Дата публикации: 01.03.2026
DOI: 10.24412/2588-0500-2026_10_01_33
УДК 796.332

Publication date: 01.03.2026
DOI: 10.24412/2588-0500-2026_10_01_33
UDC 796.332

ЭФФЕКТЫ ТРЕНИНГА РАЗНЫХ ПОКАЗАТЕЛЕЙ КООРДИНАЦИОННЫХ СПОСОБНОСТЕЙ НА НАЧАЛЬНОМ ЭТАПЕ ПОДГОТОВКИ В ФУТБОЛЕ

И.Ю. Горская[1], И.В. Аверьянов[2], Э.В. Кладов[3]
[1]Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего образования «Сибирский государственный университет физической культуры и спорта», г. Омск, Россия
[2]Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего образования «Российский биотехнологический университет (РОСБИОТЕХ)», г. Москва, Россия
[3]Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего образования «Омский государственный университет путей сообщения», г. Омск, Россия

Аннотация. ***Введение.*** В ходе исследования проведен анализ динамики изменения показателей ведущих координационных способностей футболистов групп начальной подготовки, определены возможности акцентированного тренинга разных видов координационных способностей на этапе начальной подготовки. ***Методы:*** педагогическое тестирование (тесты, входящие в состав контрольно-переводных нормативов федерального стандарта подготовки по виду спорта «футбол», а также тесты для оценки специальной координационной подготовленности), психомоторное тестирование, анкетирование ведущих специалистов. В опытно-экспериментальной части исследования приняли участие 52 спортсмена мужского пола (начальный этап многолетней спортивной подготовки). ***Результаты.*** Проведено апробирование разработанной программы акцентированной координационной подготовки. Отличительными особенностями программы явились интенсификация координационной подготовки; сочетание узконаправленного и комплексного подходов при применении координационных средств разной направленности; расширение средств координационной подготовки. ***Заключение.*** Внедрение разработанной программы позволяет существенно повысить темпы развития ведущих координационных способностей, к которым отнесены: реагирующая, кинестетическая, ориентация в пространстве и сохранение равновесия.
Ключевые слова: координационные способности, футболисты, начальный этап спортивной подготовки, реагирующие способности, способности к ориентации в пространстве, двигательная точность.

EFFECTS OF TRAINING DIFFERENT INDICATORS OF COORDINATION ABILITIES AT THE INITIAL STAGE OF PREPARATION IN FOOTBALL

I.Yu. Gorskaya[1], I.V. Averyanov[2], E.V. Kladov[3]
[1]Siberian State University of Physical Education and Sports, Omsk, Russia
[2]Russian Biotechnological University, Moscow, Russia
[3]Omsk State University of Railway Engineering, Omsk, Russia

Abstract. ***Introduction***. The study analyzed the dynamics of changes in the indicators of the leading coordination abilities of football players in the initial training groups, and determined the possibilities of focused training of different types of coordination abilities at the initial training stage. ***Methods***: pedagogical testing (tests included in the control and transfer standards of the federal training standard for football, as well as tests for assessing special coordination fitness), psychomotor testing, a questionnaire of leading specialists. 52 male athletes took part in the experimental part of the study (the initial stage of long-term sports training). ***Results***. A pilot study of the developed program of focused coordination training was conducted. Distinctive features of the developed program included intensification of coordination training; a combination of focused and comprehensive approaches in the application of coordination tools of various types; an expansion of coordination training tools. ***Conclusion***. The implementation of the focused coordination training program significantly increases the rate of development of key coordination abilities, which include responsiveness, spatial orientation, kinesthetic abilities, and the ability to maintain balance.
Keywords: coordination abilities, football players, initial stage of sports training, reaction abilities, spatial orientation abilities, motor precision.

Введение. Футбол, являясь самым популярным видом спорта в мире и в нашей стране в том числе, привлекает значительное количество занимающихся в детском возрасте. Согласно федеральному стандарту, начальная спортивная подготовка в этом виде спорта соответствует возрасту 7-9 лет. Учитывая возрастные особенности контингента занимающихся, основное внимание целесообразно направить на развитие важных для успешности в этом виде спорта двигательных способностей, включая координационные способности, сенситивные периоды которых приходятся на младший школьный возраст. Вопросы координационной подготовки в футболе постоянно являются предметом интереса многочисленных отечественных и зарубежных исследователей [1-8]. Ряд исследований направлен на обоснование методик развития того или иного вида координационных способностей (ориентации в пространстве, кинестетических способностей и др.) [9-11]. Отдельные исследования посвящены взаимосвязи технической и координационной подготовленности футболиста [1, 6, 11]. Большинство работ затрагивают координационную подготовку спортсменов 10-14 лет, а также вопросы контроля и тренинга координационных способностей квалифицированных футболистов, что подчеркивает значимость этих способностей и их вклад в спортивную результативность футболиста [1, 3, 12]. Однако ввиду сложности и многокомпонентного состава координационных способностей до сих пор не сформировано единого мнения по поводу вопросов содержания координационной подготовки, этапов ее построения, соотношения средств, направленных на разные компоненты (виды) координационных способностей, перечня ведущих компонентов координационных способностей для этого вида спорта, а также возможности тренинга и ожидаемых приростов каждого из видов координационных способностей. В этой связи актуальным является получение информации о динамике приростов показателей разных видов координационных способностей в ходе их направленного развития на начальном этапе подготовки в футболе.

Цель исследования – анализ динамики прироста показателей ведущих координационных способностей на начальном этапе подготовки в футболе.

Материалы и методы исследования. В материалах статьи отражены отдельные результаты многолетних исследований, проводимых на базе Сибирского государственного университета физической культуры и спорта (кафедра естественно-научных дисциплин) с участием юных футболистов г. Омска (7-9 лет). Методы: педагогическое тестирование (тесты, входящие в состав контрольно-переводных нормативов федерального стандарта подготовки по виду спорта «футбол», а также тесты для оценки специальной координационной подготовленности [1, 2]), психомоторное тестирование (с использованием компьютерной программы «Спортивный психофизиолог» [13]), анкетирование ведущих специалистов (25 тренеров по футболу разных городов РФ), методы математической статистики. Обработка полученных данных производилась с использованием программного обеспечения Excel 2019: расчет среднегрупповых значений, стандартного квадратичного отклонения, проверка выборки на соответствие нормальному распределению данных (тест Шапиро-Уилка), определение достоверности различий – по t-критерию Стьюдента при 5% уровне значимости. В опытно-экспериментальной части исследования участвовали 52 спортсмена мужского пола (начальный этап многолетней спортивной подготовки). Все тестовые испытания проводились в подготовительном периоде годичного цикла.

Результаты исследования и их обсуждение. Первая часть представленных в статье материалов исследования посвящена анализу динамики изменений показателей ведущих координационных способностей в течение 1, 2, 3 года начальной подготовки футболистов (по действующей программе спортивной подготовки от 2025 г.). К ведущим показателям из всего спектра координационных способностей отнесены показатели реагирующей способности, способности к ориентации в пространстве и сохранению равновесия, а также кинестетических способностей, отражающих двигательную

точность по пространственным и силовым параметрам движений. Данная информация получена в процессе анкетирования ведущих специалистов по футболу, а также подтверждена результатами проведенного корреляционного анализа (выявлены корреляции средней и высокой тесноты с показателями технической подготовленности, значения коэффициентов корреляции – от 0,550 до 0,800).

Анализ изменений результатов проведенного тестирования (в конце каждого года подготовки) свидетельствует о поступательной динамике (табл. 1), однако по большинству показателей приросты не превышают 10%, что приводит к заключению о недостаточной эффективности применяемых педагогических воздействий в отношении координационной подготовки, реализуемой в рамках типовой программы по виду спорта. По отдельным тестам результаты в течение второго года подготовки улучшились более значимо, чем в течение третьего года подготовки, то есть отмечается замедление приростов. По показателям реагирующих и темпоритмовых способностей достоверно значимых приростов не выявлено (кроме реакции слежения за движущимся объектом) (табл. 1). Анализ причин недостаточно высоких приростов в показателях координационных способностей юных футболистов в процессе занятий по типовой программе подготовки позволил выявить несколько факторов, лимитирующих развитие этих способностей, среди которых ограниченный состав средств, методов, методических приемов координационной подготовки, применяемых тренерами; низкая вариативность применяемых упражнений; использование преимущественно средств комплексного воздействия на разные виды координационных способностей (подвижные игры, эстафеты); нерегулярность и недостаточный объем времени, отводимого на координационную подготовку; отсутствие текущего и этапного контроля уровня координационной подготовленности.

Таблица 1

Динамика изменений показателей ведущих координационных способностей футболистов начального этапа подготовки (n=52)

Показатель	НП-1	НП-2	НП-3
ПЗМР (ведущ.нога), мс	485,5±64,5	475,8±53,5	460,5±58,6
ПСМР (ведущ.нога), мс	460,5±64,5	445,8±70,5	425,8±63,6
Реакция слежения, мс	210,5±24,5	180,5±23,5*	175,5±18,0≠
Воспроизведение заданной величины отрезков, ошибка, %	28,0±7,5	20,8±3,5*	18,5±4,0*≠
Воспроизведение ½ от макс. прыжка в длину, ошибка, см	15,0±3,5	12,8±3,9*	13,5±3,8
Воспроизведение ½ от макс. усилия на динамометре, ошибка, кг	5,5±1,5	4,0±2,5	4,5±2,0≠
Проба Ромберга, пяточно-носочная поза, с	58,0±16,5	65,4±14,5	70,5±16,0≠
Проба Ромберга, поза «Аист», с	3,5±1,5	4,5±2,5*	4,5±2,8
Теппинг-тест (ведущ.нога), max, кол-во раз за 10 с	25,0±7,0	28,0±7,5	28,5±6,0
Теппинг-тест (ведущ.нога), разница между max и min, кол-во раз	14,1±7,5	13,8±6,5	16,5±7,0
Ведение мяча между фишек с последующим ударом по воротам, с	7,5±1,9	6,6±1,5*	6,3±1,3*≠

Примечание: ПЗМР – простая зрительно-моторная реакция; ПСМР – простая слухомоторная реакция; НП-1 – 1 год начальной подготовки; НП-2 – 2 год начальной подготовки; НП-3 – 3 год начальной подготовки; * – достоверно значимые различия между показателями смежных годов подготовки; ≠ – достоверно значимые различия между показателями НП-1 и НП-3 ($p \leq 0,05$).

Следующим этапом исследования явилось апробирование разработанной программы акцентированной координационной подготовки, рассчитанной для применения в течение 2-го года начальной подготовки футболистов (длительность эксперимента –

7 мес.). Отличительными особенностями разработанной программы явились интенсификация координационной подготовки; сочетание узконаправленного и комплексного подходов при применении координационных средств разной направленности; расширение средств координационной подготовки за счет включения узконаправленных координационных упражнений различного уровня сложности, элементов спортивных игр, эстафет с элементами техники, упражнений с использованием координационной лестницы, упражнений на нестабильной поверхности, ситуационных заданий, заданий, развивающих помехоустойчивость. В программу включены средства общей и специальной направленности, по принципу постепенного увеличения доли специальных средств и усложнения применяемых упражнений и заданий. Целью эксперимента являлось определение эффективности разработанной программы и выявление степени «тренируемости» разных компонентов координационных способностей в возрасте 8-9 лет. Анализ результатов эксперимента позволил доказать эффективность разработанного подхода, что подтверждается сравнением показателей экспериментальной (ЭГ) и контрольной (КГ) групп (табл. 2, рис. 1). Достоверно значимые приросты выявлены как в ЭГ, так и в КГ, однако количество положительных изменений и их масштаб более выражены в ЭГ, то есть интенсификация и акцентированное воздействие на ведущие виды координационных способностей футболистов 8-9 лет позволяет существенно повысить эффективность подготовки.

Таблица 2

Показатели общих и специальных координационных способностей футболистов на разных этапах эксперимента (НП-2, n=46)

Показатель	ЭГ		КГ	
	До эксперимента	После эксперимента	До эксперимента	После эксперимента
ПЗМР (ведущ.нога), мс	479,0±53,5	440,5±66,0*	475,4±61,0	463,5±56,7
СЗМР слежения, мс	174,5±26,0	130,5±27,0*	169,0±24,2	148,5±24,2*≠
Воспроизведение величины отрезков, ошибка, %	20,8±3,5	14,8±4,0*	19,8±2,9	15,5±4,0*≠
Воспроизведение ½ от макс. прыжка в длину, ошибка, см	17,0±3,0	11,9±3,6*	16,8±3,0	13,9±2,9≠
Воспроизведение половины макс.усилия, ошибка, кг	4,0±2,5	3,2±2,0*	4,1±2,7	3,5±3,8≠
Проба Ромберга, пяточно-носочная поза, с	66,0±18,0	88,5±18,0*	65,4±14,5	76,5±15,9≠
Проба Ромберга, поза «Аист», с	4,6±1,9	7,3±4,8*	4,5±2,2	6,2±2,8*≠
Теппинг-тест (ведущ.нога), max, кол-во раз за 10 с	28,0±7,5	33,0±7,9	30,4±7,9	31,5±6,0
Ведение мяча между фишек с последующим ударом по воротам, с	6,6±1,7	6,0±1,3*	6,4±1,5	6,3±1,8≠
Жонглирование, кол-во	8,0±4,5	11,1±3,8*	8,1±4,9	9,8±4,5*
5 ударов по воротам 3х2 м после ведения мяча, кол-во попаданий	3,0±1,2	4,2±0,5*	3,2±0,9	4,0±0,5*
5 ударов по воротам 1х1 м с расстояния 8 м, кол-во попаданий	2,9±1,1	3,9±1,0*	2,9±1,1	3,2±0,9≠
Баланс на одной ноге с удержанием мяча на стопе, с	17,0±3,5	28,4±4,1*	20,0±2,9	24,4±4,1*≠

Примечание: ПЗМР – простая зрительно-моторная реакция; СЗМР – сложная зрительно-моторная реакция; ЭГ – экспериментальная группа; КГ – контрольная группа; * – достоверно значимые различия между показателями в одной выборке до и после эксперимента; ≠ – достоверно значимые различия между показателями в ЭГ и КГ после эксперимента ($p \leq 0,05$).

Следует отметить, что более выраженные приросты наблюдаются по показателям специальной координационной подготовленности (кроме результатов в сложных специальных тестах, требующих выполнения точных ударов после ведения мяча и точности ударов с большого расстояния), что отмечается как в КГ, так и в ЭГ, однако величина приростов в ЭГ значительно превышает значения приростов в КГ в тех же тестах. Это объясняется тем, что именно на втором году подготовки футболисты осваивают все типовые технические действия и начинают применять комбинации этих действий в игровой деятельности. Что касается общей координационной подготовленности, то высокие величины приростов выявлены по показателям способностей к равновесию, точности по пространственным параметрам движения. При этом показатели реагирующих и темпо-ритмовых способностей за период эксперимента изменились незначительно (достоверно значимых приростов не выявлено) (рис.). По-видимому, низкие приросты по отдельным компонентам координационных способностей связаны с двумя основными возможными причинами: во-первых, значительной генетической обусловленностью реагирующих и темпо-ритмовых способностей, а во-вторых, более поздними сенситивными периодами для их направленного развития. Это приводит к заключению о том, что уже на этапе отбора целесообразно выявлять перспективных спортсменов, имеющих высокий исходный уровень этих видов координационных способностей.

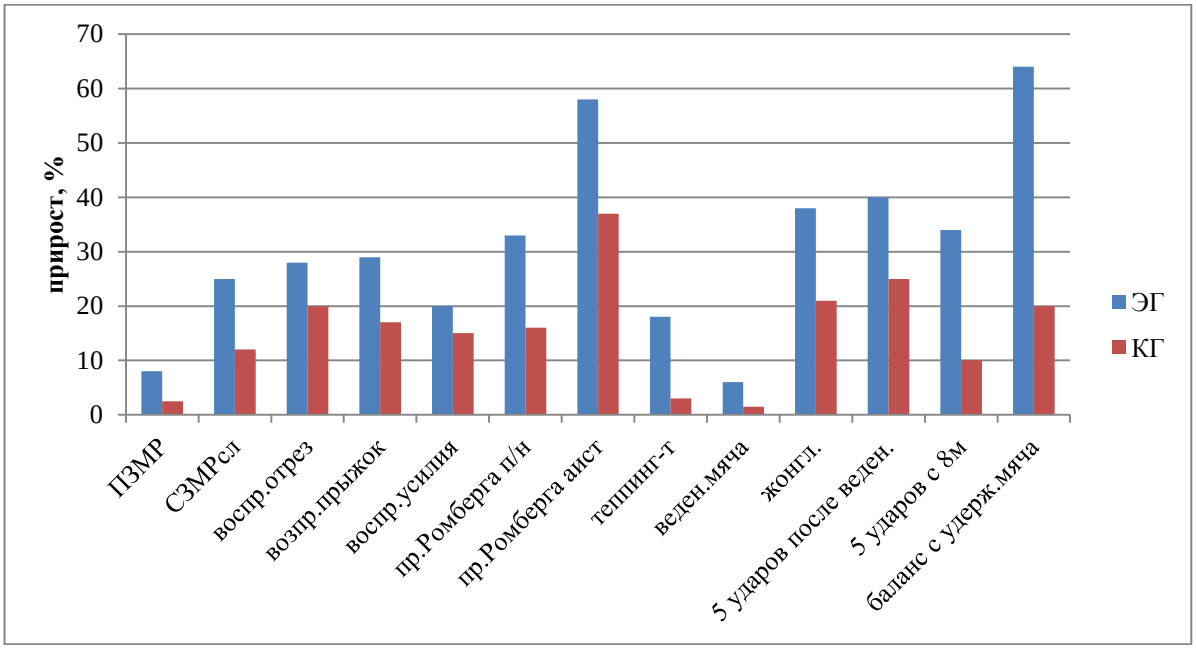


Рис. Величина прироста показателей координационных способностей футболистов групп НП-2 в ходе эксперимента

Примечание: ПЗМР – простая зрительно-моторная реакция; СЗМР – сложная зрительно-моторная реакция; ЭГ – экспериментальная группа; КГ – контрольная группа; НП-2 – 2 год начальной подготовки.

Заключение. Типовые подходы, реализуемые в физической подготовке футболистов групп НП 1-3 годов недостаточно эффективны в отношении развития ведущих координационных способностей. Внедрение программы акцентированной координационной подготовки, начиная со второго года НП, когда спортсмены освоили начальные технические действия, позволяет существенно повысить темпы развития ведущих координационных способностей, к которым отнесены показатели реагирующей способности, способностей к ориентации в пространстве и сохранению равновесия, кинестетических способностей. Результатом применения разработанной программы явились достоверно значимые приросты по большинству видов координационных

способностей у футболистов 8-9 лет в ЭГ, значительно превышающие аналогичные показатели в КГ. Величина приростов варьирует от 6 до 64%. Наиболее «тренируемыми» в возрасте 8-9 лет можно назвать способности к сохранению равновесия и способности к точности по пространственным параметрам движения. Перспективой дальнейшего использования результатов исследования является возможность применения полученных данных в практической деятельности тренеров для контроля и планирования координационной подготовки юных футболистов. Материалы исследования могут послужить основой дальнейших опытно-экспериментальных изысканий, направленных на сравнение данных с другими возрастными группами, видами спорта и т.д.

Конфликт интересов. Авторы заявили об отсутствии конфликта интересов.

Conflict of interest. The authors declare no conflict of interest.

СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

1. Лях, В. Координационная тренировка в футболе / В. Лях, З. Витковски. – М.: Советский спорт. – 2010. – 216 с.
2. Губа, В.П. Тестирование и контроль подготовленности футболистов / В.П. Губа, А. Стула, А.Д. Скрипко. – М.: Спорт, 2016. – 220 с.
3. Антипов, А.В. Современные критерии отбора юных футболистов 9-10 лет в академию футбола / А.В. Антипов // Известия Тульского государственного университета. Физическая культура. Спорт. – 2020. – № 3. – С. 68-73.
4. Антипов, А.В. Система многолетней подготовки спортивного резерва в футбольных академиях: автореф. дис. ... д-ра биол. наук / Александр Викторович Антипов. – Мытищи, 2021. – 60 с.
5. Горская, И.Ю. Значимость координационной подготовки юных футболистов (проблемы и реалии практики) / И.Ю. Горская, Г.С. Баймаков, И.В. Аверьянов // Ученые записки университета имени П.Ф. Лесгафта. – 2020. – № 11(189). – С. 137-142.
6. Golle, K. Koordinative Fähigkeiten und Koordinationstraining im Sport / K. Golle, H. Mechling, U. Granacher // Springer-Verlag GmbH Deutschland, ein Teil von Springer Nature. – 2019. – URL: https://www.researchgate.net/publication/332867516_Koordinative_Fahigkeiten_und_Koordinationstraining_im_Sport (дата обращения: 26.01.2025)
7. Rabbani, A. Fitness Monitoring in Elite Soccer Players: Group vs. Individual Analyses / A. Rabbani, M. Kargarfard, C. Twist // Journal of Strength and Conditioning Research. – 2020. – Vol. 34(11). – P. 3250-3257.
8. Simple and reliable protocol for identifying talented junior players in team sports using small-sided games / R.S. Wilson, A.H. Hunter, T.V. Camata [et al.] // Scandinavian Journal of Medicine & Science in Sports. – 2021. – No. 31(8). – P. 1647-1656.
9. Методика повышения вестибулярной устойчивости у юных футболистов / Д. Багайоко, А.Ш. Мхд. Висам, Л.И. Костюнина [и др.] // Современные вопросы биомедицины. – 2022. – № 6(1). – С. 262-270.
10. Воронова, Е.К. Сравнительная характеристика развития специфических координационных способностей у юных пловцов и футболистов / Е.К. Воронова, В.С. Ершова // Современные вопросы биомедицины. – 2022. – Т. 6. – № 2(19). – С. 233-236.
11. Игнатушкин, Р.Г. Оценка уровня развития быстроты и координации юных футболистов / Р.Г. Игнатушкин // Проблемы и перспективы организации физиологического сопровождения занятий спортом и физической культурой. Сборник научных трудов молодых ученых. – Челябинск, 2022. – С. 93-96.
12. Дунаев, К.С. Координационная подготовка футболистов 10-11 лет на тренировочном этапе подготовки / К.С. Дунаев, С.А. Ярушин, А.В. Шергин // Физическая культура. Спорт. Туризм. Двигательная рекреация. – 2023. – Т. 8. – № 1. – С. 83-87.
13. Корягина, Ю.В. Свидетельство об официальной регистрации программы для ЭВМ Аппаратно-программный комплекс «Спортивный психофизиолог» № 2010617789 / Ю.В. Корягина, С.В. Нопин // Программы для ЭВМ: (офиц. бюл.). – 2011. – № 1. – Ч.2. – С. 308.

REFERENCES

1. Lyakh V., Vitkovski Z. Coordination training in football. Moscow: Sovetskij sport, 2010. 216 p. (in Russ.)
2. Guba V.P., Stula A., Skripko A.D. Testing and control of football players' fitness. Moscow: Sport, 2016. 220 p. (in Russ.)

3. Antipov A.V. Modern criteria for selection of young football players of 9-10 years to the academy of football. *Izvestiya Tula State University. Physical Culture. Sport*, 2020, no. 3, pp. 68-73. (in Russ.)
4. Antipov A.V. System of long-term training of sports reserve in football academia: an author's abstract. Mytishchi, 2021. 60 p. (in Russ.)
5. Gorskaya I.Yu., Bajmakov G.S., Averyanov I.V. Importance of the coordination training of young football players (problems and realities of practice). *Scientific Notes of the P.F. Lesgaft University*, 2020, no. 11(189), pp. 137-142. (in Russ.)
6. Golle K., Mechling H., Granacher U. Koordinative Fähigkeiten und Koordinationstraining im Sport. Springer-Verlag GmbH Deutschland, ein Teil von Springer Nature. 2019. Available at: https://www.researchgate.net/publication/332867516_Koordinative_Fahigkeiten_und_Koordinationstraining_im_Sport (accessed 26.01.2025) (in German)
7. Rabbani A., Kargarfard M., Twist C. Fitness Monitoring in Elite Soccer Players: Group vs. Individual Analyses. *Journal of Strength and Conditioning Research*, 2020, vol. 34, no. 11, pp. 3250-3257.
8. Wilson R.S., Hunter A.H., Camata T.V., Foster C.S.P., Sparkes G.R., Moura F.A., Santiago P.R.P., Smith N.M.A. Simple and reliable protocol for identifying talented junior players in team sports using small-sided games. *Scandinavian Journal of Medicine & Science in Sports*, 2021, no. 31(8), pp. 1647-1656.
9. Bagayoko D., Wisam Al Shikh Mkhd., Kostyunina L.I., Katenkov A.N. Methods of improving vestibular stability in young soccer players. *Modern Issues of Biomedicine*, 2022, no. 6(1), pp. 262-270. (in Russ.)
10. Voronova E.K., Ershova V.S. Comparative characteristics of the development of specific coordination abilities in young swimmers and soccer players. *Modern Issues of Biomedicine*, 2022, vol. 6, no. 2(19), pp. 233-236. (in Russ.)
11. Ignatushkin R.G. Assessment of the level of development of young football players. In the collection: Problems and prospects of organizing physiological support of sport and physical culture classes. Collection of scientific works of young scientists. Chelyabinsk, 2022. pp. 93-96. (in Russ.)
12. Dunaev K.S., Yarushin S.A., Sergin A.V. Coordination training of football players aged 10-11 at the training stage of preparation. *Physical culture. Sport. Tourism. Motor recreation*, 2023, vol. 8, no. 1, pp. 83-87. (in Russ.)
13. Koryagina Yu.V., Nopin S.V. Certificate for the official computer software registration. Hardware and software complex "Sports Psychophysiologist" No 2010617789. *Programmy dlya EVM: (ofic. byul.)*, 2011, no. 1, part 2. p. 308. (in Russ.)

СВЕДЕНИЯ ОБ АВТОРАХ:
Инесса Юрьевна Горская – доктор педагогических наук, профессор, профессор кафедры естественно-научных дисциплин, Сибирский государственный университет физической культуры и спорта, Омск, e-mail: gorskaya.inessa@gmail.com.
Игорь Валерьевич Аверьянов – кандидат педагогических наук, доцент, доцент кафедры физического воспитания и спорта, Российский биотехнологический университет, Москва.
Эдуард Владимирович Кладов – кандидат педагогических наук, доцент, доцент кафедры физического воспитания и спорта, Омский государственный университет путей сообщения, Омск.

INFORMATION ABOUT THE AUTHORS:
Inessa Yu. Gorskaya – Doctor of Pedagogical Sciences, Professor, Professor of the Department of Natural Sciences, Siberian State University of Physical Education and Sports, Omsk, e-mail: gorskaya.inessa@gmail.com.
Igor V. Averyanov – Candidate of Pedagogical Sciences, Associate Professor of the Department of Physical Education and Sports, Russian Biotechnological University, Moscow.
Eduard V. Kladov – Candidate of Pedagogical Sciences, Associate Professor of the Department of Physical Education and Sports, Omsk State University of Railway Engineering, Omsk.

Для цитирования: Горская, И.Ю. Эффекты тренинга разных показателей координационных способностей на начальном этапе подготовки в футболе / И.Ю. Горская, И.В. Аверьянов, Э.В. Кладов // Современные вопросы биомедицины. – 2026. – Т. 10. – № 1(36). DOI: 10.24412/2588-0500-2026_10_01_33

For citation: Gorskaya I.Yu., Averyanov I.V., Kladov E.V. Effects of training different indicators of coordination abilities at the initial stage of preparation in football. *Modern Issues of Biomedicine*, 2026, vol. 10, no. 1(36). DOI: 10.24412/2588-0500-2026_10_01_33