

## СПИСОК ВИКОРИСТАНОЇ ЛІТЕРАТУРИ

1. Білецький С. В., Пономарьов В. О. Теоретико-методологічні напрямки перекваліфікації спортсменів борцівських стилів на рукопашний бій. *Єдиноборства*, 2017. №2 (4). С. 7–10.
2. Катыхин В. Н., Тропин Ю. Н., Го Шенпен. Динамика физической подготовленности квалифицированных бойцов смешанных единоборств ММА в группах специализированной подготовки. *Єдиноборства*. 2020. №3 (17). С. 25-35.
3. Коньков Д. А. Методические особенности построения тренировочного процесса в панкратионе. *Известия Российского государственного педагогического университета им. А.И. Герцена*. 2008. № 58. С. 399–405.
4. Наконечний І. Ю. Взаємозв'язок спеціальної фізичної підготовки та психологічного супроводу в багаторічній підготовці висококваліфікованих спортсменів з панкратіону. *Молодий вчений*. 2017. № 3.1 (43.1). С. 221–226.
5. Согор О., Пішин М. Відмінності структури та змісту регламентації змагальної діяльності у змішаних одноборствах. *Науковий часопис Національного педагогічного університету імені МП Драгоманова. Серія 15: Науково-педагогічні проблеми фізичної культури (фізична культура і спорт)*. 2017. № 1. С. 62-67.
6. Согор О., Пітин М. Показники змагальної діяльності юних спортсменів із панкратіону. *Науковий часопис НПУ ім. М. П. Драгоманова*, 2019. №9 (117), С. 83–89.
7. Согор О. Ю., Пітин М. П., Окопний А. М. Авторська програма підготовки спортсменів на етапі спеціалізованої базової підготовки у панкратіоні. *Єдиноборства*. 2020. С. 44-57.
8. Томенко О., Чередніченко С. Зародження і розвиток панкратіону в античний період. *Молода спортивна наука України*. 2007. №11;1. С. 372–376.
9. Чередніченко С. В. Використання єдиноборств античної культури в процесі виховання студентів педагогічних університетів (на прикладі панкратіону). *Вісник Чернігівського національного педагогічного університету. Сер.: Педагогічні науки. Фізичне виховання та спорт*. 2014. Вип. 118. С. 219–221.

**Фаренюк Артем, Кравченко Ігор**

## ТЕХНІКО-ТАКТИЧНА ПІДГОТОВКА У ФУТЗАЛІ НА ЕТПАПІ ПОЧАТКОВОЇ ПІДГОТОВКИ

*Сумський державний педагогічний університет імені А.С. Макаренка  
Навчально-науковий інститут фізичної культури*

**Анотація.** У статті розглядається питання техніко-тактичної підготовки на початковому етапі у футзалі. Автором запропонована методика навчання технічним та тактичним діям у футзалі на етапі початкової підготовки

**Ключові слова:** техніка, тактика, етап, футзаліст, навчання

## **Farenyuk Artem, Kravchenko Igor. TECHNICAL AND TACTICAL TRAINING IN THE FUTSAL AT THE STAGE OF INITIAL TRAINING**

**Abstract.** The article considers the issue of technical and tactical training at the initial stage in futsal. The author proposes a method of technical and tactical actions in futsal at the stage of initial training.

**Key words:** technique, tactics, futsal, player, training

**Постановка проблеми.** Техніка спортсмена на кожному етапі розвитку цей найбільш ефективний, випробуваний практикою засіб, який дає можливість гравцеві у рамках правил успішно діяти в складних ситуаціях боротьби. Для того, щоб досягти найкращих результатів в ігрових ситуаціях, що миттєво складаються, футзаліст повинен володіти усім багатством різноманітності технічних прийомів, швидко і точно їх виконати[5 с.134].

Навчально–тренувальний процес початкових груп з футзалу є базовим у багаторічній підготовці спортсменів. Саме в цей період юні спортсмени отримують основи техніки і тактики гри. Тому організація підготовки майбутніх футболістів на початковому етапі повинна бути науково обґрунтованою.

Початкова спортивна підготовка спрямована на створення школи рухів та різносторонню фізичну підготовку. Тому головною задачею технічної підготовки юних футзалістів на початковому етапі є:

– сформувати навички виконання технічних дій, які б надали футболісту можливість подальшого вдосконалення своєї технічної майстерності у процесі багатолітніх занять футболом[1, с 15].

– забезпечити навички виконання технічних дій, які дозволили б футболісту успішно використовувати їх в умовах змагань.

**Аналіз останніх досліджень і публікацій** Виконавши огляд літературних джерел таких авторів (Костюкевича В.М.,2006) Полишкіс М.С., (Андрєєв С.Н., 2008) вони стверджують що технічна підготовка у футзалі за останні десятиліття дуже змінилася, новаторський підхід до техніко-тактичної підготовки спортсменів став привидом цих змін. Через нові схеми та стратегії гри, спортсменам доводилось адаптувати свою техніку до цих умов, тому з'являлись нові види фінтів, способи ведення м'яча та таке інше. Також, на оцінку техніки впливають постійне підвищення рівня підготовленості спортсмена. Великим поштовхом в еволюцію техніки можна вважати – зростання самої швидкості гри. Зростання швидкості гри тягло за собою пристосування техніки в таких умовах, значно доповнився арсенал рухів та видів пересувань футзалістів.

**Мета дослідження:** техніко–тактична підготовка юних футболістів на етапі початкової підготовки у футзалі

Згідно з метою роботи визначені **завдання:**

1. Розробити методiku техніко-тактичної підготовки футболістів.
2. Експериментально перевірити методiku техніко-тактичної підготовленості юних футболістів.

**Результати досліджень.** Педагогічний експеримент було побудовано за наступною схемою: визначення недоліків та позитивних моментів у процесі підготовки юних футболістів на етапі початкової підготовки для комплектації групи навчально-тренувального процесу ДЮСШ; «Спартак» м. Суми розробка програми побудови тренувального процесу юних футболістів 7-8 років на етапі

початкової підготовки, яка полягала у включенні батареї тестів як для контролю технічної підготовленості спортсменів, так і засобом тренувального процесу.

Футзал, на відміну від багатьох інших видів спорту, нескінченно багатий різноманітними технічними прийомами. Чим вище клас футзаліста, тим більше технічних прийомів застосовує він в матчі, причому в різних поєднаннях, а не окремо. Якщо усі технічні прийоми розучувати ізольовано один від одного, застосовувати їх в ігровій обстановці буде дуже важко. Тому доцільно вивчати усі прийоми в ігровій ситуації. Іншими словами, тренеру бажано підбирати вправи як ігрові, так і на вдосконалення технічного прийому з урахуванням системи гри команди, роблячи цю систему основою для індивідуальних дій гравця [2, с.24].

Навчання техніки та тактики в міні-футбол має будуватися з урахуванням закономірностей формування рухових навичок. В процесі навчання поряд з освітніми необхідно вирішувати виховні та оздоровчі завдання. Ефективність навчання в міні-футбол багато в чому залежить від дотримання принципів навчання: свідомості і активності; наочності; доступності та індивідуалізації; систематичності; поступовості[4].

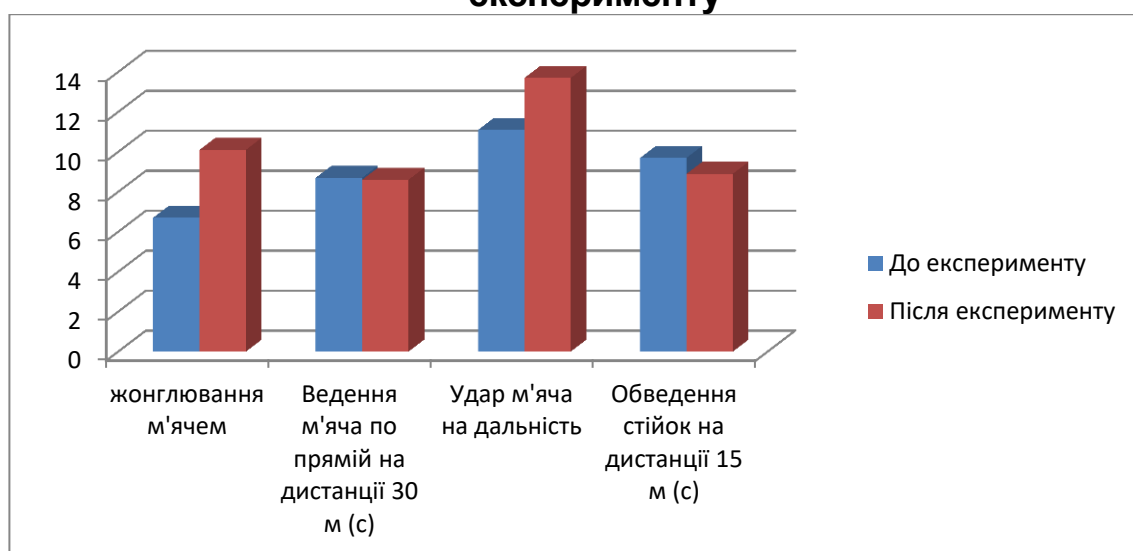
#### **Орієнтована програма тижневого мікроциклу для груп початкової підготовки більше 1 року навчання (7-8 років)**

День тижня	Переважає спрямованість заняття	Тривалість, хв.	Навантаження
Понеділок	Навчання техніки ведення м'яча та обведення. Розвиток гнучкості та швидкості: естафети, рухливі ігри, човниковий біг	90	Середнє
Середа	Розвиток гнучкості та спритності: естафети, елементи акробатики, рухливі ігри. Навчання техніки ведення та виконання ударів по м'ячу. Гра у футзал за спрощеними правилами	90	Середнє
П'ятниця	Підвищення загальної фізичної підготовленості: спортивні та рухливі ігри. Навчання елементів індивідуальної та групової тактики: спортивні ігри (пляжний футбол, гандбол, волейбол, баскетбол)	60	Середнє
Субота	Теоретичне заняття згідно з тематичним планом. Розвиток гнучкості та спритності: естафети, елементи акробатики, рухливі ігри, ігри з м'ячем. Навчання елементів індивідуальної та групової тактики: спортивні ігри (пляжний футбол, гандбол, волейбол, баскетбол)	90	Середнє

### Аналіз зміни результатів технічної підготовленості юних футболістів протягом експерименту (n-12)

№	Контрольна вправа	До експерименту	Після експерименту	η%
1.	Жонглювання (кількість раз)	6,7±0,63	10.1±0,59	50,0
2.	Ведення м'яча по прямій на дистанції 30 м(с)	8,7±0,69	8,6±0,59	1,1
3.	Удар по м'ячу на дальність	11,1±0,93	13,7±1,04	23,4
4.	Обведення стійок на дистанції 15 м (с)	9,7±0,56	8,9 ± 0,31	8,9

### Динаміка змін показників технічної підготовленості протягом експерименту



Підібрана нами методика говорить про її ефективність. Отже після її проведення ми спостерігаємо незначні, але позитивні зміни покращення результатів проведених тестів.

У веденні м'яча по прямій на дистанції 30 м, результати футболістів становили  $8,7 \pm 0,63$ , після експерименту результат покращився до  $8,6 \pm 0,59$ , у процентному відношенні на 1,1 %. У тесті обведення стійок на дистанції 15 м результат юних футболістів становив  $9,7 \pm 0,56$ , після експерименту  $8,9 \pm 0,31$ , у процентному відношенні на 8,9%.

У тесту жонглювання м'ячем результати юних футболістів становили  $6,7 \pm 0,63$ , після проведення методики результат покращився на  $10,1 \pm 0,59$ , тобто на 50,0 %, та тесту удару м'яча на дальність результати юних футболістів становили  $11,1 \pm 0,93$ , після проведення методики результат покращився на  $13,7 \pm 1,94$ , тобто на 23,4 %.

## **Висновки та перспективи подальших досліджень.**

1. Аналіз науково-методичної літератури з футзалу доводить, що питання методики технічної підготовки юних 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 технічної підготовки футболістів.

2. Футзал має велику кількість різноманітних технічних прийомів. Від того наскільки вміло і обдуманно гравець їх застосовує, залежить багато чого, у тому числі й кінцевий результат матчу. Трапляється так, що непродумане використання гравцем того або іншого технічного прийому, іде врозріз із командною тактикою й установкою тренера на матч.

3. Для досягнення високого рівня технічної підготовки юних футболістів назріла необхідність вивчення індивідуальних якостей, які забезпечують ефективність і надійність виступів у змаганнях. Тому комплексне психолого-педагогічне вивчення індивідуальності спортсмена, дослідження його індивідуальних якостей є важливою складовою частиною учбово-тренувального процесу.

Одним з перспективних у цьому плані напрямків є подальше вивчення проблеми контролю в тренуванні футболістів та закономірностей змагальної діяльності. У цьому зв'язку передбачається обґрунтованим розглянути структуру й зміст змагальної діяльності юних футболістів на початковому етапі, що охоплює річний цикл підготовки.

## **СПИСОК ВИКОРИСТАНОЇ ЛІТЕРАТУРИ**

1. Андреев С.Н., Алиев Э.Г. Мини-футбол в школе: Москва: Советский спорт, 2006. 224 с.:
2. Головкин В.В. Факторы, обеспечивающие эффективность соревновательной деятельности квалифицированных спортсменов в мини-футболе: Автореф. канд. Дис.... СПб., 2002. 24 с.
3. Лисенчук, Г.А. Управление подготовкой футболистов: Изд. Олимпийская литература. Киев: 2003. 271 с.
4. Платонов В.Н. Система подготовки спортсменов в олимпийском спорте. Общая теория и ее практические приложения: Киев. Олимпийская литература, 2004. 881 с.
5. Фаренюк А. Кравченко І. Сучасні вимоги до техніко-тактичної підготовки спортсменів у футзалі. *Цифрові технології в процесі підготовки спортсменів в умовах формального і неформального навчання: матеріали І міжнародної науково-практичної конференції!* відповід. ред. Д.В. Бермудес - Суми: СумДПУ імені А.С. Макаренка.2021 С -134.
6. Костюкевич В. М. Управление тренировочным процессом футболистов в годичном цикле подготовки : Винница: «Планер», 2006. 683 с.