

**МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ
ХЕРСОНСЬКИЙ ДЕРЖАВНИЙ УНІВЕРСИТЕТ
ФАКУЛЬТЕТ ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ ТА СПОРТУ
КАФЕДРА ОЛІМПІЙСЬКОГО І ПРОФЕСІЙНОГО СПОРТУ**

НАВЧАННЯ ТАКТИЧНИХ ДІЙ ГРИ ЮНИХ ФУТБОЛІСТІВ

Кваліфікаційна робота

на здобуття ступеня вищої освіти «бакалавр»

Виконав: студент IV курсу 421 групи
денної форми навчання
Спеціальності 017 Фізична культура і спорт
Освітньо-професійної програми «Фізична
культура і спорт»
Філенко Олександр Олександрович

Керівник кандидат наук з фізичного
виховання та спорту, доцент Олександр
Еделєв

Рецензент директор СДЮШОР «Кристал»
Анатолій Жосан

Херсон – 2021

ЗМІСТ

ВСТУП.....	3
РОЗДІЛ 1. Теоретичне обґрунтування структури підготовки футболістів.....	6
1.1. Загальна характеристика ігрової діяльності футболістів.....	6
1.2. Основні напрямки підготовки юних футболістів.....	9
РОЗДІЛ 2. Організація та методи дослідження.....	19
2.1. Класифікація тактики гри в футбол.....	19
2.2. Навчання індивідуальних, групових та командним діям юних футболістів.....	20
ВИСНОВКИ.....	31
СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ.....	32

ВСТУП

Актуальність. На думку популярної більшості в теперішній час футбол є грою номер один, яка розповсюджена по всьому світу. Привабливість до такої гри обумовлена своєю доступністю, граціозністю та значним проявом інтелектуальних здібностей. Не зважаючи на видиму простоту виконання рухових дій, великий простір для гри раціональне поєднання всіх гравців команди є доволі складним та невирішеним питанням. Саме від вміння ефективно побудувати власні дії як в лінії нападу так і в лінії захисту багато в чому залежить перспективність та результативність матчу, а відповідно й загальна перемога в грі [12, 20].

На думку В.М. Костюкевича, Г.А. Лисенчука, В.В. Соломонко, А.М. Зеленцова, В.В. Лобановського, В.М. Шамардіна підготовка футболістів відбувається за певними видами, які мають власні завдання та принципи реалізації. Серед основних видів виділяють фізичну, технічну та тактичну підготовку. Саме від цих видів багато в чому залежить успіх в змагальній діяльності [5, 8, 21, 25].

Однак провідні тренери з футболу вказують на той факт, що при гарній фізичній підготовці та досконалому технічному арсеналі досягнення перемоги на змаганнях ще не гарантовано. Основою змагальної діяльності є вміння раціонально поєднати техніко-тактичні дії гравців як окремо в нападі та захисті, так і при переході від одного виду діяльності до іншого [9, 17]. На сьогодні на чемпіонаті, турнірі окремому матчі перемагає та команда, яка має у власному арсеналі велику кількість різноманітних тактичних комбінацій, систем та стилів гри. Навіть маючи в складі команди одного або двох кваліфікованих гравці, без розумної підтримки партнерів, вміння раціонально допомогти один одному, протистояти діям суперників, говорити про перемогу в грі практично не можливо.

Необхідно пам'ятати, що в ході тактичної діяльності на

футбольному полі футболісти повинні не тільки максимально розкрити власні «сильні» сторони, а й вміти нейтралізувати дії суперників. Даний процес можливий лише тільки завдяки чітким взаємодіям більшості гравців команди. Все перераховане доводить необхідність пошуку нових, нетрадиційних, ефективних шляхів тактичної підготовки футболістів.

В доступній літературі доволі широко розкрито питання побудови тренувального процесу футболістів, вивчені засоби та методи фізичної підготовки, наведені приклади застосування сучасного обладнання та інвентарю для вдосконалення технічної майстерності, проте доволі обмежена інформація щодо процесу навчання тактичним діям та взаємодіям футболістів на різних етапах підготовки [1, 5, 24].

Все вище зазначене дає певний стимул, поштовх для тренерів, фахівців з футболу та дослідників постійно мобілізувати власні сили для оптимізації процесу тактичної підготовки, особливо в роботі з юними футболістами. Саме даний факт й обумовлює актуальність та необхідність проведення даного дослідження.

Об'єктом дослідження є тренувальний процес юних футболістів.

Предметом дослідження є засоби та методи тактичної підготовки юних футболістів.

Мета дослідження полягає в розкритті та узагальненні засобів та методів навчання тактиці гри в футбол.

Виходячи з мети, об'єкту та предмету дослідження були поставлені наступні **завдання**:

1. Теоретично розкрити зміст підготовки футболістів та основні завдання тактичної підготовки спортсменів.
2. Вивчити засоби та методи навчання індивідуальним тактичним діям юних футболістів.
3. Узагальнити засоби та методи навчання груповим та командним тактичним взаємодіям юних футболістів.

Для вирішення поставлених завдань нами використовувався **метод** аналізу та узагальнення літературних джерел, опитування тренерів та спостереження за тренувальною діяльністю юних футболістів.

Структура роботи. Кваліфікаційна робота на здобуття рівня вищої освіти «бакалавр» складається з вступу, двох розділів, висновків та списку використаних джерел. Робота ілюстрована двома рисунками, які висвітлюють основний матеріал. Робота надрукована на 31 сторінці машинописного тексту. При написанні кваліфікаційної роботи використано 27 джерел.

РОЗДІЛ 1

ТЕОРЕТИЧНЕ ОБГРУНТУВАННЯ СТРУКТУРИ ПІДГОТОВКИ ФУТБОЛІСТІВ

1.1. Загальна характеристика ігрової діяльності футболістів

Серед значного різноманіття спортивних ігор, які існують в сучасному спортивному світі, футбол є однією з найпопулярніших та цікавих спортивних ігор. Зазвичай в футбол грають дві команди по десять польових гравців та воротар в кожній. Змагальні дії футболістів спрямовані на атаку та взяття воріт суперників, що знаходить своє відображення в забитому в ворота м'ячі. При цьому протягом гри команда повинна не дати суперникам можливості забити його у власні ворота. За офіційними правилами гри перемагає та команда, яка протягом ігрового часу забила більше голів ніж команда суперниця [14, 25].

Результативне завершення атаквальних дій вимагає від футболістів значних зусиль, які пов'язані з вмінням здолати опір суперника, якісно виконати техніко-тактичні дії, якісно та максимально ефективно взаємодіяти з партнерами по команді за рахунок прийняття швидкого та раціонального для даної ситуації рішення. Все вище перераховане можливо при умові якісного, швидкого та динамічного переміщення у вільну зону або гри на випередження в ситуаціях, які постійно змінюються [12, 14, 21, 32].

Ефективність змагальної діяльності футболістів, які в представників інших спортивних ігор, залежить від двох основних аспектів гри захист та напад. Проте не можливо досягти перемоги якісно граючи в захисті й практично нічого не створюючи в нападі й навпаки скільки би гравці команди не забили м'ячів й при цьому не захищали власні ворота. Найбільш ефективним є гармонійне поєднання атаквальних дій з діями захисними.

Під час побудови змагальних дій гравці повинні діяти як єдиний механізм, який сконцентрований на колективній діяльності та спрямований на досягнення загальнокомандних інтересів, використовуючи ініціативність, креативність, інтенсивність та активність кожного з членів команди [10].

В сучасному футболі практично відсутня чітка мережа між захисниками та нападниками. Здебільшого футболісти всі долучаються до захисту власних воріт та всі приєднуються до атакувальних дій команди. Під час виконання захисних дій основний тягар лягає на плечі захисників та півзахисників, які повинні відбирати, блокувати та перехоплювати м'яч у суперника, своєчасно та максимально раціонально реагувати на дії суперника, проте нападники повинні бути максимально підготовлені в разі перехоплення м'яча організувати швидкий перехід від захисту до нападу. В атакувальних діях навпаки більшість техніко-тактичних маневрів (атакувальних ударів, результативних передач, обіграшів та загострень ігрових моментів) припадає на нападників та півзахисників, проте захисники також приєднуються до атак «другим темпом» або при розіграші різноманітних стандартних положень.

За даними інформаційних джерел сучасний футбол представляє собою атлетичну гру, яка характеризується високою рухливою активністю, великим напруження ігрових дій, які потребують від гравця максимальної мобілізації функціональних можливостей та високого розвитку всіх рухових здібностей людини [1, 13, 20]. Висока динаміка ігрових дій, швидка зміна ситуацій, безпосередньо жорстка боротьба з суперником, обмеження часу на оцінку ігрових ситуацій і прийняття рішення та виконання прийомів, емоційні особливості ігрової діяльності висувають високі вимоги до рівня розвитку рухових здібностей футболістів, функціональних і психічних якостей спортсменів.

Заняття футболом та участь в змагальній діяльності сприяє розвитку всіх фізичних якостей людини: швидкості, спритності, гнучкості, витривалості, сили, стрибучості. Досягнення певних змін в показниках підготовленості можливе завдяки значним навантаженням, які виконують футболісти під час гри. В залежності від стилю гри команди та побудови дій команди суперників навантаження футболістів може змінюватись в бік збільшення інтенсивності або об'єму роботи, що виконується. Висока інтенсивність гри дозволяє суттєво впливати на показники функціональної підготовленості та фізичної працездатності спортсменів. Також великі навантаження, як під час тренувальної так і під час змагальної роботи активно формують в футболістів морально-вольові якості. Зростаюча втома, поряд з командним духом та відчуттям колективізму, вимагає від футболіста прояву вольових якостей, які заключаються в необхідності виконанні роботи навіть не маючи на це сил.

За статистичними даними сучасних науковців під час змагань футболісти виконують великий загальний об'єм роботи. Так в середньому протягом однієї гри футболісти долають від 10000 до 12000 метрів дистанції. При чому найбільше навантаження в даному аспекті припадає на діяльність півзахисників, дещо менше на захисників. За середньостатистичними даними в ході гри футболісти виконують близько 50 стрибків, від 100 до 120 різноманітних ривків, прискорень та зупинок. Переміщення на ви, а також близько 30 силових одноборств з суперниками за вибір ігрової позиції.

Слід відмітити, що більшу частина ігрового часу футболіст працює без дотику з м'ячем тільки за рахунок переміщень по майданчику та обирає максимально раціонального положення на футбольному полі. За даними провідних науковців під час футбольного матчу, при умові участі в грі протягом 90 хвилин, футболіст безпосередньо володіє м'ячем всього 5 – 8 хвилин. При чому найбільша частка роботи з м'ячем

припадає на дії півзахисників. В моменти контакту футболіста з м'ячем більшість дій припадає на ведення м'яча в поєднання з обвідкою, передачі м'яча на короткі та довгі відстані та удари по воротах різними частинами ноги та головою.

В ході змагальної діяльності футболістів відбувається гостра боротьба двох команд мета кожної з яких є отримання перемоги. Досягнення бажаної перемоги можливе лише тільки при умові злагоджених дій всіх гравців команди, взаємодопомоги та взаємовиручки між партнерами по команді, прояву підтримки та дружби між футболістами. Тренерами позитивно сприймається власна ініціативність футболістів проте вона не повинна заважати злагодженим діям всіх гравців команди та досягненню спільної мети.

1.2. Основні напрямки підготовки юних футболістів

Тренувальний процес підготовки футболістів передбачає різнобічну та багатогранну діяльність, яка спрямована на оволодіння основними вміннями та навичками гри, розвитком необхідних фізичних якостей, формуванню тактичного сприйняття раціональності виконання різноманітних дій та взаємодій між гравцями команди, які повинні постійно вдосконалюватись. Відповідно до всього вище перерахованого навчання та тренування футболістів є складовими частинами безперервного та взаємопов'язаного педагогічного процесу.

За даними В.М. Платонова основним завданням навчально-тренувального процесу юних футболістів є досконале вивчення різноманітних технічних прийомів, які необхідно раціонально та своєчасно поєднувати з відповідними тактичними діями та взаємодіями, а завданням спортивної підготовки є досягнення максимальних показників фізичної, техніко-тактичної, психологічної та інших сторін підготовленості, які дозволять досягти суттєвих результатів під час змагальної діяльності [1].

На думку провідних спеціалістів з футболу Г.А. Лисенчука, П.Н. Козакова, В.В. Соломонко основними завданнями процесу підготовки футболістів є наступне [22]:

- навчання основним технічним прийомам гри.
- навчання основам тактики гри в футбол;
- розвиток, необхідних для успішної змагальної діяльності, фізичних якостей, збільшення функціональних можливостей організму спортсмена та підвищення рівня фізичної працездатності;
- формування оптимальних моральних та морально-вольових якостей;
- створення необхідного рівня психологічної готовності до змагальної діяльності;
- оволодіння теоретичними знаннями з питань загальної характеристики гри у футбол, основ правил гри в футбол, фізіологічних особливостей впливу навантажень на організм спортсмена;
- набуття необхідного практичного досвіду для ефективної тренувальної та змагальної діяльності;
- комплексне поєднання різних складових спортивної підготовки з метою оптимального їх поєднання в майбутній змагальній діяльності.

Все вище перераховане дозволяють сформувати основні види спортивної підготовки, які мають відносно самостійні характеристики: теоретичну, фізичну, технічну, тактичну, психологічну та інтегральну.

Під час теоретичної підготовки футболісти повинні оволодіти необхідними теоретичними знаннями, які дозволять сформувати загальне уявлення про гру в футбол, успішно застосовувати різноманітні техніко-тактичні прийоми, розвивати фізичні якості та взагалі підвищити ефективність спортивного тренування. Отримання теоретичних відомостей дозволяє суттєво підвищити якість проведення інших сторін підготовки за рахунок смислового сприйняття отриманих завдань та свідомого їх виконання. Саме високий рівень теоретичних

знань дозволяє активізувати ставлення спортсмена до тренування та допомагає йому вдало оцінювати свої дії [18, 21, 22].

Завдяки теоретичній підготовці відбувається підвищення культурного рівня спортсмена, розвивається мислення та збільшується кругозор. Процес теоретичної підготовки повинен відбуватись протягом всіх етапів багаторічної спортивної підготовки футболістів.

Основними завданнями психологічної підготовки є виховання особистості футболіста, його характеру, вміння контролювати власну поведінки та керувати емоціями в умовах змагальної діяльності. Психологічна підготовка це безперервний процес який починається ще на етапі початкової підготовки та залишається актуальним на етапі збереження спортивних результатів. В сучасному спорті, коли рівень майстерності спортсменів практично однаковий перемогу на змагання найчастіше здобувають ті спортсмен, які мають більш високий рівень психологічної стійкості, впевненості у власних діях та емоційної стабільності.

Психологічна підготовка складається з загальної та спеціальної підготовки.

Загальна психологічна підготовка спрямована на виховання морально-вольових якостей та спеціалізованого сприйняття спортсмена: уваги, спостережливості, кмітливості, зорової та слухової чутливості, тактичного мислення тощо.

Спеціальна психологічна підготовка спрямована на виховання якостей, що визначають успіх у спортивному змаганні.

Психологічна підготовка спрямована на пристосування психічних функцій до специфіки футболу та до умов змагань. Психологічна підготовка здійснюється за допомогою комплексу зовнішніх та внутрішніх впливів [10]. Одним з основних факторів ефективної психологічної підготовки є створення відповідних змагальним умов проведення тренувальних занять. Саме модулювання в змагальній

діяльності елементів психологічного навантаження змагальної роботи дозволить сформувати у спортсмена психологічну стійкість до несприятливих емоційних подразників. Також використання даного підходу дозволить створити максимально комфортні умови для раціонального співробітництва гравців команди в єдиному напрямку.

Фізична підготовка – це процес, в результаті якого відбувається розвиток всіх життєво необхідних фізичних якостей, формування функціональних можливостей та фізичної працездатності спортсмена, а також зміцнення його здоров'я.

Рівень фізичної підготовленості прямо пропорційно впливає на інші показники підготовленості футболістів. Гравці з високими показниками фізичної підготовленості набагато швидше та якісніше оволодівають технікою даного виду спорту та можуть більш якісно виконувати різні тактичні завдання, що пред'являє сучасна змагальна діяльність. Також фізично розвинений та міцний спортсмен має певну психологічну перевагу над суперником й характеризується доволі високими показниками впевненості у власних діях, що безумовно знаходить відображення у змагальній результативності. Завдяки високому рівню функціональної підготовленості футболістам вдається набагато легше долати втому та досягати перевагу над суперниками в тих діях, що вимагають прояву як загальної так і спеціальної витривалості.

Фізична підготовка футболістів розподіляється на загальну та спеціальну [15].

Під час загальної фізичної підготовки (ЗФП) відбувається різнобічний розвиток організму спортсмена, зміцнюється стан здоров'я та покращується рівень фізичної працездатності. Серед значного різноманіття засобів та методів спортивного тренування в ході загальної фізичної підготовки використовуються загальнорозвиваючі вправи, елементи інших видів спорту взагалі та спортивних ігор зокрема, які не

схожі на змагальні вправи обраного виду спорту. Основним завданням ЗФП є формування впливу на розвиток тих фізичних якостей, які не достатньо розвинені під час тренувальної роботи футболістів.

Процес загальної фізичної підготовленості триває протягом всього періоду багаторічної підготовки спортсмена. Проте найбільша частка припадає на етап початкової підготовки з поступовим її зменшення в бік спеціальної фізичної підготовки. Якщо на етапі початкової підготовки відсоток часу, що відводиться на ЗФП становить від 40 % до 60 %, то на етапі попередньої базової підготовки від 30 % до 40 %, а на етапі спеціалізованої базової підготовки не перебільшує 15 % від загального часу відведеного на тренувальний процес спортсменів.

Загальна фізична підготовка є обов'язковим аспектом проведення будь-якого тренувального заняття й застосовується під час підготовчої частини тренувального заняття.

Спеціальна фізична підготовка (СФП) спрямована на акцентований вплив розвитку тих фізичних якостей та функціональних можливостей футболістів, які є домінуючими в змагальній діяльності. Високий рівень СФП дозволяє значно підвищити ефективність виконання різноманітних техніко-тактичних дій, дозволяє покращити якість психологічної готовності до умов змагальної діяльності.

В ході спеціальної фізичної підготовки, зазвичай, застосовуються спеціально-підготовчі вправи, які модулюють специфіку змагальної діяльності та вимагають прояву фізичних якостей, які відповідають змагальним вимогам. В ході спеціальної фізичної підготовки виконання вправ за координацією рухів, напруженням їх виконання, темпом та ритмом повинно максимально відповідати змагальним вимогам. Природним є те, що фундаментом для підвищення рівня спеціальної фізичної підготовленості є загальна фізична підготовленість.

Інтенсифікація змагальної діяльності в футболі з кожним роком висуває все більші вимоги до технічної підготовленості футболістів. Відповідно на сьогодні основними завданнями технічної підготовки є:

1) вивчення та вдосконалення технічних прийомів гри як захисного так і атакуючого характеру;

2) вдосконалення елементів техніки, які притаманні певному ігровому амплуа, створення специфічних зв'язок притаманних індивідуально гравцям команд;

3) формування вміння футболістів виконувати різноманітні технічні прийоми на максимальній швидкості без зниження ефективності від їх застосування;

4) підвищення якості виконання різних технічних елементів за рахунок вдосконалення точності рухів;

5) формування стабільності виконання технічних прийомів гри під впливом несприятливих факторів психологічного та фізичного стомлення;

б) вдосконалення вміння створювати різноманітні сполучення прийомів гри.

Техніка виконання прийомів удосконалюється у рухливих, підготовчих, навчальних іграх та змаганнях. Удосконалення прийомів у навчальних та підготовчих іграх передбачає використання тактичних знань і вмінь футболістів. У зв'язку з цим одночасно вивчаються і тактичні особливості використання прийомів у грі.

Оволодіння елементами техніки гри, зазвичай, починається з засвоєння атаквальних технічних прийомів. В першу чергу тренери формують у юних футболістів правильну роботу ніг за рахунок навчання техніці бігу, стрибків, зупинок, поворотів та різноманітних їх поєднаннях. Паралельно відбувається засвоюється простих технічних прийомів гри з м'ячем, а саме зупинок м'яча різними частинами тіла, передачами м'яча головою, правою та лівою ногами, ударами по м'ячу

різними частинами стопи, ударами головою з місця та в русі, а також різноманітними поєднаннями перерахованих технічних елементів.

Оволодіння різними технічними прийомами відбувається за принципом послідовності від простого до складного, від вміння переміщуватись по майданчику до складних технічних комбінацій. Згодом починає вивчатись володіння м'ячем: зупинки різними частинами стопи, ноги тіла, ведення м'яча по прямій, зі зміною напрямку руху, в сполученні з різними фінтами, удари по м'ячу різними частинами тіла.

Під ударною підготовкою розуміють: вивчення техніки ударів різними частинами стопи (внутрішньою або зовнішньою частиною підйому, носком, п'ятою) різними частинами ноги (коліном, стегном), головою, що найбільш ефективно виконують гравці з урахуванням їх індивідуальних особливостей та ігрових амплуа в команді; розвиток стабільності і точності у різноманітних ігрових ситуаціях, особливо під час жорсткої протидії на фоні втоми та емоційного напруження.

Найскладнішим розділом тренувального процесу є тактична підготовка. Під тактикою слід розуміти організацію індивідуальних, групових та командних дій та взаємодій гравців, спрямованих на досягнення перемоги над конкретним суперником, тобто взаємодії футболістів команди за певним планом, який дозволяє вдало вести боротьбу з даним, конкретним суперником.

Якість оволодіння тактикою гри оцінюється за рівнем тактичного мислення футболіста, а саме можливості та ефективності прийняття рішення максимально корисного для взаємодії з партнерами по команді. За даними тренерів з футболу навчання тактиці гри в футбол є доволі складним та довготривалим процесом. Для ефективності даного процесу необхідний високий рівень інших сторін підготовленості, чітке розуміння з партнерами по команді, вміння швидко та правильно реагувати на ситуацію, що склалась під час ігрового моменту.

Основними завданнями, що вирішуються під час тактичної підготовки є:

- формування теоретичних знань про розподіл ігрових амплуа гравців на майданчику та тенденції розвитку футболу в регіоні;
- постійне підвищення рівня інтелектуальних здібностей та формування глибини тактичного мислення;
- опанування особливостями індивідуальних тактичних дій, групових та командних тактичних взаємодій;
- підвищення рівня тактичної підготовленості футболістів за рахунок вивчення різноманітних схем та систем ведення змагальних дій з урахуванням індивідуальних можливостей футболістів; стилю їх ведення протягом футбольного матчу; створенню можливостей варіювання різних тактичних комбінацій у відповідності до ігрових ситуацій, що створюються під час гри.

Реалізація даних завдань відбуватиметься в два етапи. На першому – вивчають загальні питання тактики та її зміст, розвивають тактичне мислення, вивчають і вдосконалюють основні тактичні прийоми і варіанти дій, системи гри. На другому відбувається аналіз досвіду провідних футбольних клубів, співставлення з можливостями власної команди та формування можливостей практичного втілення розібраних тактичних схем та комбінацій в тренувальний та змагальний процес футболістів.

В ході тактичних занять, в яких приймають участь всі гравці команди розбираються сильні та слабкі сторони індивідуальних техніко-тактичних дій для різних ситуацій, групових та командних техніко-тактичних взаємодій. Розкриваються окремі елементи тактики, які згодом вдосконалюються під час підготовчих і навчально-тренувальних ігор.

Під час тренування у тактичних діях важливо багаторазове повторення взаємодії, що вивчається, у різноманітних умовах –

спрощених; відповідних до змагань; в умовах, що є складнішими за змагання.

Інтегральна підготовка представляє собою поєднання різних видів підготовки футболістів. Мета її полягає в максимальній реалізації тренувального ефекту технічної, тактичної, фізичної підготовки у цілісній ігрові та змагальній діяльності футболістів. Ігрова підготовка є інтегральною формою підготовки футболістів. Її основним завданням є здійснення зв'язку між усіма видами підготовки; досягнення стабільності ігрових навичок у складних умовах. Від даного виду підготовки багато в чому залежить успіх на змаганнях різного рівня.

Основними засобами інтегральної підготовки є вправи які вимагають прояв різних сторін підготовки й здебільшого спрямовані на поєднання та взаємодоповнення різних рухових прийомів, на розв'язання різноманітних завдань техніко-тактичного характеру. Найбільш активно в цьому напрямку використовуються навчально-тренувальні ігри, спаринги, контрольні та календарні змагання.

Інтегральна підготовка завершує процес підготовки до головного змагання року. Залежно від цільового призначення у системі підготовки футболістів змагання розподіляються на контрольні, підвідні, основні.

Інтегральна підготовка суттєво впливає на впевнене застосування опанованих технічних прийомів та тактичних дій у складних умовах змагальної діяльності. В підготовці футболістів високої кваліфікації інтегральна підготовка є основної у тренувальному процесі, особливо на передзмагальних етапах підготовчого та у змагальному періоді.

Висновки до першого розділу. Змагальна діяльність футболістів в кожному роком інтенсифікуються та ускладнюється, що вимагає постійного пошуку нових, нестандартних принципів побудови тренувального процесу та використання сучасних засобів та методів спортивного тренування.

Підготовка футболістів до головних змагань доволі складний та тривалий процес, який передбачає гармонійне поєднання різних сторін підготовленості. Лише тільки при умові комплексного підходу до процесу спортивної підготовки футболістів можна говорити про досягнення високих спортивних результатів.

Особливе місце в процесі підготовки здобуває тактична підготовка. Особливо гостро постає питання формування тактичної майстерності в юних футболістів. В доступній літературі практично не розкриваються питання послідовності навчання тактиці гри в юних футболістів.

РОЗДІЛ 2

НАВЧАННЯ ТАКТИЧНИМ ДІЯМ ЮНИХ ФУТБОЛІСТІВ

2.1. Класифікація тактики гри в футбол

Сучасне сьогоднішня спортивних ігор переконливо доводить необхідність вдосконалення системи підготовки спортсменів. Більшість провідних фахівців з футболу вказують на те, що поряд з фізичною, технічною та психологічною підготовкою вагоме місце займає тактична підготовка, яка дозволяє максимально реалізувати потенціал команди під час змагальної діяльності.

На сьогоднішній невирішеним залишається питання необхідності раннього залучення футболістів до процесу опанування основами тактики гри в футбол. Чим раніше юні футболісти отримують знання про основні найпростіші тактичні взаємодії гравців тим вище ймовірність смислового сприйняття змагальної діяльності та підвищення змагальної результативності.

Відповідно до того, що протягом гри команди постійно будують атаки власної команди та проводять захисні дії біля власних воріт тактику гри в футболі умовно поділяють на тактику нападу та тактику захисту.

Тактика гри в нападі та тактика гри в захисті абсолютно рівноцінні за своїм значенням. Це обумовлено тим, що тактично правильно побудований напад ще не забезпечує перемогу над суперником, якщо в тактиці захисту є серйозні недоліки, і навпаки. При умові рівності між командами кількість атак та кількість дій в захисті практично не відрізняється так як після власної атаки обов'язково відбувається атака команди суперниці. Тому тільки раціонально правильні тактичні дії, як в нападі так і в захисті (розуміється, при відповідному рівні техніки), можуть привести до успіху в конкретному моменті та перемозі в матчі.

Залежно від кількості футболістів, що приймають участь в атакуючому або захисному моментів гри, принципів організації дій гравців, у кожному розділі виділяють наступні групи дій – індивідуальні, групові та командні (рис. 2.1.).

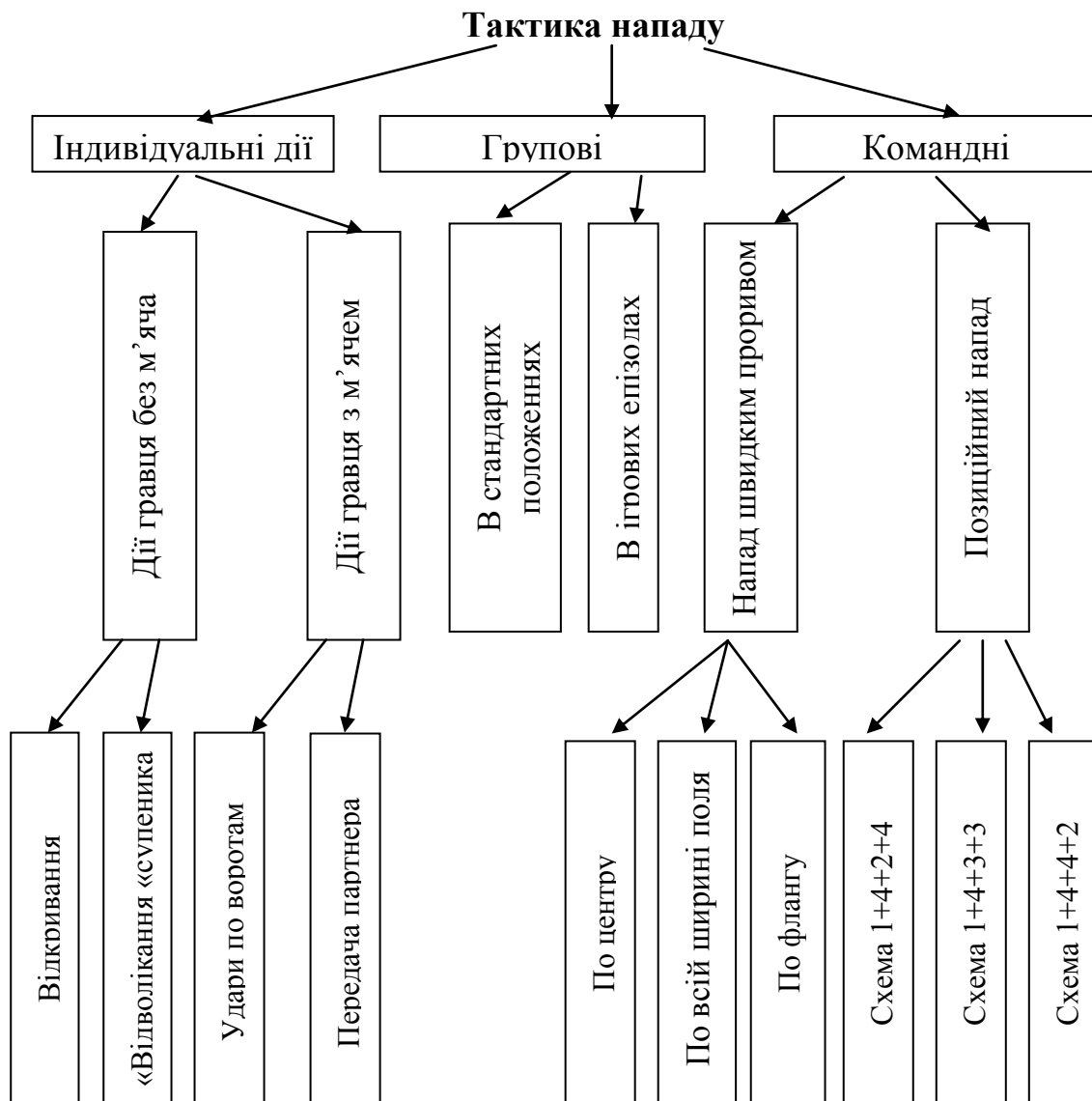


Рис. 2.1. Класифікація тактики гри в нападі (за Ю.Д. Железняком)

Ефективність тактики нападу залежить від швидкісних та конкретних дій та взаємодій як одного гравця так і декількох гравців і всієї команди. В противагу атакуючим діям захисники будують власні дії, які характеризуються руйнуванням дій нападників.

Індивідуальні тактичні передбачають виконання тактичних дій одним гравцем. В нападі гравець може виконувати їх як знаходячись з м'ячем так і без м'яча. З м'ячем футболіст може виконувати наступні ігрові прийоми: удари по воротах, різними частинами тіла з різних винахідних положень та передачі м'яча партнеру, який знаходиться в більш зручному положенні, обігравання суперника з використанням дриблінгу. Без м'яча футболісти можуть виконувати різноманітні відкривання та забігання у вільну зону, а також переміщуючись поперек футбольного поля відволікати увагу суперників на себе. Зазвичай на індивідуальні тактичні дії гравців без м'яча припадає набагато більше часу ніж на дії з м'ячем.

Групові тактичні взаємодії передбачають використання взаємодій декількох гравців, які доповнюють один одного, що дозволяє в підсумку досягнути поставленого завдання. Групові тактичні взаємодії являють собою цілісну системно-організовану дію, яка складається з різних індивідуальних техніко-тактичних дій і спрямована на покращення ігрової ситуації. Групові тактичні взаємодії умовно створюють типові блоки, з яких в подальшому складається фундамент комбінаційних дій всієї команди. На відміну від індивідуальних тактичних дій в групових взаємодіях футболістам необхідно використовувати творчий підхід та ініціативність під час взаємодії з партнерами. В атаці найбільш розповсюджені взаємодії від двох до чотирьох гравців. Серед значного різноманіття групових тактичних взаємодій в нападі виділимо наступні: «стінка», «клітка», «хресний вихід», проста та складна «вісімка». Також групові тактичні взаємодії передбачають виконання різних взаємодій при стандартних ситуаціях (штрафних, кутових або вільних ударах).

Командні тактичні взаємодії передбачають участь всієї команди. Командна тактична діяльність складається з двох основних напрямків: стрімкий напад (коли напад випереджає захист й отримує чисельну рівність або чисельну перевагу) та позиційного нападу (коли кожен

гравець в нападі займає певну ігрову позицію на футбольному полі і грає відповідно до своїх функцій). В сучасному футболі всі гравці розподіляються за певними ігровими функціями на майданчику – воротар, захисник, півзахисник, нападник.

Стрімкий напад має декілька варіацій в залежності від напрямку розвитку атаки. Так спеціалісти виділяють стрімкий напад через центр поля, по флангах та по всій ширині футбольного поля. Проте не зважаючи який з варіантів розвитку атаки обирає команда – головна мета взаємодій всіх гравців команди отримання чисельної переваги над суперником й виведення гравця на вільне місце для відкритого удару по воротам.

В ході тактичної гри команди в позиційному нападі використовуються різні тактичні комбінації, які передбачають наявність різної кількості футболістів на різних ігрових позиціях. Так існують варіації коли команда в позиційному нападі застосовує гру в один, два або три нападника. В залежності від кількості нападників налаштовуються і гравці лінії півзахисту та й захисники, які виконують функцію руйнівників можливості проведення контракти суперником. Під час позиційного нападу відбувається поступове просування вперед де гравці займають вихідні позиції, які передбаченні планом гри. Переміщення нападників в позиційному нападі залежить від дій партнерів, від місця знаходження м'яча, від дій захисників, від обраної в даному матчі системи гри. Слід пам'ятати, що успіх команди багато в чому обумовлений ігровою дисципліною команди та взаєморозумінням усіх гравців [8, 15].

Зворотною стороною будь-якої атакувальної діяльності команди безумовно є захист, який є своєрідним протиставленням один одному. Лише тільки при гармонійному поєднанні атакувальних та захисних дій та взаємодій можливо забити м'ячі в ворота суперників та не дати можливості забити їх у власні ворота. Зазвичай навчання тактиці гри в

захисті та й сама захисна діяльність помилково вважається футболістами не цікавою та настільки ефективною як в атаці. Тому процес навчання захисним діям відбувається в меншій зацікавленості та прагненні.

Як і в нападі в захисті не можна досягти високої ефективності завдяки діям одного гравця. Лише тільки при умові злагоджених дій групи гравців або всієї команди можна говорити про утримання власних воріт в недоторканості (рис. 2.2.).

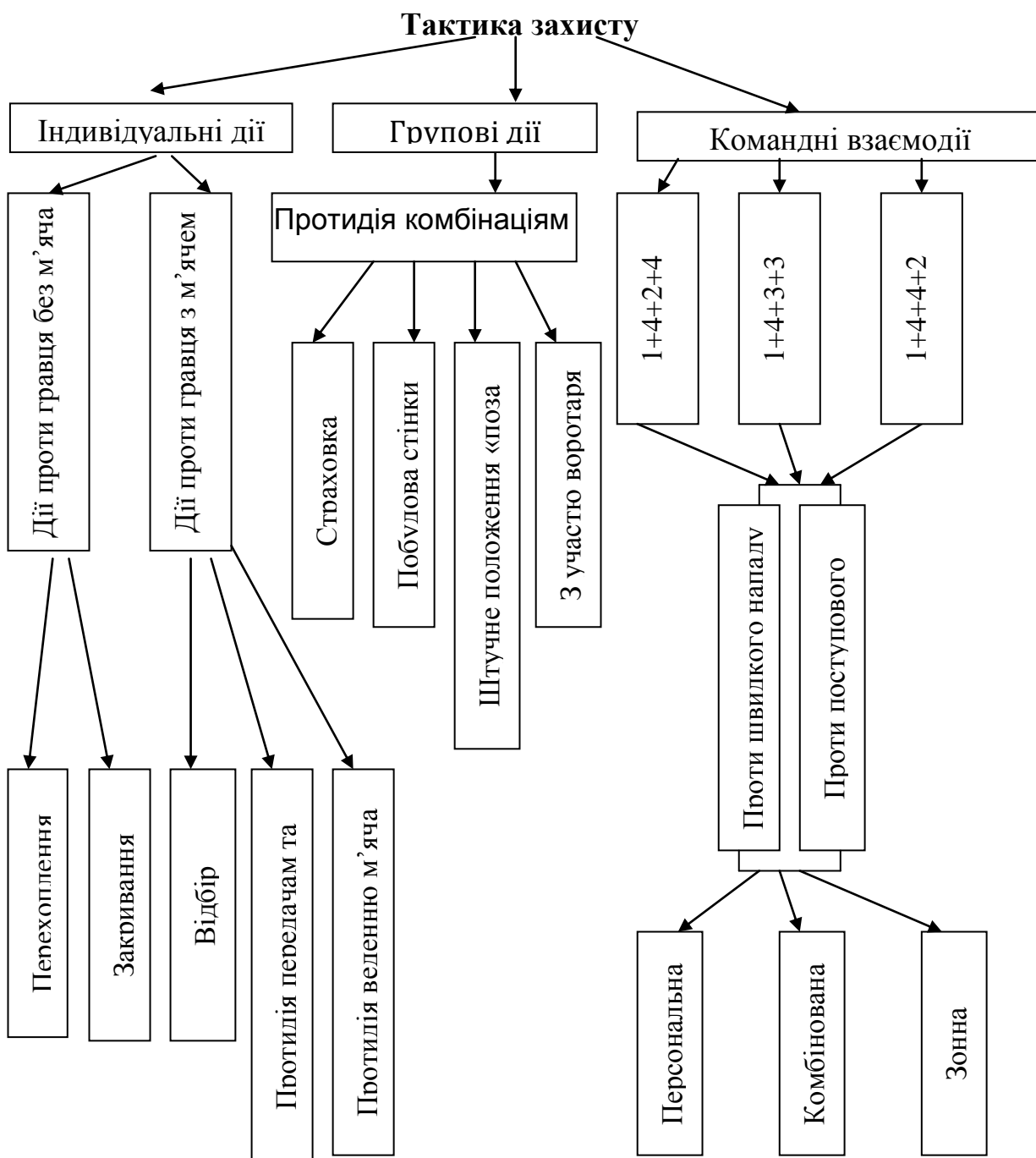


Рис. 2.2. Класифікація тактики гри в захисті (за Ю.Д. Железничком)

Аналогічно до класифікації тактики гри в нападі в захисті всі дії та взаємодії поділяються на індивідуальні тактичні дії, групових та командних тактичні взаємодії.

Індивідуальні тактичні дії в захисті поділяють на дії проти гравця з м'ячем та проти гравця без м'яча. Якщо відбувається захист проти гравця, який знаходиться без м'яча, то захисник може перехопити м'яча, який спрямований нападника або закрити його таким чином, щоб віддати йому передачу просто не було можливості. Захищаючись проти гравця, який знаходиться з м'ячем футболісти можуть або безпосередньо відібрати м'яч або заблокувати можливість виконання ударів чи ведення м'яча ближче до воріт. Ефективність виконання захисних дій багато в чому залежить від фізичної підготовленості футболістів, вміння правильно зайняти ігрову позицію та від вміння передбачити перебіг розвитку ігрового моменту.

Групові тактичні взаємодії передбачають виконання спільних рухових дій групою футболістів (від 2 до 5). До найбільш ефективних відносяться: страховка, переключення, побудова стінки, створення штучного положення «поза грою». Під час страховки захисник, який знаходиться поряд з партнером, у випадку індивідуального програшу підстраховує свого колегу. В ході виконання тактичної взаємодії переключення відбувається перерозподіл індивідуальних тактичних дій від одного гравця до іншого, яке відбувається при різкому переведенні м'яча з одного флангу на інший. Під час побудови захисної стінки футболісти поділяються на дві групи. Одна шикується в стінку, а інша розташовується таким чином, щоб протидіяти розіграшу м'яча та своєчасно підключитись до вибивання м'яча в разі прямого удару по воротам. Нарешті створення штучного положення «поза грою» передбачає шиккування гравців захисту в одну лінію з метою залишення нападника за умовною лінією захисту.

Командні тактичні взаємодії залежать від низки факторів, серед яких основним є схема за якою відбувається напад команди суперників та схема за якою власне грає команда. Під час використання різних схем діяльність команди в захисті спрямовані на протидію стрімкому нападу або протидію позиційному нападу. Якщо тактичні взаємодії пов'язані з протидією стрімкому нападу, то гравці команди повинні будь-яким способом зупинити атаку суперника. Найпростішим варіантом захисних дій є вибивання м'яча за межі футбольного поля. Більш складним, проте не менш ефективним, є зупинка атаки суперника за рахунок «дрібного» фолу. Поте існує ймовірність отримання попередження та залишитись в меншості. Основним завданням в діяльності в захисті є передбачення довгих та розрізних передач, з яких починається стрімкий напад. Для цього гравці не повинні відпускати нападників від себе й постійно бачити момент початку першої передачі з можливістю протистояти їй.

Під час організації захисних тактичних взаємодій проти позиційного нападу поділяються на три групи зонний захист, персональний захист та комбінований захист. Мета будь-яких захисних дій спрямована на позбавленні суперників можливості виконати удар по воротах.

Зонний захист спостерігається в діях значної кількості футбольних команд. Принципи його роботи полягають в тому, що кожен футболіст розташовується в певні зоні власної половини футбольного поля й завдяки паралельним пересуванням вперед й назад, в залежності від напрямків розвитку атаки суперників, намагається не дати вільний простір та можливості проходження до власних воріт.

Використання персонального захисту обумовлюється необхідністю прикривання суперників по всьому футбольному полю або на окремих його ділянках. Використання персонального захисту може відбуватись щільно відносно повільно. Застосування щільного персонального захисту доцільно в тих випадках коли потрібно

нейтралізувати певного гравця й «виключити» його з гри або тоді коли захисник має високий рівень підготовленості й витримає шалений темп протягом всього матчу. Використання персонального захисту по всій половині футбольного поля відбувається не дуже часто здебільшого юними футболістами на етапі початкової підготовки.

Під час використання комбінованого захисту відбувається поєднання двох видів захисту – зонного та персонального. Його зміст полягає в тому, що окремі гравці захищаються проти своїх опонентів доволі щільно (персонально), а інші прикривають власні зони, як при зонному захисті.

Комбінований захист є доволі універсальним та ефективним способом, оскільки дозволяє раціонально розраховувати сили гравців команди за рахунок правильного розташування гравців на футбольному полі. Саме використання комбінованого захисту обумовлено тим можливістю нейтралізації провідних гравців команди суперників при цьому не втрачаючи контроль за загальним керівництвом захисних дій команди.

Практики з футболу вказують на те, що оволодіння тактичними навичками тісно взаємопов'язано з іншими видами підготовки й повинно проходити паралельно з вивченням техніки гри та розвитком провідних фізичних якостей футболістів.

2.2. Навчання індивідуальних, груповим та командним тактичним діям юних футболістів

Навчання тактичним діям та взаємодіям відбуватиметься протягом різних етапів багаторічної підготовки. Починаючи з етапу початкової підготовки тренери повинні навчати азам тактичної азбуки футболу. Зі збільшення спортивної майстерності футболістів повинно відбуватись також й поступове збільшення арсеналу техніко-тактичних дій та вивчення більш складних комбінацій та систем.

Індивідуальні тактичні дії. Засвоєння тактичних дій та взаємодій футболістів здійснюються за допомогою різноманітних прийомів гри. Відповідно практично всі прийоми гри є засобами тактичної підготовки. В ході вивчення будь-якого ігрового прийому футболісти повинні чітко розуміти роль та місце його в загальній системі гри, а також значення необхідність його практичного застосування. Індивідуальні тактичні дії вказують на рівень розвитку тактичного мислення гравців.

Після роз'яснення та показу певного прийому тренер починає давати спортсменам можливість виконувати вправу в спрощених умовах без супротиву суперника, в невисокому темпі повільному темпі тощо. Після засвоєння правильного виконання вправи необхідно вводити супротив, який повинен чітко відповідати завданням, що поставив тренер. В подальшому навчання індивідуальним тактичним діям потрібно відбуватись з супротивом суперника, створюючи при цьому змагальний ефект. Спектр дій повинен поступово збільшуватись та розширюватись, а виконання вправ набуває характеру змагання. Вдосконалення індивідуальних тактичних дій повинно відбуватись вже безпосередньої в умовах двосторонніх ігор. Вдосконалення індивідуальних тактичних дій також відбуватиметься під час вивчення та застосування групових та командних тактичних взаємодій.

При навчання та вдосконаленні індивідуальних тактичних дій необхідно дотримуватись певної послідовності даного процесу. Спочатку відбувається загальне вивчення техніко-тактичного прийому, з подальшим застосуванням його в ігровій обстановці, що відповідає умовам змагальної діяльності. Остаточне оволодіння індивідуальними тактичними діями відбуватиметься під час складних групових тактичних взаємодій.

Під час навчання необхідно підбирати технічний прийом, який

повинен виконуватись з невеликим тактичним завданням. Головним завданням даного процесу є усвідомлення значення використання того чи іншого технічного прийому в конкретній ігровій ситуації та визначення можливості підвищення ефективності від його використання.

Групові тактичні взаємодії. Процес навчання груповим тактичним взаємодіям відбуватиметься лише тільки після ретельного вивчення основних індивідуальних тактичних дій як в захисті такт і в нападі.

Навчання груповим тактичним взаємодіям традиційно відбувається під час роз'яснення та показу ігрового прийому. Далі відбувається виконання певних взаємодій в спрощених умовах з незначним супротивом. Оволодіння груповим тактичними взаємодіями починається з найпростіших взаємодій двох гравців з початковим використанням чисельної переваги (двоє проти одного). Після усвідомленого виконання взаємодій відбувається виконання певних технічних прийомів в рівних складах (двоє проти двох). Згодом відбувається збільшення чисельності гравців, що приймають участь в технічних взаємодіях (3 проти 2 та 3 проти 3).

Під час вивчення групової тактики гри важливе значення має дотримання дидактичного принципу «від простого до складного». Це вказує на те, що на етапі початкової підготовки навчання повинно відбуватись з основних простих елементів тактики гри. Оволодіння тактичними прийомами можна здійснювати двома способами:

❖ перший полягає в тому, що по-перше вивчаються окремі техніко-тактичні елементи, які з часом удосконалюються у грі. Після засвоєння техніко-тактичного прийому необхідно переходити до вивчення нового матеріалу. Даний спосіб навчання має назву «аналітичний». Його основним принципом є використання формули «вправа – гра – вправа».

❖ другий спосіб навчання груповим тактичним взаємодіям є початкове ознайомлення з техніко-тактичними діями з подальшим засвоєння їх безпосередньо у грі. В подальшому відбуватиметься ізольоване вивчення з подальшим вдосконалення їх в грі. Такий варіант засвоєння групових техніко-тактичних взаємодій має назву «синтетичний». Його діяльність підпорядковується формулі «гра – вправа – гра».

Командні тактичні взаємодії. Навчання командним тактичним взаємодіям – це завершальний та один з найважливіших завдань тактичної підготовки взагалі. Даний процес відбуватиметься лише тільки після того футболісти досконало оволоділи основними елементами індивідуальної та групової тактики. Зазвичай процес оволодіння командними тактичними взаємодіями доволі тривалий та складний. Якщо хтось з гравців не зрозумів або неякісно виконав певний техніко-тактичний прийом ефективність дій всієї команди практично зводяться до нуля.

Вивчення основ командної діяльності відбувається ще на етапі початкової підготовки, коли відбуватиметься знайомлення з грою в футбол і юні спортсмени намагаються грати в двосторонню гру. В подальшому протягом тривалого часу тренери намагаються розучувати окремі складові тактичної системи гри у вигляді індивідуальних та групових тактичних дій.

Використання на початковому етапі елементів командної тактики дозволяє юним футболістам отримати початковий досвід взаємодій в команді. Лише тільки після досконалого оволодіння певних основ командної тактики можна поступово змінювати та ускладнювати техніко-тактичні дії.

Спочатку під час вивчення командної тактики необхідно чітко засовати організований перехід від атаки до захисту та навпаки. Також

важливим є роз'яснення спортсменам наявності ігрових позицій та ігрових функцій які повинні виконувати футболісти на кожній з них.

Вивчення простих тактичних командних комбінацій зазвичай відбувається в стандартних ситуацій або в статичному положенні з можливістю зупинити процес навчання в будь-який момент.

В подальшому відбуватиметься навчання певних комбінацій безпосередньо під час двосторонньої гри. Зазвичай їх початок обумовлюється заздалегідь відомим сигналом тренера або капітана команди. Під час вдосконалення та відточування тактичних комбінацій футболісти повинні аналізувати причини невдалого виконання того чи іншого ігрового моменту та шукати шляхи покращення якості виконання тактичної комбінації. Зазвичай процес навчання атаквальних та захисних командних взаємодій відбувається паралельно. Коли одна частина команди розучує команді взаємодії в атаці інша намагається вдосконалити захисні тактичні взаємодії.

Завершення процесу навчання командним тактичним взаємодіям як в захисті так і в нападі відбувається лише тільки тоді коли в гравців формується вміння вільно варіювати тактичними схемами та комбінаціями під час гри.

В ході вивчення та вдосконалення командних техніко-тактичних дій використовуються два основні методи навчання такі як цілісно-конструктивний та розчленовано-конструктивний. Саме використання цих двох методів дозволяють спростити процес навчання та підвищити ефективність засвоєння складних командних взаємодій.

ВИСНОВКИ

1. Підготовка футболістів до головних змагань доволі складний та тривалий процес, який передбачає гармонійне поєднання різних сторін підготовленості. Лише тільки при умові комплексного підходу до процесу спортивної підготовки футболістів можна говорити про досягнення високих спортивних результатів. Особливе місце в процесі підготовки здобуває тактична підготовка. Особливо гостро постає питання формування тактичної майстерності в юних футболістів. В доступній літературі практично не розкриваються питання послідовності навчання тактиці гри в юних футболістів.

2. Під час навчання індивідуальним тактичним діям необхідно підбирати технічні прийоми, які виконуються з невеликим тактичним завданням. Головним при вивченні індивідуальної тактики гри є усвідомлення значення використання того чи іншого технічного прийому в конкретній ігровій ситуації та визначення можливості підвищення ефективності від його використання.

3. Основними засобами групових та командних тактичних взаємодій є різноманітні індивідуальні тактичні дії, які виконуються групою або всією командою. В ході вивчення та вдосконалення командних техніко-тактичних дій використовуються два основні методи навчання такі як цілісно-конструктивний та розчленовано-конструктивний. Саме використання цих двох методів дозволяють спростити процес навчання та підвищити ефективність засвоєння складних командних взаємодій.

Список використаних джерел

1. Айрапетянц Л.Р. Спортивные игры (техника, тактика, тренировка) / Л.Р.Айрапетьянц, М.А.Годик. - Ташкент: изд-во им. Ибн-Сины, 1991.- 156 с.
2. Вихров К.Л. Физическая подготовка юных футболистов / К.Л. Вихров. – К.: Спорт ЛТ, 2000. – 44 с.
3. Волков Л.В. Теория и методика детского и юношеского спорта / Л.В. Волков. – К.: Олимпийская литература, 2002. – 296 с.
4. Гусев, В.Г., Стрикаленко, Є.А., & Шалар, О.Г. (2014) Аналіз фізичної підготовленості футболістів високого класу // Науковий часопис НПУ ім. М.П. Драгоманова, 6 (49), 35 – 42.
5. Дубенчук А.І. Футбол / А.І. Дубенчук. – Х.: Ранок, 2008. – 128 с.
6. Зеленцов А.М. Моделирование тренировки в футболе / А.М. Зеленцов, В.В. Лобановский. – К.: Олімпійська література, 1985. – 136 с.
7. Золотарев А.П. Техническая подготовка юных футболистов на основе учета основных компонентов соревновательной деятельности / А.П.Золотарев // Физическая культура. - 1997. - № 4 – С. 41-43.
8. Келлер В.С. Теоретико-методичні основи підготовки спортсменів / В.С. Келлер, В.М. Платонов. – Л.: Світ, 1993. – 270 с.
9. Костюкевич В.М. Управление тренировочным процессом футболистов в годичном цикле подготовки / В.М. Костюкевич. – Винница: Планер, 2006. – 683 с.
10. Лисенчук Г.А. Управление подготовкой футболистов / Г.А. Лисенчук. – К.: Олімпійська література, 2003. – 271 с.
11. Марченко В.А. Совершенствование технической подготовки футболистов высокой квалификации с целью эффективного использования в соревновательной деятельности / В.А. Марченко. – Х.: Ранок, 1990 - 78 с.

12. Матвеев Л.П. Основы общей теории спорта и системы подготовки спортсменов / Л.П. Матвеев. – К.: Олімпійська література, 1999. - 318 с.
13. Николаенко В.В. Футбол / В.В. Николаенко, Г.О. Лисенчук, Н.Ф. Повисший, О.Б. Орехов: Навчальна програма для дитячо-юнацьких спортивних шкіл, спеціалізованих дитячо-юнацьких шкіл олімпійського резерву. – К., 1995. – 177 с.
14. Озолин Н.Г. Настольная книга тренера: наука побеждать / Н.Г. Озолин. - М.: АСТ, АСТРЕЛЬ, 2002. - 86 с.
15. Осташев П.В. Прогнозирование способностей футболиста / П.В. Осташев. – М.: Физкультура и спорт, 1982. – 96 с.
16. Павлов А.И. Определение понятия «Спортивная тренировка» / А.И. Павлов, В.Г. Войтов // Теория и практика физической культуры. - 2000. - №9. - С. 20 - 21.
17. Платонов В.Н. Общая теория подготовки спортсменов в олимпийском спорте / В.Н. Платонов.- К.: Олімпійська література, 1997. - 584 с.
18. Полишкис М.С. Техничко-тактичеська підготовка кваліфікованих футболістів: учеб. посібник / М.С. Полишкис, В.А. Выжигин, Р.Р. Сагасті.- М.: Пресс, 1989. - 88 с.
19. Романенко А.Н. Книга тренера по футболу / А.Н. Романенко, О.Н. Джут, М.Н. Догадин. – К.: Освіта, 1988. - 253 с.
20. Сахновский К.П. Начальная спортивная подготовка / К.П. Сахновский // Наука в олимпийском спорте. – 1995. – № 2. – С. 17 - 24.
21. Соломонко В.В. Индивидуальная тренировка футболиста / В.В. Соломонко. – Львов: Освіта, 1986. - 20 с.
22. Соломонко В.В. Футбол / В.В. Соломонко, Г.А. Лисенчук, О.В. Соломонко. – К.: Олімпійська література, 1997. – 287 с.
23. Спортивные игры. Техника, тактика, обучение: учебник / под ред. Ю.Д. Железняк, Ю.М. Портнова.- М.: АСАДЕМІА, 2001. - 520 с.

24. Стрикаленко Є.А., Шалар О.Г., Гузар В.М. Ефективність побудови тренувального процесу футзалістів ФК «Продуксім» в підготовчому періоді. Спортивні ігри, 1 (15), 2020. С 44-47.

25. Футбол: Учебник для институтов физической культуры / Под ред. П.Н. Казакова. – М.: Физкультура и спорт, 1999. – 338 с.

26. Шамардин А.И. Технология оптимизации функциональной подготовленности футболистов / А.И. Шамардин: автореф. дис. докт. пед. наук / РГАФК. - М., 2000.- 50 с.

27. Шамардин В.Н. Моделирование подготовленности квалифицированных футболистов / В.Н. Шамардин – Днепропетровск: Пороги, 2002. – 201 с.