

**УДК 7.02:796.085-793.3**

**Ігор Кравченко**

Сумський державний педагогічний університет імені А. С. Макаренка  
ORCID ID 0000-0003-4715-4130

**Ілля Шульга**

Сумський державний педагогічний університет імені А. С. Макаренка  
ORCID ID 0000-0002-0385-6686

DOI 10.24139/2312-5993/2022.07-08/281-290

**ТЕХНІКО-ТАКТИЧНА ПІДГОТОВКА ФУТБОЛІСТІВ 15-16 РОКІВ У  
ПІДГОТОВЧОМУ ПЕРІОДІ РІЧНОГО ТРЕНУВАЛЬНОГО ЦИКЛУ**

*Техніко-тактична підготовка представляє процес, направлений на засвоєння навичок техніки і тактики різноманітних футбольних прийомів, закріплених у спеціальних, змагальних умовах. Вказано, що технічні і тактичні навички досягаються тільки в результаті тривалих цілеспрямованих систематичних занять. Всебічна технічна підготовка є основою для здійснення тактичних процесів. Чим вище техніка гравців, тим успішніше вони зможуть вирішувати тактичні завдання, тим вища тактична майстерність команди загалом. Було доповнено програму тренувальних занять для покращення техніко-тактичної підготовки футболістів 15-16 років. Визначено ефективність спеціальних фізичних вправ техніко-тактичної підготовки футболістів 15-16 років у підготовчому періоді річного тренувального циклу.*

***Ключові слова:** техніко-тактична підготовка, футболісти 15-16 років, підготовчий період, річний тренувальний цикл.*

**Постановка проблеми.** Аналіз сучасних тактичних концепцій показує, що досягнення високого спортивного результату забезпечується високоорганізованою діяльністю всієї команди, що базується: на високому рівні техніки володіння м'ячем; на індивідуальних і колективних діях з м'ячем і без м'яча; на високій швидкості пересування окремих гравців і команди в цілому; на вмінні гравців тривалий час підтримувати швидкісні переміщення партнерів по команді для реалізації тактичних принципів і установок; на розширенні обсягу та підвищенні швидкості ігрового мислення футболістів; на реалізації всіх елементів, складових стратегію гри, в залежності від дій суперника; на високій функціональній готовності гравців для забезпечення доцільних колективних дій в рамках заздалегідь розробленого тактичного плану (Н. М. Люкшинов, 1980).

**Аналіз актуальних досліджень.** У наукових працях спеціалісти (Волков, 2001; Уилмор, 2005; Костюкевич, 2019) висвітлюють об'єм рухової активності відповідно до вікових особливостей та умови техніко-тактичних дій футболістів, а також комплекси техніко-тактичних дій із подальшим аналізом результатів ефективності їх

реалізації під час гри (Голомазов, 2001; Дулібський, 2001; Журід, 2007; Кірілова, 2017; Лісенчук, 2019).

Провідний фахівець А. В. Дулібський (2001) вказує: «Дослідження даної проблеми характеризуються фрагментарністю, тому певні теоретичні положення можуть здатися правильними в одному випадку і неправильними в іншому. Питання методики техніко-тактичної підготовки футболістів висвітлюється досить односторонньо, і, як правило, автори наукових робіт обмежуються узагальненням досвіду підготовки дорослих спортсменів» (Дулібський, 2001). С. М. Журід у роботі «Удосконалення техніко-тактичної підготовки футболістів 15-17 років з використанням комплексів тренувальних завдань» наголошує, що державна програма ДЮСШ із футболу має перелік фізичних вправ стосовно техніко-тактичної підготовки гравців командного виду спорту (Журід, 2007).

**Мета дослідження** – обґрунтувати та перевірити ефективність застосування спеціальних засобів у підготовчому періоді із техніко-тактичної підготовки футболістів 15-16 років протягом річного тренувального циклу.

**Методи наукового дослідження:** теоретичний аналіз спеціальної наукової літератури; педагогічні методи (спостереження, експерименти, тестування); контроль техніко-тактичних дій; методи математичної статистики.

**Виклад основного матеріалу.** Педагогічне дослідження було здійснено на базі ДЮСШ ФЦ «Барса» м. Суми вродовж 2022-2023 тренувального року (вересень-лютий). Експеримент мав декілька етапів. Перший етап – аналіз, синтез науково-методичної літератури сучасних фахівців. Другий етап – визначено засоби для підвищення рівня техніко-тактичної підготовки футболістів 15-16 років. Третій етап – доповнено навчально-тренувальну програму команди «Барса» U-16 ДЮСШ ФЦ «Барса» м. Суми спеціальними фізичними вправами з метою покращення техніко-тактичної підготовленості спортсменів. Вцілому в експерименті було задіяно 22 футболісти. Навчально-тренувальні заняття з футболу проводилися тренером відповідно до навчальної програми для контрольної групи (КДЮСШ «Суми») і за спеціально розробленими комплексами із техніко-тактичної підготовки у підготовчому періоді для експериментальної групи («Барса» U-16). Для контролю над техніко-тактичною підготовленістю футболістів було проведено здачу нормативів.

Тренер займає ключову позицію у підготовці спортсменів на усіх етапах підготовки. Звісно, етап спеціалізованої базової підготовки не є виключенням (Асанов, 2003; Овчаренко, Матяш, 2018; Техніка і тактика гри у футбол, 2010). Вимоги до тренера як до компетентного фахівця постійно змінюються. Це пов'язано з тим, що тренер у своїй роботі повинен постійно використовувати величезну кількість сучасних засобів, зокрема, фізичних вправ, прийомів, захистів, контр прийомів та комбінацій, які застосовуються з різними тактичними підготовками. При цьому тренер повинен не тільки знати, а й вміти навчати найбільш раціональній техніці та тактиці футболу, а також повинен створювати складніші комбінації тактико-технічних дій (ТТД), які його вихованці могли б використовувати у змагальній діяльності. У цьому плані тактико-технічна підготовка спортсмена є основним компонентом діяльності спеціаліста-тренера (Костюкевич, 2006; Овчаренко, Матяш, 2018).

Існуюча методологія професійної техніко-тактичної підготовки (ТТП) футболіста базується на формуванні та становленні особистого тактико-технічного досвіду гри у футбол, що складається з:

- 1) знань, умінь та навичок, здобутих від тренера;
- 2) передачі теоретичного досвіду тренера;
- 3) накопичення та осмислення власного досвіду футболіста як спортсмена;
- 4) педагогічної та тренерської практики для закріплення та формування професійно-спортивних умінь та навичок.

При цьому зміст підготовки та методика ТТП футболістів освоюються через формалізацію особистого спортивного досвіду за допомогою класифікації та термінології виду спорту, опису техніки прийомів, комбінацій та комплексів ТТД, пояснювальних моделей техніки, тактики та взаємодії самої команди та між суперниками. Постійно виникає потреба у пошуках шляхів перебудови в роботі тренерської діяльності. Особлива увага приділяється проблемам планування та розподілу програмного матеріалу в структуру підготовки гравців. Сучасні підходи, що використовуються у створенні тренувальних програм професійної підготовки, припускають визначення теоретико-методологічних основ багаторівневої освіти, нових технологій навчально-тренувального процесу.

Основні аспекти розробки навчально-тренувальних програм, на які має звертати увагу тренер: визначення логічної структури та змісту

розділів тренувальної програми, що характеризують види діяльності спортсмена; інтеграція навчальних рухів та послідовність їх вивчення; інтеграція видів техніки: сполученого, програмованого, ігрового та самостійного; оптимізація розподілу навчально-тренувального часу.

Розучування у спрощених, спеціально створених умовах спрямоване на опанування правильної структури рухів, тобто техніки рухів (рис. 1) (Журід, 2012; Костюкевич, 2006; Техніка і тактика гри у футбол, 2010).

Найбільш складні ігрові прийоми вивчаються розчленовано (частинами). Спрощуються умови виконання прийому шляхом заняття найбільш зручного вихідного положення, зменшення відстані, сили передачі, швидкості пересування і т. д.

При виконанні необхідно виявляти та виправляти помилки. Спочатку виправляються основні (грубі) помилки у техніці виконання, а потім другорядні (дрібні). Для виправлення застосовуються повторний показ, пояснення, виконання техніки прийому розчленовано, повільно і т. д.

Рис. 1. Методика розучування технічних прийомів до гри у футбол

Розучувати прийоми в ускладнених умовах необхідно для формування навичок у відповідній послідовності (рис. 2) (Овчаренко, Матяш, 2018; Техніка і тактика гри у футбол, 2010).

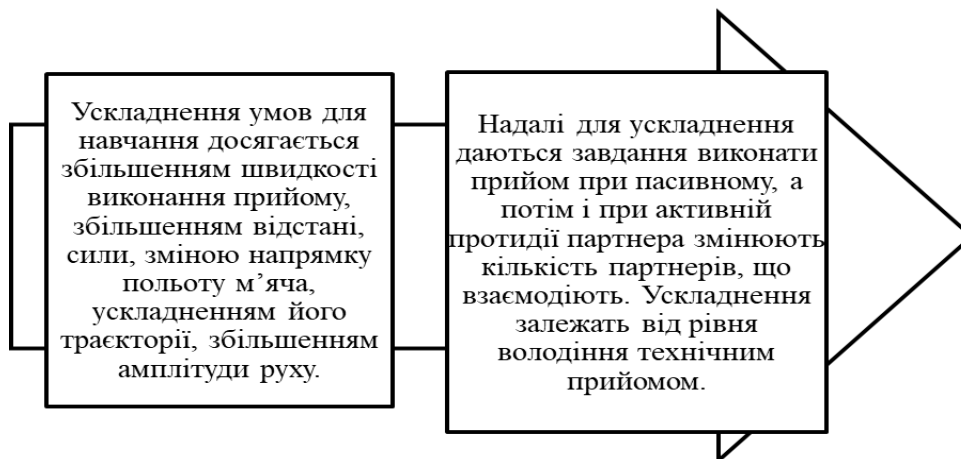


Рис. 2. Методичні прийоми розучування техніки гри у футбол в ускладнених умовах

Вдосконалення виконання ігрових прийомів гри у футбол має певну послідовність (рис. 3) (Дулібський, 2001; Овчаренко, Матяш, 2018)

Техніка і тактика гри у футбол.



Рис. 3. Вдосконалення техніки і тактики ігрових прийомів у футболі

Для визначення динаміки технічної підготовленості футболістів було ними здано такі нормативи. Порівнюючи дані, отримані на початку дослідження і наприкінці між групами за критерієм Стьюдента, можна зробити висновок щодо однорідності ЕГ і КГ за показниками тестів на початку і статистично-значущу різницю наприкінці дослідження (ЕГ – при  $p < 0,01$ , для КГ – при  $p < 0,05$ ).

Зокрема, тест на визначення ударів по м'ячу на точність вказує, що в ЕГ приріст становить 1,3 разів, приріст показників у КГ – 0,78 разів (рис. 4).

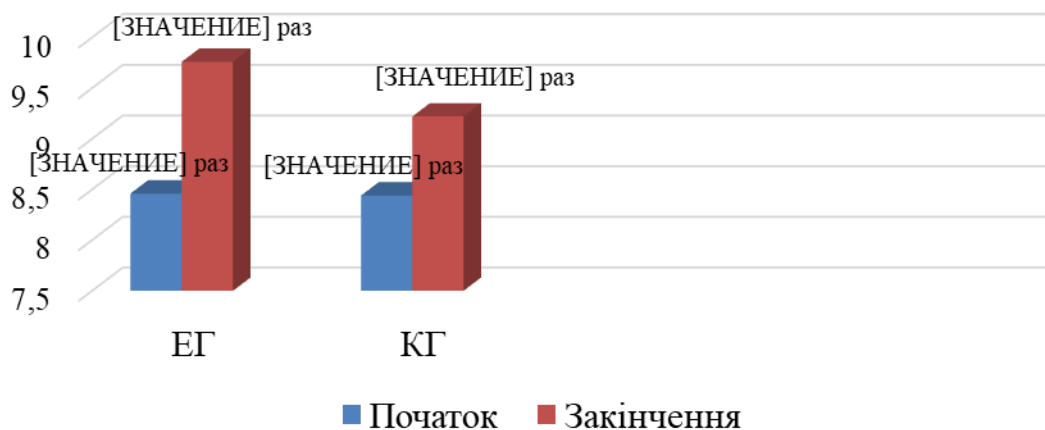


Рис. 4 Динаміка результатів тесту «Удар по м'ячу на точність (раз)» у ході педагогічного дослідження

Нормативна здача «Ведення м'яча, обводка стійок і удар по воротам» показала зменшення часу в ЕГ на 0,9 с, у КГ – на 0,4 с (рис. 5).

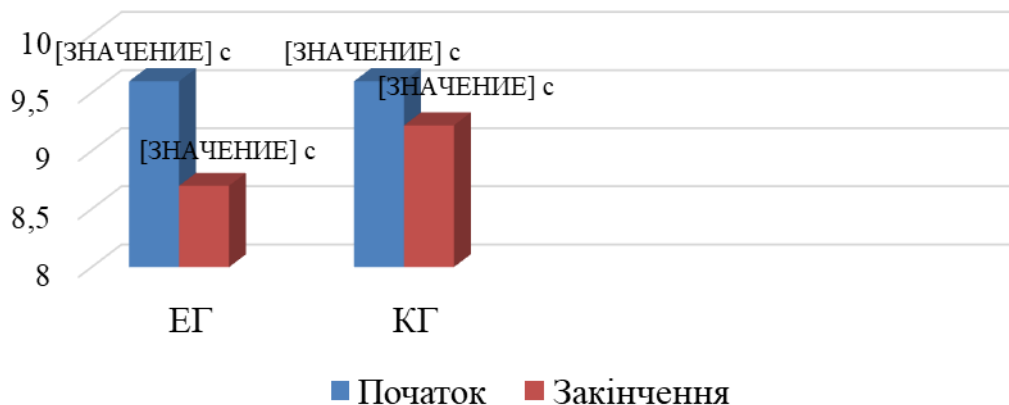


Рис. 5. Динаміка результатів тесту «Ведення м'яча, обводка стійок і удар по воротам (с)» у ході педагогічного дослідження

Збільшення показників під час жонглювання в ЕГ становить 3,6 разів, у КГ – 0,9 разів (рис. 6).

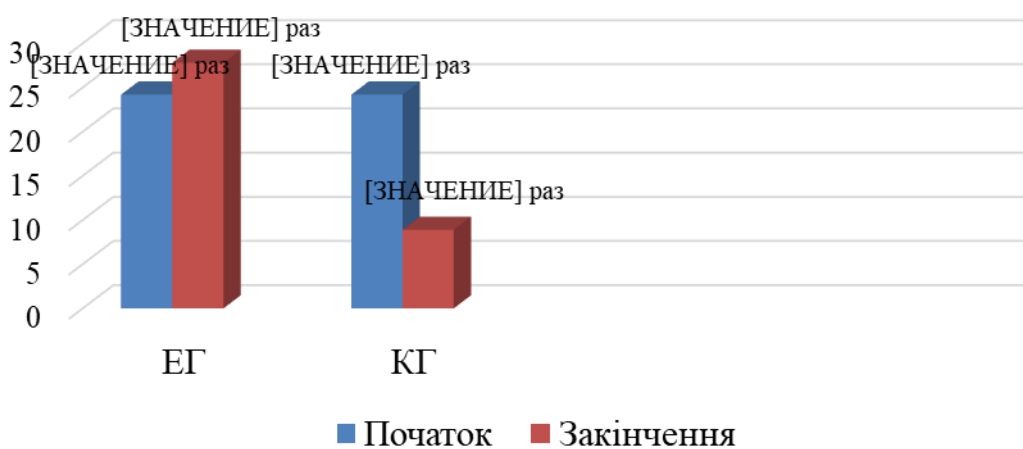


Рис. 6. Динаміка результатів тесту «Жонглювання (раз)» у ході педагогічного дослідження

Збільшення траєкторії руху м'яча на дальність відбулося в ЕГ на 2,5 м, у КГ – на 1,7 м (рис. 7).

Отже, можемо сказати, що спеціальні фізичні вправи сприяють покращенню технічної підготовленості футболістів 15-16 років у підготовчому періоді річного тренувального циклу.

Управління футбольною командою, як правило, здійснювалося перед матчем і між таймами. Аналіз полягав у коментуванні

відеозаписі, зроблених під час матку, і акценті та відповідних питаннях (рис. 8).

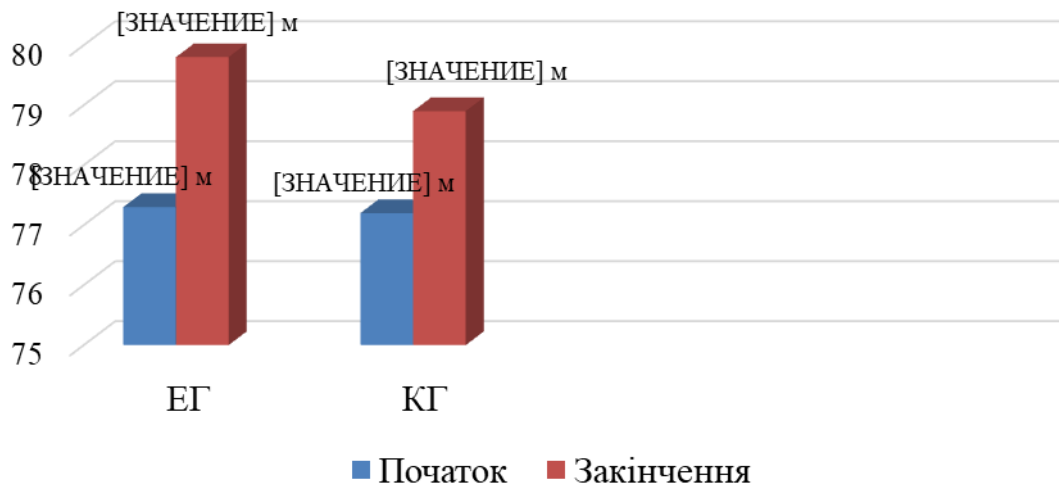


Рис. 7. Динаміка результатів тесту «Удар на дальність (сума ударів правою і лівою ногою, м)» у ході педагогічного дослідження



Рис. 8. Структура аналізу проведеної гри під час педагогічного дослідження

Бузник А. і Джус О. (2001) рекомендують для визначення рівня техніко-тактичних дій визначати ефективність атакуючих дій та ефективність захисних дій двох команд футболістів. Порівняльний аналіз відповідних даних свідчить, що на початку і наприкінці педагогічного дослідження даних в ЕГ динаміка ефективності атакуючих дій збільшилася на 16%, динаміка ефективності захисних дій зменшилася на 16% також (рис. 9).

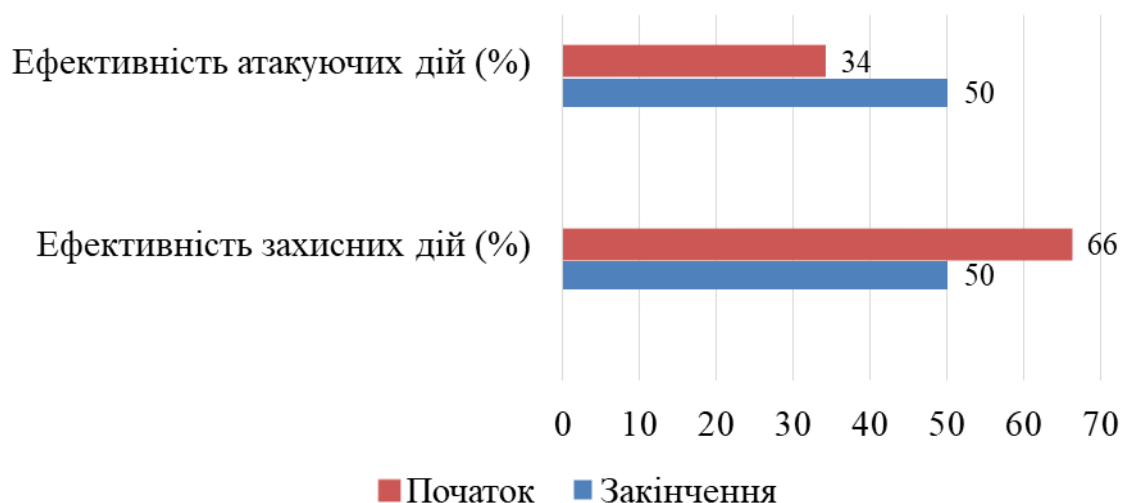


Рис. 9. Динаміка ефективності атакуючих і захисних дій ЕГ під час дослідження

Порівняльний аналіз відповідних даних свідчить, що на початку і наприкінці педагогічного дослідження даних в КГ динаміка ефективності атакуючих дій збільшилася на 11%, динаміка ефективності захисних дій зменшилася на 11% також (рис. 10).

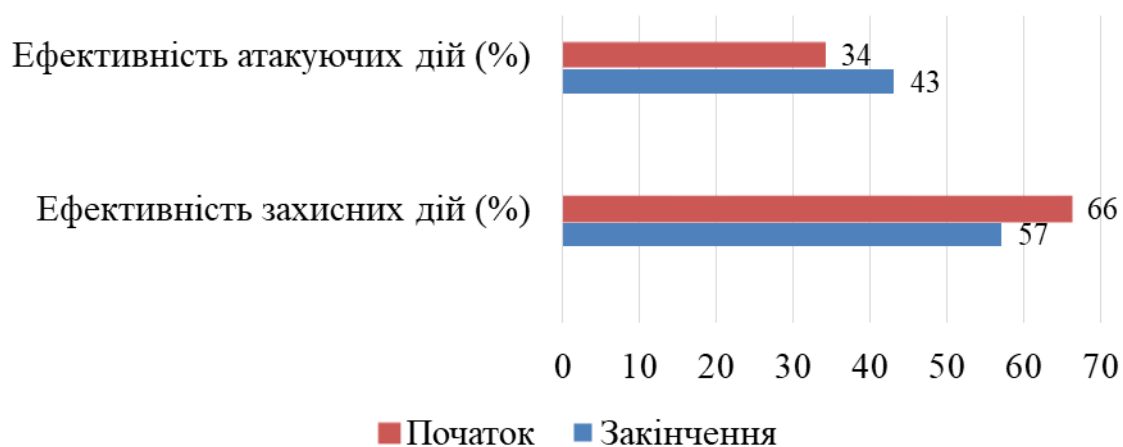


Рис. 10. Динаміка ефективності атакуючих і захисних дій КГ під час дослідження

Таким чином, отримані порівняльні результати із техніко-тактичної підготовки футболістів 15-16 років ЕГ і КГ вказують на те, що доповнена нами програма спеціальними комплексами зі спеціальними фізичними вправами сприяє покращенню технічної підготовленості спортсменів у річному тренувальному циклі.

**Висновки.** Техніко-тактична підготовка представляє процес, направлений на засвоєння навичок техніки і тактики різноманітних

футбольних прийомів, закріплених у спеціальних, змагальних умовах. Технічні і тактичні навички досягаються тільки в результаті тривалих цілеспрямованих систематичних занять. Всебічна технічна підготовка є основою для здійснення тактичних процесів. Чим вище техніка гравців, тим успішніше вони зможуть вирішувати тактичні завдання, тим вища тактична майстерність команди загалом. Це складний процес, коли гравці швидко сприймають ігрові ситуації, аналізують їх, приймають правильні рішення щодо використання технічних прийомів гри у футбол.

### ЛІТЕРАТУРА

- Асанов Б. И. (2003). Системный подход к управлению тренировочным процессом в футболе. Практикум з футболу. К.: Науково-методичний (технічний) комітет ФФУ. С. 34-37. (Asanov B. I. (2003). A systematic approach to managing the training process in football. Football workshop. K.: Scientific and methodical (technical) committee of the FFU).
- Дулібський А. В. (2001). Техніко-тактична підготовка юних футболістів. К. Науково-методичний (технічний) комітет Федерації футболу України. С. 61-65. (Dulibskyi A. V. (2001). Technical and tactical training of young football players. K. Scientific and methodological (technical) committee of the Football Federation of Ukraine).
- Журід С. М. (2012). Техніко-тактична підготовка футболістів: навч. посіб. для студ. ін-тів фіз. культури. Х.: ХДАФК. 197 с. (Zhurid S. M. (2012). Technical and tactical training of football players: teaching. manual for students Institute of Physics cultures H.: Kharkiv: DAFK).
- Костюкевич В. М. (2016). Теорія і методика спортивної підготовки: у запитаннях і відповідях. Навчально-методичний посібник. Вінниця. С. 138-139. (Kostyukevich V. M (2016). *Theory and methods of sports training: in questions and answers. Training manual. Vinnitsa.* 138-139.).
- Костюкевич В. М. (2006). Управление тренировочным процессом футболистов в годовом цикле подготовки. Винница: Планер. 683 с. (Kostyukevich V. M (2006). *Management of the training process of football players in the annual training cycle. Vinnytsia: Glider.*).
- Овчаренко С., Матяш В. (2018). Аналіз ефективності техніко-тактичних дій футболістів під час змагальної діяльності. Матеріали XVIII Міжнародної науково-практичної конференції «Фізична культура, спорт та здоров'я: стан, проблеми та перспективи». Харків: ХДАФК. 90-92. (Ovcharenko S., Matyash V. (2018). Analysis of the effectiveness of technical and tactical actions of football players during competitive activities. Materials of the XVIII International scientific and practical conference «Physical culture, sport and health: state, problems and prospects». Kharkiv: KhDAFC).
- Техніка і тактика гри у футбол. Методичний посібник / укл. В. О. Івахненко. Красноград (2010). URL: <https://studfile.net/preview/5725821/> (Football technique and tactics. Methodical manual / incl. V. O. Ivakhnenko. Krasnograd (2010)).

## SUMMARY

**Kravchenko Igor, Shulga Ilya.** Technical and tactical training of football players 15-16 years old in the preparatory period of the annual training cycle.

*Technical and tactical training is a process aimed at mastering the technical and tactical skills of various football techniques, established in special, competitive conditions. Technical and tactical skills are achieved only as a result of long-term targeted systematic training. Comprehensive technical training is the basis for implementing tactical processes. The higher the technique of the players, the more successfully they will be able to solve tactical tasks, the higher the tactical skill of the team in general. The program of training classes was supplemented to improve the technical and tactical training of football players aged 15-16. The effectiveness of special physical exercises for technical and tactical training of 15-16-year-old football players in the preparatory period of the annual training cycle was determined. Comparing the data on the level of technical preparation obtained at the beginning of the study and at the end between the groups according to the Student's criterion, it is possible to draw a conclusion about the homogeneity of EG and CG according to the test indicators at the beginning and a statistically significant difference at the end of the study (EG - at  $p < 0.01$ , for KG - at  $p < 0.05$ ). A comparative analysis of the technical and tactical preparedness of EG shows positive dynamics. In particular, in EG, the percentage of attacking actions increased by 16%, the percentage of defensive actions decreased by 16%. In CG, the dynamics of the effectiveness of attacking actions increased by 9%, and the dynamics of the effectiveness of defensive actions decreased by 9% as well. This fact allows us to emphasize the effectiveness of special physical exercises for the technical and tactical preparation of football players at the stage of specialized basic training.*

**Key words:** technical and tactical training, football players 15-16 years old, preparatory period, annual training cycle.

УДК 378.011.3-051:811]:37.015.3:159.923.2

Юлія Стрижак

Полтавський національний педагогічний університет імені В. Г. Короленка

ORCID ID 0000-0002-7289-7211

DOI 10.24139/2312-5993/2022.07-08/290-302

## УДОСКОНАЛЕННЯ ПРОФЕСІЙНОЇ ПІДГОТОВКИ МАЙБУТНІХ УЧИТЕЛІВ ІНОЗЕМНИХ МОВ НА ОСНОВІ ВПРОВАДЖЕННЯ СПЕЦКУРСУ «САМОРЕГУЛЯЦІЯ ЯК ОСНОВА УСПІШНОЇ ПРОФЕСІЙНОЇ ДІЯЛЬНОСТІ ВЧИТЕЛЯ ІНОЗЕМНИХ МОВ»

*У дослідженні схарактеризовано сутність формування студентами механізмів усвідомлення та фіксації своїх внутрішніх змін і прагнень до саморегуляції педагогічної діяльності на основі впровадження спецкурсу «Саморегуляція як основа успішної професійної діяльності вчителя іноземних мов».*

*З'ясовано, що глобальні зміни, що відбуваються в суспільстві, потребують істотних змін у системі освіти, перегляду принципів її організації, форм і методів навчально-виховного процесу, зокрема розробки і впровадження сучасних освітніх програм навчання.*

**Ключові слова:** саморегуляція; спецкурс, навчальний процес, професійна діяльність, підготовка майбутнього фахівця, уміння та навички.