

## ТЕХНІКО – ТАКТИЧНА ПІДГОТОВКА ФУТБОЛІСТІВ

Вінницький національний технічний університет

### *Анотація*

Проаналізовано як здійснюється дана підготовка для футболістів у ВНТУ. Визначено недоліки у підготовці футболістів та виокремлено методичні положення для удосконалення техніко-технічної підготовки футболістів.

**Ключові слова:** футбол, техніко-технічна підготовка.

### *Abstract.*

*It is analyzed how this training for football players in VNTU is carried out. Deficiencies in the training of football players have been identified and methodological provisions for improving the technical and technical training of football players have been identified.*

**Keywords:** football, technical training.

### **Вступ.**

У футболі тактика і техніка тісно переплітаються між собою. Вирішуючи, кому і яку зробити передачу, застосовувати обвідку для обіграшу суперника чи використати партнера, в який момент здійснити удар по воротах, гравець використовує тактичне мислення, а здійснюючи після прийнятого рішення саму дію, він показує свою технічну майстерність. Отже, техніка є засобом перетворення в дію тактичних задумів гравця. Найбільш характерною особливістю розвитку сучасного футболу є збільшення інтенсивності гри, у якій проявляються індивідуальна, групова, командна технікотактична майстерність і висока фізична підготовленість гравців. Відомо, що техніко-тактична майстерність характеризується незначним обсягом та різнобічністю технічних прийомів, якими володіє футболіст, а також вмінням ефективно застосовувати ці прийоми в поєднанні з тактичними діями в умовах гри. Техніка футболу становить собою сукупність великої групи прийомів та способів володіння м'ячем, тому вивчення її перетворюється на складний і тривалий процес. Управління підготовкою спортсменів значною мірою зумовлено якістю та своєчасною корекцією змісту та спрямованості навчально-тренувального процесу на основі об'єктивного контролю їх підготовленості. Підвищення рівня майстерності вітчизняних футболістів невід'ємно пов'язане з поліпшенням якості підготовки резерву. Ефективне управління підготовкою футболістів неможливе без обліку показників змагальної діяльності

Мета дослідження – вивчити особливості техніко-тактичних дій у змагальній діяльності футболістів.

Методи та організація дослідження. У нашому дослідженні брали участь футболісти ВНТУ. Було переглянуто та проаналізовано матчі у підготовчому та матчі у змагальному періодах за участю студентів ВНТУ.

### **Результати дослідження.**

Були виявлені наступні показники техніко-тактичної діяльності футболістів: відбір, ведення, дриблінг, короткі передачі ногою, передачі на середню відстань ногою, довгі передачі ногою, прийом та передача м'яча, удари ногою в площину воріт, удари головою в площину воріт. У підготовчому періоді футболісти виконують, в середньому, 670 техніко-тактичні дії за гру, припускаючись при цьому в середньому 183 помилок, коефіцієнт ефективності виконання техніко-тактичних дій склав у середньому 0,71 за гру. Для змагального періоду у всіх групах характерним є незначне збільшення кількості виконаних техніко-тактичних дій (в середньому на 4 більше за гру), зменшення кількості помилок (в середньому на 3 за гру), збільшення коефіцієнту ефективності виконання техніко-тактичних дій з 0,71 до 0,72. Для підвищення кількості техніко-тактичних дій і ефективності їх виконання, нами була запропонована спеціально розроблена методика техніко-тактичної підготовки футболістів. Вона включала в себе підбір вправ з підвищеним ступенем складності техніко-тактичних дій і умов їй виконання, характеру протидій,

поступового збільшення дефіциту простору і часу. Всі тренувальні завдання були максимально наближені до реальних ігрових умов.

Удосконалення техніко-тактичної підготовки футболістів на сучасному етапі вимагає впровадження в практику нових, науково обґрунтованих підходів до побудови тренувального процесу, починаючи з початкових етапів багаторічної підготовки. Процес підготовки футболістів охоплює значний часовий проміжок, тривалістю у декілька років, і цей період позначений значними фізіологічними змінами в організмі спортсменів, пов'язаними з ростом і розвитком. Реальна підготовка спортсмена, на думку багатьох авторів, неможлива без урахування закономірностей організму, що розвивається. Дослідження показують, що різні ігрові амплуа вимагають від футболістів виконання різнобічних функцій, вирішення конкретних завдань на футбольному полі і певним чином впливають на структуру змагальної діяльності команди. Гравці, які виконують різні ігрові функції, повинні володіти високим рівнем майстерності при виконанні техніко-тактичних дій для ефективного здійснення покладених на них обов'язків. На думку фахівців з футболу, ефективність тактики гри прямо залежить від уміння спортсменів оцінювати ситуацію та знаходити правильне рішення в конкретному ігровому моменті. Це в кінцевому підсумку визначається станом підготовленості футболістів, що є результатом генетичної обдарованості та кумулятивного ефекту програм підготовки.

### **Висновки.**

Застосування даної методики дало позитивний результат: загальна кількість техніко-тактичних дій збільшилась, в середньому, на 12-14 за гру; кількість помилок зменшилась, в середньому, на 11-12 за гру; коефіцієнт ефективності підвищився, в середньому, на 0,02–0,04. Окрім того, в змагальний період футболісти, застосовуючи більше складних прийомів у виконанні техніко-тактичних дій, припускались меншій кількості помилок, що призвело до збільшення кількості наступальних дій команди, збільшення гольових моментів і ударів в площину воріт, підвищення загальної активності гравців.

У процесі навчально-тренувальних занять футболістів техніко-тактичного спрямування необхідно дотримуватися таких методичних положень: вибирати методи і засоби з урахуванням особливостей розвитку організму, для якого характерною є підвищена лабільність (пластичність) нервової системи; основні завдання техніко-тактичної підготовки спортсменів вирішуються за допомогою різноманітних ігор та ігрових вправ переважно техніко-тактичного спрямування. Важливо підтримувати раціональне співвідношення між різними сторонами підготовки, змінюючи різноманітні засоби та їх спрямування у процесі зростання загальної та спеціальної підготовленості футболістів.

### **СПИСОК ВИКОРИСТАНОЇ ЛІТЕРАТУРИ**

1. Гакман А. Особливості фізичної підготовки арбітрів у футболі / Гакман А., Байдюк М. – Матеріали IV міжнародної науково-практичної конференції, 05-06 листопада 2015. – Чернівці: Технодрук. – С. 201-204.
2. Коваль С.С. Исследование взаимосвязи скоростных качеств и технико-тактических действий футболистов / С.С. Коваль // Слобожанський науково-спортивний вісник. – Харків: ХДАФК, 2010. – № 1. – С. 99-102.
3. Лисенчук Г.А. Управление подготовкой футболистов / Г.А. Лисенчук. – К., 2003. – 272 с.
4. Медвідь А. Педагогічні умови удосконалення технічної підготовленості футболістів / Медвідь Анжела, Медвідь Микита // Вісник Прикарпатського університету. Фізична культура. – № 25-26. – 2017. – С. 180.

**Кулик Денис Григорович** — викладач кафедри фізичного виховання, Вінницький національний технічний університет. Вінниця. [E-mail: m3barsa@gmail.com](mailto:m3barsa@gmail.com)

**Kulyk Denys Grygorovych** – the teacher of physical training departure, Vinnytsia National Technical University, Vinnytsia. [E-mail: m3barsa@gmail.com](mailto:m3barsa@gmail.com)