

## РОЛЬ СПОРТИВНИХ ТАНЦІВ У ЗМІЦНЕННІ ЗДОРОВ'Я ДІТЕЙ МОЛОДШОГО ШКІЛЬНОГО ВІКУ

Владислав Пономаренко, Марина Дєдх

Національний університет фізичного виховання і спорту України, Київ, Україна

**Анотація.** У науковій статті представлено результати досліджень, які обґрунтовують позитивний вплив занять спортивними танцями на фізичне здоров'я дітей молодшого шкільного віку. Досліджено антропометричні показники та динаміку показників фізичного здоров'я респондентів.

**Мета** – визначити як заняття спортивними танцями впливають на здоров'я дітей молодшого шкільного віку.

**Методи:** аналіз літературних джерел; педагогічні методи дослідження (спостереження, експеримент); метод оцінки фізичного здоров'я Г.А. Апанасенко в основу методики кількісної оцінки рівня фізичного здоров'я покладені показники антропометрії ( маса тіла, довжина тіла), розрахункові індекси: життєвий, силовий, Індекс Робінсона, Індекс Руф'є, методи математичної статистики

**Результати.** В ході дослідження було встановлено, що аналіз антропометричних показників дітей 8–9 років виявив вікові та статеві особливості фізичного розвитку. У 8 років маса тіла хлопчиків ( $30,1 \pm 1,7$  кг) була вищою, ніж у дівчаток ( $28,0 \pm 1,8$  кг), що є типовим для молодшого шкільного віку. У 9 років відзначено збільшення маси тіла в обох групах (хлопчики –  $30,4 \pm 2,7$  кг, дівчатка –  $29,9 \pm 2,6$  кг) та зменшення статевих відмінностей. Довжина тіла також зростала з віком: у 8 років хлопчики мали  $135,2 \pm 2,3$  см, дівчатка –  $133,4 \pm 3,0$  см, а у 9 років відповідно  $136,3 \pm 3,0$  см і  $134,2 \pm 2,2$  см. Показники окружності грудної клітки характеризувалися позитивною віковою динамікою та незначним випередженням хлопчиків: у 8 років –  $58,8 \pm 2,2$  см проти  $57,6 \pm 1,6$  см, у 9 років –  $59,3 \pm 2,2$  см проти  $58,5 \pm 2,3$  см. Досліджено вплив занять спортивними танцями на фізичне здоров'я та доведено, що результати демонструють позитивний вплив занять спортивними танцями, який проявляється передусім у зростанні кількості дітей з високим рівнем фізичного здоров'я в обох вікових групах, що підтверджує ефективність занять.

**Висновки.** Отже, опираючись на результати досліджень підкреслюємо, що заняття спортивними танцями позитивно впливають на гармонійний розвиток дітей 8–9 років, заняття можна рекомендувати всім віковим групам.

**Ключові слова:** фізичне здоров'я, спортивні танці, діти, фізичний розвиток.

Vladyslav Ponomarenko, Maryna Diedukh

### THE ROLE OF SPORTS DANCES IN IMPROVING THE HEALTH OF YOUNGER SCHOOL-AGE CHILDREN

**Abstract.** The scientific article presents the results of studies that demonstrate the positive impact of dance sports classes on the physical health of primary school children. Anthropometric indicators and the dynamics of physical health indicators of respondents were studied.

**The goal** is to determine how sports dance classes affect the health of children of primary school age.

**Methods:** analysis of literary sources; pedagogical research methods (observation, experiment); method of assessing physical health G.A. Apanasenko the methodology for quantitative assessment of the level of physical health is based on anthropometric indicators (body weight, body length), calculated indices: vital, strength, Robinson Index, Roufier Index, methods of mathematical statistics.

**Results.** During the study, it was found that the analysis of anthropometric indicators of children 8–9 years old revealed age and gender characteristics of physical development. At 8 years old, the body weight of boys ( $30.1 \pm 1.7$  kg) was higher than that of girls ( $28.0 \pm 1.8$  kg), which is typical for primary school age. At 9 years of age, an increase in body weight was noted in both groups (boys –  $30.4 \pm 2.7$  kg, girls –  $29.9 \pm 2.6$  kg) and a decrease in gender differences. Body length also increased with age: at 8 years old, boys were  $135.2 \pm 2.3$  cm, girls –  $133.4 \pm 3.0$  cm, and at 9 years old,  $136.3 \pm 3.0$  cm and  $134.2 \pm 2.2$  cm, respectively. Chest circumference indicators were characterized by positive age dynamics and a slight lead of boys: at 8 years old –  $58.8 \pm 2.2$  cm versus  $57.6 \pm 1.6$  cm, at 9 years old –  $59.3 \pm 2.2$  cm versus  $58.5 \pm 2.3$  cm. The influence of dance sports classes on physical health was studied and it was proven that the results demonstrate a positive influence of dance sports classes, which is manifested primarily in the increase in the number of children with a high level of physical health in both age groups, which confirms the effectiveness of the classes.

**Conclusions.** Therefore, based on the results of the research, we emphasize that dance sports classes have a positive effect on the harmonious development of children aged 8–9, and classes can be recommended for all age groups.

**Keywords:** physical health, dance sports, children, physical development.

Пономаренко В., Дєдх М. Роль спортивних танців у зміцненні здоров'я дітей молодшого шкільного віку

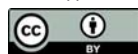
Sport Science Spectrum. 2026; 2: 72–76

DOI: <https://doi.org/10.32782/spectrum/2026-2-9>

Ponomarenko V., Diedukh M. The role of sports dances in improving the health of younger school-age children

Sport Science Spectrum. 2026; 72–76

DOI: <https://doi.org/10.32782/spectrum/2026-2-9>



**Вступ.** Відповідно до чинних нормативно-правових документів, саме Конституції України, законів «Про освіту», «Про охорону дитинства», «Про охорону здоров'я» та інших, держава визначає одним із пріоритетних завдань створення умов, що сприяють збереженню й зміцненню здоров'я молодого покоління, а також формуванню фізично розвиненої та духовно зрілої особистості. Здоровий спосіб життя, заняття різними видами спорту в умовах дозвілля розглядається як необхідна передумова збереження нації, духовного розвитку майбутніх поколінь та основа для позитивних суспільних змін у державі в цілому [1, 3, 5].

У молодшому шкільному віці формуються базові уявлення про самооцінку, соціальну взаємодію та самоконтроль, що створює сприятливі умови для виховання відповідального ставлення дітей до власного здоров'я та розвитку інтересу до корисних звичок, занять у секціях. Раннє формування мотивації до здорового способу життя та активного дозвілля сприяє появі стійких позитивних настанов щодо фізичної активності, раціонального харчування й дотримання режиму дня, які згодом можуть стати невід'ємною частиною їхньої щоденної поведінки [2, 5, 6, 7].

**Мета дослідження** – визначити як заняття спортивними танцями впливають на здоров'я дітей молодшого шкільного віку

Методи дослідження: аналіз літературних джерел; педагогічні методи дослідження (спостереження, експеримент); метод оцінки фізичного здоров'я Г.А. Апанасенко в основу методики кількісної оцінки рівня фізичного здоров'я покладені показники антропометрії ( маса тіла, довжина тіла), розрахункові індекси: життєвий, силовий, Індекс Робінсона, Індекс Руф'є, методи математичної статистики.

У дослідженні взяли участь 64 учня віком 8-9 років, з яких 30 дівчаток та 34 хлопчика. Усі респонденти брали участь добровільно та зі згоди батьків, відповідали встановленим критеріям включення: всі віднесені до основної медичної групи, всі відвідують заняття спортивними танцями два роки поспіль.

**Результати.** Антропометричні показники є важливими критеріями оцінки фізичного розвитку дітей молодшого шкільного віку, оскільки відображають особливості росту, маси тіла та пропорцій тіла на етапі інтенсивного соматичного розвитку.

Аналіз середньостатистичних антропометричних даних дозволяє об'єктивно оцінити відповідність фізичного розвитку віковим нормам, виявити можливі відхилення та визначити рівень гармонійності розвитку організму дитини. Отримані показники є основою для планування освітнього процесу, організації фізичного виховання та здійснення педагогічного й медичного контролю за станом здоров'я молодших школярів.

За результатами аналізу показників маси тіла дітей 8–9 років виявлено вікові та статеві особливості фізичного розвитку (таблиця 1). У 8-річному віці середня маса тіла хлопчиків становила 30,1 кг при стандартному відхиленні  $\pm 1,7$  кг, тоді як у дівчаток цей показник був дещо нижчим –  $28,0 \pm 1,8$  кг.

Отримані дані свідчать про більшу масу тіла у хлопчиків порівняно з дівчатками цього віку, що є типовим для

молодшого шкільного періоду та зумовлено статевими особливостями соматичного розвитку.

У 9-річному віці спостерігається загальна тенденція до збільшення маси тіла в обох статевих групах. Так, середня маса тіла хлопчиків зросла до  $30,4 \pm 2,7$  кг, а у дівчаток до  $29,9 \pm 2,6$  кг. При цьому різниця між хлопчиками і дівчатками стає менш вираженою, що може свідчити про індивідуальні темпи росту та початок вирівнювання антропометричних показників.

Також нами було проведено аналіз показників довжини тіла дітей 8–9 років, що свідчить про закономірні вікові та статеві відмінності фізичного розвитку.

У 8-річному віці середня довжина тіла хлопчиків становила  $135,2 \pm 2,3$  см, тоді як у дівчаток  $133,4 \pm 3,0$  см. Таким чином, хлопчики цього віку мали дещо більші показники зросту порівняно з дівчатками, що відповідає віковим особливостям соматичного розвитку.

У 9-річному віці відмічено подальше збільшення довжини тіла в обох групах. У хлопчиків середній показник зріс до  $136,3 \pm 3,0$  см, а у дівчаток до  $134,2 \pm 2,2$  см. Різниця між статями зберігається, однак не має різко вираженого характеру.

Показники окружності грудної клітки у дітей 8–9 років свідчать про вікову позитивну динаміку фізичного розвитку. У 8-річному віці середнє значення окружності грудної клітки у хлопчиків становило  $58,8 \pm 2,2$  см, що дещо перевищує відповідний показник у дівчаток  $57,6 \pm 1,6$  см. У 9 років спостерігається збільшення цього показника в обох статевих групах: у хлопчиків до  $59,3 \pm 2,2$  см, у дівчаток до  $58,5 \pm 2,3$  см. (таблиця 1).

Наступним етапом дослідження було визначення рівня фізичного здоров'я за методикою Г. Л. Апанасенко. Оцінка фізичного здоров'я за методикою Г. Л. Апанасенка є простим і інформативним способом комплексного визначення рівня соматичного здоров'я. Вона базується на аналізі антропометричних і функціональних показників та дозволяє віднести обстежуваних до одного з п'яти рівнів фізичного здоров'я – від низького до високого. Методика широко застосовується у наукових дослідженнях

**Таблиця 1** – Середньостатистичні показники антропометричних даних дітей молодшого шкільного віку (n=64)

Показники	Вік	Стать	$\bar{x}$	S
Маса тіла (кг)	8 років	хлопчики (n=16)	30,1	1,7
		дівчатка (n=15)	28,0	1,8
	9 років	хлопчики (n=18)	30,4	2,7
		дівчатка (n=15)	29,9	2,6
Довжина тіла (см)	8 років	хлопчики (n=16)	135,2	2,3
		дівчатка (n=15)	133,4	3,0
	9 років	хлопчики (n=18)	136,3	3,0
		дівчатка (n=15)	134,2	2,2
ОГК (см)	8 років	хлопчики (n=16)	58,8	2,2
		дівчатка (n=15)	57,6	1,6
	9 років	хлопчики (n=18)	59,3	2,2
		дівчатка (n=15)	58,5	2,3

і фізичному вихованні для оцінки адаптаційних можливостей організму та ефективності оздоровчих програм.

Порівняння результатів хлопчиків 8 та 9 років до і після експерименту свідчить про позитивні зрушення у розподілі рівнів фізичного здоров'я (рисунок 1).

У хлопчиків 8 років після експерименту відзначається зменшення частки дітей з низьким рівнем фізичного здоров'я з 12,5% до 6,2%, що свідчить про зниження кількості найбільш несприятливих показників. Водночас спостерігається зростання частки дітей з високим рівнем з 6,2% до 18,8%, що є найбільш вираженою позитивною зміною. Частка дітей із середнім і вищим за середній рівнями дещо зменшилася, що можна пояснити переходом частини обстежених до категорії з високим рівнем фізичного здоров'я. Збільшення показника «нижчий за середній» (з 25,0% до 37,5%) свідчить про нерівномірність адаптаційних змін у межах групи.

У хлопчиків 9 років після експерименту також спостерігаються позитивні тенденції. Частка дітей з високим рівнем фізичного здоров'я зросла з 0% до 11,1%, що вказує на появу якісно кращих показників після впровадження експериментальної програми. Одночасно зменшилася частка дітей із середнім (з 33,3% до 22,2%) та вищим за середній рівнем (з 22,2% до 16,7%), що також може свідчити про покращення рівня здоров'я в результаті занять спортивними танцями. Показник низького рівня залишився незмінним (16,7%), тоді як нижчий за середній рівень зріс з 27,8% до 33,3%.

Загалом результати демонструють позитивний вплив занять спортивними танцями, який проявляється передусім у зростанні кількості дітей з високим рівнем фізичного здоров'я в обох вікових групах, що підтверджує ефективність занять.

На рисунку 2 представлено порівняльні результати рівнів фізичного здоров'я дівчаток 8-9 років. У дівчаток 8 років після експерименту спостерігається зменшення кількості осіб з низьким рівнем фізичного здоров'я з 20,0% до 13,3%, що є позитивною тенденцією. Водночас суттєво зросла частка дівчаток з високим рівнем з 6,7% до 18,8%, що свідчить про покращення загального фізичного здоров'я. Частка дітей із вищим за середній рівнем зменшилася з 33,3% до 13,3%, що, ймовірно, пов'язано з переходом частини обстежених до категорії з високим рівнем. Показник середнього рівня залишився незмінним (26,7%), тоді як показник нижчий за середній рівень зросла з 13,3% до 26,7%, що вказує на нерівномірність адаптаційних змін у межах групи.

У дівчаток 9 років динаміка змін також має позитивний характер. Частка дітей з низьким рівнем фізичного здоров'я зменшилася вдвічі з 26,7% до 13,3%. Особливо вираженим є зростання частки дівчаток з високим рівнем з 6,7% до 26,7%, що є найкращим показником серед усіх порівнюваних груп. Відбулося зменшення показників осіб із вищим за середній рівнем (з 20,0% до 6,7%) та середнім рівнем (з 33,3% до 26,7%), що свідчить про перерозподіл показників у бік вищих рівнів фізичного здоров'я, рівень «нижчий за середній» зріс з 13,3% до 26,7%.

**Дискусія.** В результаті проведених досліджень підтверджено дані науковців про позитивний вплив на фізичне здоров'я спортивних танців та гармонійний розвиток дітей Чеверди А., Андрєєвої О., Демідової О., Сидорчук Т., Бойко С., Ярошевич Л.

Науковцями Чевердою А. та Андрєєвою О. в результаті проведених досліджень доведено оздоровчо-рекреаційний ефект запропонованої програми, про що свідчать показники рівня розвитку фізичних якостей, а саме координаційних здібностей. Під час розроблення програми оздоровчих занять із використанням засобів спортивних танців авторами було враховано позитивний попередній досвід організації занять за блочним принципом. Відповідно програма складалася з п'яти взаємопов'язаних блоків: хореографічного, коригувального, ігрового, танцювального та змагального. Рациональне поєднання цих блоків на різних етапах фітнес-занять з елементами спортивних танців забезпечило збереження високої мотивації дітей до оздоровчої діяльності, сприяло покращенню результатів рухових тестів, підвищенню рівня спеціальної фізичної підготовленості та рухової активності, а також

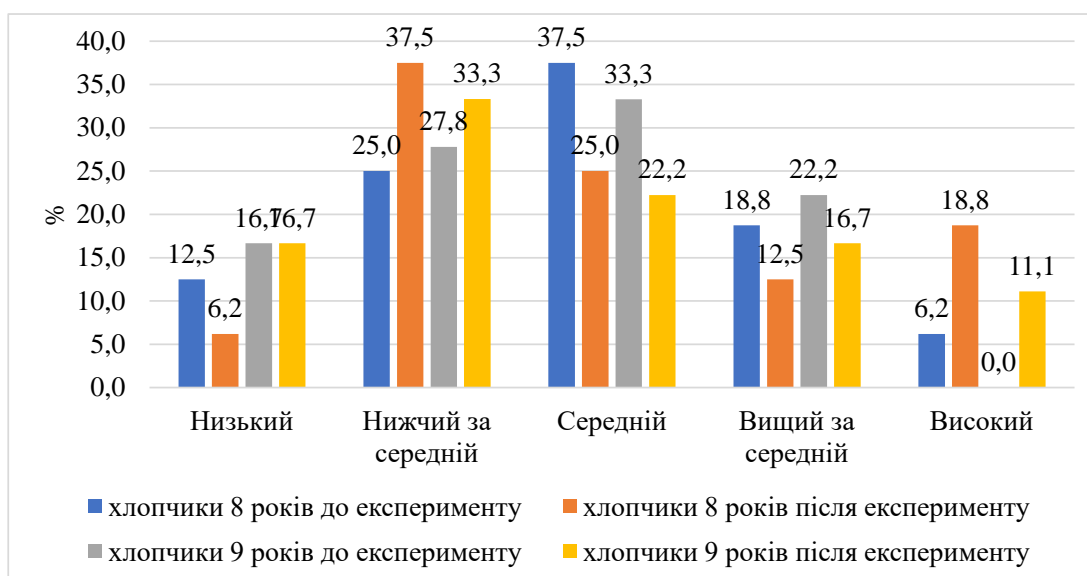


Рисунок 1 – Результати рівня фізичного здоров'я хлопчиків 8-9 років до та після експерименту, (n=34)

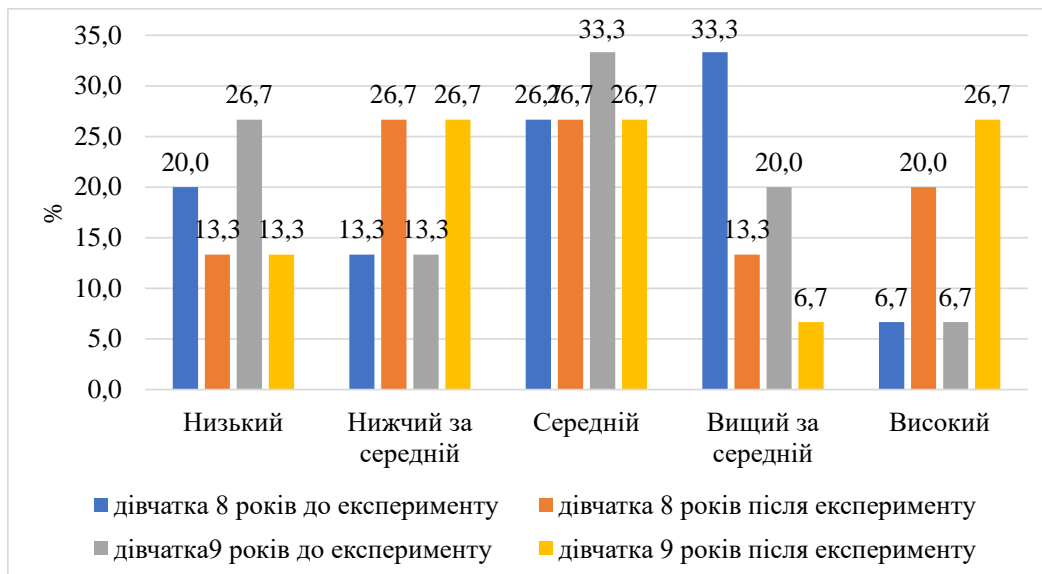


Рисунок 2 – Результати рівня фізичного здоров'я дівчаток 8-9 років до та після експерименту, (n=30)

позитивно вплинуло на гармонійний фізичний розвиток дітей старшого дошкільного віку [9].

Автори [4, 6, 8] довели, що в умовах сьогодення та з використанням дистанційного навчання є актуальним є питання залучення дітей до додаткових занять в позаурочний час. Через додаткові заняття поліпшився настрій, і це дозволяло більш позитивно дивитись на життя, знаходити собі сили долати труднощі і знижувати рівень негативних емоцій, які супроводжують дітей різного віку в сучасних умовах воєнного стану; покращити об'єм уваги, що сприяло поліпшенню їх розумової працездатності; підвищити рівень розвитку координаційних якостей, сили і гнучкості, що в свою чергу позитивно відобразилось на їх здоров'ї.

**Висновки.** Теоретичний аналіз наукових праць засвідчив, що чинна система освітнього процесу в закладах загальної середньої освіти не забезпечує належного рівня збереження та зміцнення здоров'я школярів. Про це свідчить стійка тенденція до погіршення показників фізичного стану дітей і молоді в Україні. За таких умов актуалізується необхідність упровадження інноваційних педагогічних підходів, спрямованих на формування в учнів культури здоров'язбереження. Особливої ваги набуває розроблення й використання ефективних педагогічних умов, сучасних

форм і методів навчання, здатних забезпечити реальне зміцнення здоров'я школярів, передусім дітей молодшого підліткового віку, які переживають інтенсивні фізіологічні та психологічні зміни та потребують підвищеної педагогічної уваги до гармонійного розвитку.

У ході дослідження на основі експериментальних даних встановлено вікові та статеві особливості фізичного розвитку дітей 8–9 років. Порівняння показників показало, що у 8 річні хлопчики мали більшу масу тіла, ніж дівчатка, однак у 9 років ці відмінності зменшуються, що свідчить про їх поступове вирівнювання. Аналіз довжини тіла та окружності грудної клітки підтвердив позитивну вікову динаміку фізичного розвитку в обох групах. Порівняння результатів до та після експерименту засвідчило збільшення кількості дітей із високим рівнем фізичного здоров'я, що дозволяє зробити висновок про позитивний вплив занять спортивними танцями та їх ефективність як засобу фізичного виховання.

**Перспективи подальших досліджень** полягає у отриманні додаткових даних щодо визначення особливостей мотивації до занять спортивними танцями учнів молодших класів.

**Конфлікт інтересів.** Авторі заявляють, що відсутній будь-який конфлікт інтересів.

## ЛІТЕРАТУРА

- Бричук М., Дедух М., Єфанова В., Дядюк Д. Вплив занять спортивними танцями на рівень фізичного здоров'я дітей 11-12 років. *Наук. час. Укр. держ. ун-ту імені Михайла Драгоманова. Серія 15*. 2023. Вип. 11(171). С. 33–36. [https://doi.org/10.31392/UDU-nc.series15.2023.11\(171\).07](https://doi.org/10.31392/UDU-nc.series15.2023.11(171).07)
- Гакман А.В., Винниченко О.Д. Теоретичні та методологічні основи рекреаційно-оздоровчої діяльності з дітьми дошкільного віку. *Молодий вчений*. 2018. No 3.3(55.3). С. 38–41. [http://nbuv.gov.ua/UJRN/molv\\_2018\\_3\\_3\\_13](http://nbuv.gov.ua/UJRN/molv_2018_3_3_13)
- Гончарова Н.М. Передумови розробки концепції здоров'яформуючих технологій у процесі фізичного виховання дітей молодшого шкільного віку. *IMRAS*. 2023. Вип. 6(4). С. 60–71. <https://journal.imras.org/index.php/sps/article/view/228>
- Демидова О., Сидорчук Т., Бойко С., Ярошевич Л. Використання елементів спортивних танців у фізичному вихованні дітей старшого шкільного віку в умовах дистанційного навчання. *Теорія та практика фізичної культури і спорту*. 2023. No2. С. 42–52.
- Дьоміна Ж.Г., Бобильов С.В. Організація фізичної активності молодших школярів з ослабленим здоров'ям в умовах депривації. *Наук. час. Укр. держ. ун-ту імені Михайла Драгоманова. Серія 15*. 2023. Вип. 2(160). С. 101–104. [https://doi.org/10.31392/NPU-nc.series15.2023.02\(160\).21](https://doi.org/10.31392/NPU-nc.series15.2023.02(160).21)
- Лаврентьев О., Головащенко Р., Крупеня С., Гулай В., Довженко Ю. Танець як форма психологічного розвантаження. *Наук. час. Нац. пед. ун-ту імені М.П. Драгоманова. Серія 15*. 2022. Вип. 6(151). С. 81–86. [https://doi.org/10.31392/NPU-nc.series15.2022.6\(151\).17](https://doi.org/10.31392/NPU-nc.series15.2022.6(151).17)
- Москаленко Н., Демидова О., Бодня В. Вплив занять спортивними танцями на фізичний стан дітей молодшого шкільного віку. *Спортивний вісник Придніпров'я*. 2019. No1. С. 105–118. [http://nbuv.gov.ua/UJRN/svp\\_2019\\_1\\_14](http://nbuv.gov.ua/UJRN/svp_2019_1_14)
- Соронович І., Хом'яченко О., Веселкіна С. Підвищення ефективності фізичної підготовки кваліфікованих спортсменів у спортивних танцях шляхом поєднання класичних підходів та інноваційних тренувальних тенденцій. *Теорія та методика фізичного виховання та спорту*. 2019. No2. С. 13–19. <https://doi.org/10.32652/tmfvs.2019.2.13-19>
- Чеверда А., Андреева О. Використання фітнес-програми з елементами спортивних танців для розвитку координаційних здібностей дітей старшого дошкільного віку. *Теорія та методика фізичного виховання і спорту*. 2022. No1. С. 68–72. <https://doi.org/10.32652/tmfvs.2022.1.68-72>

## REFERENCES

1. Brychuk, M., Diedukh, M., Yefanova, V. & Dyadyuk, D. (2023). Vplyv zaniat sportyvnymi tantsiamy na riven fizychnoho zdorovia ditei 11-12 rokiv [The impact of dance sports classes on the level of physical health of children aged 11-12]. *Scientific Journal of the Ukrainian State University named after Mykhailo Dragomanov. Series 15*. Issue 11(171). Pp. 33–36. [https://doi.org/10.31392/UDU-nc.series15.2023.11\(171\).07](https://doi.org/10.31392/UDU-nc.series15.2023.11(171).07) [in Ukrainian]
2. Hakman, A.V. & Vynnychenko, O.D. (2018). Teoretychni ta metodolohichni osnovy rekreatsiino-ozdorovchoi diialnosti z ditmy doshkilnoho viku [Theoretical and methodological foundations of recreational and health activities with preschool children]. *Young Scientist*. No 3.3(55.3). Pp. 38–41. [http://nbuv.gov.ua/UJRN/molv\\_2018\\_3.3\\_13](http://nbuv.gov.ua/UJRN/molv_2018_3.3_13) [in Ukrainian].
3. Honcharova, N.M. (2023). Peredumovy rozrobky kontseptsii zdoroviaformuiuchykh tekhnolohii u protsesi fizychnoho vykhovannia ditei molodshoho shkilnoho viku [Prerequisites for developing the concept of health-forming technologies in the process of physical education of primary school children]. *IMRAS*. Issue 6(4). Pp. 60–71. <https://journal.imras.org/index.php/sps/article/view/228> [in Ukrainian].
4. Demidova, O., Sydoruk, T., Boyko, S. & Yaroshevich, L. (2023). Vykorystannia elementiv sportyvnykh tantsiv u fizychnomu vykhovanni ditei starshoho shkilnoho viku v umovakh dystantsiinoho navchannia [The use of elements of sports dances in the physical education of senior school-age children in distance learning conditions]. *Theory and practice of physical culture and sports*. No2. Pp. 42–52. [in Ukrainian].
5. Dyomina, Zh.G. & Bobylev, S.V. (2023). Orhanizatsiia fizychnoi aktyvnosti molodshykh shkoliariv z oslablenym zdoroviam v umovakh depriyatsii [Organization of physical activity of younger schoolchildren with impaired health in conditions of deprivation]. *Scientific Journal of the Ukrainian State University named after Mykhailo Dragomanov. Series 15*. Issue 2(160). Pp. 101–104. [https://doi.org/10.31392/NPU-nc.series15.2023.02\(160\).21](https://doi.org/10.31392/NPU-nc.series15.2023.02(160).21) [in Ukrainian].
6. Lavrentiev, O., Golovashchenko, R., Krupenya, S., Gulay, V. & Dovzhenko, Yu. (2022). Tanets yak forma psykholohichnoho rozvantazhennia [Dance as a form of psychological relief]. *Scientific Journal. National Pedagogical University named after M.P. Dragomanov. Series 15*. Issue 6(151). Pp. 81–86. [https://doi.org/10.31392/NPU-nc.series15.2022.6\(151\).17](https://doi.org/10.31392/NPU-nc.series15.2022.6(151).17). [in Ukrainian].
7. Moskalenko, N., Demydova, O. & Bodnia, V. (2019). Vplyv zaniat sportyvnymi tantsiamy na fizychnyi stan ditei molodshoho shkilnoho viku [The impact of dance sports classes on the physical condition of primary school children]. *Sports Bulletin of the Dnieper Region*. No 1. Pp. 105–118. [http://nbuv.gov.ua/UJRN/svp\\_2019\\_1\\_14](http://nbuv.gov.ua/UJRN/svp_2019_1_14). [in Ukrainian].
8. Soronovich, I., Khomyachenko, O. & Veselkina, S. (2019). Pidvyshchennia efektyvnosti fizychnoi pidhotovky kvalifikovanykh sportsmeniv u sportyvnnykh tantsiakh shliakhom poiednannia klasychnykh pidkhodiv ta innovatsiinykh trenuvalnykh tendentsii [Increasing the effectiveness of physical training of qualified athletes in dance sports by combining classical approaches and innovative training trends]. *Theory and methods of physical education and sports*. No 2. Pp. 13–19. <https://doi.org/10.32652/tmfvs.2019.2.13-19> [in Ukrainian].
9. Cheverda, A. & Andreeva, O. (2022). Vykorystannia fitnes-prohramy z elementamy sportyvnykh tantsiv dlia rozvytku koordynatsiinykh zdbnosteii ditei starshoho doshkilnoho viku [Using a fitness program with elements of dance sports to develop coordination abilities of older preschool children]. *Theory and methods of physical education and sports*. No 1. Pp. 68–72. <https://doi.org/10.32652/tmfvs.2022.1.68-72> [in Ukrainian].

Дата першого надходження статті до видання: 02.01.2026

Дата прийняття статті до друку після рецензування: 27.01.2026

Дата публікації (оприлюднення) статті: 08.04.2026

## ІНФОРМАЦІЯ ПРО АВТОРІВ

**Пономаренко В. В.**, <https://orcid.org/0009-0007-7654-5284> vponomarenko@uni-sport.edu.ua

**Дєдх М. О.**, <https://orcid.org/0000-0002-1950-3412>, mdiedukh@uni-sport.edu.ua

Національний університет фізичного виховання і спорту України 03150, Київ, вул. Фізкультури, 1, Україна.

## INFORMATION ABOUT THE AUTHORS

**Ponomarenko V.**, <https://orcid.org/0009-0007-7654-5284>, vponomarenko@uni-sport.edu.ua

**Diedukh M.**, <https://orcid.org/0000-0002-1950-3412>, mdiedukh@uni-sport.edu.ua

National University of Ukraine on Physical Education and Sport, 03150, Kyiv, Fizkul'tury str., 1, Ukraine.