути завжди під рукою й у повній справності. Тривалість занять не перевищувала 45 хвилин. Кратність занять – три рази на тиждень. Діти дошкільного віку, які виявили підвищений інтерес до занять футболом, мали можливість додатково відвідувати заняття у «FOOTBALL CLUB», спрямовані на початкове навчання гри у футбол. Основними завданнями програми «FOOTBALL CLUB» були навчання основ техніки гри у футбол; вивчення історії виникнення футболу; навчання початкових знань суддівствавдосконалення тактичних дій. Ефективність розробленої програми вивчена в перетворювальному педагогічному експерименті, тривалість якого – 10 місяців. Дослідження показало, що застосування програми сприяло нормалізації масоростових показників серед учасників. Так, після експерименту частка хлопчиків із надмірною масою тіла знизилася на 12,5 %. Розподіл дітей за станом склепіння стопи залежно від стадії експерименту дав змогу встановити приріст частки дітей із нормальним склепінням стопи (табл. 1)

Таблиця 1

Розподіл хлопчиків за характеристикою стоп після експерименту (n = 40)

Характеристика стоп	Бал	Розподіл за характеристикою стоп				$\Delta_п$		$\Delta_л$	
		права стопа		ліва стопа					
		n	%	n	%	n	%	n	%
Плоска	3	-	-	-	-	-4	10,0	-1	2,5
Сплощена	2	9	22,5	11	27,5	-2	5,0	-4	10,0
Нормальна	1	30	75,0	27	67,5	7	17,5	5	12,5
Підвищене склепіння	2	1	2,5	2	5,0	-1	-2,5	-	-

Примітка. *Δ – приріст відносно попереднього етапу експерименту; $\Delta_п$ – права стопа; $\Delta_л$ – ліва стопа.*

Позитивні зрушення відбулися також за показниками фізичної підготовленості дітей. Після експерименту зафіксовано статистично значуще зростання всіх досліджених показників: максимальний приріст у 51,4 % (усього 2 с) відбувся за показником рівноваги; гнучкість у хлопчиків зросла на 14,6 %, абсолютний приріст координаційних здібностей становив 2,85 с, або 33,4 %, а приріст статичної витривалості м'язів спини в абсолютних значеннях – 4,45 с та у відносних – 22,3 % (табл. 2).

Таблиця 2

Показники фізичної підготовленості хлопчиків, які займаються у футбольних клубах, після експерименту (n = 40)

Вимірюваний показник, *ум. од.*	Середньостатистичні показники		Δ		t	p
	$\overline{x}$	s	*ум. од.*	%		
Статична витривалість м'язів спини, *с*	24,40	2,16	4,45	22,3	24,74	<0,05
Гнучкість, *см*	4,86	1,21	0,62	14,6	3,50	<0,05
Координаційні здібності, *с*	11,38	2,71	2,85	33,4	17,15	<0,05
Рівновага, *с*	6,93	2,15	2,35	51,4	11,87	<0,05

Примітка. *Δ – приріст відносно попереднього етапу експерименту; порівняння за t-критерієм Стьюдента для залежних вибіркових даних.*

Порівняно з попереднім етапом експерименту, серед хлопчиків на 25,0 % збільшилася частка таких дітей, котрі характеризувалися стійким бінокулярним зором. Приріст кількості учасників експерименту з правильною поставою – 37,5 %. Відбулися зміни за показниками комплексної оцінки мофрофункціонального стану (табл. 3).

Таблиця 3

Комплексна оцінка морфофункціонального стану хлопчиків, які займаються у футбольних клубах, після експерименту (n = 40)

Показник оцінки морфо-функціонального стану дітей	Розподіл хлопчиків за оцінкою показників, *балів*				Δ		*z*	*p*
	1 бал		2 бали		1 бал			
	n	%	*n*	%	*n*	%		
Фізичний розвиток								
Рівень фізичного розвитку	29	72,5	11	27,5	5	12,5	1,182	>0,05
Гармонійність фізичного розвитку за масою тіла	39	97,5	1	2,5	10	25,0	3,131	<0,05
Гармонійність фізичного розвитку за ОГК	36	90,0	4	10,0	16	40,0	3,904	<0,05
Оцінка біологічного розвитку								
Початок зміни молочних зубів на постійні	16	40,0	24	60,0	7	17,5	1,688	>0,05
«Філіппінський тест»	24	60,0	16	40,0	10	25,0	2,239	<0,05
Оцінка стану зорового аналізатора								
Оцінка бінокулярного зору	11	27,5	29	72,5	10	25,0	2,930	<0,05
Оцінка гостроти зору	11	27,5	29	72,5	7	17,5	1,628	>0,05
Функціональний стан постави								
Оцінка постави в сагітальній площині	33	82,5	7	17,5	9	22,5	2,223	<0,05
Оцінка постави у фронтальній площині	37	92,5	3	7,5	3	7,5	3,812	<0,05

Примітка. *Δ – приріст відносно попереднього етапу експерименту;* $z_{кр}(0,05;79)=1,96$.

Розподіл учасників експерименту за рівнями стану їхньої емоційної сфери після експерименту залежно від стадії заняття показав, що приріст частки хлопчиків, які характеризувалися сприятливим станом емоційної сфери, збільшилася на 32,5 % (табл. 4).

Таблиця 4

Розподіл хлопчиків за рівнем стану емоційної сфери після експерименту в залежно від стадії заняття (n = 40)

Стан емоційної сфери	Бал	Розподіл за рівнем стану емоційної сфери				Δ_1, %	Δ_2, %
		до заняття		після заняття			
		n	%	*n*	%		
Сприятливий	4	16	40,0	24	60,0	40,0	32,5
Задовільний	3	24	60,0	16	40,0	-30,0	-32,5
Незадовільний	2	-	-	-	-	-10,0	-

Примітка. *Δ – приріст відносно попереднього етапу експерименту;* Δ_1 *– до початку занять;* Δ_2 *– після початку занять.*

Отже, отримані результати свідчать про ефективність розробленої системи організаційно-методичного забезпечення оздоровчо-рекреаційної діяльності дитячих футбольних клубів, що дає підставу рекомендувати її до впровадження на базі дитячих футбольних клубів.

Висновки й перспективи подальшого дослідження. Обґрунтовано, розроблено та впроваджено програму оздоровчо-рекреаційних занять із використанням засобів футболу. Серед засобів використано серію веселих ігрових вправ із футбольним м'ячем: естафети, рухливі ігри, конкурси, спортивні вікторини, розважальні заходи, свята, сюжетно-рольові ігри. Ці вправи доступні й цікаві дітям для виконання. Оскільки групи для занять комплектувалися не за рівнем фізичної підготовленості, а включали всіх бажаючих, то особливу увагу звертали на безпечність і доступність пропонованих вправ. Діти дошкільного віку, які проявили підвищений інтерес до занять футболом, мали можливість відвідувати додатково заняття у «FOOTBALL CLUB», які були спрямовані на початкове навчання гри у футбол. Ефективність розроблених рекомендацій з організаційно-методичного забезпечення досліджували в ході педагогічного експерименту, тривалість якого – 10 місяців. Відбулися достовірні

позитивні зміни в показниках фізичного розвитку, фізичної підготовленості, емоційного стану. Перспективи подальших досліджень пов'язані з обґрунтуванням та розробкою програм оздоровчо-рекреаційних занять з елементами футболу для дітей шкільного віку на базі дитячих клубних об'єднань.

Джерела та література

1. Андрєєва О. В. Розробка та впровадження технології проектування активної рекреаційної діяльності різних груп населення. *Спортивний вісник Придніпров'я*. 2015. №1. С. 4–9.
2. Андрєєва О. В., Чернявський М. В. Проблеми та перспективи впровадження рекреаційно-оздоровчих занять в загальноосвітніх школах. *Теорія і методика фізичного виховання і спорту.* 2005. № 4. С. 34–36.
3. Андреева Е., Благий А. Методика построения физкультурно-оздоровительных программ для девочек среднего школьного возраста с разным уровнем физического здоровья. *Современный олимпийский спорт и спорт для всех:* VII Междунар. науч. конгрес: материалы конф. 2003. Т. 3. С. 4–5.
4. Андрєєва О., Сухомлинов Р. Організація оздоровчо-рекреаційної рухової активності дітей дошкільного віку в умовах клубних занять. *Теорія і методика фізичного виховання і спорту.* 2016. №3. С. 29–32.
5. Гакман А. В., Виниченко О. Д. Теоретико-методичні основи рекреаційно-оздоровчої діяльності з дітьми дошкільного віку. *Молодий вчений.* 2018. № 3.3 (55.3). С. 38–41.
6. Конох О. Є. Комплексне використання засобів спортивних ігор у підвищенні фізичного стану дітей 5–6 років: дис. ... канд. наук з фіз. вих. і спорту: спец. 24.00.02 «Фізична культура, фізичне виховання різних груп населення». Запоріжжя, 2014. 301 с.
7. Круцевич Т., Андрєєва О. Теоретичні основи дослідження фізичної рекреації як наукова проблема. *Спортивний вісник Придніпров'я*. 2013. № 1. С. 5–13.
8. Старченко А. Ю. Оптимізація фізкультурної освіти старших дошкільнят на основі застосування засобів дитячого фітнесу: автореф. дис. ... канд. наук з фіз. вих. і спорту: спец. 24.00.02 «Фізична культура, фіз.вих. різних груп населення». Дніпропетровськ, 2015. 20 с.
9. Пангелова Н. Є. Сутність поняття «гармонійно розвинена особистість дитини дошкільного віку»: духовні та фізичні компоненти. *Спортивний вісник Придніпров'я.* 2017. №. 3. С. 119–124.
10. Andrieieva, O. V., Sainchuk, O. M. Approach to evaluating health level and adaptation possibilities in schoolchildren. *Pedagogics, psychology, medical-biological problems of physical training and sports.* 2014. 2, 3–8. URL: http://dx.doi.org/10.6084/m9.figshare.923507
11. Galan Y. Pasichnyk V., Pityn M., Melnyk V., Karatnyk I., Hakman A.. Prerequisites for the physical development of preschool children for the realization of the tasks of physical education. *Physical Activity Review.* 2018. 6. P. 117–126.
12. Hakman A., Vaskan I., Kljus O., Liasota T., Palichuk Y., Yachniuk M. Analysis of the acquisition of expertise and mastery of physical skills for performing techniques by young footballers. *Journal of Physical Education and Sport.* 2018. 184. P. 1237–1242 DOI:10.7752/jpes.2018.s2184
13. Obeng C. S. Physical Activity Lessons in Preschools. *Journal of Research in Childhood Education.* 2009. Vol. 24(1). P. 50–59. doi:10.1080/0256854090343939
14. Wood E., Attfield J. Play, learning and early childhood curriculum. London: Paul Chapman, 2010. 217 p.

References

1. Andryeyeva, O. (2015). Development and implementation of technology for the design of active recreational activities of various groups of the population [Rozrobka ta vprovadzhennya tekhnolohiyi proektuvannya aktyvnoyi rekreatsiynoyi diyalnosti riznykh hrup naselennya]. *Sports Herald of Prydniprovya* [Sportyvnyi visnyk Prydniprovya], *1*, 4–9 (in Ukrainian).
2. Andryeyeva, O., & Cherniavskyi, M. (2005). Problems and prospects of implementation of recreational and health-improving activities in secondary schools [Problemy ta perspektyvy vprovadzhennya rekreatsiyno-ozdorovchykh zanyat v zahalnoosvitnikh shkolakh], *Theory and methods of physical education and sport* [Teoriya i metodyka fizychnoho vykhovannya i sportu], *4*, 34–36 (in Ukrainian).
3. Andreeva, E., & Blagiy, A. (2003). The method of constructing physical education and health programs for girls of middle school age with different levels of physical health [Metodika postroyeniya fizkulturno-ozdorovitelnykh programm dlya devochek srednego shkolnogo vozrasta s raznym urovnem fizicheskogo zdorovya]. *Modern Olympic sport and sport for all: VII International scientific congress: conference materials* [Sovremennyy olimpiyskiy sport i sport dlya vsekh: VII Mezhdunarodnyy nauchnyy kongress: materialy konferentsii], *3*, 4–5 (in Russian).
4. Andryeyeva, O., & Sukhomlynov, R. Organization of recreational and health-improving motor activity of children of preschool age in conditions of club activities [Orhanizatsiya ozdorovcho-rekreatsiynoyi rukhovoyi aktyvnosti ditey doshkilnoho viku v umovakh klubnykh zanyat]. *Theory and methodology of physical education and sport* [Teoriya i metodyka fizychnoho vykhovannya i sportu], *3*, 29–32 (in Ukrainian).
5. Gakman, A., & Vynychenko, O. (2018). Theoretical and methodological bases of recreational and health-improving activity with children of preschool age [Teoretyko-metodychni osnovy rekreatsiyno-ozdorovchoyi diyalnosti z ditmy doshkilnoho viku]. *Young scientist* [Molodyi vchenyi], *3.3 (55.3)*, 38–41 (in Ukrainian).

6. Konokh, O. (2014).*Integrated use of sports games in improving the physical condition of children aged 5–6 years old* [Kompleksne vykorystannya zasobiv sportyvnykh ihor u pidvyshchenni fizychnoho stanu ditey 5–6 rokiv]. Zaporizhya (in Ukrainian).
7. Krutsevych, T., & Andryeyeva, O. (2013). Theoretical foundations of the study of physical recreation as a scientific problem [Teoretychni osnovy doslidzhennya fizychnoyi rekreatsiyi yak naukova problema]. *Sports herald of Prydniprovya* [Sportyvnyi visnyk Prydniprovya], *1*, 5–13 (in Ukrainian).
8. Starchenko, A. (2015). *Optimization of physical education of senior preschool children on the basis of the use of means of children's fitness* [Optymizatsiya fizkulturnoyi osvity starshykh doshkilnyat na osnovi zastosuvannya zasobiv dytyachoho fitnesu]. Dnipropetrovsk (in Ukrainian).
9. Panhelova, N. (2017). The essence of the concept of "harmoniously developed personality of a child of preschool age": spiritual and physical components [Sutnist ponyattya «harmoniyno rozvynena osobystist dytyny doshkilnoho viku»: dukhovni ta fizychni komponenty]. *Sports herald of Prydniprovya* [Sportyvnyi visnyk Prydniprovya], *3*, 119–124 (in Ukrainian).
10. Andrieieva, O., & Sainchuk, O. (2014). Approach to evaluating health level and adaptation possibilities in schoolchildren. *Pedagogics, psychology, medical-biological problems of physical training and sports*, *2*, 3–8. Retrieved from http://dx.doi.org/10.6084/m9.figshare.923507.
11. Galan, Y., Pasichnyk, V., Pityn, M., Melnyk, V., Karatnyk, I., & Hakman, A. (2018). Prerequisites for the physical development of preschool children for the realization of the tasks of physical education. *Physical Activity Review*, *6*, 117–126.
12. Hakman, A., Vaskan, I., Kljus, O., Liasota, T., Palichuk, Y., & Yachniuk, M. (2018). Analysis of the acquisition of expertise and mastery of physical skills for performing techniques by young footballers. *Journal of Physical Education and Sport*, *184*, 1237-1242. DOI:10.7752/jpes.2018. p. 2184.
13. Obeng, C. (2009). Physical Activity Lessons in Preschools. *Journal of Research in Childhood Education*, *24(1)*, 50–59. DOI:10.1080/0256854090343939.
14. Wood, E., & Attfield, J. (2010). *Play, learning and early childhood curriculum*. London: Paul Chapman.

Анотації

На основі аналізу методичного забезпечення дитячих клубних об'єднань виокремлено проблемні та позитивні сторони наявних програм, що застосовуються під час роботи з дітьми дошкільного віку на базі дитячих футбольних клубів. Із використанням антропометричних і педагогічних методів дослідження здійснено оцінку показників фізичного стану хлопчиків 5–6 років. Обґрунтовано, розроблено та впроваджено програму оздоровчо-рекреаційних занять з використанням засобів футболу для дітей старшого дошкільного віку в умовах дитячого футбольного клубу. У педагогічному експерименті брали участь хлопчики 5–6 років (кількість 40 осіб). Тривалість занять не перевищувала 45 хвилин. Кратність занять – три рази на тиждень. Основними засобами програми були веселі ігрові вправи з футбольним м'ячем: естафети, рухливі ігри, конкурси, спортивні вікторини, розважальні заходи, свята, сюжетно-рольові ігри. Ефективність розроблених рекомендацій з організаційно-методичного забезпечення досліджували в ході педагогічного експерименту, тривалість якого – 10 місяців. Відбулися достовірні позитивні зміни в показниках фізичного розвитку. Дослідження засвідчило, що заняття сприяли нормалізації масо-ростових показників серед учасників. Так, після експерименту частка хлопчиків із надмірною масою тіла знизилася на 12,5 %. Розподіл дітей за станом склепіння стопи залежно від стадії експерименту дав змогу встановити приріст частки дітей із нормальним склепінням стопи. Позитивні зрушення відбулися за показниками фізичної підготовленості дітей. Після експерименту зафіксовано статистично значуще зростання всіх досліджених показників: рівноваги, координаційних здібностей, статичної витривалості м'язів спини, гнучкості. Відбулися позитивні зміни за показниками комплексної оцінки морфофункціонального стану, емоційного стану дошкільнят.

Ключові слова: *діти дошкільного віку, рекреаційні заняття, дитячий футбольний клуб, програма, футбол.*

Рудольф Сухомлинов. Оценка эффективности авторской программы оздоровительно-рекреационных занятий для детей старшего дошкольного возраста в условиях детского футбольного клуба. *На основе анализа методического обеспечения детских клубных объединений выделено проблемные и положительные стороны имеющихся программ, применяемых при работе с детьми дошкольного возраста на базе детских футбольных клубов. С использованием антропометрических и педагогических методов исследования осуществляется оценка показателей физического состояния мальчиков 5–6 лет. Обосновано, разработано и внедрено программу оздоровительно-рекреационных занятий с использованием средств футбола для детей старшего дошкольного возраста в условиях участия мальчиков 5–6 лет (40 человек). Продолжительность занятий не превышала 45 минут. Кратность занятий – три раза в неделю. Основными средствами программы были веселые игровые упражнения с футбольным мячом: эстафеты, подвижные игры, конкурсы, спортивные викторины, развлекательные мероприятия, праздники, сюжетно-ролевые игры. Эффективность разработанных рекомендаций по организационно-методического обеспечения исследовалась в ходе педагогического эксперимента, продолжительность которого – 10 месяцев. Произошли достоверные положительные изменения в показателях физического развития. Исследование показало, что занятия способствовали нормализации массо-ростовых показателей среди участников. Так, после эксперимента часть мальчиков с избыточной массой тела снизилась на 12,5 %. Распределение детей по*

состоянию свода стопы в зависимости от стадии эксперимента позволил установить прирост части детей с нормальным сводом стопы. Положительные сдвиги произошли по показателям физической подготовленности детей. После эксперимента было зафиксирован статистически значимый рост всех исследованных показателей: равновесия, координационных способностей, статической выносливости мышц спины, гибкости. Произошли позитивные изменения по показателям комплексной оценки морфофункционального, эмоционального состояний дошкольников.

Ключевые слова: *дети дошкольного возраста, рекреационные занятия, детский футбольный клуб, программа, футбол.*

Rudolf Sukhomlynov. Assessment of the Effectiveness of the Author's Program of Health-Improving and Recreational Activities for Children of Senior Preschool Age in a Children's Football Club. *Based on the analysis of methodological support for children's club associations, the pros and cons of the programs used in working with preschool children in the premises of children's football clubs are identified. The physical condition of boys aged 5–6 years old was assessed using anthropometric and pedagogical methods of research. The program of health-enhancing and recreational activities for children of senior preschool age in conditions of children's football club, which uses the means of football, was substantiated, developed and implemented. Pedagogical experiment involved boys aged 5–6 years old (n=40). Duration of physical activity sessions did not exceed 45 minutes. The workouts were done three times a week. The main activities in the program were fun games with a soccer ball: relay games, active games, contests, sports quizzes, entertainment events, holidays, story-role games. The effectiveness of the developed recommendations for organizational and methodological support was investigated in the course of the pedagogical experiment which lasted for 10 months. There have been found significant positive changes in the indicators of physical development. The study showed that the program implementation contributed to the normalization of mass and growth indicators of the participants. Furthermore, after the experiment, the proportion of boys with excess body weight decreased by 12,5 %. The distributions of children depending on the condition of the foot arch at different stages of the experiment demonstrated an increase in the proportion of children with a normal arch of the foot. Positive changes were found in the indicators of physical preparedness of the children. After the experiment, a statistically significant increase was observed for all the measured parameters, such as balance and coordination abilities, static endurance of the back muscles, and flexibility. There were also found positive changes in the results of comprehensive assessment of the mofrofunctional condition and emotional state of preschool children.*

Key words: *preschool age children, recreational activities, children's football club, program, football.*