

Міністерство освіти і науки України
Тернопільський національний педагогічний університет
імені Володимира Гнатюка

Факультет фізичного виховання
Кафедра теорії і методики олімпійського та професійного спорту

Кваліфікаційна робота
ТЕОРЕТИКО-МЕТОДИЧНІ ОСНОВИ ТЕХНІКО-ТАКТИЧНОЇ
ПІДГОТОВКИ ФУТБОЛІСТІВ.

Спеціальність: 017 Фізична культура і спорт
Освітня програма Фізична культура і спорт

Здобувача вищої освіти освітньо-
кваліфікаційного рівня «магістр»
Аксенюка Костянтина Ігоровича

НАУКОВИЙ КЕРІВНИК
Кандидат наук з фізичного
виховання та спорту, доцент
Ладика Петро Ігорович

РЕЦЕНЗЕНТ:
Кандидат педагогічних наук, доцент
Наумчук Володимир Іванович

ТЕРНОПІЛЬ – 2025

ВСТУП.....	3
РОЗДІЛ 1. ТЕОРЕТИКО-МЕТОДИЧНІ ОСНОВИ ТЕХНІКО-ТАКТИЧНОЇ ПІДГОТОВКИ ФУТБОЛІСТІВ	5
1.1.Застосування методів моделювання у процесі підготовки команд з футболу.....	5
1.2. Індивідуальні тактичні дії футболіста.....	8
1.3. Групові тактичні дії футболістів.....	15
1.4. Удосконалення техніко-тактичної підготовки футболістів з обліком їх особистісних особливостей.....	20
РОЗДІЛ 2. МЕТОДИ ТА ОРГАНІЗАЦІЯ ДОСЛІДЖЕННЯ.....	24
2.1 Методи дослідження.....	24
2.2 Організація дослідження.....	24
РОЗДІЛ 3 ТЕХНІКО-ТАКТИЧНА ПІДГОТОВЛЕНІСТЬ КВАЛІФІКОВАНИХ ФУТБОЛІСТІВ	25
3.1. Характеристика структури підготовленості кваліфікованих футболістів відповідно до специфіки ігрового амплуа.....	25
3.2. Особливості виконання техніко-тактичних дій кваліфікованими футболістами в зонах ігрового поля.....	34
3.3 Характеристика основних напрямків техніко-тактичної підготовленості кваліфікованих футболістів у відповідності до сучасних умов розвитку футболу.....	38
ВИСНОВКИ.....	45
СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ.....	49

ВСТУП

Актуальність теми. Прогрес сучасного спорту пов'язаний з удосконаленням методики підготовки спортсменів високої кваліфікації та забезпеченням рівня їх підготовленості у відповідності з вимогами змагальної діяльності.

Підвищення майстерності футболістів, у свою чергу, пов'язане із кваліфікованим навчанням грі дітей, які займаються футболом, а згодом і кваліфікованою тактичною підготовкою футболістів. Особливе місце в процесі підготовки футболістів повинно бути відведене процесу виховання індивідуальної та командної «тактичної грамотності» гравців. При сучасному високому рівневі спортивних досягнень саме тактична підготовленість окремих футболістів і команд в цілому набуває першочергового значення.

Проте, низка аспектів, які стосуються побудови моделей у футболі, свідчить, що проблема моделювання тактичних дій у процесі підготовки футболістів залишається недостатньо дослідженою і вимагає ґрунтовнішого наукового аналізу.

Вищезазначене доводить актуальність даного дослідження, в якому зроблена спроба вдосконалення методики використання інформації про змагальну діяльність футболістів з метою моделювання тренувальних і змагальних навантажень [3,5,9,19,26].

Об'єкт дослідження – тактична підготовка футболістів.

Предметом вивчення в роботі виступали індивідуальні та групові техніко-тактичні дії футболістів.

Метою дослідження вивчити особливості вдосконалення техніко-тактичної підготовки футболістів.

Здійснення мети роботи передбачало вирішення таких основних **задач**:

1. Охарактеризувати методи удосконалення техніко-тактичної підготовки футболістів з обліком їх особистісних особливостей.

2. Виявити індивідуальну, групову та командну структури змагальної діяльності футболістів.
3. Охарактеризувати основні напрямки техніко-тактичної підготовки кваліфікованих футболістів у відповідності до сучасних умов розвитку футболу.

РОЗДІЛ І. ТЕОРЕТИКО-МЕТОДИЧНІ ОСНОВИ ТЕХНІКО-ТАКТИЧНОЇ ПІДГОТОВКИ ФУТБОЛІСТІВ

1.1 Застосування методів моделювання у процесі підготовки команд з футболу

Практика підготовки провідних команд з футболу засвідчує ефективність застосування методів моделювання в цьому виді спорту. Завдяки змодельованим на навчально-тренувальних заняттях ситуаціям, наближеним до реальних умов змагальної діяльності, апробуються моделі гри з конкретним суперником. У сучасному футболі нагромаджено певний досвід моделювання тактичної підготовки, розроблено значну кількість моделей тренувальних програм. Проте стратегія підготовки футболістів, і особливо юних футболістів, практично не відпрацьовується. [7, 29]

У сучасному футболі гра «зв'язками» гравців викликана практичною необхідністю. Наявність «зв'язок», присутність у «зв'язках» гравців конструктивного плану, а у взаємодіях партнерів у рамках однієї «зв'язки» – завчасно розучених ходів, є основою логічних комбінаційних дій футболістів.

Як свідчать наукові дослідження, схеми і механізми організації гри, які забезпечують складну структуру футболу, не повинні складатися з громіздких комбінацій. Моделювання у навчально-тренувальному процесі взаємодій різноманітних «зв'язок», створюватиме передумови для ефективної тактичної діяльності футболістів. [6, 28]

Усвідомлюючи переваги комбінаційної гри, теоретики та практики футболу вважають, що взаємодії чотирьох – п'яти «зв'язок» футболістів забезпечують команді значні переваги над суперником. Наявність восьми – десяти «зв'язок» – характеристика суперкомандної гри, проти якої практично немає можливості захистити ворота. Дана модель доводить, що можливості використання тактичних дій у футболі практично невичерпні.

Окрім того, вихідними в тактичних діях футболістів повинен бути загальний тактичний задум, принципи ведення гри, які відпрацьовуються до

матчу як основна лінія організації дій, взаємозв'язків окремих гравців і ланок та подолання протидій суперників на шляху до мети.

Встановлено, що рівень індивідуальної техніко-тактичної підготовленості залежить від синтезу спеціалізації та універсалізації футболіста. В свою чергу, універсалізація базується на високому рівні спеціалізації, тому основним, в даному випадку, є надійне виконання функцій і обов'язків свого амплуа. Необхідно також враховувати не тільки якість виконання окремих прийомів, але і їх ефективність, значущість та місце виконання. [4, 6, 32]

Індивідуальні техніко-тактичні дії (ТТД) умовно можуть бути розділені на дві групи:

1. активні (контактні) ТТД, спрямовані на подолання опору суперника;
2. підготовчі (неконтактні) ТТД, які виконуються без протидії суперника.

Для гравців різних амплуа, в тому числі, і воротаря характерні різні коефіцієнти значущості техніко-тактичних дій. Найбільш значущими для крайніх захисників є відбір м'яча, перехоплення м'яча, гра головою; для заднього центрального захисника – перехоплення, відбір, довгі передачі; для переднього центрального захисника – відбір, перехоплення, гра головою; для опорного півзахисника – довгі передачі, короткі та середні передачі вперед, відбір; для крайніх півзахисників – короткі та середні передачі вперед, довгі передачі, дриблінг; для центрального півзахисника – короткі та середні передачі вперед, дриблінг, удари у площину воріт; для нападників – удари у площину воріт, дриблінг, гра головою. Для воротаря, який приймає участь у техніко-тактичних діях, що характерні для змагальної діяльності польових гравців, найбільш значущими є довгі передачі і короткі та середні передачі вперед. Дані коефіцієнти доцільно використовувати при оцінці техніко-тактичної діяльності футболістів. [2, 30]

Проте, часто гравці демонструють найвищі (модельні) показники за рахунок виконання прийомів (передачі впоперек-назад) в ігрових ситуаціях,

що не сприяють загостренню гри і не мають великого значення для досягнення переможного результату. Інші футболісти, які виконують техніко-тактичні дії, що загострюють ігрову ситуацію, не досягають високих результатів у надійності виконання техніко-тактичних прийомів у зв'язку з частими втратами м'яча.

Тому для визначення рівня виконання модельних характеристик змагальної діяльності необхідно використовувати оцінку спеціалізації та інтегральну оцінку техніко-тактичної підготовленості футболістів, при формуванні яких треба опиратися на поняття ефективності, надійності та змагальної активності, а також враховувати коефіцієнти значущості техніко-тактичних дій футболістів різних амплуа.

Результати наукових досліджень дозволили припустити, що найефективнішими засобами підвищення техніко-тактичної підготовленості футболістів можуть бути тренувальні моделі впливів, при яких враховуються особливості змагальної діяльності. [9, 12]

Для оптимізації тактичної діяльності футболістів, при підборі ігрових вправ, спрямованих на вдосконалення індивідуальних та колективних наступальних тактичних дій, потрібно виходити із вимог відповідності до структури змагальної діяльності. У вправах, що моделюють наступальні групові взаємодії, потрібно встановити суворий контроль за кількістю ходів, напрямком запропонованих комбінацій, вибором найбільш ефективних зон для останньої передачі м'яча, а також за оптимальною дистанцією результативних завершальних ударів. Значне місце посідають складні координаційно-спеціалізовані вправи, сутність яких полягає у моделюванні тактичних взаємодій у завершальній фазі атаки.

В техніко-тактичних заняттях футболістів повинні бути частими вправи, які спрямовані на вдосконалення «скритих» середніх та довгих передач м'яча різними способами. В індивідуальних та колективних вправах з виконанням завершального удару обов'язкові завдання на точність. Вправи стереотипного характеру, без певного тактичного змісту, що не сприяє підвищенню техніко-

тактичної підготовленості футболістів, мають займати найменше тренувального часу спортсменів. [10, 14, 18]

1.2 Індивідуальні тактичні дії футболіста

Справжнім гравцем може вважатися той, хто діє на полі прораховано, порівнює свої сили й технічне вміння з конкретною ігровою ситуацією, сильними й слабкими сторонами в підготовці суперників. От чому кожний футболіст повинен прагнути не тільки вдосконалювати технічні прийоми й розвивати фізичні якості, але також засвоювати всі тактичні премудрості футболу. Насамперед він повинен правильно й вчасно виходити на вільне місце, опікати суперника, робити точні й раціональні передачі партнерам, уміло використовувати обведення і удари по воротах, підтримувати й самому зав'язувати комбінаційну гру й т.д. Одною з головних вимог до тактичної підготовленості футболіста є його вміння підкоряти свої дії інтересам команди, командної тактики, хоча індивідуальні тактичні дії також немало важливі.

До індивідуальних тактичних дій відносяться відкривання й закривання, ведення й обведення, удари по воротах, відбір м'яча. Розучування індивідуальних тактичних дій доцільно проводити в єдності із процесом освоєння технічних прийомів. У протилежному випадку процес освоєння основних технічних прийомів буде формальним і неефективним. [13, 285]

Відкривання

Відкривання означає вихід футболіста на вільну позицію, що дає можливість звільнитися від опіки суперника, відірватися від нього й, одержавши м'яч, виконати удар по воротах. Гравець, який відкрився, може повести суперника за собою, звільняючи шлях до воріт протилежної команди одному зі своїх партнерів. Вихід на вільне місце, як правило, здійснюється на швидкості. Цьому можуть передувати імітація гравцем деякої пасивності з метою введення опікуна в оману або ж рухи, які заплутують суперника.

Відкриватися можна вперед, убік, а при необхідності й назад. Причому робити це потрібно вчасно, а саме в той момент, коли партнер готовий зробити передачу на вільне місце. [13, 28]

Вправи:

1. Змагаються дві групи гравців. Вони утворюють дві зустрічні колони. Відстань між ними 8–10 кроків. Головний гравець однієї з колон внутрішньою стороною стопи виконує передачу попередуючому гравцеві протилежної команди, а сам робить ривок за м'ячем і встає в кінець цієї колони. Гравець, що приймає м'яч, направляє м'яч назад, а сам біжить за м'ячем і встає в кінець протилежної колони.

Дану вправу можна провести у вигляді естафети. Наприклад, змагаються дві команди. Кожна утворює дві зустрічні колони. Завдання команд – швидше закінчити перебіжки, причому кожний гравець повинен виконати по три передачі.

2. Змагаються три партнери. Вони утворюють на полі трикутник зі сторонами в 8 кроків. Партнери по черзі передають м'яч один одному по ходу годинникової стрілки. Направивши м'яч убік партнера, гравець перебігає на його місце й т.д. Виконавши по 8–10 передач, гравці починають рух проти ходу годинникової стрілки.

3. Виконання вправи разом з партнером. Переміщаючись на вільне місце, потрібно виконувати поздовжні й поперечні передачі. Наприклад, зробіть із точки А передачу партнеру, який перебуває в точці Б, а самому переміститься в точку А'. Партнер із точки Б виконує поздовжню передачу й переміщається в точку Б' і т.д.

4. На обмеженій ділянці поля займається група футболістів. Кожному дається порядковий номер. Гравці запам'ятовують їх. Завдання гравців – виконувати передачі відповідно до привласнених номерів: перший номер віддає м'яч другому, той – третьому й т.д. Останній гравець передає м'яч першому номеру. Віддавши м'яч, гравець повинен переміститися на вільне місце, пропонуючи себе для передачі. Гравець, що допустив помилку,

карається одним штрафним очком. У підсумку перемагає учасник, що набрав менше штрафних очок [7,25,32].

5. На полі позначається площадка 15X15 кроків. Тут розташовуються 6 гравців. Двоє з них призначаються водящими. Інші гравці починають передавати м'яч один одному, намагаючись, щоб він не потрапив до водящого і не вийшов за межі майданчика. Гравець, що допустив помилку, міняється з водящим гравцем.

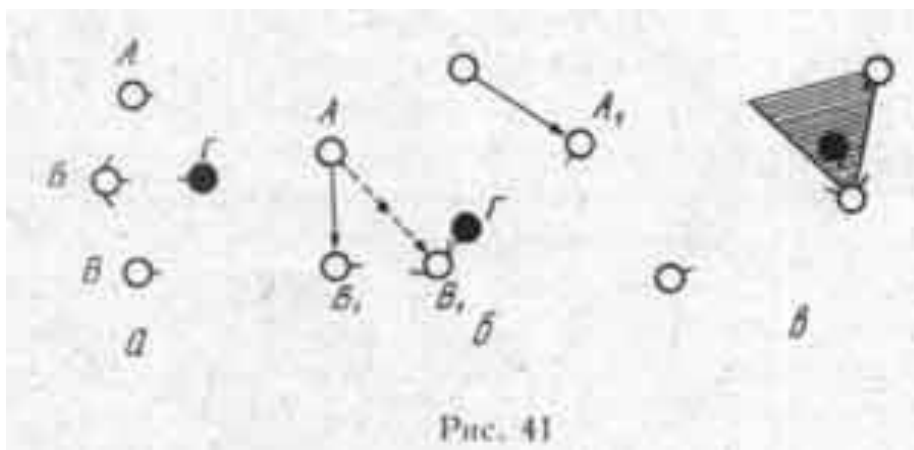
Закривання

Закриванням суперника називається така дія футболіста, яка спрямована на заняття вигідної позиції, що заважає виходу суперника на вільне місце або оволодінню м'ячем. Ті, хто вміло закривають суперника, одержують сприятливу можливість вчасно вступити в боротьбу за м'яч, не дати одержати м'яч супернику й у такий спосіб зірвати атаку протилежної команди. У різних ситуаціях закривання може здійснюватися по-різному. Однак у всіх випадках незмінна позиція закриваючого гравця: він повинен зайняти місце між суперником і своїми воротами. При цьому враховується наступна вимога: чим ближче суперник розташувалася до воріт, тим ближче до нього варто перебувати. [13, 29]

Вправи:

1. На полі позначається майданчик 10X10 кроків. Троє гравців нападу грають проти одного захисника. Хід гри пояснюється на мал. 1. Нападаючий Б займає позицію з м'ячем між партнерами А і В, показуючи руками, де вони повинні зайняти місця (а). Потім гравець Б передає м'яч гравцеві В і спрямовується убік передачі, пропонуючи себе для зворотної передачі. Гравець А також виходить на вільне місце, але тільки в іншу сторону. Гравець У с м'ячем, розставивши руки, указує партнерам нові позиції (б). Завдання гравця Г-Атакувати нападаючого, що володіє м'ячем, і примусити його виконати передачу в певну сторону (в).

Малюнок 1.



2. На майданчику розмічається квадрат 12X12 кроків. Гра полягає в тому, що один захисник намагається перешкодити просуванню двох суперників до воріт і відняти в них м'яч. Захисник повинен прагнути зайняти таку позицію, щоб суперник з м'ячем не зміг передати м'яч убік відкритого партнера. У ході вправи гравці періодично міняються ролями.

3. Два захисники грають проти двох нападаючих. Вправа проводиться на площадці розміром 15X15 кроків. Завдання захисників – закрити нападаючих, діючих з м'ячем. Захисник, що опікує нападаючого з м'ячем, прагне зайняти таку позицію, щоб затримати просування суперника й відбити м'яч. Його партнер, діючи проти гравця без м'яча, прагне розташуватися так, щоб перешкодити йому зайняти вигідну позицію для одержання м'яча.

4. На середині поля розміщаються четверо нападаючих з м'ячем. У воріт, що захищаються воротарем, встають чотири захисники. Нападаючі пересуваються вперед, передаючи м'яч один одному. Захисники (кожний тримає одного з нападаючих) прагнуть відібрати в них м'яч або відбити його до центра поля. Через домовлений час команди міняються ролями. Перемога дається команді, що зуміла пропустити менше м'ячів під час оборони воріт.

Ведення й обведення

Ведення й обведення – ефективні прийоми гри. Уміло використовуючи ведення м'яча різними способами й на різній швидкості в сполученні з переконливими рухами, які вводять в оману, футболіст одержує сприятливу можливість для виходу на вільне місце або для нанесення удару по воротам.

У ході гри футболісти люблять використовувати й ведення м'яча, і обведення. Однак найчастіше це робиться на шкоду команді. Тому в тих випадках, коли партнер зайняв вигідну позицію, варто направити м'яч йому. Адже своєчасна й точна передача – теж грізна зброя. Проте веденню й обведенню необхідно приділяти також підвищену увагу. [17, 19, 28]

Вправи:

1. Вправа проводиться у вигляді естафети. У ній беруть участь одночасно дві або три команди. У складі кожної однакове число гравців. Команди будуються за загальною лінією старту в колони по одному. В 5 кроках від лінії старту паралельно їй проводиться лінія передачі м'яча. За сигналом головні гравці команд ведуть м'яч по прямій, обводячи по 5 стійок, які розставляються через кожні 2 кроки, і по прямій ведуть м'яч назад. Від лінії передачі вони направляють м'яч другим номерам команд, а самі займають місце наприкінці колон. Другі номери діють так само й т.д. У ході вправи кожний гравець повинен зробити по три ведення м'яча.

2. У вправі беруть участь два гравці, один з них з м'ячем. Він веде м'яч по полю на відстань 3–4 кроки й робить передачу партнерові, що рухається осторонь на відстані 4–5 кроків. Одержавши м'яч, той виконує такі ж дії й т.д. Завдання гравців без м'яча – швидко відкритися вперед, коли партнер збирається зробити передачу. Гравець із м'ячем повинен, контролюючи м'яч, помітити рух партнера.

3. Вправа для кількох гравців. Вони встають у колону по одному, дотримуючись дистанції в 2–3 кроки. Таким чином, група повільно просувається по полю. М'яч в останнього гравця. Він по черзі обходить всіх партнерів позаду, а потім, зайнявши місце поперед колони, передає м'яч тому гравцю, що йде позаду, який, у свою чергу діє так само, і т.д.

4. Вправа для двох гравців. На полі позначається коридор шириною 4 кроки. довжиною 15 кроків. Один із гравців веде м'яч по коридорі, намагаючись обвести суперника й пройти з м'ячем уперед. Другий прагне відняти м'яч. Партнери періодично міняються ролями.

5. На футбольному полі через кожні 3 кроки ставляться 5 стійок. Перед футболістами ставиться завдання обвести стійки й приблизно з 11-метрової оцінки завдати удару по воротах. Кожний повинен повторити вправу 5–6 разів.

Удари по воротах

Футболісти, які володіють різноманітними ударами й уміють наносити несподівані удари по воротах, значно підвищують атакуючий потенціал своєї команди. Удари по воротах не повинні бути прерогативою тільки гравців нападу. Цією найважливішою індивідуальною тактичною дією повинні володіти всі футболісти незалежно від займаного місця в команді. [17, 21, 31]

Вправи:

1. Потрібно зобразити на стінці ворота. Розбите їх на квадрати. У кожному з них поставити номер. Вправа виконується разом з партнером. Потрібно наносити удари в номер, попередньо зазначений партнером. Зробивши 5 ударів по меті, потрібно помінятися з партнером ролями.

2. Вправа для кількох партнерів. Ціль вправи-точно завдати удару по воротах після передачі м'яча низом. Передачі виконуються партнерами збоку, позаду, попереду. Кожний виконує по 10–12 ударів.

3. Займаються два гравці. Один встає з м'ячем в 25 кроках від воріт. Інший займає позицію в 18 кроках від воріт. Перший робить партнерові передачу низом. Той пропускає м'яч і завдає удару по уходящому м'ячі. Партнери періодично міняються ролями.

4. Потрібно встати напроти воріт (приблизно на 11-метровій оцінці). Партнер збоку подає м'ячі так, щоб ударом на льоту футболіст міг би направляти їх у ворота.

5. Потрібно встати з м'ячем в 20 кроках від воріт. За футболістом на відстані 5–6 кроків займає позицію партнер. Зробіть ривок з м'ячем до 11-метрової оцінки, щоб завдати удару по воротах з ходу. Партнер повинен кинутися за вами, щоб перешкодити виконанню удару.

6. У вправі беруть участь одночасно три гравці. Двоє з них розташовуються в 6–7 кроках від воріт. Їхній партнер з лінії воріт посиляє м'ячі так, щоб вони «опускалися» їм на голову. Один зі стоящих перед воротами прагне забити м'яч у ворота, а другий чинить йому протидію.

Відбір м'яча

Відбір м'яча – важливий тактичний прийом протидії суперникам, які володіють м'ячем. Кожний футболіст повинен пам'ятати, що відразу ж після втрати м'яча необхідно прагнути до створення суперникам перешкод з метою відбору м'яча. Безумовно, легше всього опанувати м'ячем, коли суперникові спрямована передача. Відбір також доцільно починати при прийманні м'яча суперником або під час ведення. [17, 23]

Вправи:

1. Потрібно зайняти місце у воротах, споруджених зі стійок (їхня ширина приблизно 2 кроки). Партнер повинен вести м'яч прямо на футболіста в воротах, прагнучи забити м'яч у ворота. Вибравши зручний момент, потрібно спробувати відібрати в нього м'яч.

2. Один з гравців завдає удару в стінку з відстані 6–7 кроків. Його партнер, зайнявши позицію в 2 кроках позаду й небагато збоку, після відскоку від стінки спрямовується вперед, щоб опанувати м'ячем.

3. Один з гравців накидає партнерові м'яч на голову. В 2 кроках збоку й позаду від приймаючого гравця займає позицію третій. Його завдання – встигнути вчасно зробити через спину партнера ривок і першим відіграти м'яч головою. Партнери періодично міняються ролями.

4. Вправу виконують одночасно три гравці. Двоє з них встають у потилицю один одному на відстані 4–5 кроків. Назустріч їм веде м'яч третій учасник. Якщо він зуміє обвести першого, тому на допомогу приходить гравець, який стоїть позаду, відразу ж атакуючи суперника.

5. На полі позначається коло діаметром 10 кроків. У ньому розміщаються чотири нападаючих, які передають м'яч один одному. Двоє водящих

намагаються відібрати в них м'яч і вибити його з кола. Через домовлений час водящими призначаються інші гравці й т.д.

1.3 Групові тактичні дії футболістів

До групових тактичних дій відноситься взаємодія на полі декількох гравців однієї й тієї ж команди, які прагнуть до виконання певного завдання. До них відносяться передачі й відбір м'яча за допомогою погоджених дій, тактичні комбінації. Добре відпрацьовані групові тактичні дії прикрашають гру, роблячи її більше привабливою й захоплюючою. Освоєння цих прийомів рекомендується почати в міру освоєння індивідуальних тактичних дій з найбільш простої форми – у парі з партнером. Поступово довести число гравців, які беруть участь у тій або іншій вправі до 3–5 осіб.

Передачі м'яча

Гравець, який володіє мистецтвом виконувати точні й своєчасні передачі партнерам, приносить більшу користь команді, прикрашає її дії. За допомогою передач, як правило, організується атака на ворота суперників, підготовляється момент для завершального удару по воротах. Однак правильно виконати передачу – справа непросте. Віддавати м'яч необхідно тому партнерові, що займає більш вигідну позицію. Найкраще це зробити так, щоб партнер зміг прийняти м'яч у русі й відразу продовжити атаку або завдати удару по воротах. У процесі гри потрібно урізноманітнювати виконання передач, тобто виконувати й короткі, і середні, і довгі. Чергувати треба також передачі низом і верхом, поперечні й поздовжні. Це утруднить дії суперників у захисті, не дасть їм можливості пристосуватися до гри команди суперників. [17, 33]

Вправи:

1. Вправа виконується разом з партнером. Просуваючись по прямій на відстані 4–6 кроків від партнера, потрібно виконувати поперемінно передачі один одному в одне торкання.

2. Потрібно позначити на полі коло діаметром 8–10 кроків. Встати в центр кола й передавати м'яч партнерові, який біжить у колі по ходу годинникової

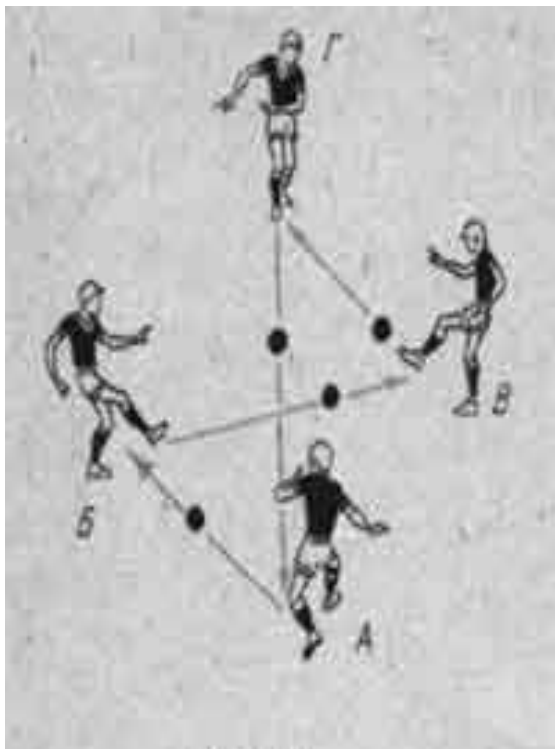
стрілки. Намагайтеся віддати м'яч партнерові на хід. Потім виконаєте ту ж вправу проти ходу годинникової стрілки.

3. Потрібно встати в 15–18 кроках один проти одного. Виконувати передачу м'яча партнерові, що біжить вам назустріч. В останній момент партнер може змінити напрямок руху. Потрібно намагатися вгадати напрямок ривка товариша й зробити йому передачу точно на вихід.

4. У вправі беруть участь три гравці. Вправа проводиться на половині футбольного поля. Два нападаючих просуваються до воріт, передаючи м'яч один одному, Третій гравець, уставши в 12–14 кроках від воріт, виконує оборонні функції. Нападаючі за допомогою передач прагнуть обіграти захисника й зробити удар по воротам. Удар виконується не ближче ніж з 8-метрової оцінки. Можна також провести лінію, перед якою дозволяється виконувати удар по воротам.

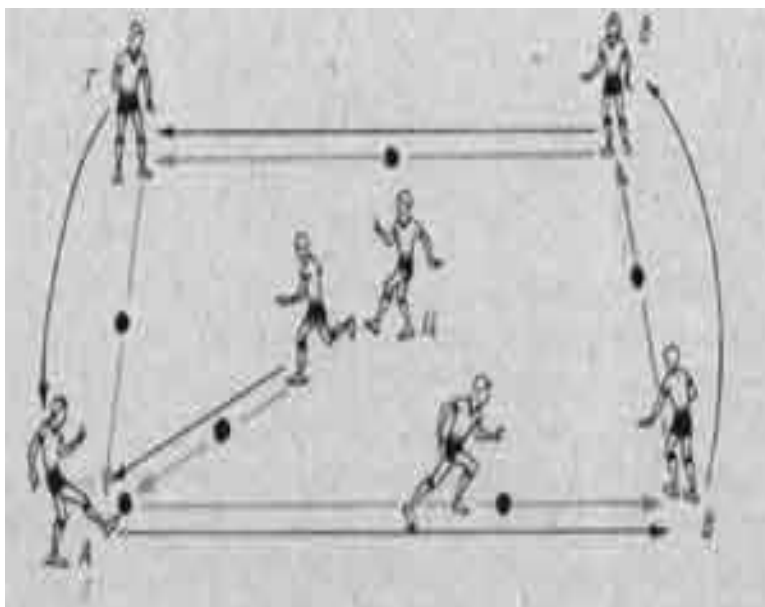
5. Гравці роблять діагональні й поперечні передачі в такій послідовності: гравець А передає м'яч партнерові Б, той – гравцеві В, який направляє м'яч партнеру Г, і т.д. (мал. 2). Періодично гравці міняють напрямок передач.

Малюнок 2.



6. У вправі спрацьовується зміна позицій (мал. 3).

Малюнок 3.



Чотири гравці утворюю прямокутник. Один гравець встає в центрі.
Завдання гравців: пославши м'яч у певному порядку, виконати перебіжку в ту

ж сторону й зайняти місце партнера, якому був спрямований м'яч. Наприклад, гравець Ц передає м'яч гравцеві А і перебігає на його місце. Гравець А в свою чергу – партнеру Б і біжить у його сторону й т.д. Періодично гравці змінюють напрямок перебіжок.

Відбір м'яча за допомогою погоджених дій.

Відбір м'яча за допомогою погоджених дій виглядає як взаємостраховка гравців при захисті своїх воріт. Взаємостраховку необхідно використовувати для надання допомоги партнерам, коли ті з якоїсь причини виявилися обіграними суперниками. Використовується взаємостраховка й у тих випадках, коли страхується небезпечна зона перед воротами, наприклад, якщо партнер виводиться із зони суперником. Відбір м'яча за допомогою погоджених дій вимагає від гравців великого взаєморозуміння, злагодженості в грі.

От один із прикладів взаємостраховки. Нападаючий суперників на фланзі обіграв лівого захисника й кинувся до воріт. Однак останнього підстрахував центральний захисник, вчасно атакувавши суперника з м'ячем. У свою чергу програвший єдиноборство лівий захисник не повинен залишатися в пасивному положенні. Він повинен швидко зорієнтуватися й взяти під опіку неприкритої нападаючої протилежної команди, якого тримав центральний захисник. Освоєння взаємостраховки рекомендовано проводити у вправах у такій послідовності: спочатку два захисники грають проти одного нападаючого, потім три захисники проти одного нападаючого, три захисники проти двох нападаючих, два захисники проти двох нападаючих, три проти трьох, чотирьох. [17, ,19,28]

Вправи:

1. Два захисники займають позицію перед воротами. Відстань між ними 5 кроків. Нападаючий веде м'яч захисника, який стоїть попереду і що діє пасивно. Він обходить його праворуч або ліворуч і просувається далі, прагнучи обіграти останнього захисника й забити м'яч у ворота. Завдання останнього захисника – угадати, з якої сторони суперник обійде

попереднього захисника й підстрахувати його. Партнери періодично міняються ролями.

2. Два захисники розташовуються в кутах воріт, а воротар – у середині воріт. Із флангу, на ліву від воротаря стійку навішується м'яч. Воротар вибігає, прагнучи піймати м'яч або відбити його. Захисник, що стоїть праворуч від воротаря, зміщається до середини воріт. Якщо ж м'яч навішується на праву від воротаря стійку, то при виході воротаря на м'яч до середини воріт зміщається інший захисник. Захисники періодично міняються ролями.

3. На полі позначається квадрат зі сторонами у 18 кроків. Один нападаючий діє проти двох захисників, прагнучи забити м'яч у ворота. Один захисник перепиняє шлях нападаючому до воріт, а другий його підстраховує. Партнери періодично міняються ролями.

4. На полі позначається площадка 30X30 кроків. Двоє нападаючих прагнуть перебороти опір трьох захисників і забити гол. Один із захисників, відтягнувшись назад, підстраховує партнерів, атакуючи суперника, що прорвався.

Кожний тренер мріє про те, щоб його команда грала в комбінаційний футбол. Однак, гравця потрібно спочатку переконати в необхідності такої гри. Треба повністю перебудувати його власне бачення футболу. Настроїти його мислення на комбінаційний футбол, підштовхнути до цього, щоб він усвідомив всі вигоди, а також необхідність колективної гри в пас.

Щоб дати можливість краще «відчути» один одного під час гри, необхідно спочатку проводити товариські матчі з більше слабкими, а головне, з більше повільними у швидкості суперниками. Гра стане набагато ефективніше, якщо гравці поступово перейдуть від спонтанних, раптово створюваних комбінацій на окремих ділянках поля, до більш погоджених дій. Гравці будуть почувати себе набагато спокійніше й впевненіше, якщо будуть добре знати чого очікувати один від одного в тому або іншому ігровому епізоді. Саме для цього необхідно на тренувальних заняттях награвати

комбінації в лініях захисту, півзахисту й нападу та удосконалювати тактичну підготовку футболістів.

1.4. Удосконалення техніко-тактичної підготовки футболістів з обліком їх особистісних особливостей

Рівень майстерності висококваліфікованих футболістів значною мірою визначається якістю техніко-тактичної підготовки в дитячо-юнацькому віці й особистісних особливостей, що забезпечують високу ефективність діяльності.

Індивідуалізація техніко-тактичної підготовки з урахуванням індивідуально-психологічних характеристик особистості й змагальної діяльності дозволить оптимізувати використання засобів і методів підготовки, підвищити рівень спортивних досягнень.

Для досягнення високого рівня тактичної підготовленості футболістів назріла необхідність вивчення особистісних особливостей, які забезпечують ефективність і надійність виступів у змаганнях. Тому комплексне психолого-педагогічне вивчення індивідуальності спортсмена, дослідження його особистісних особливостей є важливою складовою частиною учбово-тренувального процесу. [2, 9, 17]

Аналіз техніко-тактичних показників гри спортсменів повинен ґрунтуватися на результатах педагогічного спостереження із застосуванням системи запису змагальної діяльності (реєстрація ТТП). Він дозволить одержувати об'єктивні дані про рівень техніко-тактичної підготовленості футболістів, встановлювати характерні риси діяльності кожного гравця й розходження між ними, відповідно до яких варто планувати тренувальну роботу.

У якості найбільше інформативних параметрів, які характеризують ефективність змагальної діяльності, доцільно використовувати показники, що визначають обсяг, різнобічність і точність техніко-тактичних дій. Надійність визначається по даним динаміки ефективності змагальної діяльності в умовах

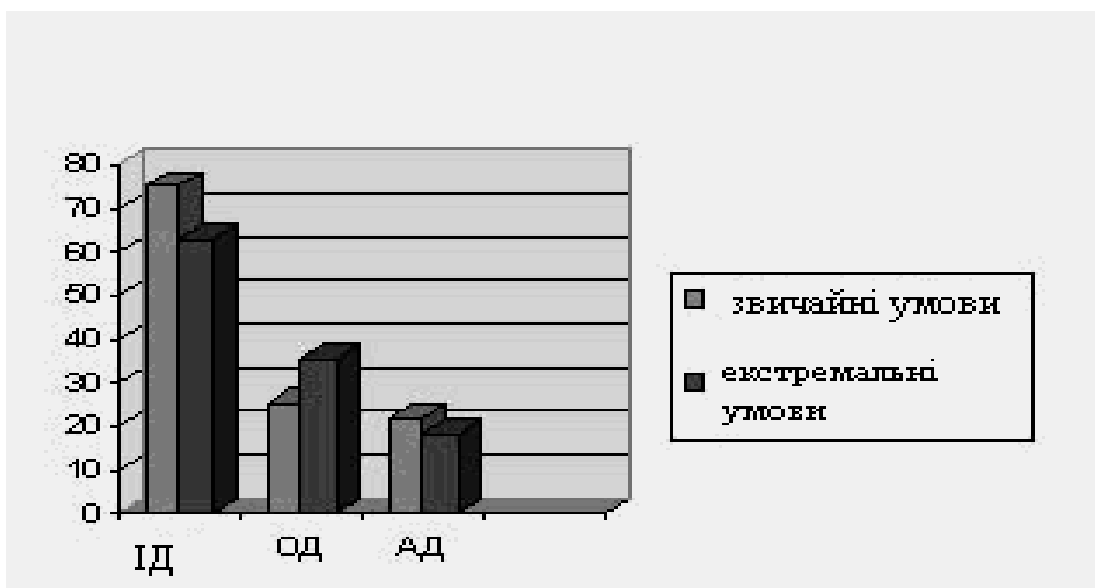
дії факторів, здатних знизити цю ефективність (пропущений гол при рівному рахунку).

Порівнюючи дані по ефективності діяльності спортсменів і психічної напруги, можна досить об'єктивно оцінити діяльність футболістів відповідно до вимог надійності.

Отримані під час досліджень дані (переглянуто більше 70 матчів) показують, що значення показників змагальної діяльності спортсменів значно знижуються в екстремальних умовах (див. малюнок 1.). Насамперед це стосується точності виконання техніко-тактичних дій. Так, у цих умовах відбувається зниження значення показників загальної точності, точності атакуючих і оборонних дій, зменшується індивідуальний внесок гравців у командний коефіцієнт ефективності, а також знижується ефективність реалізації ініціативи.

В екстремальних умовах стає більше низьким показник ігрової активності футболістів і змінюється співвідношення різних техніко-тактичних дій у їхньому загальному обсязі. Число дій оборонної спрямованості збільшується, а атакуючої – зменшується. [2, 10, 26]

Малюнок 1. Співвідношення показників ефективності змагальної діяльності футболістів, %



Можна припустити, що команда програє саме за рахунок зниження ігрової активності й точності виконаних дій. Особливі вимоги в екстремальних умовах пред'являються до дій атакуючої спрямованості.

З огляду на, що в умовах напруженої змагальної боротьби ефективність діяльності багато в чому залежить від особистісних особливостей спортсменів, що проявляються опосередковано через механізми психічної регуляції діяльності, необхідно відзначити, що невисока надійність змагальної діяльності футболістів є наслідком недоліків у техніко-тактичній підготовки, а також не дуже високого рівня розвитку їхніх особистісних якостей.

Більш докладний і об'єктивний аналіз тренер зможе провести після вивчення особливостей особистості футболістів із застосуванням комплексу психолого-діагностичних тестів.

Для цього використовуються досить відомі методики: опитувальник Р. Кеттелла (1971) для виявлення і якісної оцінки деяких істотних для ефективності змагальної діяльності особистісних особливостей спортсменів; методика В. Мільмана (1974) для виявлення спеціальних властивостей особистості, що характеризують психічну надійність футболістів; опитувальник Я. Стреляу (1982) для вивчення темпераменту спортсменів; соціометрія, а також мотиваційно-результативні методики О.В. Дашкевича (1976).

Останні дозволяють проводити об'єктивно-психологічний аналіз регуляції діяльності в умовах, що моделюють змагальні ситуації.

Резюмуючи отримані раніше результати експериментальних досліджень особистісних факторів ефективності змагальної діяльності футболістів, необхідно відзначити наступне. Висока ефективність і надійність змагальної діяльності футболістів досягається за рахунок наступних особистісних якостей: високий рівень змагальної мотивації, установка на точність, впевненість в успіху; комплекс вольових рис – рішучість, здатність до саморегуляції, вольовий самоконтроль, виразність стану бойової готовності;

в емоційній сфері – тривожність, емоційна стійкість і завадостійкість; у комунікативній сфері – високий персональний статус у спортивно-діловій і неформальній сферах взаємин; рядом властивостей нервової системи – сила процесів гальмування, урівноваженість нервових процесів. [2, 12, 21]

Характеристиками особистості спортсмена, зв'язаними переважно з надійністю, є адекватна самооцінка, честолюбство, цілеспрямованість, наполегливість, розумна обережність, критичність в оцінці, групова залежність, а також рухливість нервових процесів.

Ці дані правомірно розглядати як модельні характеристики особистості ефективного й надійного футболіста. Вони можуть служити для індивідуальної корекції тренувального процесу.

РОЗДІЛ 2

МЕТОДИ ТА ОРГАНІЗАЦІЯ ДОСЛІДЖЕННЯ

Для вирішення поставлених завдань були використані такі методи дослідження:

- Теоретичний аналіз і узагальнення літературних джерел.
- Педагогічне спостереження.

Теоретичний аналіз і узагальнення літературних джерел

Список використаної літератури містить 49 джерел науково-методичної літератури, серед яких монографії, підручники, навчальні посібники, статті з журналів та наукових збірників.

Науково-методична та спеціальна література з проблеми дослідження аналізувалась на початку та впродовж всієї дослідницької роботи, що дозволило сформулювати проблему, визначити її актуальність, та напрямки роботи; теоретично обґрунтувати об'єкт, предмет, мету і завдання роботи; визначити шляхи їх вирішення.

2.2. Організація дослідження

Дослідження проводилося у три етапи:

Перший етап включав теоретичне дослідження проблеми, вивчення, аналіз і узагальнення наукової літератури з обраної теми дипломної роботи.

Другий етап був присвячений вивченню застосування методів моделювання у процесі підготовки команд з футболу, виявленню індивідуальної, групової та командної структури змагальної діяльності футболістів.

На третьому етапі експерименту здійснювалась обробка та аналіз отриманих результатів, узагальнення результатів дослідження, формулювання загальних висновків та оформлення усієї роботи.

РОЗДІЛ 3 ТЕХНІКО-ТАКТИЧНА ПІДГОТОВЛЕНІСТЬ КВАЛІФІКОВАНИХ ФУТБОЛІСТІВ

3.1. Характеристика структури підготовки кваліфікованих футболістів відповідно до специфіки ігрового амплуа

У структурі вдосконалення техніко-тактичної підготовки кваліфікованих футболістів в якості ведучого компонента виділяють ігрові (техніко-тактичні) дії та відповідні їм параметри фізичної працездатності, що дозволяють реалізувати навички та вміння у практичній навчально-тренувальній та змагальній діяльності. Комплексний підхід до проблеми вдосконалення техніко-тактичної підготовки на підставі обліку внутрішніх і зовнішніх параметрів фізичного навантаження в сучасній теорії і методики спортивного тренування ще не сформований остаточно. У процесі створення технології вдосконалення техніко-тактичної підготовки кваліфікованих футболістів залишається досить складним і дискусійним питання відповідності техніко-тактичних параметрів змагальної діяльності та фізичних навантажень для кваліфікованих футболістів.

Науковці стверджують, що при розробці технології, спрямованої на удосконалення техніко-тактичної підготовки кваліфікованих футболістів, заснованої на обліку параметрів внутрішніх і зовнішніх сторін навантаження слід використовувати ключові методологічні положення загальної теорії спорту: принципи організації спортивної підготовки в змагальному періоді, зокрема, раціональне поєднання навантажень різної величини і спрямованості з урахуванням направленості тренувального процесу в змагальному періоді; фазовість періоду відновлення після напруженої рухової діяльності в змагальному періоді; виборі, високоспеціалізованих засобів і методів відновлення і стимуляції працездатності [1,6,9]. Сукупність даних методологічних положень дозволяє розглядати систему вдосконалення змагальної діяльності як основний фактор у розробці засобів і методів управління техніко-тактичною майстерністю кваліфікованих футболістів [5]. У теорії змагальної діяльності у футболі цей

компонент підготовки розглядається як ключовий елемент спеціальної підготовленості, інтегруючий в собі інші види спортивної підготовки [8]. Засновані на даній методології засоби і методи вдосконалення техніко-тактичної підготовленості, як ключової завершальної ланки всієї системи підготовки кваліфікованих спортсменів в ігрових видах спорту показали свою ефективність [2,5]. На її основі розроблені приватні методи управління техніко-тактичної підготовленістю і її удосконалення в ігрових видах спорту [3,4,7]. Відмінною рисою представлених методів є розвиток їх окремих компонентів у структурі удосконалення техніко-тактичної підготовленості з урахуванням їх взаємозв'язку та оптимізації функціонування системи спортивної підготовки в цілому.

Для вдосконалення техніко-тактичної підготовленості кваліфікованих футболістів розроблена спеціальна програма, заснована на обліку системних принципів організації тренувального процесу, представлених в загальній теорії підготовки спортсменів високого класу. До приватних положень забезпечення ефективного застосування програми відносять зміст і цільові установки етапу безпосередньої підготовки до змагань, а також методичні підходи, спрямовані на вдосконалення компонентів спеціальної підготовленості в змагальному періоді. Застосування даної програми дозволить оптимізувати індивідуальну, групову та командну техніко-тактичну підготовленість кваліфікованих футболістів на основі врахування параметрів ігрових дій і факторів, що детермінують фізичну працездатність.

У даному розділі представлені результати досліджень науковців проведені з футболістами відповідно до специфіки ігрового амплуа. Зокрема, характеризуються дані соціологічного опитування тренерів футбольних команд, яке стосувалося ефективності застосування зонної концепції побудови гри. Так, 53,1 % респондентів вважають, що ця система є ефективною.

Установлено співвідношення видів підготовки кваліфікованих футболістів у річному макроциклі. Зокрема, у футболі техніко-тактична

підготовка здійснюється за допомогою двох видів координаційних вправ: вправи без єдиноборств та вправи з єдиноборствами.

До вправ без єдиноборств належать вправи, що виконуються на місці або на зручній швидкості пересування (1-й режим координаційної складності), а також вправи, що виконуються в русі з обмеженням у просторі та часі (2-й режим координаційної складності). Вправи з єдиноборствами - це вправи, що виконуються в умовах активної перешкоди з боку суперника (3-й режим координаційної складності).

Проведенні науковцями, дослідження показників розподілу видів вправ на техніко-тактичну підготовку в річному циклі дозволило встановити суттєві відмінності в їх реалізації.

Упродовж дослідження визначено структуру техніко- тактичної діяльності кваліфікованих футболістів в умовах змагальної діяльності

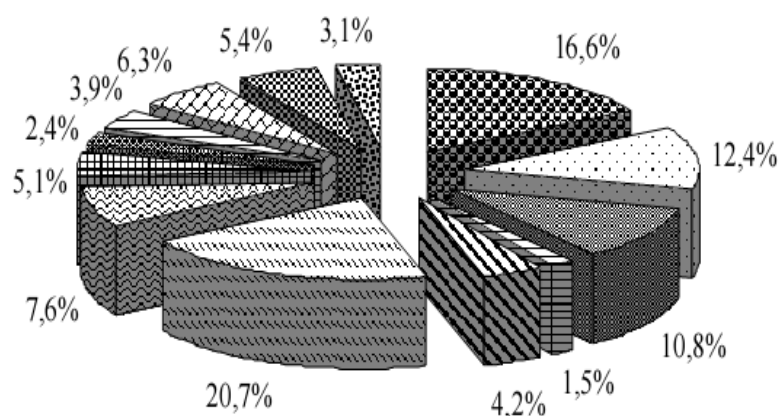


Рис. 1. Структура техніко-тактичної діяльності кваліфікованих футболістів в умовах змагальної діяльності:

- – зупинки м'яча; ▣ – удари; ▢ – стандартні положення;
- ▤ – короткі передачі; ▥ – середні передачі; ▦ – довгі передачі;
- ▧ – передачі головою; ▨ – ведення м'яча; ▩ – гра головою;
- – відкриття; ▫ – обведення; ▬ – перехоплення; ▭ – відбір

Найчастіше в матчі кваліфіковані футболісти застосовують такі передачі м'яча: короткі - 20,7%, середні - 7,6%, довгі - 5,1 %, а також передачі м'яча головою, які становлять 2,4 %.

У структурі змагальної діяльності кваліфікованих футболістів здійснюються інші техніко-тактичні дії: ведення м'яча - 3,9%, обведення - 3,1

%, відкривання - 5,4 %, гра головою - 6,3 %, удари у ворота - 1,5 %. Усі ці техніко-тактичні дії спрямовані на розвиток атак вальних дій команди, тобто вони виконуються у фазі володіння м'ячем. У цій фазі також використовуються зупинки м'яча - 10,8 %. У фазі відбору м'яча перехоплення становлять 16,6%, відбори- 12,4 %.

Результати наукових досліджень структури техніко-тактичної підготовленості кваліфікованих футболістів в умовах змагальної діяльності дозволили встановити високий коефіцієнт варіації виконання практично всіх техніко- тактичних дій, що великою мірою обумовлені специфікою ігрового амплуа і просторово-часовими параметрами гри.

Для більш цілеспрямованого аналізу змагальної діяльності і більш об'єктивного визначення специфічності виконання ТТД, науковці пропонують, футбольне поле розбити на 12 ігрових зон (рис. 2).

Варто зазначити, що у практиці сучасного футболу ігрове поле фахівці розподіляють на три зони (по 33 м кожна).



Перша з них - зона початку атак вальних дій, друга - зона розгортання атак вальних дій, третя - зона звершення атак вальних дій (А.В. Дулібський, 2001; В.М. Шамардін, 2001; В.І. Псєревознік, 2006). У той самий час тренерів важливо для управління змагальною діяльністю футболістів володіти

інформацією щодо проведення проникних атак, у тому числі флангових, загострювальних передач м'яча, ефективності застосування різних видів пресингу тощо. Тобто показники змагальної діяльності лише по трьох зонах ігрового поля не дозволяють визначити модель гри як команди в цілому, так кожного гравця окремо. З другого боку, кожен гравець у процесі гри виконує певні обов'язки, що обумовлені його амплуа. Наприклад, крайній захисник більше виконує ТТД у флангових зонах, ніж у центральних, тобто при аналізі його змагальної діяльності потрібна інформація, в яких саме зонах був задіяний іранець і якими є кількісні та якісні показники виконаних ним ТТД.

Таким чином, розподіл футбольного поля на 12 ігрових зон дозволяє встановити таке:

1) у загальнокомандному аспекті:

- визначити і проаналізувати атакувальні дії, зокрема позиційні та швидкі атаки;
- проаналізувати ігрові комбінації;
- визначити коаліції гравців і ефективність їх взаємодій під час фази володіння м'ячем і фази відбору м'яча;
- розробити алгоритми взаємодії гравців при виконанні стандартних положень;
- визначити універсальний рівень гравців команди;

2) дія гравців різних ігрових амплуа:

- визначити і проаналізувати кількісні та якісні показники виконання ТТД залежно від ігрових зон;
- визначити активність гравця впродовж матчу, а саме його гру в різних зонах поля;
- оцінити рівень тактичного мислення та його вміння ефективно взаємодіяти з партнерами по команді в процесі атакуючих і захисних дій.

Отже, виконання ТТД гравцями обумовлено специфікою ігрових зон поля. Як видно із табл.3.1.1, кожна ігрова зона характеризується такими показниками специфічності виконання ТТД: коефіцієнтом інтенсивності,

коефіцієнтом ефективності, коефіцієнтом концентрації, коефіцієнтом координаційної складності, кількісним складом коаліції гравців двох команд.

Таблиця 3.1.1

Специфічні особливості виконання техніко-тактичних дій кваліфікованими футболістами в різних частинах поля (N=19)

Зони футбольного поля	Показники специфічності виконання ТТД				
	коефіцієнт інтенсивності, бали	коефіцієнт ефективності, бали	Коефіцієнт концентрації, бали	коефіцієнт координаційної складності, бали	коаліції гравців, кількість гравців
Зони сектор «А», у т.ч. А	0,9 0,5	0,71 0,56	7,0 6,0	0,58 0,45	2-6
а ₂	1,75	0,7X	10,0	0,61	10-18
А3	0,55	0,56	6,0	0,45	2-6
Зони сектор «Б», у т.ч. Б	2,1 1,9	0,76 0,69	6,7 5,0	0,29 0,27	3-6
Б ₂	2,5	0,81	7,0	0,31	6-12
Б3	1,9	0,69	6,0	0,27	3-6
Зони сектор «В», у т.ч. В,	2,1 1,9	0,72 0,79	5,6 4,0	0,34 0,31	4-7
В ₂	2,5	0,68	7,0	0,39	6-12
В,	1,9	0,79	4,0	0,31	4-7
Зони сектор «Г», у т.ч. Г	0,9 0,5	0,47 0,66	7,0 6,0	0,58 0,43	2-6
Г ₂	1,7	0,30	9,0	0,75	10-18
Г	0,5	0,66	6,0	0,43	2-6

Коефіцієнти інтенсивності (КІ), ефективності (КЕ) та коефіцієнт координаційної складності (ККС) обчислювалися відповідно до формул, які розробив В.М. Костюксвич (2006).

Коефіцієнт концентрації (КК) (бали) визначено експертним шляхом. Коаліцію гравців установлено за кількістю гравців двох команд, які зазвичай знаходяться в ігровій зоні під час атаквальних дій однієї команди і відбору м'яча-другої.

Аналіз табл. 1 дозволяє стверджувати, що кожна ігрова зона характеризується відповідною специфічністю виконання ТТД. При цьому спостерігається певна закономірність.

За даними досліджень, показники ігрової концентрації футболістів залежать від показників координаційної складності. Найбільш високі показники координаційної складності виконання ТТД зафіксовано в ігрових зонах «А2» (0,61) та «Г₂» (0,75). Тобто гравці, які найбільше діють у цих зонах, повинні володіти високим рівнем техніко-тактичної підготовленості, передусім, це стосується центральних захисників і нападників.

Необхідно зазначити, що рівень техніко-тактичної підготовленості футболістів обумовлено ефективністю виконання ігрових прийомів у 2-му та 3-му режимах координаційної складності (РКС), тобто в русі з обмеженням у просторі та часі, а також в умовах активної перешкоди з боку суперника.

Тому важливо визначити виконання техніко-тактичних дій кваліфікованими футболістами з урахуванням ігрових зон поля та режимів координаційної складності. Як було зазначено попередньо, найвищою координаційною складністю характеризуються техніко-тактичні дії, що виконуються в 3-му РКС. У процесі проведення досліджень науковцями визначено, що кожна ігрова зона характеризується певним співвідношенням виконання ТТД у трьох режимах координаційної складності (рис. 3).

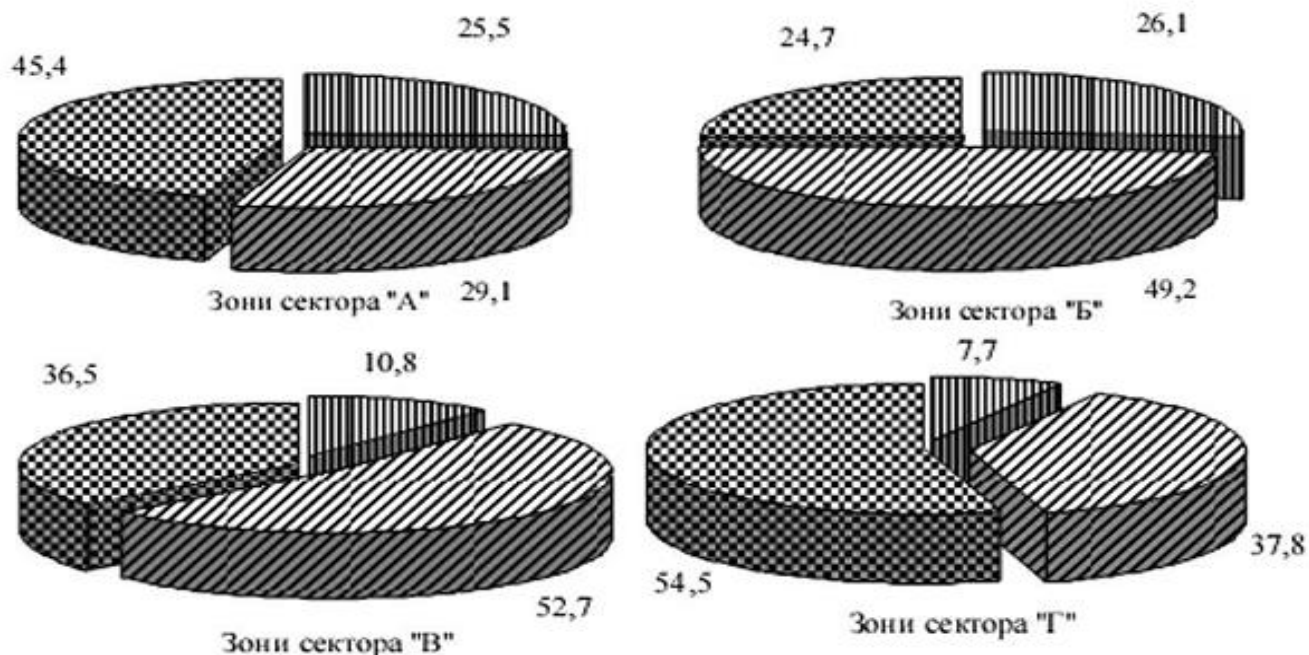


Рис. 3. Виконання техніко-тактичних дій кваліфікованими футболістами з урахуванням ігрових зон поля та режимів координаційної складності, %
п - 1-й РКС; е - 2-й РКС; н - 3-й РКС

Загалом найбільшою координаційною складністю виконання ТТД характеризуються ігрові зони сектора «Г», в яких ТТД, що виконуються в 1-му РКС, становлять лише 7,7%, а найбільше ТТД виконується в 3-му РКС (54,5%). Достатньо високою координаційною складністю виконання ТТД визначаються ігрові зони сектора «А», в яких ТТД, що виконуються в 3-му РКС, дорівнюють 45,4 %.

Безпосередня побудова тренувального процесу кваліфікованих футболістів повинна здійснюватись на основі структури підготовки кваліфікованих футболістів

До основних параметрів підготовки футболістів належать такі: кількість тренувальних днів, кількість тренувальних занять, обсяг навантаження, кількість ігор, загальна та специфічна фізична підготовка, техніко-тактична, ігрова та змагальна підготовки.

Програма повинна передбачати перерозподіл видів тренувальної роботи. Насамперед це стосувалося техніко-тактичної та ігрової підготовки.

У процесі підготовки збільшувати також час на використання ігрової підготовки футболістів - з 27,9 до 28,4% на спеціально- підготовчому етапі

підготовчого періоду та з 31,3 до 35,3% у змагальному періоді. Щодо вправ, які виконувалися в 2-му РКС, то використання цих вправ зменшується на спеціально-підготовчому етапі підготовчого періоду з 47,3 до 43,3 %, а у змагальному періоді - з 44,2 до 42,8%. Незначне зменшення змагальної підготовки - з 10,3 до 10,1% (спеціально-підготовчий етап підготовчого періоду) та з 10,1 до 9,1 % (змагальний період) було обумовлено качендарем змагань.

Перерозподіл техніко-тактичної та ігрової підготовки футболістів дозволяє збільшити ефективність виконання техніко-тактичних дій, а також загальний рівень їхньої спортивної підготовленості.

Дослідження загальнокомандних показників дозволили встановити, що із 22 футболістів, які брали участь в експерименті, у 15 відбулися статистично достовірні зміни в підвищенні якісних показників при виконання ТТД, що становить 68,2 %.

У дослідженнях науковців підтверджуються дані щодо структури техніко- тактичної діяльності кваліфікованих футболістів (А.В. Дулібський, 2001; Г.А. Лісенчук, 2004; В.М. Костюкевич, 2006).

Передусім, це стосується структури техніко-тактичної діяльності гравців різних амплуа. Підтверджено, що провідними компонентами в процесі гри для захисників є виконання відборів, перехоплень та передач м'яча, дія півзахисників - перехоплень, ведення, обведення та ударів у ворота. Дія нападників-зупинок м'яча, обведення та ударів у ворота.

Установлено, що при змагальній діяльності більш кваліфікованих команд досить рівномірно розподіляється виконання техніко- тактичних дій у 1-й, 2-й та 3-й ігрових зонах. При цьому, чим вищий змагальний рівень команди, тим більше вона виконує техніко-тактичних дій у флангових зонах поля. Так, провідні команди прем'єр-ліги виконують у флангових зонах 43—48 % техніко-тактичних дій, у центральних зонах ігрового поля - 52-57%. У молодіжних команд прем'єр-ліги у флангових зонах виконується 41—45 % техніко-тактичних дій, у центральних - 55-58 %.

3.2 Особливості виконання техніко-тактичних дій кваліфікованими футболістами в зонах ігрового поля

Теоретичний аналіз та узагальнення наукової та методичної літератури [5, 6, 8, 9] встановив, що дослідженню техніко-тактичних дій футболістів різного ігрового амплуа на окремих етапах підготовки присвячено велику кількість робіт.

Однак рівень техніко-тактичної підготовленості, який демонструють спортсмени в умовах змагальної діяльності, потребує удосконалення та залишається актуальною проблемою в досягненні високих спортивних результатів [11].

Результати попередніх досліджень вказують, що структура техніко-тактичних дій обумовлюється специфікою ігрового амплуа [2, 4]. Однак кількісні та якісні показники зумовлені ще й специфікою зон ігрового поля, в яких виконуються техніко-тактичні дії. Визначення переважного використання тих чи інших основних ігрових прийомів у певних ігрових зонах, дозволить розробити адекватну тренувальну програму удосконалення техніко-тактичних дій кваліфікованих футболістів.

Розподіл техніко-тактичних дій (ТТД) у різних ігрових зонах поля представлено на рис. 1. Ілюстровані дані дозволяють стверджувати, що найбільше ТТД виконується в ігрових зонах «Б₂» - 20,1 % та «В₂» - 17,9 %, найменше в ігрових зонах «А₁» - 2,8 %, «А₃» - 2,9 %. Що стосується інших ігрових зон, то виконання ТТД знаходяться в межах від 3,5 % («Б₃») до 11,4%

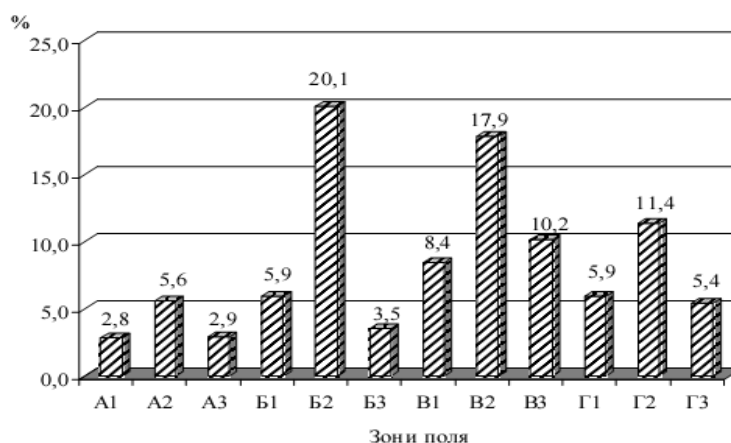


Рис. 1. Виконання техніко-тактичних дій кваліфікованими футболістами в різних зонах поля, %

(«Г2»).

Розподіл виконання ТТД в ігрових зонах секторів «А», «Б», «В» і «Г» представлено на рис. 1-5. Визначено, що в кожному ігровому секторі кількісні показники виконання ТТД є неоднозначні. Так, у зонах сектора «А» (рис. 2) найбільше ТТД припадає на відбір (27,1 %) та перехоплення м'яча (31,4 %), у тому числі перехоплення м'яча вверху (19,8) значно більше здійснюється, ніж перехоплення м'яча внизу (11,6%)

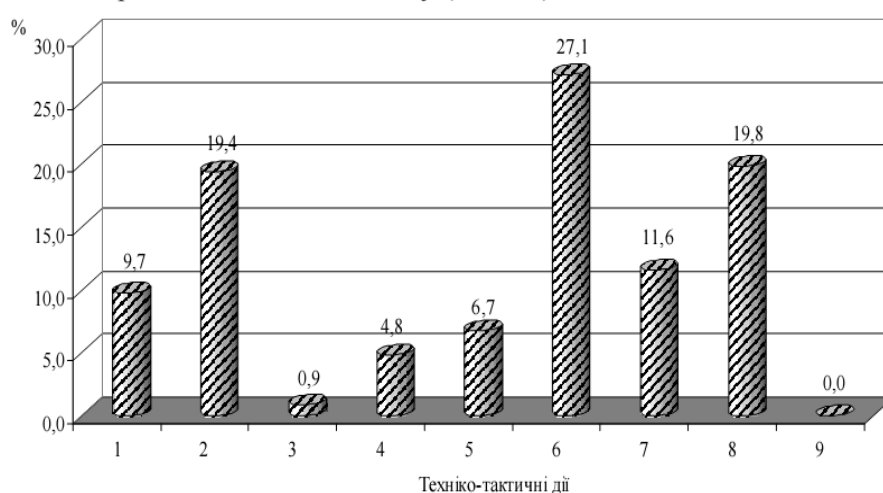


Рис. 2. Розподіл виконання техніко-тактичних дій кваліфікованими футболістами в ігрових зонах сектора «А», %:

1 – утримувальні передачі; 2 – розвивальні передачі; 3 – загострювальні передачі; 4 – ведення; 5 – обведення; 6 – відбір; 7 – перехоплення внизу; 8 – перехоплення вверху; 9 – удари у ворота

Якщо зони сектора «А» умовно можна називати зонами відбору та перехоплення м'яча, то зони сектора «Б» призначаються для виконання передач м'яча (рис. 3).

Так, на передачі м'яча в зонах цього сектора припадає 66,1 % від усіх ТТД, що виконуються. Серед них 19,3 % становлять утримувальні, 43,6 % - розвивальні та 3,2 % - утримувальні передачі. У той самий час у зонах цього сектора значно зменшується відсоток виконання відборів м'яча (12,6 %). Варто зазначити, що в зонах цього сектора відбувається збільшення виконання ведення м'яча (7,8 %) та обведення (6,1 %) порівняно із зонами сектора «А».

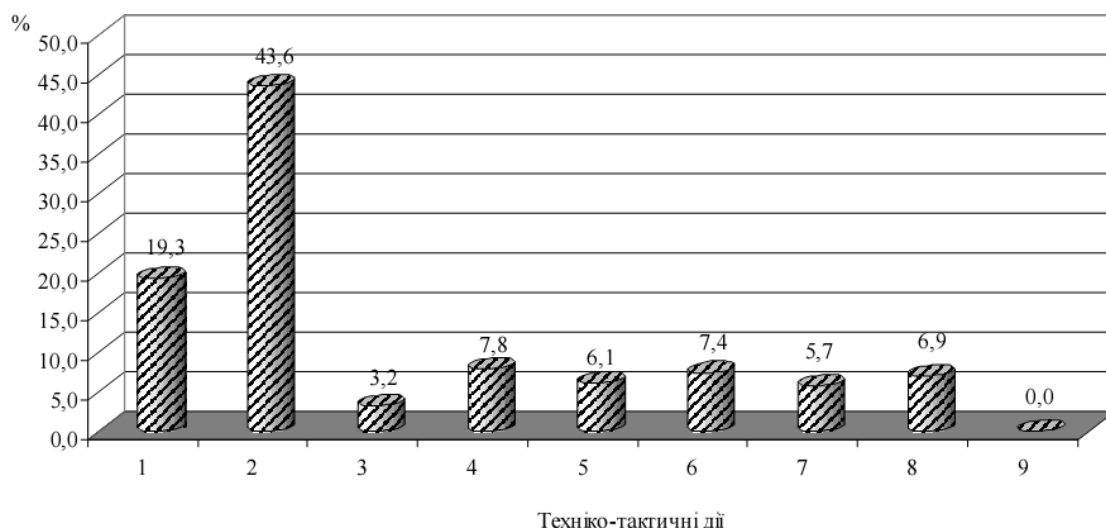


Рис. 3. Розподіл виконання техніко-тактичних дій кваліфікованими футболістами в ігрових зонах сектора «Б», %:

1 – утримувальні передачі; 2 – розвивальні передачі; 3 – загострювальні передачі; 4 – ведення; 5 – обведення; 6 – відбір; 7 – перехоплення внизу; 8 – перехоплення вверху; 9 – удари у ворота

Що стосується зон сектора «В» (рис. 4), то варто зазначити перерозподіл виконання основних ігрових прийомів порівняно із зонами сектора «Б». Так, зменшено виконання з 19,3 до 13,5 % утримувальних, з 43,6 до 31,4 % розвивальних передач м'яча. Проте збільшилося виконання з 3,2 до 7,5% загострювальних передач м'яча, з 7,8 до 8,8 % - ведення м'яча, з 6,1 до 20,6% -обведення суперника. У той самий час зменшилося з 12,6 до 7,2 % перехоплень м'яча.

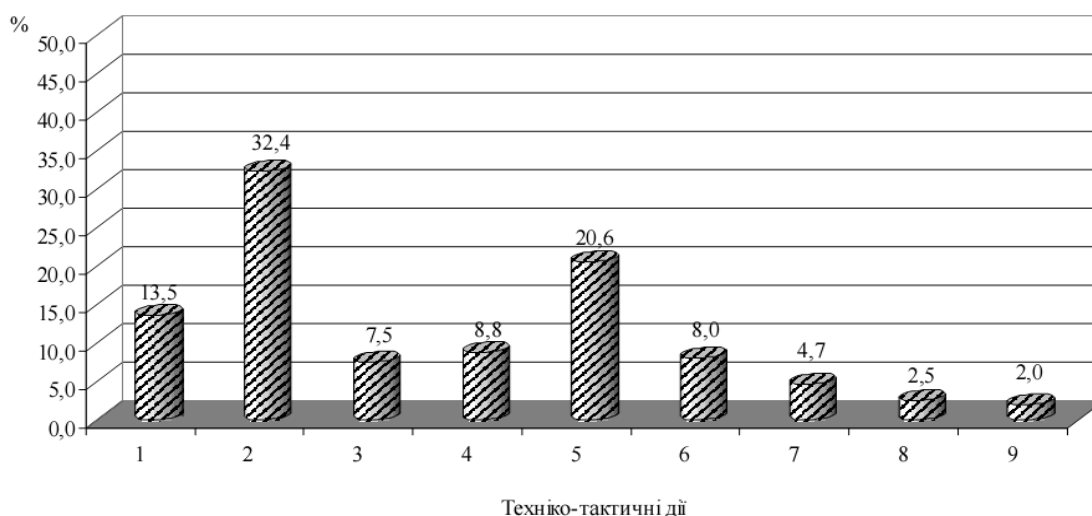


Рис. 4. Розподіл виконання техніко-тактичних дій кваліфікованими футболістами в ігрових зонах сектора «В», %:

1 – утримувальні передачі; 2 – розвивальні передачі; 3 – загострювальні передачі; 4 – ведення; 5 – обведення; 6 – відбір; 7 – перехоплення внизу; 8 – перехоплення вверху; 9 – удари у ворота

Зі всіх ігрових зон варто відзначити певну специфічність виконання ТТД в секторі «Г» (рис. 5). Передусім, це обумовлено перерозподілом передач м'яча. Найбільше в зонах цього сектора виконується із всіх видів передач м'яча загострювальних передач (18,4 %). Іншою особливістю цього сектора є те, що в ньому найбільший відсоток становлять обведення (26,3 %) та удари у ворота (13,5 %). Ні в якому з інших секторів такі співвідношення не спостерігаються.

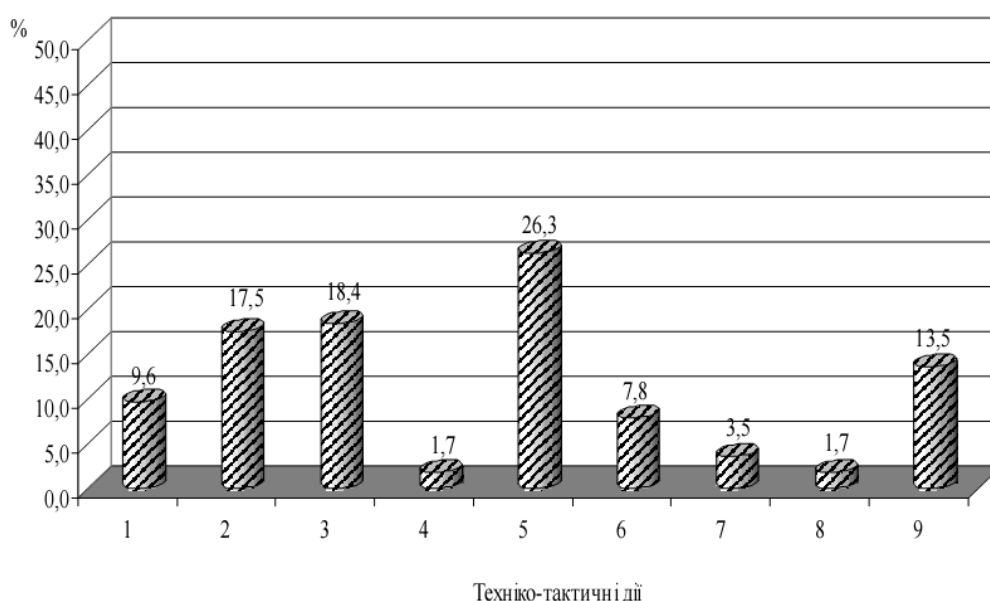


Рис. 5. Розподіл виконання техніко-тактичних дій кваліфікованими футболістами в ігрових зонах сектора «Г», %:

1 – утримувальні передачі; 2 – розвивальні передачі; 3 – загострювальні передачі; 4 – ведення; 5 – обведення; 6 – відбір; 7 – перехоплення внизу; 8 – перехоплення вверху; 9 – удари у ворота

Отже, в нашому дослідженні встановлено, що кожна ігрова зона характеризується певними особливостями виконання техніко-тактичних дій. Ці особливості характеризуються переважним використанням основних ігрових прийомів - передач, ведення, обведень, відборів, перехоплень, ударів у ворота.

Таким чином визначено, що в кожній ігровій зоні виконуються різні варіації основних техніко-тактичних дій. Зокрема, у флангових зонах сектора «А» найбільше виконуються розвивальні передачі та відбори м'яча. У центральній зоні «А₂» переважно використовуються розвивальні передачі,

відбори та перехоплення вверху. У флангових зонах сектора «Б» більше за інших ТТД виконуються утримувальні та розвивальні передачі м'яча. Меншою мірою, ніж у флангових зонах сектора «А», виконуються відбори та перехоплення м'яча. У центральній зоні «Б2» переважна кількість ТТД припадає на утримувальні та розвивальні передачі, а також ведення, відбори та перехоплення м'яча.

У флангових зонах сектора «В» більшою мірою виконуються всі види передач м'яча (утримувальні, розвивальні, загострювальні), а також ведення та обведення. В центральній зоні «В2» значно більше, ніж в усіх інших зонах, виконується обведення суперника.

Особливістю виконання ТТД в ігрових зонах сектору «Г» є приблизно однакове виконання розвивальних та загострювальних передач м'яча, а також обведення суперника та ударів у ворота.

3.3 Характеристика основних напрямків техніко-тактичної підготовленості кваліфікованих футболістів у відповідності до сучасних умов розвитку футболу

Для вивчення практичного досвіду та думок фахівців, щодо потреби удосконалення та пошуку нових методик техніко-тактичної підготовки кваліфікованих футболістів у тренувальному процесі, науковцями проведено анкетне опитування тренерів з футболу.

Щодо ефективності тактики зонної побудови гри футболістів у фазі захисту та атаки відповіді респондентів відрізнялися. Так 86 % респондентів тактику зонної гри у захисті оцінили як найбільш ефективну на сучасному етапі розвитку футболу. Водночас про ефективність застосування тактики зонної гри у фазі нападу виникли певні розбіжності у відповідях респондентів, 53,1 % вважають, що застосування даної концепції у нападі є ефективною, а на думку 46,9 % респондентів є недоцільним застосування тактики зонної побудови гри у нападі.

У процесі розвитку футболу вагомий вплив здійснює постійна боротьба між захистом та нападом команди [2]. У великій мірі вплив на рівновагу між цими двома фазами гри здійснює вибір тренером тактичної побудови гри команди, яка залежить від рівня підготовленості гравців. Вибір тої чи іншої тактичної побудови визначає індивідуальні функції гравців у змагальній діяльності та в майбутньому визначає специфіку їх тренувального процесу [7]. Більшість тренерів 84,4 % відповіли що тактична система гри впливає на функції гравців під час матчу і 15,6 % опитуваних відповіло, що жодного впливу не здійснює.

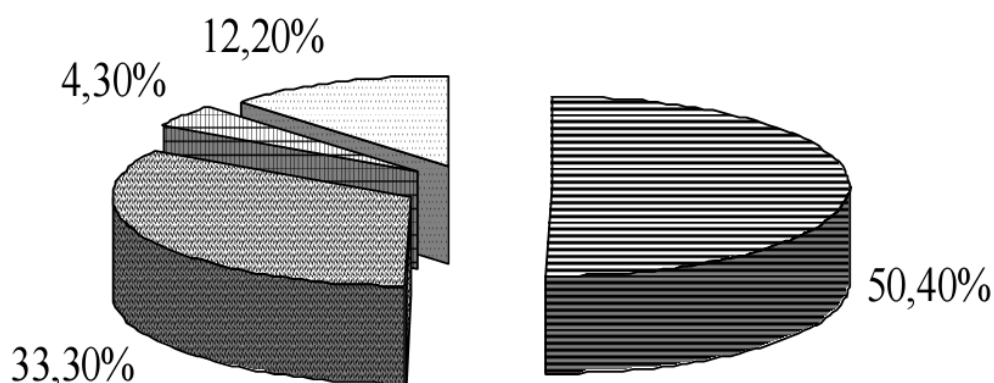


Рис. 1. Тактичні системи, що застосовуються на сучасному етапі розвитку футболу:

- - тактична система 1-4-3-3; ■ - тактична система 1-4-4-2;
 ■ ■ - тактична система 1-4-5-1; ■ - інші тактичні системи

На запитання щодо ефективності тої чи іншої тактичної системи значна кількість респондентів (50,4 %) вважає тактичну систему гри 1-4-3-3 найбільш ефективною на сучасному етапі розвитку футболу. Тактичній системі 1-4-4-2 перевагу надали 33,1 % респондентів, тактичній системі 1-4-5-1 - 12,2 % респондентів та 4,3 % іншим тактичним системам (рис.1).

Ефективність тактичної системи 1-4-3-3 підтверджує те, що велика кількість провідних команд у побудові гри використовує дану тактичну

систему, а саме: національна збірна Іспанії, яка є володарем Кубка світу 2010 р. та Європи 2008 р., 2012 р., національна збірна Німеччини - володар Кубка світу 2014 р., футбольний клуб ФК "Барселона" - володар Кубка Ліги чемпіонів 2011р., футбольний клуб ФК "Шахтар" - володар Кубка УЄФА 2009 року, а також більша частина клубних і збірних європейських та світових команд.

На запитання про те, в якій зоні ігрового поля показники інтенсивності виконання техніко-тактичних дій повинні бути найвищі, - 50,0 % респондентів вважають, що в центральній зоні ігрового поля, де з одного боку насиченість гравців є найбільшою, а з іншого - більша частина гри проходить саме в цій зоні. Водночас 37,5 % респондентів вважають, що найвища активність та інтенсивність виконання техніко-тактичних дій повинна бути в зоні біля воріт суперника і лише 12,5 % респондентів - у зоні біля власних воріт.

Аналогічне запитання тренерам було поставлено про ефективність виконання техніко-тактичних дій. Більшість фахівців (43,7 %) схилиються до думки, що біля власних воріт ефективність виконання техніко-тактичних дій повинна бути найвищою, 37,6 % тренерів схильні до того, що найбільш ефективно техніко-тактичні дії мають виконуватися у центральній зоні поля, та 18,7 % тренерів вважають, що біля воріт суперника.

На запитання щодо складності виконання техніко-тактичних дій значна кількість тренерів (59,4 %) стверджує, що найважче виконувати техніко-тактичні дії у зоні біля воріт суперника. Менша кількість респондентів (37,5%) схильна до думки, що складно виконувати техніко-тактичні дії у центральній зоні ігрового поля, і лише 3,1 % тренерів відповіли, що в зоні біля власних воріт (табл. 3.2.1).

Таблиця 3.2.1

Показники інтегральної оцінки техніко-тактичних дій в окремих зонах
ігрового поля

Показники інтегральної оцінки ТТД	Біля воріт суперника (%)	Центр поля(%)	Біля власних воріт (%)
Інтенсивність	37,5	50	12,5
Ефективність	18,7	37,6	43,7
Складність	59,4	37,5	3,1

Аналіз відповідей тренерів на запитання щодо розширення зон дій гравців різного ігрового амплуа та збільшення їх функцій свідчить про узгодженість їхніх думок. За розширення зон дій гравців різного ігрового амплуа 96,9 % тренерів відповіли "Так". Водночас 93,7 % тренерів стверджують, що збільшення зон дій гравців у матчах, впливає на збільшення їх індивідуальних ігрових функцій.

На запитання, для якого ігрового амплуа характерним є збільшення індивідуальних функцій, більша кількість респондентів (45,6 %) вважає, що для півзахисників має відбутися приріст їх функцій та розширення зон дій (рис. 2).

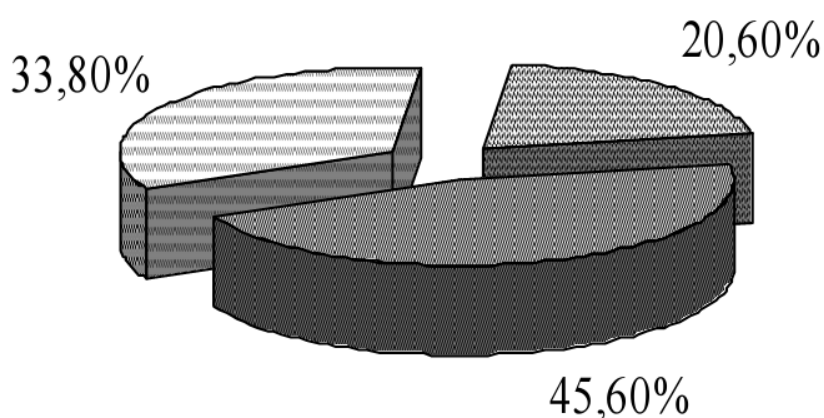


Рис. 2 . Показники розширення зон та збільшення функцій у футболістів різного ігрового амплуа:

▨ – для захисників; ▩ – для півзахисників; ▤ – нападників

Водночас 33,8 % тренерів стверджують, що на сучасному етапі розвитку футболу розширення зон дій та збільшення функцій найбільше

спостерігається у захисників, і лише 20,6 % тренерів вважають, що розширення функцій гравців протягом матчу має здійснюватися через нападників.

Для підвищення рівня техніко-тактичної підготовленості тренери застосовують велику кількість різноманітних методів і форм підготовки. На запитання, яким саме формам техніко-тактичної підготовки тренери надають більшу перевагу у побудові навчально-тренувального процесу, більша кількість тренерів (40,7 %) відповіли - індивідуальним формам підготовки, 39,1 % - командним та 30,2% - груповим.

На основі аналізу відповідей можна зробити висновок, що підбір форм і методів організації тренувального процесу в першу чергу має базуватися на індивідуальних особливостях підготовленості конкретного футболіста. Такий підхід дозволяє найефективніше використовувати їхні вміння й індивідуальні особливості у змагальній діяльності.

У футболі спостерігається тенденція збільшення атакуючих дій команди за рахунок підвищення мобільності футболістів, їх універсалізації [8]. Більшість провідних тренерів при виборі складу команди, керуються принципом універсальності гравця. Сутність поняття " універсалізація гравця" визначається в тому, що гравці різних ліній активно беруть участь як у фазі атаки, так і у фазі захисту, що й відображається на результативності гри команди. Однак існує ряд розбіжностей у розумінні поняття "універсальність гравця", деякі фахівці стверджують, що краще застосовувати поняття "різносторонність гравця". В. М. Шамардін [9] вважає, що потрібно застосовувати поняття "спеціалізація-універсалізація".

Отож поняття "універсалізація гравця" присутнє у футболі. У зв'язку з цим було здійснено опитування тренерів, чи зростає рівень універсальності гравця з розширенням зон його дій та з збільшення функцій у матчі. Значна кількість тренерів (79,3 %) схильні до думки, що збільшення функцій та розширення зон дій гравців у матчі впливає на рівень універсальності гравця, і лише 20,7 % респондентів, вважає що не впливає.

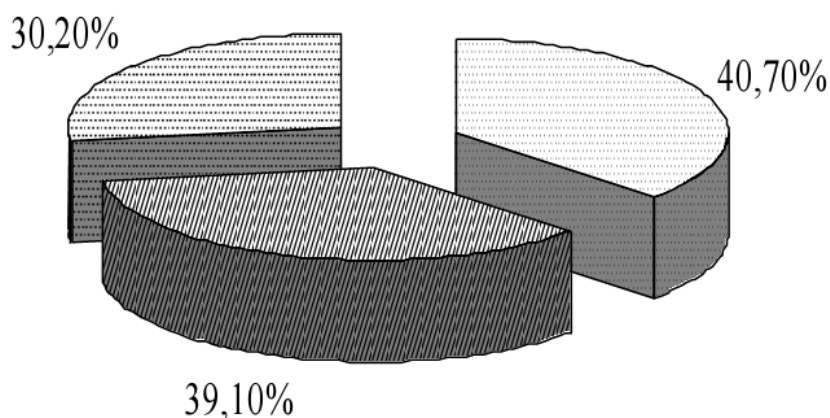


Рис. 3. Форми організації проведення тренувань кваліфікованих футболістів:

□ – індивідуальна; ▨ – командна; ▤ – групова

На запитання, чи в майбутньому високі результати змагальної діяльності футболістів залежатимуть від рівня універсальності гравця, більшість тренерів (70,3 %) відповіли, що залежатимуть, і лише 29,7 % тренерів відповіли, що рівень універсальності гравця не впливатиме на результат змагальної діяльності.

Отже, дані анкетування підтвердили думку тренерів про значення процесу універсалізації у футболі, оскільки вона відображає сучасні тенденції розвитку цієї гри. Однак вона повинна базуватися на тому, що футболісти відповідно до свого ігрового амплуа опановують свої основні функції, а потім їх розширюють, чим збільшують зони дій у матчі.

Кожен гравець не залежно від амплуа повинен брати активну участь як у захисті, так і у нападі команди. Чим більше гравців беруть участь у захисті і нападі тим, більше є варіантів для розвитку атакуючих дій своєї команди та ефективній протидії атакуючим діям суперника.

Результати наукових досліджень вказують, що добір засобів і методів підготовки переважно здійснюється відповідно до індивідуальних показників

підготовленості футболістів різного ігрового амплуа та особливостей змагальної діяльності.

ВИСНОВКИ

Теоретичний аналіз та узагальнення наукової та методичної літератури дозволяє робити висновки, що одним із шляхів підвищення системи підготовки кваліфікованих футболістів є процес удосконалення техніко-тактичних дій, які є основою в досягненні високих спортивних результатів. У наукових роботах проблемі техніко-тактичної підготовки кваліфікованих футболістів приділено достатньо уваги фахівців галузі футболу, однак питання удосконалення техніко-тактичних дій кваліфікованих футболістів з урахуванням специфіки ігрового амплуа та зон їх функціонування практично не вивчалось.

Аналіз науково-методичної літератури з футболу доводить, що питання методики тактичної підготовки футболістів висвітлюється досить односторонньо, і, як правило, автори наукових робіт обмежуються узагальненням досвіду підготовки спортсменів. Проведений аналіз сучасних публікацій засвідчив, що дослідження даної проблеми може доповнити уявлення про закономірності процесу тактичної підготовки футболістів.

Установлено, що сучасний рівень техніко-тактичної підготовленості кваліфікованих футболістів національних та клубних команд України порівняно з провідними командами Європи та світу потребує удосконалення, про що свідчить високий рівень узгодженості думок спеціалістів галузі футболу. Структура та зміст техніко-тактичних дій футболістів великою мірою залежать від тактичної побудови на гру, яка визначає основні функції гравців у нападі та захисті команди.

Визначено, що побудова техніко-тактичної підготовки кваліфікованих футболістів відбувається з допомогою двох видів спеціальних вправ: вправи без єдиноборств - це вправи, що виконуються на місці або на зручній швидкості пересування (1-й режим координаційної складності), а також вправи, що виконуються в русі з обмеженням у просторі та часі (2-й режим координаційної складності); вправи з єдиноборствами - це вправи, що

виконуються в умовах активної перешкоди з боку суперника (3-й режим координаційної складності).

Результати дослідження розподілу видів спеціальних вправ у річному макроциклі мають різні параметри в їх реалізації. Вправи без єдиноборств здебільшого застосовують на початку підготовчого періоду (70,0-80,0%). Щодо вправ з єдиноборствами, показники яких поступово зростають і коливається в межах від 20,0 до 30,0 %, то увага на них акцентується впродовж підготовчого та змагального періодів.

Специфіка ігрового амплуа визначає низку характерних функцій, обумовлених важливістю окремих техніко-тактичних дій індивідуально для кожного окремого гравця. На основі експертного оцінювання визначено вагомість окремих техніко-тактичних дій для гравців відповідно до специфіки ігрового амплуа. Провідними в центральних захисників є відбір, передача головою, довга передача, перехоплення; у крайніх захисників - відбір, середня передача, коротка передача, довга передача; у центральних півзахисників - коротка передача, відбір, перехоплення, передача головою; у крайніх півзахисників - середня передача, коротка передача, відбір, обведення; у нападників - відкривання, обведення, удар ногою, удар головою.

Основу структури техніко-тактичних дій гравців лінії півзахисту формують короткі передачі (25,6%), середні передачі (8,1%), перехоплення (15,2%), відбір (14,0 %), зупинки (10,4 %) та інші.

У гравців лінії нападу основу структури техніко-тактичних дій становлять короткі передачі (23,3%), гра головою (10,8%), відкривання (12,1%), відбір (12,3 %), зупинка (11,0%), перехоплення (8,0%), обведення (5,0%) та інші.

Результати дослідження техніко-тактичних дій кваліфікованих футболістів в окремих зонах ігрового поля дозволяють стверджувати, що найбільше ТТД виконується в ігрових зонах «Б₂» - 20,1 % та «В_г» - 17,9%, найменше - в ігрових зонах «А_і» - 2,8%, «А_з» - 2,9%. Що стосується інших ігрових зон, то виконання ТТД знаходяться в межах від 3,5 % («Б_з») до 11,4 % («Г₂»). Крім кількісних показників, для кожної зони ігрового поля

характерні певні особливості виконання ТТД, а саме: інтенсивність, ефективність, ігрова концентрація й координаційна складність, а також переважне використання основних ігрових прийомів - передач, ведення, обведень, відбір, перехоплень, ударів у ворота.

Щодо індивідуальних показників ТТД у кваліфікованих футболістів різного ігрового амплуа встановлено, що правий захисник найбільше ТТД виконує в таких ігрових зонах: «А₃» - 21,4 %, «Б₃» - 14,3 %, «В₃» - 28,6 %, «Г₃» - 14,2 %. Подібні значення зафіксовано в лівого захисника але в зонах лівого флангу: «А,_» - 15,5%, «Б,_» - 35,5%, «В,_» - 22,2%, «Г,_» - 9,1%. Для центральних захисників найбільші показники виконання ТТД у центральних зонах поля від 10,0% у зоні «А₂» до 45,7% - у зоні «ВГ». Така тенденція спостерігається для півзахисників. Нападник більшою мірою виконує ТТД у центральних зонах: «В₂» - 23,0% та «Г₂» - 38,4%. В інших ігрових зонах секторів «В» та «Г» виконання ТТД нападника становить від 3,8 до 14,2 %.

Побудова тренувальних занять на основі авторської програми підготовки кваліфікованих футболістів сприяла більш вираженому зростанню показників ефективності виконання загальної кількості ТТД - на 6,8 % ($p < 0,01$). Установлено зростання показників основних ігрових прийомів - загострювальних передач - на 15,5% ($p < 0,05$), ведення - на 2,0% ($p < 0,05$), обведення - на 4,8% ($p < 0,01$), відбору - 6,5% ($p < 0,01$), перехоплення внизу -

Коефіцієнти значущості техніко-тактичних дій гравців різних амплуа, в тому числі, і воротаря. Найбільш значущими для крайніх захисників є відбір м'яча, перехоплення м'яча, гра головою; для заднього центрального захисника – перехоплення, відбір, довгі передачі; для переднього центрального захисника – відбір, перехоплення, гра головою; для опорного півзахисника – довгі передачі, короткі та середні передачі вперед, відбір; для крайніх півзахисників – короткі та середні передачі вперед, довгі передачі, дриблінг; для центрального півзахисника – короткі та середні передачі вперед, дриблінг, удари у площину воріт; для нападників – удари у площину

воріт, дриблінг, гра головою. Для воротаря, який приймає участь у техніко-тактичних діях, що характерні для змагальної діяльності польових гравців, найбільш значущими є довгі передачі і короткі та середні передачі вперед. Дані коефіцієнти доцільно використовувати при оцінці техніко-тактичної діяльності футболістів.

СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ

1. Абдула А. Б.; Журід С. М.; Коваль С. С.; Перцухов А. А.; Лебедев С. І. Теорія та методика обраного виду спорту (футбол): навчальний посібник. Харків: Харківська державна академія фізичної культури, 2024. 174 с.
2. Байдюк М. Ю. Методика формування тактичних навичок у футболістів. Науковий часопис НПУ ім. М. П. Драгоманова. Київ, 2023. С. 41–46.
3. Бичук І. О.; Іваніцький Р. Б.; Бичук О. І.; Цюпак Ю. Ю. Фізична, технічна й тактична підготовка футболістів: методичні рекомендації. Луцьк: Волинський національний університет імені Лесі Українки, 2023. 54 с.
4. Бідоленко В.; Кравченко І. Техніко-тактичне удосконалення футболістів на етапі попередньої базової підготовки. Слов'янськ: Донбаська державна машинобудівна академія, 2021. 28 с.
5. Вінницький національний технічний університет. Методичні рекомендації до навчально-тренувального процесу груп спортивного вдосконалення з футболу. Вінниця: ВНТУ, 2017. 25 с.
6. Гончаренко В. І. Особливості техніко-тактичної підготовки юних футболістів. Слобожанський науково-спортивний вісник. Харків: ХДАФК, 2018. С. 45–49.
7. Практикум з футболу: методичні матеріали до практичних занять. Краматорськ: ДДМА, 2024. 120 с.
8. Євгеніяновський Л. Я. Моделювання тренувального процесу у футболі. Київ: Альтпрес, 2018. 216 с.
9. Євгеніяновський Л. Я. Моделювання тренування у футболі (2-ге вид., перероб. та доп.). Київ: Альтпрес, 2018. 216 с.
10. Удосконалення фізичної та технічної підготовленості юних футболістів: навчально-методичний посібник. Дніпро: ІНФІЗ, 2020. 131 с.
11. Костюкевич В. М. Побудова тренувальних занять у футболі. Вінниця: Планер, 2013 (перевидання 2018). 194 с.
12. Костюкевич В. М. Програмування тренувального процесу футболістів у річному циклі. Спортивна наука України. Київ: НУФВСУ, 2019. С. 12–18.

13. Костюкевич В. М.; Щепотіна Н. М.; Вознюк Т. В.; Воїтенко С. Г. Теоретико-методичні підходи до програмування тренувального процесу спортсменів у макроциклі. Житомир: ЖДУ ім. І. Франка, 2019. 12 с.
14. Крайник Я. Б. Особливості техніко-тактичної підготовки воротарів у юнацькому футболі. ЛДУФК. Львів, 2020. С. 15–20.
15. Кулик Д. Г. Техніко–тактична підготовка футболістів. Вінниця: Вінницький національний технічний університет, 2017. 16 с.
16. Лисенчук Г. А.; Тищенко В. Комплексна оцінка спеціальної фізичної і техніко-тактичної підготовленості у футболі. Житомир: ЖДУ ім. І. Франка, 2019. 8 с.
17. Лисенчук С. Г. Методика розвитку тактичного мислення у футболістів. Науковий часопис НПУ ім. М. П. Драгоманова. Серія «Фізичне виховання і спорт». Київ, 2020. С. 33–38.
18. Лисенчук С. Г.; Крайник Я. Б.; Тупєєв Ю. В.; Архипов В. В. Особливості фізичної та техніко-тактичної підготовленості юних футбольних воротарів 13–14 років. Київ: НПУ ім. М. П. Драгоманова, 2021. 6 с.
19. Осадець М. М. Тактичні комбінації в атаці та обороні у футболі. Чернівці: ЧНУ ім. Ю. Федьковича, 2022. 80 с.
20. Осадець М. М.; Байдюк М. Ю. Основи тактичної підготовки у футболі: навчальний посібник. Чернівці: ЧНУ ім. Ю. Федьковича, 2021. 104 с.
21. Осадець М. М.; Байдюк М. Ю. Тактичні комбінації в атаці та обороні у футболі: практичні рекомендації. Чернівці: ЧНУ, 2022. 80 с.
22. Перепелиця М. О.; Медяна І. П. Основи техніки і тактики гри у футбол: методичні рекомендації. Вінниця: Вінницький національний аграрний університет, 2015. 104 с.
23. Платонов В. М. Загальна теорія підготовки спортсменів в олімпійському спорті . Київ: Олімпійська література, 2015. 912 с.
24. Спортивна наука України. Аналітичні аспекти техніко-тактичної підготовки футболістів (збірник статей). Київ: НУФВСУ, 2018. 200 с.

25. Тактичні дії юних футболістів 13–14 років в атаці (звіт дослідження). Хмельницький: ХНУ, 2023. 61 с.
26. Товстоног Р. О. Використання ігрових вправ для удосконалення техніко-тактичних дій юних футболістів. Слобожанський науково-спортивний вісник. Харків, 2022. С. 72–78.
27. Товстоног Р. О. Техніко–тактична підготовка футболістів 12–14 років: кваліфікаційна робота магістра. Запоріжжя: Запорізький національний університет, 2024. 70 с.
28. Робоча програма «С-диплом УАФ». Київ: УАФ, 2025. 40 с.
29. Методичні рекомендації для тренерів дитячо-юнацьких команд. Київ: ФФУ, 2019. 64 с.
30. Федерація футболу України. Розминка футболістів: методичний посібник / Віхров К. Л.; Дулібський А. В. Київ: ФФУ, 2016. 64 с.
31. Хоптяний А. М. Техніко-тактична підготовка юних футболістів на основі використання ігрових засобів: кваліфікаційна робота магістра. Тернопіль: Західноукраїнський національний університет, 2020. 53 с.
32. Хоркавий Б. В. Організація техніко-тактичної підготовки воротарів у футболі. Львівський державний університет фізичної культури. Львів, 2017. С. 21–27.
33. Шамардін В. Н. Сучасні тенденції розвитку тактичних дій у футболі. Спортивна наука України. Київ, 2021. С. 55–61.
34. Шамардін В. Н.; Хоркавий Б. В. Організаційна структура техніко-тактичної підготовки кваліфікованих воротарів у футболі. Київ–Львів: НТУ «ЗП»; ЛДУФК, 2016. 12 с.
35. BMJ Open Sport & Exercise Medicine. Ranking sports science and medicine interventions impacting team performance in elite football: protocol. 2024, 10: e002196.
36. Carling C.; Williams A.M.; Reilly T. Handbook of Soccer Match Analysis: A Systematic Approach to Improving Performance. 2nd ed. London: Routledge, 2017. 240 p.

37. Castellano J.; Casamichana D.; Lago-Peñas C. The use of match statistics that discriminate between successful and unsuccessful soccer teams. *Journal of Human Kinetics*, 2012, 31: 139–147.
38. FIFA Training Centre. Technical and tactical overview: FIFA World Cup Qatar 2022™ Technical Report. Zurich: FIFA, 2022. 120 p.
39. FIFA. Enhanced Football Intelligence at FIFA World Cup 2022™: Methodology Overview. Zurich: FIFA, 2022. 30 p.
40. *Frontiers in Psychology*. Decision-Making in Youth Sport (Thematic Collection). 2019–2021.
41. IFAB. Laws of the Game 2025/26. Zurich: The International Football Association Board, 2025. 208 p.
42. Jobs in Football. What is Tactical Periodization? The Training Model Explained. 2023.
43. Lago-Peñas C.; Gómez-López M.A. How important is the final outcome to interpret match analysis data. *Perceptual and Motor Skills*, 2016, 122(1): 280–285.
44. Lago-Peñas C.; Lago-Ballesteros J.; Rey E. Differences in performance indicators between winning and losing teams in the UEFA Champions League. *Journal of Human Kinetics*, 2011, 27: 135–146.
45. Nunes N.A.; Comber G.; Petiot G.H.; Coley M. Analysis of the internal and external loads, and technical actions of small-sided games in soccer. *Insight – Sports Science*, 2024, 6(1): 638.
46. Simplifaster. Contextual Sprinting and Developing Game Speed with Tactical Periodization. 2019.
47. Spielverlagerung. Understanding the Tactical Periodization Methodology. 2020.
48. Teixeira J.E.; Maio E.; Afonso P.; et al. Mapping football tactical behavior and collective dynamics with artificial intelligence: a systematic review. *Frontiers in Sports and Active Living*, 2025, 7: 1569155.
49. UEFA. Coaching Convention (2025 Edition). Nyon: UEFA, 2025. 60 p.