

# ПІДВИЩЕННЯ РІВНЯ ТЕХНІКО-ТАКТИЧНОЇ ПІДГОТОВЛЕНОСТІ ФУТБОЛІСТІВ СЕРЕДЬНОГО ШКІЛЬНОГО ВІКУ ЗА РАХУНОК ЕКСПЕРИМЕНТАЛЬНИХ МЕТОДИК

Мулик В. В., Перепелиця П. Є.  
Харківська державна академія фізичної культури  
Донецький ліцей № 30

**Анотація.** Визначено вплив експериментальних методик тренування техніко-тактичної спрямованості на показники ігрової діяльності футболістів середнього шкільного віку. Експериментально доведено, що підвищення кількості «ударів» і одночасне зменшення кількості «довгих передач», «одноборств» і «обведень» в експериментальних групах відбулося завдяки достовірному поліпшенню кількісних і якісних показників передач, виконаних «уперед», «поперек» і «назад», а також «коротких» і «середніх» передач. Що у свою чергу наочно демонструє потенційні можливості експериментальних методик тренування позитивно впливати на показники ігрової діяльності в експериментальних групах.

**Ключові слова:** шкільний футбол, тренувальний процес, змагальна діяльність, ігрова активність, техніко-тактичні дії.

**Аннотация.** Мулик В. В., Перепелиця П. Е. Экспериментальные методы повышения технико-тактической подготовленности футболистов среднего школьного возраста. Определено влияние экспериментальных методов тренировки технико-тактической направленности на показатели игровой деятельности футболистов среднего школьного возраста. Экспериментально доказано, что повышение количества «ударов» и одновременное уменьшение количества «длинных передач», «единоборств» и «обводки» в экспериментальных группах состоялось благодаря достоверному повышению количественных и качественных показателей передач, выполненных «вперед», «поперек» и «назад», а также «коротких» и «средних» передач. Что в свою очередь наглядно демонстрирует потенциальные возможности экспериментальных методик тренировки положительно влиять на показатели игровой деятельности в экспериментальных группах.

**Ключевые слова:** школьный футбол, тренировочный процесс, соревновательная деятельность, игровая активность, технико-тактические действия.

**Abstract.** Muлик V., Perepelica P. Experimental methods increases level technique and tactical to preparedness footballers middle school age. Influence of experimental methods of training of technique and tactical orientation is certain in the article, on playing performance of footballers of middle school ages indicators. It is experimentally well-proven that an increase of amount of «shots» and simultaneous diminishing of amount of «long transmissions», single «combats» and «to outline», is in experimental groups, took a place due to the reliable increase of quantitative and high-quality indexes of transmissions of executed «forward», «broadwise» and «back», and also «short» and «middle» transmissions. That in same queue, evidently demonstrates potential possibilities of experimental methods of training positively to influence on playing performance indicators in experimental groups.

**Key words:** school football, training process, competition activity, playing activity, technique and tactic actions.

**Актуальність.** Шкільний футбол – один з пріоритетів роботи ФФУ. У 2001 році за ініціативою ФФУ в загальноосвітніх школах України упроваджений третій урок фізичної культури. До шкільної програми доданий великий об'єм навчального матеріалу за елементами

футболу як улюбленого виду фізичної активності школярів, завдяки чому вчителі фізичної культури змогли проводити повноцінні уроки фізичної культури з елементами футболу, або скорочено «уроки футболу».

Новий етап розвитку проекту – поступове впровадження позаурочних занять з футболу в загальноосвітніх школах для всіх бажаючих. Основна мета



створення футбольних секцій – підготовка команд молодшого, середнього і старшого шкільного віку для участі в районних і міських змаганнях різного рівня, зокрема, на призи клубу «Шкіряний м'яч». Підвищення рівня майстерності українських футболістів залежить від розвитку дитячого і юнацького футболу, оскільки у професійних командах важко виправляти недоліки в техніко-тактичній підготовленості гравців. Тому, чим ефективніше буде процес навчання і тренування гравців, зокрема, у шкільних секціях з футболу, тим успішніше буде подальше спортивне удосконалення.

Аналіз науково-методичної літератури свідчить, що дослідження, які стосуються особливостей командних і групових техніко-тактичних взаємодій футболістів шкільних команд молодшого, середнього і старшого віку відсутні. Також, шкільні команди формуються з гравців різного рівня техніко-тактичної підготовленості, що ускладнює сумісні командні й групові дії.

Все це обумовлює розробку і впровадження нових методик тренування для підвищення рівня техніко-тактичної підготовленості шкільних команд молодшого, середнього і старшого віку.

**Зв'язок роботи з науковими програмами, планами, темами.** Робота виконана відповідно до Зведеного плану науково-дослідної роботи Міністерства освіти і науки, молоді і спорту України у сфері фізичної культури і спорту на 2011–2015 рр. за темою: 2.3 «Науково-методичні основи удосконалення системи підготовки спортсменів у футболі з урахуванням особливостей змагальної діяльності» (номер державної реєстрації 0111U001722).

**Мета дослідження:** визначити вплив експериментальних методик тренування техніко-тактичної спрямованості на показники ігрової діяльності футболістів середнього шкільного віку.

#### **Задачі дослідження:**

1. Розробити методики тренування командних і групових техніко-тактичних взаємодій футболістів середнього шкільного віку.

2. Експериментально перевірити ефективність впливу розроблених експериментальних методик тренування на показники ігрової діяльності футболістів середнього шкільного віку.

**Методи дослідження.** Відповідно до методологічного підходу у вирішенні проблеми і поставлених завдань програма досліджень включала комплекс педагогічних методів дослідження (педагогічні спостереження, педагогічне тестування, педагогічний експеримент) та методи математичної статистики.

**Організація досліджень.** Дослідження проводилося зі школярами Кіровського району міста Донецька. На початку був проведений аналіз морфофункціонального стану організму, фізичної і техніко-тактичної підготовленості футболістів-школярів. За результатами тестування гравців було розподілено на три рівноцінні групи – одну контрольну і дві експериментальні, по 20 чоловік у кожній.

У тренувальний процес першої експериментальної групи було включено прості комбінації, що включали з'єднання діагональних, поперечних і подовжніх передач, які награвалися в умовах «комбінаційного коридору».

У другій експериментальній групі в тренувальних

заняттях використовувалися різні варіанти побудови колективної гри через короткий пас за допомогою «командних моделей» позиційного контролю м'яча.

У третій – контрольній групі впродовж усього експерименту в тренувальних заняттях застосовувався стандартний комплекс вправ, направлених на підвищення рівня техніко-тактичної підготовленості.

Футболісти всіх груп протягом року постійно (4 рази на тиждень) тренувалися і брали участь у контрольних матчах між собою.

**Результати досліджень та їх обговорення.** У результаті проведеного річного експерименту, основною метою якого було визначити вплив експериментальних методик тренування техніко-тактичної спрямованості на показники ігрової діяльності футболістів-школярів, були отримані результати, представлені в табл. 1 і рис. 1.

Отримані результати свідчать, що після 12 місяців тренування в першій і другій експериментальних групах за кількісними і якісними (брак, %) показниками: загальної кількості «техніко-тактичних дій» (ТТД), «кількості передач», «коротких», «середніх», «довгих» передач, передач «уперед», «поперек», «одноразових», «обведення», «перехоплень», «відборів», «ударів» – достовірних ( $p < 0,05$ ) відмінностей не виявлено.

У той же час у кількості «передач назад» і їх браку виявили достовірні відмінності між 1 та 2 групами – ( $t=2,62$ ;  $t=2,12$ ;  $p < 0,05$ ).

Збільшення кількості та якості виконання даного техніко-тактичного елемента відбулося за рахунок використання експериментальної методики тренування в другій групі. Особливістю даної методики є наявність у ній вправ, що передбачають побудову комбінаційної гри з метою збереження м'яча під контролем команди, у тому числі і за рахунок виконання передач м'яча назад.

Порівняльний аналіз ігрової діяльності футболістів-школярів другої експериментальної і контрольної груп показали достовірні покращення кількісних і якісних (брак, %) показників в експериментальній групі: «загальної кількості ТТД» ( $t=3,87$ ;  $p < 0,001$ ;  $t=2,72$ ;  $p < 0,05$ ), «кількості передач» ( $t=3,92$ ;  $p < 0,001$ ;  $t=2,42$ ;  $p < 0,05$ ), та «коротких» передачах ( $t=3,58$ ;  $p < 0,01$ ;  $t=2,34$ ;  $p < 0,05$ ).

Також у другій експериментальній групі по відношенню до контрольної існує достовірне збільшення кількості «середніх» ( $t=2,27$ ;  $p < 0,05$ ) і зменшення «довгих» ( $t=2,45$ ;  $p < 0,05$ ) передач, проте якісні показники «середніх» – ( $t=1,69$ ;  $p > 0,05$ ) і «довгих» передачах не мають достовірних ( $p < 0,05$ ) відмінностей.

Виявлено також кількісні і якісні достовірні покращення в другій групі по відношенню до контрольної передач: «уперед» ( $t=3,28$ ;  $p < 0,01$ ), «поперек» – ( $t=3,48$ ;  $p < 0,01$ ) та «назад» – ( $t=3,77$ ;  $p < 0,01$ ).

Не виявлено достовірних відмінностей між експериментальною і контрольною групами в якісних показниках «одноразових», «обведення», «перехоплення», «відбору», «ударів», і схожа тенденція спостерігається у кількісних показниках «перехоплення» і «відбору».

У кількісних показниках «одноразових» ( $t=3,66$ ;  $p < 0,01$ ), «обведення» ( $t=2,65$ ;  $p < 0,05$ ) виявлено достовірне зменшення випадків застосування зазначених техніко-тактичних дій гравцями другої експериментальної групи по відношенню до контрольної.

Таблиця 1

Порівняльна характеристика показників ігрової діяльності футболістів-школярів середнього віку в групах 1, 2, 3 за підсумками річного експерименту ( $n_1=n_2=n_3=20$ )

ТТД		Група 1	Група 2	Група 3
		$\bar{X}_1 \pm m_1$	$\bar{X}_2 \pm m_2$	$\bar{X}_3 \pm m_3$
Загальна кількість		406,9±1,32	410,8±1,69	375,6±1,9
		19,1±0,91	19,5±0,91	28,8±0,21
Загальна кількість передач		191,8±1,44	187,8±1,71	143,6±1,69
		21,5±0,18	21,7±0,23	32,7±0,54
Передача м'яча	Коротка	73,8±0,27	75,1±0,25	35,1±0,65
		14,8±0,13	13,7±0,73	24,1±0,22
	Середня	88,9±1,41	88,5±0,26	68,7±1,16
		30,2±0,36	31,6±0,16	27,2±0,28
	Довга	25,8±0,15	24,8±0,83	37,4±0,69
		41,1±0,42	41,7±0,79	41,2±1,31
	Уперед	93,6±1,17	92,1±0,72	68,7±1,54
		32,2±0,32	31,9±0,39	45,7±1,23
	Поперек	69,7±0,36	67,4±0,86	50,6±0,64
		11,7±0,35	11,2±0,98	27,4±0,58
	Назад	23,8±0,14	33,7±0,15	22,1±0,65
		17,1±0,48	6,6±1,71	17,3±1,31
Одноборство		92,9±1,26	90,9±1,41	107,2±1,25
		33,3±0,15	31,5±0,92	29,9±0,27
Обведення		15,4±0,14	15,1±0,42	24,8±0,31
		24,7±0,35	25,4±0,51	25,1±1,19
Перехоплення		60,5±1,25	60,2±0,42	63,4±1,41
		26,2±0,26	26,1±0,64	26,1±0,32
Відбір		21,6±0,17	25,6±0,13	23,9±0,52
		31,7±0,32	31,4±0,85	35,1±0,45
Удар		12,8±0,25	12,4±0,81	7,4±0,12
		45,8±1,77	46,4±1,83	43,2±1,34

**Примітка.** Верхній рядок – показники ігрової діяльності, нижній рядок – брак, %; група 1 – експериментальна група 1; група 2 – експериментальна група 2; група 3 – контрольна група

Разом з цим, гравці другої групи випереджають третю за кількістю виконаних «ударів» ( $t=2,21$ ;  $p<0,05$ ).

Збільшення кількості «ударів» і одночасне зменшення кількості «довгих передач», «одноборств» і «обведень» у другій групі відбулося поряд з достовірним підвищенням кількісних і якісних (брак, %) показників передач, виконаних «уперед», «поперек» і «назад», а також «коротких» і «середніх» передач. Отримані результати наочно демонструють перевагу експеримен-

тальної методики тренування позитивно впливати на показники ігрової діяльності.

Дослідження ігрової діяльності футболістів-школярів показали достовірні покращення кількісних і якісних показників у першій групі по відношенню до контрольної: «загальної кількості ТТД» ( $t=3,45$ ;  $p<0,01$ ;  $t=2,71$ ;  $p<0,05$ ), «суми передач» ( $t=3,89$ ;  $p<0,01$ ;  $t=2,19$ ;  $p<0,05$ ), «коротких» передач ( $t=3,55$ ;  $p<0,01$ ;  $t=2,31$ ;  $p<0,05$ ).

Крім цього, у першій експериментальній групі по

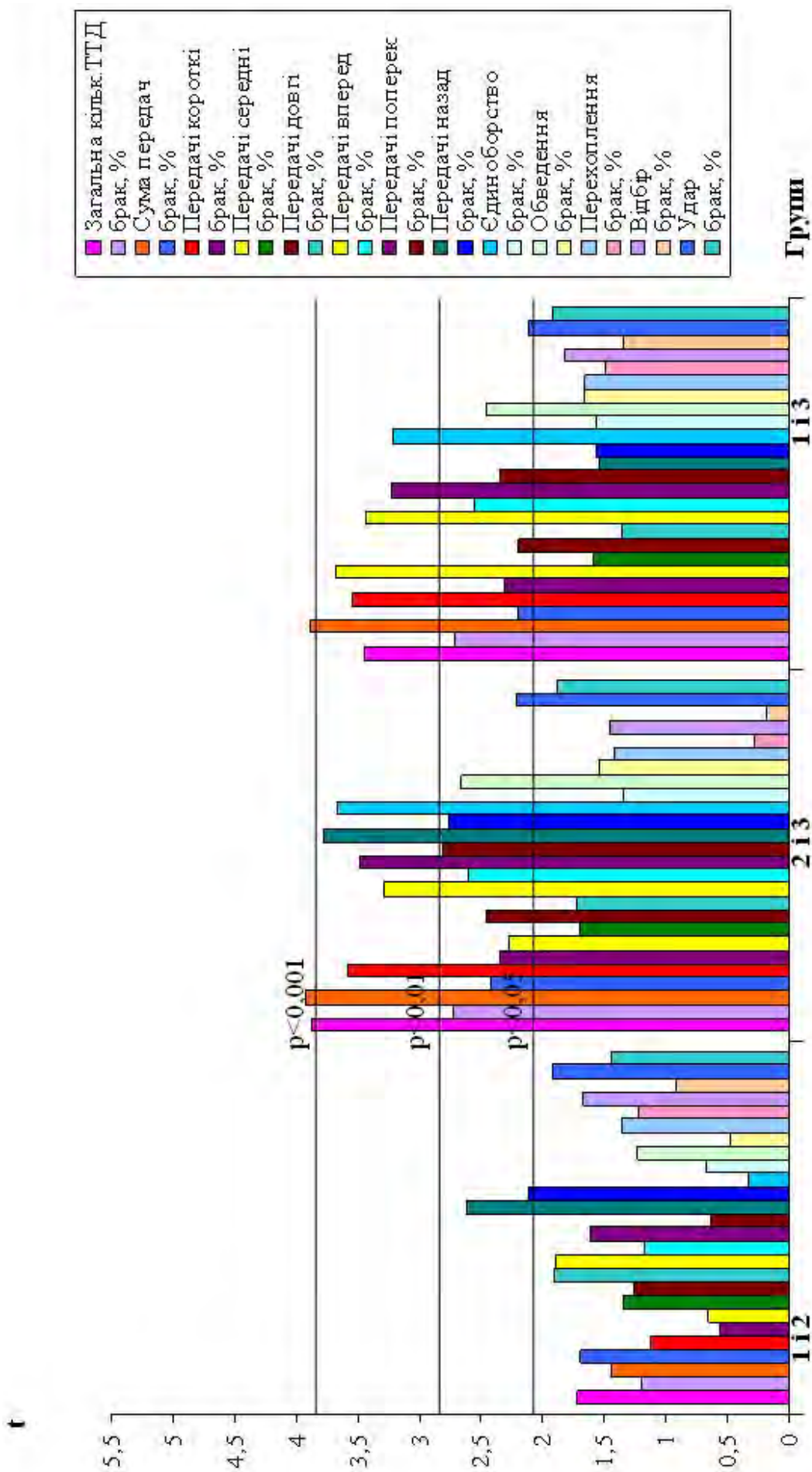


Рис. 1. Числові значення t-критерія і достовірні рівні (p) зміни показників ігрової діяльності футболістів-школярів середнього віку в групах 1, 2, 3 за підсумками річного експерименту ( $n_1 = n_2 = n_3 = 20$ )



відношенню до контрольної існує достовірне збільшення кількості «середніх» ( $t=3,67$ ;  $p<0,01$ ) і зменшення «довгих» ( $t=2,19$ ;  $p<0,05$ ) передач, проте якісні показники «середніх» ( $t=1,59$ ;  $p>0,05$ ) і «довгих» ( $t=1,35$ ;  $p>0,05$ ) передач не мають достовірних відмінностей.

Виявлено також кількісні і якісні достовірні позитивні зрушення в першій експериментальній групі по відношенню до контрольної групи в показниках передач: «вперед» ( $t=3,43$ ;  $p<0,01$ ;  $t=2,55$ ;  $p<0,05$ ), «поперек» ( $t=3,22$ ;  $p<0,01$ ;  $t=2,34$ ;  $p<0,05$ ), у той же час у передачах, виконаних «назад», достовірних змін не виявлено ( $p>0,05$ ).

Не виявлено також достовірних відмінностей між першою і третьою групами в якісних (брак, %) показниках: «одноробства» – ( $t=1,56$ ;  $p>0,05$ ), «обведення» – ( $t=1,65$ ;  $p>0,05$ ), «перехоплення» – ( $t=1,49$ ;  $p>0,05$ ), «відбору» – ( $t=1,34$ ;  $p>0,05$ ), «ударів» – ( $t=1,92$ ;  $p>0,05$ ). Та у кількісних показниках «перехоплень» – ( $t=1,65$ ;  $p>0,05$ ) і «відбору» – ( $t=1,82$ ;  $p>0,05$ ).

У той же час виявлено достовірне зниження випадків застосування цих техніко-тактичних дій гравцями першої групи в «одноробствах» ( $t=3,21$ ;  $p<0,01$ ) та «обведеннях» ( $t=2,45$ ;  $p<0,05$ ).

Разом з цим, гравці першої групи випереджають третю за кількістю виконаних «ударів» ( $t=2,12$ ;  $p<0,05$ ).

Збільшення кількості «ударів» і одночасне пониження кількості «довгих передач», «одноробств» і «обведень» у першій експериментальній групі відбулося через достовірне поліпшення кількісних і якісних показників передач, виконаних «вперед», «поперек» і «назад», а також «коротких» і «середніх» передач. Отримані результати дають нам підстави стверджувати, що експериментальна методика, яка застосовувалася в першій групі, більш ефективна, ніж традиційні

методи підвищення техніко-тактичної майстерності футболістів-школярів середнього віку.

**Висновки.** Таким чином, обидві експериментальні методики тренування спроможні робити істотний вплив на показники ігрової діяльності.

Методики, які використовувалися в першій експериментальній групі в умовах «комбінаційного коридору» можуть скласти основу тренування юного футболіста і є доповненням до періодів навчання комбінаційній грі. У міру того як тренер переходить від застосування однієї комбінації до іншої з'явиться можливість кожного разу відтворювати нові ігрові ситуації. Вивчивши комбінації, футболісти зможуть вибрати найбільш раціональний варіант у кожній ігровій ситуації, оволодіваючи технікою точної передачі м'яча.

Командні моделі «позиційного» контролю м'яча, які використовувалися в другій експериментальній групі та сприяють ефективному нападу і швидкому переходу до захисту, можуть бути застосовні проти будь-якого супротивника і зможуть забезпечити рівномірний розподіл навантаження між усіма польовими гравцями, що істотно підвищить рівень командного контролю м'яча в грі.

На основі кожної експериментальної методики тренування створені навчальні відеопосібники: «Позиційний контроль м'яча. Командні моделі», «Комбінаційний коридор. Комбінації в трійках», на які отримано акти впровадження в навчальний процес Центру ліцензування Федерації футболу України.

**Перспективи подальших досліджень** передбачають розробку і впровадження нових методик тренування для підвищення рівня техніко-тактичної підготовленості футболістів молодшого, середнього і старшого шкільного віку.

#### Література:

1. Бузнік А. І. Мінімізація конфліктної взаємодії спортсменів у юнацьких збірних командах з футболу : автореф. дис. на здобуття наук. ступеня канд. наук з фіз. виховання і спорту : спец. 24.00.01 «Олімпійський та професійний спорт» / А. І. Бузнік. – К., 2002. – 18 с.
2. Голомазов С. В. Футбол. Методика совершенствования техники эпизодов игры / С. В. Голомазов. – М. : Спорт Академ-Пресс, 2001. – 111 с.
3. Дулибский А. В. Моделирование тактических действий в процессе подготовки юношеских команд по футболу : автореф. дис. соискание уч. степени канд. наук по физ. воспитанию и спорту : спец. 24.00.01 «Олимпийский и профессиональный спорт» / А. В. Дулибский. – К., 2001. – 19 с.
4. Журід С. М. Удосконалення техніко-тактичної підготовки футболістів 15-17 років з використанням комплексів тренувальних завдань : автореф. дис. на здобуття наук. ступеня канд. наук з фіз. виховання та спорту : спец. 24.00.01 «Олімпійський та професійний спорт» / С. М. Журід. – Х., 2007. – 20 с.
5. Костюкевич В. М. Контроль за змагальною діяльністю футболістів / В. М. Костюкевич // II Всеукраїнська науково-практична конференція «Науково-методичні аспекти тренування футболістів». – К. : ФФУ, 2001. – С. 10–13.
6. Лисенчук Г. А. Теоретико-методичні основи управління підготовкою футболістів : автореф. дис. на здобуття наук. ступеня д-ра наук з фіз. виховання і спорту : спец. 24.00.01 «Олімпійський і професійний спорт» / Г. А. Лисенчук. – К., 2004. – 34 с.
7. Романюк В. П. Комплексна оцінка впливу занять футболом в умовах різних рухових режимів на морфофункціональний розвиток школярів 11–17 років : автореф. дис. на здобуття наук. ступеня канд. наук з фіз. виховання і спорту : спец. – 24.00.02 «Фізична культура, фізичне виховання різних груп населення» / В. П. Романюк. – Х., 2007. – 19 с.
8. Сычев Б. В. Моделирование соревновательной деятельности высококвалифицированных футболистов / Б. В. Сычев // Слобожанський науково-спортивний вісник : [наук.-теорет. журн.] – Харків : ХДАФК, 2010. – № 3. – С. 94–101.
9. Шамардін В. М. Модельні характеристики техніко-тактичної підготовленості футболістів вищої кваліфікації / В. М. Шамардін // Спортивний вісник Придніпров'я. – 2001. – С. 17–19.
10. Шамардин В. Н. Особенности проявления двигательных качеств у юных футболистов различной игровой специализации / В. Н. Шамардин // Слобожанський науково-спортивний вісник : [наук.-теорет. журн.] – Харків : ХДАФК, 2010. – №3. – С. 74–76.