МІНІСТЕРСТВО ФІНАНСІВ УКРАЇНИ
ДЕРЖАВНИЙ ПОДАТКОВИЙ УНІВЕРСИТЕТ

Факультет соціально - гуманітарних технологій, спорту та реабілітації
Кафедра технологій оздоровлення та фізкультурно-спортивної реабілітації

КВАЛІФІКАЦІЙНА РОБОТА

на тему: «**МЕТОДИКА ВДОСКОНАЛЕННЯ ТЕХНІКО-ТАКТИЧНИХ ДІЙ У ФУТБОЛІ**»

Здобувача вищої освіти другого магістерського рівня, ІІ курсу, група ФКМ-24-2, спеціальності 017 Фізична культура і спорт освітня програма (Фізична культура і спорт)

_____ Авраменка Павла Олександровича

Науковий керівник _____ Малинський І.Й., кандидат наук з фізичного виховання і спорту, професор

Гарант освітньо-професійної програми _____ Головащенко Р.В., кандидат наук з фізичного виховання і спорту, доцент

Допущено до захисту за рішенням кафедри
протокол від «27» січня 2026 № 10

Завідувач кафедри _____ Лаврентьєв Олександр Миколайович, кандидат наук з фізичного виховання і спорту, доцент
(підпис)

Ірпінь 2026

Реєстрація №_____ _____ _____

(дата) (підпис відповідальної особи)

Результати перевірки 09.02.26 27.01.26

(до захисту, на доопрацювання) (дата) (підпис)

Результат захисту _____ 09.02.26 _____

(оцінка) (дата) (підпис)

Голова комісії: _____ В. П. Грибан

(підпис) (ініціали, прізвище)

Члени комісії:

1. _____ Р. В. Головащенко
2. _____ І. Ю. Малиновський
3. _____ І. В. Кауп

Об'єкти контролю	Діапазон оцінки в балах	Фактична кількість балів	Примітки	Дата, П.І.П.: керівника, голови комісії членів комісії, секретаря, (підписи)
ОЦІНЮВАННЯ КВАЛІФІКАЦІЙНОЇ РОБОТИ КЕРІВНИКОМ ТА РЕЦЕНЗЕНТОМ				
1.Зміст кваліфікаційної роботи (якість теоретичного матеріалу, його зв'язок з практичним, вміння представляти матеріал в логічній послідовності, наявність висновків та пропозицій)	від 0 до 30			
2.Дотримання вимог щодо оформлення	від 0 до 10			
3.Вчасне виконання роботи на всіх етапах у встановлені кафедрою терміни	від 0 до 5			
4. Рецензент	від 0 до 5			
РАЗОМ БАЛІВ*	від 0 до 50			
ОЦІНЮВАННЯ КВАЛІФІКАЦІЙНОЇ РОБОТИ КОМІСІЄЮ ПО ЗАХИСТУ				
I.Доповідь	від 0 до 10			
2. Роздатковий матеріал	від 0 до 5			
3. Знання теоретичного та практичного матеріалу, вміння відповідати на запитання	від 0 до 25			
5. Апробація (участь у конференціях)	від 0 до 10			
РАЗОМ БАЛІВ	від 0 до 50			
ЗАГАЛЬНА КІЛЬКІСТЬ БАЛІВ	від 0 до 100			

ПЕРЕВЕДЕННЯ ОЦІНКИ ЗА 100-БАЛЬНОЮ ШКАЛОЮ ДО НАЦІОНАЛЬНОЇ ШКАЛИ ТА ШКАЛИ

Оцінка за 100 - бальною шкалою	Оцінка за шкалою ЕКТС	Оцінка за національною шкалою	Дата	П.І.П.: голови, членів комісії, секретаря, (підпис)
				Г.П. Грабан Р.В. Балванченко І.Ю. [illegible] І.В. Кацур Г.А. Сенура

Правила переведення оцінок до національної шкали та шкали ЕКТС

Оцінка за 100-бальною шкалою	Оцінка за шкалою ЄКТС	Оцінка за національною шкалою
90-100	A	5 (відмінно)
80-89	B	4 (добре)
70-79	C	
60-69	Б	3 (задовільно)
50-59	E	
35-49	ЄХ	2 (незадовільно)

Затверджую
Завідувач кафедри технологій
оздоровлення та
фізкультурно-спортивної реабілітації
_____ О.М. Лаврентьєв
«__12__»____12_____2024 р.

Завдання на кваліфікаційну роботу
здобувача вищої освіти

Авраменка Павла Олександровича

Тема кваліфікаційної роботи:

«Методика вдосконалення техніко-тактичних дій у футболі»

Затверджена наказом ректора від «12» грудня 2024 № 1867

1.Строк здачі закінченої роботи ___20.01.2026 року_____

2. Цільова установка:

Предметом дослідження є методика вдосконалення техніко-тактичних дій у нападі.

Об'єктом дослідження є техніко - тактичні дії у нападі

Базою дослідження є християнський футбольний клуб "Пенуел", U-14, м. Кривий Ріг, Дніпропетровської області.

3. Вихідні дані до роботи _____

4. Перелік графічного матеріалу __додатки_____

5. Зміст кваліфікаційної роботи

6. Календарний план виконання роботи

№ п\п	Назва етапів кваліфікаційної роботи	Строк виконання етапів ро	
		За планом	Фактич
1	2	3	4
1.	Вибір та закріплення теми для кваліфікаційної роботи	грудень 2024	12.12. 20
2.	Аналіз літературних джерел, щодо написання кваліфікаційної роботи	березень 2025	28.03. 20
3.	Визначення актуальності теми, змісту, мети, задання, об'єкту та предмету дослідження. Написання першого розділу роботи	червень 2025	17.06. 20
4.	Визначення методики для формування та проведення педагогічного експерименту. Написання другого розділу роботи	вересень 2025	16.09 20
5.	Впровадження розроблених методик за результатами педагогічного експерименту та написання третього розділу роботи	листопад 2025	28.11. 20
6.	Формування загальних висновків	грудень 2025	18.12. 20
7.	Попередній захист кваліфікаційної роботи	січень 2026	22.01. 20
8.	Отримання відгуків від зовнішніх рецензентів та наукового керівника	січень 2026	30.01.20
9.	Захист кваліфікаційної роботи	лютий 2026	09.02.20

7. Дата видачі завдання «__12__»____12_____2024 р.

8. Керівник кваліфікаційної роботи _____ **І.Й. Малинський**
(підпис)

9. Гарант освітньо-професійної програми _____ **Р.В. Голова**
(підпис)

10. Завдання до виконання отримав
здобувач вищої освіти _____ **П.О. Авраменко**
(підпис) (ініціали, прізвище

ЗМІСТ

ВСТУП			4
РОЗДІЛ І. ЗАГАЛЬНА ХАРАКТЕРИСТИКА ТЕХНІКО-ТАКТИЧНИХ ДІЙ У ФУТБОЛІ			7
	1.1.	Теоретичні основи техніко-тактичних дій у футболі	7
	1.2.	Історія розвитку техніко-тактичних дій у футболі	11
	1.3.	Дослідження ефективності техніко - тактичних дій у футболі: порівняння різних точок зору фахівців, переваги і недоліки	14
	1.4.	Спільні техніко-тактичні дії у футзалі, баскетболі та футболі	18
РОЗДІЛ ІІ. МЕТОДИ ТА ОРГАНІЗАЦІЯ ДОСЛІДЖЕННЯ			22
	2.1.	Методи дослідження	22
	2.2.	Організація дослідження	23
РОЗДІЛ ІІІ. МЕТОДИКА ВДОСКОНАЛЕННЯ ТЕХНІКО - ТАКТИЧНИЙ ДІЙ: ЕКСПЕРИМЕНТАЛЬНЕ ОБГРУНТУВАННЯ			26
	3.1.	Проведення відеоаналізу гри: аналіз гри нападників	26
	3.2.	Коригування техніко-тактичних дій у нападі	34
	3.3.	Динаміка вдосконалення техніко - тактичних дій гравців	38
ЗАГАЛЬНІ ВИСНОВКИ			45
СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ			48
ДОДАТКИ			52

ВСТУП

Актуальність теми дослідження. Сьогодні світ футболу розвивається стрімко і для того щоб лишатись в конкурентному середовищі необхідно мати швидкість прийняття рішень і не менш важливо мати високий рівень технічної підготовки. Футбольні клуби, тренери, гравці мають бути зацікавлені у пошуку методів вдосконалення техніко - тактичних дій у футболі.

Одним із важливих питань, на які варто звернути увагу є те, що в сьогоднішніх реаліях в українському футболі недостатня кількість точних передач при атаках або контратаках. Гравцям мало приділяється уваги у розвитку технічної майстерності в ситуаціях під тиском супротивника. Треба підтримувати високу працездатність футболістів і виконувати інтенсивні фізичні навантаження, що потребує високої стійкості. Техніко – тактичні вміння гравців проявляються в грі ефективно, коли мають вони високий рівень фізичної підготовки. Зазначено у статті «Розвиток фізичних якостей футболістів в тренувальному процесі», що: «згідно існуючих оцінок ігрової діяльності складність навантаження повинна бути вирішальним фактором, оскільки охоплює і зміст техніки, і тактику кожної ігрової ситуації» [16, с. 118-120].

Тобто основна проблема полягає в тому, що потрібно оновлювати методики вдосконалення техніко – тактичних дій тренувального процесу на основі отриманих даних після проведення аналізу за рахунок використання сучасних технологій.

Теоретико-методологічна основа дослідження. Завдяки дослідженням наукової літератури, опрацювання теорії та методологічних основ, вивчення робіт фахівців на дану тематику, є можливість аналізувати ефективність впливу техніко-тактичних дій у футболі на результат гри.

Аналіз публікацій і досліджень вказує на наявність достатньої кількості літератури для дослідження шляхів вдосконалення техніко - тактичних дій футболіст, зокрема у питанні атаки (нападу), зокрема: сучасні підходи до удосконалення тактики гри у футбол у студентів ЗВО (Бондар А.А.) [1, с. 17-18], розвиток фізичних якостей в тренувальному процесі (Малинський І.Й., Крупеня

С.В. Лаврентьєв О.М.), технологія контролю техніко-тактичної підготовленості футболістів високої кваліфікації статті та публікації, щодо дослідження ефективності відеоаналізу як інструмент удосконалення техніко-тактичної підготовки [15; 32]. Автори книги “Теорія і методика викладання футболу” виокремлюють техніку і тактику футболу, зазначаючи, що техніка - це спосіб виконання дій, а тактика - це вибір системи та методу гри, що забезпечує раціональну взаємодію гравців під час матчу. Важливо ще у дитячому віці навчати техніки та тактики футболу. У своїй автобіографічній книзі “My Life in Red and White” футбольний тренер Арсен Венгер розглядав важливість дотримання балансу між технічними навичками гравця і тактикою, забезпечення взаємодії гравців [35, с.340].

Мета роботи. Дослідити доцільність використання відеоаналізу як методики вдосконалення тренувань техніко-тактичних дій за рахунок та визначення його переваг для збільшення ефективності у тренуваннях.

Завдання роботи.

1. Проаналізувати гру нападників команди U-14 за рахунок відеоаналізу матчу в записі для виявлення помилок, слабких сторін, які впливають на рівень техніко-тактичних дій в команді
2. Дослідити доцільність покращення ТТД шляхом додавання в тренувальний процес вправ на збільшення спротиву, розвитку активності та покращення фізичного стану.
3. Провести спортивний експеримент та виявити слабкі та сильні сторони нападників через порівняльно-аналітичний аналіз.

Об’єктом дослідження є техніко - тактичні дії у нападі

Предметом дослідження є методика вдосконалення техніко-тактичних дій у нападі.

Базою дослідження є християнський футбольний клуб “Пенуел”, U-14, м. Кривий Ріг, Дніпропетровської області.

Методи та організація дослідження. Дослідження техніки виконання вправ та тактики нападу на основі розбору відеозйомки гри як метод

спостереження, та проведення спортивного експерименту з метою отримання інформації про рівень підготовки нападників та його подальшого покращення.

Методи дослідження: огляд та аналіз науково – методичної літератури, відеоаналіз, метод спостереження та метод порівняння, педагогічне тестування, педагогічний (спортивний) експеримент.

Кваліфікаційна робота містить 58 сторінок, 12 таблиць, малюнків 3, список використаних джерел з 40 найменувань, 1 додаток.

Рік виконання кваліфікаційної роботи вересень 2024 р.– січень 2026 р.

Рік захисту роботи кваліфікаційної роботи лютий 2026 р.

РОЗДІЛ 1. ЗАГАЛЬНА ХАРАКТЕРИСТИКА ТЕХНІКО-ТАКТИЧНИХ ДІЙ У ФУТБОЛІ

1.1. Теоретичні основи техніко-тактичних дій у футболі

Техніко-тактичні дії (ТТД) у футболі є основними компонентами успішної ігрової діяльності. Успішно виконані технічні елементи футболістом, разом з тактичними рішеннями дозволяють досягти командного результату. Майстерність футболіста та його рівень в грі напряму пов'язані один з одним.

ТТД - це активний динамічний процес, який потребує постійного аналізу гри на полі та швидку реакцію на зміни. Тенденція сучасного розвитку показує, що тактична підготовка гравців зараз є основою, поміж інших видів спортивної підготовки, так як конкретизує обов'язки футболістів та іх функції. [29].

Тактика - це грецьке слово, що означає мистецтво командування військом, як частина військової стратегії. Зазначено, що "загальнокомандна тактика будується відповідно до сучасних тенденцій розвитку футболу, а також принципових підходів тренера до управління грою" [9, с.104]. Завданням тактичної підготовки є отримання потрібних вмінь, знань, навиків, щоб в подальшому вміти ефективно брати участь у змагальній діяльності [6, с. 122].

Люкішинов Н.М. зазначав, що під тактикою в спорті треба розуміти здатність спортсмена вирішувати завдання, які виникають у процесі змагальної діяльності, найбільш раціональними шляхами і способами.

Лобановський Валерій - легендарний тренер Динамо, в честь якого названо стадіон, який зробив величезний внесок в розвиток клубу і який має 28 титулів [17]. Він зазначав, що тактика - це організація колективних та індивідуальних дій за визначеним планом, який враховує взаємодію гравців проти суперника на різних стадіях. Тактика на думку Аркадьєва Б.А., це сукупність продуманих індивідуальних дій окремих футболістів[30, с.57].

За даними авторів книги "Фізичне виховання", зазначається, що "тактичні дії – це дії футболістів у грі, які спрямовані на досягнення певного результату, вони поділяються на індивідуальні, групові і командні[15, с. 145]. Дуже важливо

бачити гру «наперед», що дозволяє прогнозувати та аналізувати ситуації, які складаються протягом гри і забезпечувати більш правильне рішення.

Індивідуальна тактика - це вміння обрати найкраще та найбільш вірне рішення, з усіх можливих у наявній ігровій ситуації. Може включати як дії з м'ячем, так і без м'яча [3, с.41]. Також можна зазначити, що тактичні дії (індивідуальні) саме у нападі - це результат колективних дій, які залежать від рівня майстерності [15, с. 86].

Групова тактика відрізняється наявністю завчасно проаналізованих дій гравців у різноманітних ігрових ситуаціях. Також можуть бути і імпровізовані комбінації. Групова тактика може будуватись по лініям, а саме: захист, півзахист і напад. Групова дія у нападі є основою, на якій будується взаємодія у команді [33].

Командна тактика - це сукупність колективних дій команди, для отримання переваги над суперником. Важливими в команді є швидка реакція, концентрація, страхування інших гравців, вміння швидко перелаштовуватися в ігрових ситуаціях [8, 54 с.].

Загалом техніко-тактична підготовка це поєднання технічних та тактичних рішень та прийомів, що використовуються для досягнення командної мети. Вдосконалення методики техніко - тактичних дій у нападі у футболі дають змогу поліпшити якість гри у атаці.

Для того щоб техніко-тактичні дії стали результативними у практиці гравців, важливо попередньо застосовувати теоретичне та наглядне пояснення.

Тактика є важливою саме для побудови командної гри, дозволяє діяти як одне ціле. Техніка сама по собі є інструментом, а тактика планом в грі. За даними FIFA футбол прогресує з точки зору тактики [40, с. 30].

Тактика поділяється на *оборонну та атакувальну.* До атакувальних дій відносять обіграш суперників, передачі вперед, удари по воротам,для завершення атаки. До оборонних дій відносять командну взаємодію в обороні, відбір м'ячів, перекриті зони.

Також є вибір тактики гри, який залежить від внутрішніх (підготовка гравця та команди технічно, розвиток сили та швидкості своєї команди та суперника, стан готовності до гри команд) та зовнішніх чинників (погодні умови, місце проведення, турнірне положення, стан поля).

Існують тактичні принципи, що визначають взаємодію гравців для досягнення зазначених цілей. Один з принципів де організація позицій на полі відповідно до обраної схеми для забезпечення контролю простору, що дає можливість знаходити зони для атак, та закривати її для оборони. Взаємодія між гравцями в колективі дозволяє створювати переваги на полі. Принципи пресингу і контрпресингу дозволяють тримати баланс між атакою та захистом. Це дозволяє команді оперативно переходити з атаки в захист і навпаки. Принцип покриття (coverage) не дає супернику можливості зайняти вільні місця на полі або ж отримати м'яч в небезпечній ділянці. Всі вказані принципи задіюють у гравців ігрове мислення, при поєднанні і швидкій реакції, дають чудові результати на полі.

У статті "Тактика та техніка у футболі: інсайти від експертів" зазначено, що "тактика у футболі – це план дій, розроблений тренерами та гравцями для досягнення певних цілей на полі [31]. Вона включає такі аспекти, як стратегія гри, використання простору на полі і багато іншого", а техніка у футболі – це вміння гравця контролювати м'яч, передавати його, бити по воротах та вести гру загалом/ Це включає майстерність у дриблінгу, передачах, ударах головою та інших аспектах гри.

Техніка у футболі, за визначенням М. Казакова - сукупність спеціальних прийомів, які використовуються у грі в різноманітних поєднаннях для досягнення поставленої мети [30; с.9].Технічні дії у футбольній грі це база на якій створюється тактична стратегія та взаємодія у команді.

Костюкевич В.М. в посібнику "Загальні основи техніки футболу" зазначає, що техніка це способи виконання всіх рухів, які можуть бути застосовані в грі [9,с.104]. У методичному посібнику FIFA Coaching Manual (FIFA, 2017), техніка

вважається основою індивідуального вміння гравця, яке дозволяє ефективно виконувати свої функції у грі на полі[40].

Базою кожного футболіста являється те, що техніка закладається в ранньому віці. Розвиток технічних якостей являється одним з головним пріоритетів тренера. Для цікавого впровадження вправ в тренувальний процес залучаються вправи в ігровій формі. Зазначається, що одним з пріоритетних завдань підготовки футболістів є використання великої кількості ігрових завдань, навчальних ігор [20, с.9].

Загалом техніка включає в себе дві основи: техніка воротаря та техніка польового гравця. А ці основи ще розподіляються на техніку пересування та техніку володіння м'ячем. Техніка у футболі - це вміння футболіста приймати м'яч, обігрувати, вести м'яч, віддавати передачу, бити по воротам і вміти використовувати весь цей набір навичок під тиском супротивника.

До технічних прийомів належить: удари, прийоми, ведення, спроби, різновиди, фінти, обманні рухи, відбори, відкидання. У посібнику "Теорія і методика викладання футболу та футзалу" зазначається авторами, що техніка розподіляється на загальну та спеціальну. До *загальної* відноситься зупинки, стрибки, напрями бігу, зміна темпів, а до *спеціальної* відносять гру тулубом, гру воротаря, фінти, удари по м'ячу тощо [28, с.145].

Індивідуальні технічні навички - це елементи, які має виконувати гравець з м'ячем і без м'яча. Кожний має досконало володіти такими елементами. На технічних елементах будується ігорова діяльність.

Вирізняють етапи навчання техніко-тактичних дій у футболі. Спочатку пояснюють та показують техніку/тактику, далі після ознайомлення закріплюють знання, потім відбувається перехід до вдосконалення навичок в ігрових умовах, і з часом це вводять у змагальну ігрову практику. Через схеми тактики проявляються технічні навички. Якщо гравець відмінно віддає пас, але не розуміє коли і куди його правильно подавати, то результату від таких дій буде мало. Технічні і тактичні дії, їх навички у футболіста дуже важливі. Гравець, який не має хорошої технічної підготовки, не зможе виконати просту тактичну

задачу. Для прикладу, якщо гравець не може віддавати точний пас, тоді команда матиме набагато менше можливостей будувати атаки.

Гармонійне поєднання тактики та техніки призводить до успіху у футболі. Важливе постійне оновлення в тренувальних методиках, підтримання безперервного процесу удосконалення для забезпечення успіху.

В процесі аналізу теоретичної частини техніко-тактичних дій, встановлено, що від співвідношення рівня володіння гравцем технічними прийомами та їх влучне застосування у тактиці, залежить ефективність як самого футболіста так і команди.

Якщо мати системний підхід до підготовки гравців, то це підвищить якість і навчального і тренувального процесу, дозволяє розвивати ігрове мислення та зростанню результативності.

Теоретичне обґрунтування дозволяє створити базу для підготовки гравців футболістів і сприяє формування висококваліфікованих гравців у футболі. Сучасний підхід до техніко-тактичних дій у футболі вже змінюється та відходить від звичних методів, які замінюються новими, що поєднуються ще з фізіологією, психологією, врахування індивідуальних особливостей гравців тощо. За даними автора статті, психологічно-педагогічна підготовка юних футболістів – важливий компонент тренувального процесу [14, с. 266].

Як зазначає автор підручника “Фізична культура: основні техніки і тактики гри у футбол”, важливо звертати увагу на теорію, оскільки рівень майстерності гравців залежить і від знання теорії. Метою знання теорії є засвоєння обсягу знань, що включають сучасні тенденції розвитку, тактичні навички, знання, а також рівень розуміння гри.

1.2. Ознайомлення з історією розвитку техніко-тактичних дій у футболі

Футбол вважається однією з найдавніших ігор людства. Історія розвитку футболу як гри і історія розвитку техніко-тактичних дій взаємно пов’язані. Виділяють приблизно п’ять етапів розвитку футболу та техніко- тактичних дій. На початковому етапі (кінець XIX – початок XX століття) відмічалось, що

оборона була більш слабкою, нападники мали пріоритетність в грі, більше уваги було до витривалості, аніж до тактик. Ці ігри ще не мали особливої тактичної структури, та саме вони формували технічні навички контролю за м'ячем - основою технічної підготовки гравця.

Початок XIX столітті в Англії, став періодом формування сучасної форми футболу, там у 1863 році створюється Футбольна асоціація, затверджуються перші офіційні правила гри. Перші ж кроки у розвитку український футбол зробив ще в 1878 р.[26].

Наступний період розвитку був протягом 30 років, починаючи з 1920 - го, де переважав розвиток тактики, і відрізнявся він створенням перших тактичних схем, командні дії футболістів ставали більш організованими.

В період 1950-1970 років розвиваються колективні дії у футболі. З'являються нові схеми та гравці починають контролювати темп та простір в грі. З'являється "зонний захист" - це відповідальність гравця за обрану зону захисту на полі. Зазначається, що обов'язковим елементом при використанні зонного захисту є взаємодія з партнером.

Сучасний футбол, період до початку 2000 х, коли гра стає більш інтенсивною, йде вдосконалення контратак, пресингу, швидше приймаються рішення на полі гри. Починають застосовуватись варіативні схеми "3-5-2", "4-5-1" та використовують оборонні лінії.

Починаючи з 2010 року і дотепер наступає новітній етап у розвитку техніко-тактичних дій у футболі і характеризується гнучкими схемами, які адаптовані до ситуації. Стає популярним застосовувати новітні технології, такі як відеоаналіз, використання GPS та ін. Перші правила та принципи гри у футбол були закладені у XIX сторіччі в Англії, саме в цей час футбол формувався як гра команд. Перші матчі були доволі неструктурованими і мали більше вільний характер гри.

Перші схеми гри, які можна назвати тактичними, почали формуватись на початку XX сторіччя, до таких схем можна віднести систему "2-3-5", яка ще має назву «піраміда», при якій в захисті виступали два футболісти, три гравці

знаходяться в центрі поля, а нападників було відразу п’ять. Головне було атакувати, оборона була не пріоритетна. Ця схема стала основою для виникнення подальших, допомогла тренерам зрозуміти важливість ролей і розподілення зон.

У статті “Історія тактичних систем у футболі” зазначається, що часом появи такої схеми вважаються 1880 роки, а місцем зародження часто називають Кембридж. Далі почали з’являтись інші нові системи тактик, такі як: “3-2-5, Ар Деко у футболі”, “4-2-4 футбол по - бразильски”, “4-4-2 Безкриле диво Альфа Ремсі” та інші.

У 1950-х роках був винайдений стиль “катеначо”, або ж тактика автобуса. Основне зосередження тут максимальна оборона і глибокий захист. Розташування гравців вибудовувалися так, щоб максимально закрити власне штрафне поле. Саме в цей період з’являється значення ліберо, а саме - вільний захисник.

У 1970-х роках з’являється складний технічний елемент, який має назву “elastico” - фінт, який є “класичною обманкою”, суть якого полягає в обіграші суперника за рахунок нестандартного технічного елементу. Має дуже високу ефективність в обіграші суперника.

До основних рис гри раннього футболу можна віднести мінімальну оборонну організацію, а також акцентування на атаці. З’являється позиційна гра, в якій розрізняють нападників, захисників, воротарів. З середини ХХ сторіччя тактика стає ключовим елементом успіху у футболі. З’являються нові схеми, які допомагають балансувати між атакою, захистом. У 1950 роках розвивається “тотальний футбол”, захист зон. По техніці вирізняються такі прийоми: пас, удар, контроль м’ячів, дриблінг та інші.

На початку ХХ сторіччя тренери почали використовувати техніку набивання м’ячем (жонглювання). Завдяки цій техніці покращуються технічні якості футболіста. а саме краще відчувати м’яч. Легендарні тренери протягом усього періоду значно вплинули на хід історії розвитку техніко - тактичних дій у футболі. Герберт Чемпен застував тактичну схему “дубль-ве” (3-2-5)[5].

До світових тренерів відносять Пепа Гвардіолу (Іспанія), який запровадив новий стиль гри з м'ячем "тікі-таку", це тотальне володіння м'ячем, з пасами та пресингом [21;38]. Так, під керівництвом Пепа Гвардіоли у 2009 році відбулася тактична революція. Ліонель Мессі виконав унікальну роль нападника, який заходить в глибину поля, "тягне" за собою захисників, таким чином утворюючи простір для атак з флангу. Після застосування такого тактичного хочу, почались зміни в схемах захисту. Жозе Моурінью (Португалія) вважається майстром психології команди та організації оборони. Карло Анчелотті (Італія) відомий тим, що адаптує тактику під гравця.

Такі українські легенди, як Валерій Лобановський (Динамо Київ), ввів науковий підхід до тренувань; Андрій Шевченко (збірна України) акцентував у грі на контролі м'ячу та грі в атаці; Мирон Маркевич (Дніпро, Металіст) відомий своєю позицією в атаці, також внесли свій вклад в розвиток техніко-тактичних дій у світ футболу, так як формували нові підходи.

У результаті експерименту, який описується у статті "Сучасні уявлення щодо тактичної підготовленості юних футболістів", зазначається, що резервом оновлення процесу тактичної підготовки є запозичення досвіду провідних футбольних країн світу [19, с.75].

Можна зробити висновок, що сучасний футбол вимагає від гравців не тільки покращення техніки, але й глибокого розуміння тактики. Вміти швидко підлаштуватись, адаптуватись в грі, до ситуації, до оперативного прийняття рішення, яке принесе користь команді. Через ускладнення тактичних моделей відбувається і вдосконалення техніки у гравця.

1.3. Дослідження ефективності техніко - тактичних дій у футболі: порівняння різних точок зору фахівців, переваги і недоліки

Розглядаючи наукову та практичну літературу, можна знайти різноманітні підходи фахівців до аналізу та оцінки техніко-тактичних дій у футболі. І всі ці підходи мають як свої плюси так і мінуси. До таких підходів відносять: тренерський підхід, за допомогою якого формуються базові навички,

розвивається індивідуальна майстерність; аналітичний підхід, за допомогою якого оцінюють ефективність дій через статистичні методи (кількість, точність, успішність); ігрове моделювання, дозволяє навчатись через моделювання реальних ситуацій, а також сучасний підхід - до таких тенденцій дослідження відносять відео аналіз гри, використання GPS трекерів, новинок програмних забезпечень, AI тощо.

Деякі моменти з революції у футболі, з точки зору фахівців аналітиків.

Зі статті про аналітика Джой Ґабріела на тему “Not all players show interest in tactical aspects” відомо, що введення відеоаналізу та так званої “тактичної статистики” дозволяють модернізувати футбол, але для максимально корисного її використання потрібна зміна мислення. Цей тактичний зворотний зв’язок після аналізу гри є ефективним лише тоді, коли отриманою інформацією діляться з гравцями, на що не всі готові, зазначає автор [36].

Лабораторія спортивної аналітики у Бельгії під керівництвом Джессі Девіса займається розробкою AI інструментів для того, щоб оцінювати зони для ударів, прийняття рішень, моментів володіння м’ячем, що вже вплинуло на інсуючу практику багатьох футбольних клубів. Та при всіх існуючих перевагах, таких як, наприклад, практичне прогнозування, недоліком є те, що такий інструмент є короткостроковим і на нього поставлені високі ставки, а також складність його впровадження. У статті зазначається, що “віддача від цих інвестицій може бути обмеженою. А якщо вони взагалі з'являться, результат цієї роботи не обов'язково допоможе команді виграти ігри, особливо в короткостроковій перспективі”[37]. До основних переваг таких методів дослідження можна віднести детальність, масштаб та об’єктивність отриманих даних, а до недоліків віднести нерозуміння всіх гравців запропонованих методів та додаткові технічні витрати.

Пеп Гвардіола зробив революційний прорив у футболі створивши стиль “тікі така”, створивши нову філософію гри - це контроль м’яча, за яким команда грає як один механізм [21]. Тікі така заснована на кількох принципах, один з яких є “позиційна гра”, де гравці займають свої ідеальні місця для початку і

розвитку атаки. Гвардіола зробив популярною позиційну гру, через короткі паси, точне розташування, а також комбінаціями. В такій класичні тактиці також є як переваги так і недоліки. До плюсів відноситься стабільність, чіткість, а от до мінусів можна віднести передбачуваність, одноманітність матчів.

Цікавим був підхід до техніко-тактичних дій у футболі у Валерія Лобановського. Він наголошував, що система не гарантує успіху, але дає набагато більше шансів на успіх, ніж вигадування на ходу[13]. Підкреслював, що всі гравці мають грати різні ролі, а техніко-тактичні дії, мають відпрацьовувати в модельованих ситуаціях. Гравці отримали індивідуальні технічні тренування для кращої підготовки до виконання завдань, і для кожного гравця створювалась індивідуальна тактика, в залежності від суперників. До переваг можна віднести узгодженість, дисципліну, автоматизм, а до недоліків складне планування таких стратегій гри, та високе навантаження на підготовку аналітики.

У науковій статті “Аналіз ефективності відбору м’яча збірною командою України в іграх групового раунду чемпіонату Європи з футболу 2024 року” автор Перевозник В. І., Перепелиця П. Є., Паєвський В. В. проводили аналіз збірної України на Євро-2024, використовуючи теоретичний аналіз і узагальнення даних науково-методичної літератури, методи педагогічних спостережень, методи математичної статистики, зазначаючи, що техніко-тактичні дії у футболі – це показники дій гравців, які вони виконують на полі [22]. До них відносять передачі, відбір м’яча, підбирання, перехоплення, удари тощо. При цьому більшість техніко-тактичних дій припадає на передачі та відбір м’яча. До плюсів такого методу дослідження відносяться наявність реальних даних та прикладів, недоліками ж є описані в статті думки авторів, що отримані показники не враховують ігрові умови, ситуації, напруженість в грі, тому не надають 100% об’єктивної картини та не пояснює всіх негативних моментів у матчі та їх причини.

Сучасні методи дослідження техніко - тактичних дій виділяються своєю взаємодією кількісного та якісного аналізу до дозволяє в комплексі оцінювати ефективність техніки і тактики. Все це забезпечує високу точність збору даних та

оперативного прийняття рішення тренером, але потребують додаткових витрат та спеціалістів у цих сферах. Нижче приведені деякі думки тренерів та футболістів, щодо важливості техніко- тактичних дій у футболі.

Пеп Гвардіола зазначав, що тактика відіграє найважливішу роль в успіху всієї команди. Він вважає, що успіх команди залежить від вміння кожного гравця до швидко реагувати, якщо на полі змінюється ситуація, а техніка - це інструмент. Він казав: “Тактика дуже важлива, тому що кожен повинен знати, що робити на полі. Стосунки та поведінка між товаришами по команді поза полем мають бути якомога кращими”, але також звернув увагу та спільність команди: “Мені потрібен час, але якомога швидше ми спробуємо створити командний дух. Це найважливіше. Після цього можна буде розробляти тактику, але ми повинні створити щось особливе для себе”[7].

Жозе Маурінью звертає увагу на тактику захисту та контратаки. Він вважає, що гарно організована схема тактики може стримати більш технічно сильну команду. Юрген Клопп, який відомий “гегенпресингом”, підтримує функціональну техніку, гравець має володіти нею так, щоб вона не заважала прийняттю тактичних рішень.

Ліонель Мессі, видатний гравець, футболіст, популярний через свої технічні прийоми ударів та дриблінгу. Своєю грою він показав, що техніка може бути вирішальною у результаті гри. Кріштіану Роналду, легендарний гравець, теж відомий своїми сильними ударами та майстерним дриблінгом.

Український футболіст Андрій Ярмоленко зазначав, що шлях до успіху - це дисципліна в тактиці. В інтерв’ю він звертає увагу на важливість кожному гравцю розуміти свою роль в команді і бути здатним до адаптації до дій суперників.

Ознайомившись з багатьма думками фахівців, спеціалістів та аналітиків, можна зробити висновок, що гармонійне поєднання техніки та тактики забезпечує успіх у грі. Постійне вдосконалення техніко - тактичних дій, оновлення методик тренувань, підходів, аналіз ігор, залучення сучасних

технологій забезпечують безперервний розвиток футболу і покращують навички футболістів.

Таким чином, аналізуючи отриману інформацію, можна зробити висновок, що знання фахівців допомагають отримати більш точне уявлення про вимоги до техніко-тактичної підготовки гравців і допоможе знайти правильний підхід до вибору методики удосконалення.

1.4. Спільні техніко-тактичні дії у футзалі, баскетболі та футболі

Обране до ознайомлення та вивчення питання спільних тактичних дії у різних видах спорту є важливим та має по суті методичне значення, так як допомагає у побудові універсальної системи тренувань, що дозволяє комплексно розвивати гравців. Обрані для аналізу види спорту всі є колективними, що їх об'єднує в першу чергу.

Автори книги "Фізичне виховання" зазначають, що тактика в баскетболі - це цілеспрямовані узгоджені дії гравців команди, що спрямовані на досягнення перемоги в конкретному матчі, а тактичні дії футболістів - це дії футболістів у грі, які спрямовані на досягнення певного результату [15, с.84, с.145]. Тактика у футзалі - це найбільш доцільні індивідуальні, групові та командні дії гравців, спрямовані на досягнення поставленої мети [28, с. 185.]

Усі визначення мають під собою однакову основу - це дії, які призводять до досягнення певного результату. У багатьох командних видах спорту є спільні тактичні дії, такі як використання комбінації, творення простору, пресинг, швидкі переходи від оборони до атаки та інші.

Розглянемо спільні дії які використовуються в обраних для порівняння видах спорту, а саме: футзалу, футболу та баскетболу. Розпочнемо з техніки гри. Техніку трьох видів спорту можна атаку та захист. Наприклад зазначено, що техніка в баскетболі розподіляється на два великих розділи: техніки в нападі та техніки в захисті, і ще кожний розділ далі ділиться на підрозділи: переміщення й володіння м'ячем у нападі; переміщення, володіння м'ячем та протидія супернику у захисті [15, с.49].

Як у техніці нападу так і у техніці захисту використовуються спільні технічні прийоми: біг, ходьба, стрибок, поворот і зупинка, які використовуються у техніці переміщень і техніці з м'ячем, його володінням.

Присутність однакових технічних прийомів - це базові прийоми в грі, що забезпечують ефективну взаємодію гравців, контроль м'яча та реалізацію тактичних моментів.

Передача м'яча є спільним прийомов, який має різницю в тому, що у футболі та футзалі це дія ногами, а в баскетболі це передачі руками.

*Прийом м'яча з*і спільного має на меті контроль м'яча та підготовку до наступного ігрового прийому, а також різницю у виконанні прийому руками/ногами.

Дриблінг зі спільного має обіграш суперника, просування вперед, простір, з різного: у футболі та футзалі акцент на зміну напрямку, а в баскетболі - на зміну швидкості.

Фінти, обманні рухи мають одне спільне рішення: ввести в оману суперника. У футзалі це може бути прийом зміни напрямку, у футболі створення стінок, а у баскетболі наприклад показ на кидок.

Пересування гравців по ігровому полю є спільною основою для виконання технічних прийомів.

Захист (відбір м'яча) здійснення напарвлених дій на повернення м'яча та опір суперника.

Кидок по кошику/воротах застосовується в усіх видах зазначеного спорту для завершення атаки (у баскетболі це кидок у кошик, а у футболі та футзалі - це удар по воротах.

Наявні універсальні рухові навички створюють спільні технічні дії, які є основою різних ігрових ситуацій. Знання спільних прийомів важливі і корисні в подальшому використанні при побудові нових методик тренувань, які впливають і на розвиток швидкості, взаємодії, прийняття рішень.

Важливим є і аналіз та вивчення спільних тактичних дій у різних видах спорту, що сприяють удосконаленню тренувань та побудови їх програм. Одним

із визначень тактики є поєднання індивідуальних, групових та командних дій в рамках команди, що використовує свої ресурси в раціональній та організованій манері[10, с.6]. Зазначається, що вибір тактики Присутні і у футболі, футзалі і в баскетболі. До спільних тактичних принципів можна віднести наступні:

Створення простору робиться для розтягування оборони суперника, відбувається за рахунок постійного переміщення гравців.

Рух без м'яча для створення та займання простору. Забезпечує підтримку гравцю, який з м'ячем.[10, с.9].

Пресинг / контрпресинг пресинг у грі, який використовується для того, щоб швидко повернути м'яч. У баскетболі це пресинг по всьому майданчику, у футболі це дії команди, які здійснюються з метою обмеження часу й простору.

Перехід оборона/атака по суті є здійсненням контратаки яка є універсальною в командних видах спорту. У футболі та футзалі - це організація дій команди, спрямованих на взяття воріт своїх суперників[15, с.160]. У баскетболі це метод швидкої атаки що має назву - "fast break",

Ігрові ролі/командна взаємодія заключається у розподілі ролей у команді, а також функцій кожних окремих гравців.

При аналізі спільних техніко тактичних дій важливо також враховувати і різницю, особливо звертати увагу на різницю в просторі, наприклад у баскетболі це менший, в порівнянні із футболом майданчик, тому дії/рішення виконуються набагато швидше, так як в свою чергу у футболі за рахунок більшої площі ігрового поля, рішення виконуються довше. Різна кількість гравців баскетбол/футзал до футболу. Фізичні можливості у футболі спрямовані на більшу витривалість, а у баскетболі та футзалі більше орієнтовані на швидкість і менший простір.

Вивчення цього питання (спільності дій у різних вида командного спорту) дає можливість розглянути та проаналізувати вже створені методики для різних видів спорту. Допомагає формувати більш гнучке мислення. Вивчення спільних дій/прийомів забезпечує структуризацію тренувального процесу, що дозволяє створювати як прості справи так і складні командні комбінації, поступово

розвиває техніку та тактику. Дивлячись ігри інших командних видів спорту, футболісти можуть почати краще розуміти принципи взаємодії в команді. Важливий принцип вивчення спільних дій також полягає у створенні методик між різних видів спорту за рахунок отримання досвіду від баскетболу, який буде корисним футболу, так і від досвіду футзалу, який може стати корисним баскетболу.

Отже, можна зробити висновок за розділом, що техніко-тактичні дії у футболі поєднують теоретичні знання, історичні аспекти та сучасні підходи. Аналіз різних точок зору фахівців і спеціалістів дозволяє визначити переваги та недоліки існуючих методик. Порівняння спільності ТТД дозволяє отримати основу для подальшої розробки власної методики вдосконалення, методи і організації дослідження якої будуть розглянуті в наступному розділі.

РОЗДІЛ 2. МЕТОДИ ТА ОРГАНІЗАЦІЯ ДОСЛІДЖЕННЯ

2.1. Методи дослідження

Для написання кваліфікаційної роботи були обрані методи дослідження, які дозволяють забезпечити аналіз техніко – тактичних дій у нападі, фізичну підготовку нападників U-14 та методику вдосконалення ТТД [24].

Використовувались наступні ***методи дослідження:***

1. Аналіз науково-методичної літератури.
2. Педагогічне спостереження.
3. Анкетування
4. Педагогічне тестування.
5. Методи математичної статистики.

Огляд (аналіз) науково-методичної літератури

Під час написання роботи було опрацьовано спеціальну літературу відносно техніко-тактичних дій, як у футболі так і в інших видах спорту. Використовувались наукові статті, що стосуються розвитку фізичної підготовленості спортсменів (Малинський І.Й., Лаврентьєв О.М., Андріяш В.В.) Опрацьовані вітчизняні та зарубіжні статті (Joy Gabriel, Стрикаленко С.А.) роботи, основною темою яких є вивчення техніко – тактичних дій футболістів, їх фізичної підготовки, методики вдосконалення техніко-тактичних дій за рахунок використання різних підходів.

Педагогічне спостереження

Педагогічне спостереження проводилось на основі відеоаналізу матчу 23 вересня у м. Дніпро. Здійснювався на основі аналізу тактичних та технічних дій футболістів у нападі для виявлення помилок та ефективних дій. До критеріїв оцінки залучались: кількість атак, їх тривалість, кількість здійснених передач, вид завершення атак. Проведені дослідження та реальні спостереження показують значний вплив на зростання ключових дій в команді: підвищується точність передач, зростає кількість створених моментів, збільшується середня кількість голів.

Застосування цього методу, полягає в залучені у тренувальний процес:

- регулярний розбір відео
- використання сучасного програмного забезпечення(за можливості)
- залучення футболістів до обговорення процесу та висновків.

Експеримент проводився на базі ХФК «Пенуел», команда U-14, участь в якому брали два нападники, так як тема роботи стосується методики вдосконалення ТТД, саме у нападі. Нападники приймали участь у тестуванні, а після – у тренуваннях з додатковими вправами, де тренер спостерігав за технікою виконання та поступового покращення технічної майстерності. Метод педагогічного спостереження також використовувався у фінальній частині педагогічного експерименту, де тренер спостерігає за нападниками, їх грою, виконання поставлених завдань.

Анкетування

Метод опитування, що дозволяє отримати інформацію від учасників педагогічного експерименту. Анкетування направлене на розуміння самооцінки технічної майстерності нападника, а також психологічної готовності.

Анкета (Додаток 1) включає в себе 10 питань.

Педагогічне тестування.

Проводилось для визначення рівня майстерності гравця по різним характеристикам для можливості оцінювання рівня ТТД та фізичної підготовки футболістів. Тест – програма, схема процесу вимірювання, випробування з метою визначення актуальних чи потенційних властивостей або можливостей спортсмена[4,с.43-46]. Тестові вправи проводились з метою контролю підготовленості футболістів [18, 183 с.]

Використано наступні тести:

-тест та стартову швидкість нападника;

-тест на швидкість обіграшу фішок, з подальшим ударом;

-тест виходів 1 в 1 з воротарем;

-тест «гра на маленькому просторі 4*4»;

-тест на «гру головою».

Математично-статистичні методи

Використовувались в педагогічних тестуваннях для визначення розрахункового балу кожного нападника, розрахунку середнього арифметичного значення та здійснювалась статистична обробка результатів та проведення відповідних обчислень.

2.2. Організація дослідження.

Дослідження проводилося протягом усього терміну навчання та було визначено три етапи: *перший етап (вересень 2024р. – грудень 2024 р..)* – визначений об'єкт проходження практики, обґрунтована тема кваліфікаційної роботи, встановлені об'єкт, предмет, мета та завдання дослідження; сформовані групи (обрані учасники) для організації і проведення педагогічного спостереження;

другий етап (січень, 2025 р. – вересень, 2025 р.) – було проаналізовано науково-методичну літературу з проблем щодо вдосконаленням методів навчання і способів вдосконалення техніко - тактичних дій у нападі у футболі для побудови ефективної методики покращення. За результатами вивчення науково-методичної літератури, аналізу, написано І розділ кваліфікаційної роботи, визначені завдання до тестування, сформовані умови для організації і проведення педагогічного спостереження. Визначенні контрольні вправи, що сприяли покращенню техніко - тактичної підготовки нападників [2, С.11-13]

третій етап (вересень, 2025 р. – грудень, 2025 р.) здійснювався педагогічний експеримент. Був зроблений опис результатів отриманих в процесі дослідження, що проводилося з 22 вересня по 28 листопада 2025 року на базі ХФК "Пенуел" Дніпропетровської області, м. Кривий Ріг, команди U-14. У роботі проаналізовано гру двох нападників команди, віком 13 років. Після відеоаналізу проведено тестування нападників, визначені слабкі якості, які потребують вдосконалення, так як напряму впливають на ТТД. Для їх покращення вирішено додати спеціалізовані вправи у тренування, які виконувалися протягом місяця. Через зазначений термін проводились повторні тестування, які допомогли побачити результати проведеної роботи. Також проведена фінальна гра з завданням, які були поставлені у першій грі, де

проводився відеоаналіз. Особливу увагу приділено розвитку фізичної витривалості (впровадження спеціальних вправ на покращення її рівня). В основу методики покращення ТТД впровадили проведення відеоаналізу на постійній основі, який допомагає детально розібрати гру, виявити слабкі місця та відкорегувати дії гравців [12; 64-65].

Під час написання кваліфікаційної роботи та апробації результатів, дослідження відеоаналізу було висвітлено науковій статті - 1 шт.. Прийнята участь у програмах круглого столу - 3 шт.; участь у науково практичній конференції - 1 шт.

РОЗДІЛ 3. МЕТОДИКА ВДОСКОНАЛЕННЯ ТЕХНІКО - ТАКТИЧНИЙ ДІЙ: ЕКСПЕРИМЕНТАЛЬНЕ ОБГРУНТУВАННЯ

3.1. Проведення відеоаналізу гри: аналіз гри нападників

Для проведення відеоаналізу було обрано гру Чемпіонату області команд ХФК “Пенуел” - “Дніпро”. Вікова категорія гравців - 13 років. Матч проводився 23 вересня у м. Дніпро. В заявці на матч було 18 футболістів.

У стартовому складі команди ХФК “ Пенуел” було 11 футболістів, по схемі 4-5-1, де грав 1 нападник, 5 півзахисників і 4 захисники. Основний акцент відеоаналізу був на грі двох нападників команди (далі див. Нападник 1, Нападник 2).

Проаналізовано гру двох нападників команди, за рахунок спостереження за виконанням поставлених їм задач у грі, а також за якістю виконання завдань, правильності виконання технічних елементів і тактичних рішень. До поставлених задач належать наступні:

- вступ до активного пресингу після втрати м’яча
- пошук вільного простору, відкривання
- реалізація ігрових моментів
- обіграш

Після перегляду гри, визначені результати щодо нападників, їх дій. Зазначено, що Нападник №1 краще виконував поставлені завдання ніж Нападник №2, але на жаль жоден не виконав третього, оскільки не були забиті голи.

Виявлено недостатню рухову активність, особливо у Нападника №2 та слабку фізичну підготовку обох, що впливає на результат завдань (обіграш та ін.) Надається таблиця з таймінгом, описом дій обох нападників, оцінювання впродовж гри (Табл.3.1)

Таблиця 3.1

Дії футболістів за амплуа “нападник” протягом матчу

Нападник № 1				
Завдання	**10 хв**	**20 хв**	**30 хв**	**Примітки**

1.Відкриватись, шукаючи вільний простір 2.Вступати активно в пресинг, відразу після втрати м’яча 3.Реалізація моментів	**3:58** Гарне відкривання, але необачно потрапив в офсайд і втратив хороший момент; **1б**	**23:25** Гарно обробив м’яч, на жаль втративши його далі, бо був в оточенні трьох футболістів;**1 б.**	**33:22** Відбіг від 2 захисників, після чого не вдалося обіграти голкіпера; **1 б.**	**Висновок по Нападнику №1:** Нападник №1 у першому таймі гри справився частково з поставленими завданнями, був активним, але не в усіх ігрових ситуаціях. Маючи один гольовий момент - не використав свій шанс, не завжди відпрацьовував до кінця і вступав у пресинг після втрати м’яча. Нападник 1 зіграв 37 хв 30 сек. в цілому
	5:03 Швидко втік від захисників випередивши їх у боротьбі за м’яч, але не вдалося реалізувати вихід 1 в 1; **0 б**	**28:20** Добре відкривався, намагався проникнути у вільний простір, але це не вдалося; **1 б.**	**35:52** Гарно обробив м’яч при виносі голкіпера, обіграв супротивника, але не вдалося розірвати захисників передачею; **1 б**	
	11:52 Гарне відкривання на фланзі атаки з загостреною передачею на центрального півзахисника **2 б.**	**28:30** Тиснув на голкіпера суперника, що спричинило втрату м’яча, заволодівши м’ячем, не пробив одразу, чим втратив гарний момент; **0 б.**	**36:30** Добре показав себе в оточенні кількох футболістів, прийняв м’яч; **1 б.**	
	12:43 Пасивний відбір, який призвів до атаки команди противника **- 1 б.**			
	16:08 Активно вступив у відбір м’яча, чим не дав побудувати контратаку противника **2 б.**			
	17:12 Виключився з епізоду після боротьби, чим дав можливість			

	заволодіти м’ячем супернику; **0 б**			
Нападник №2				
Завдання	**40 хв**	**50 хв**	**60 хм**	**Примітки**
1.Відкриватися, шукаючи вільний простір 2.Вступати активно в пресинг, відразу після втрати м’яча 3.Реалізація моментів	**37:53** Активно тисне на захисників, пресенгуючи на чужій половині поля; **1 б.**	**43:51** Пасивний рух у відкриванні; **-1 б.**	**51:28** Пасивно відбирає м’яч; **-1 б.**	**Висновок по Нападнику 2:** Нападник 2 частково виконав поставлені задачі на гру, проявляв пасивність при відборі м’яча, при його втраті. Мало підтримував м’яч корпусом. Зігравши 22 хв 30 сек. був менш активним ніж попередній нападник, менше вступав у відбір.
	38:48 Не зміг зачепитися за м’яч, втративши його при прийомі; **-1 б.**	**46:07** Пасивно атакує суперника, чим дає змогу будувати атаку супернику; **-1 б.**	**52:50** Добре відкрився, віддав точну передачу, що дало змогу побудувати атаку; **1 б.**	
	39:15 Вдалося зачепитися за м’яч віддавши точн у передачу; **1 б.**		**59:08** Зачепився за м’яч і далі його втратив; **0 б.**	

Загальний висновок про рівень техніко-тактичної підготовки нападників здійснювався на основі виставлених оцінок за виконання завдань протягом матчу. Можна зазначити, що використання відеоаналізу як методу для пошуку шляхів вдосконалення ТТД є досить ефективним, так як дає можливість робити стоп кадри і детально вивчати поведінку гравця, плюси та мінуси дій.

На (Рис.3.1) показана схема оцінювання після перегляду гри, визначені результати щодо нападників, їх дій.



Рис.3.1 Схема дій нападників U-14 за їх якістю виконання поставлених завдань тренером

Примітки: * *2 бал. - дуже добре;1 бал. - добре; 0 бал. - нормально;-1 бал. - погано; -2 бал. - дуже погано.*

Проведено аналіз на основі відео матчу в записі, де аналізувалась поведінка нападників команди U-14 ХФК «Пенуел» за рахунок поставлених задач, проводилось виявлення помилок, слабких сторін, які впливають на рівень виконання техніко- тактичних дій в команді.

Прийнято рішення щодо доцільності додавання в тренувальний процес вправ на збільшення спротиву, розвитку рухливості та покращення фізичного стану футболістів, що буде впливати на індивідуальний розвиток гравця і покращення гри команди в цілому для зростання ефективності тренувань і вдосконалення процесу виконання технічних елементів та швидкість прийняття тактичних рішень.

Додатково проводилось тестування та анкетування нападників. Анкетування футболістів дозволило визначити їх рівень оцінювання своєї гри, побажання у покращенні своїх дій, та допомогло визначити, які саме в подальшому тестування і вправи і рішення щодо змін тренувального процесу будуть доцільними та ефективними.

Прийнято рішення після відеоаналізу та підсумку результатів гри обох нападників провести тести для визначення їх швидкісних показників і техніко-

тактичної майстерності, зріз ігрових можливостей кожного нападника, що допоможуть у визначенні коригуванні техніко - тактичних дій у нападі.

Тести проводяться для виявлення і розуміння подальшого алгоритму роботи над розвитком або підтриманням важливих показників.

Перший тест *на стартову швидкість 10 метрів і 30 метрів*.

Він тричі проводився після гри з двома нападниками. Суть тесту полягає в тому, що кожний кравець пробігає 10, а потім 30 метров за певний відрізок часу.

За допомогою цього експерименту ми виявили, що у Нападника №1 кращий результат по стартовій швидкості.

Нападнику №2 необхідно в тренуванні приділити більше уваги на її покращення оскільки для нападника цей показник є одним із найважливіших (див. Табл.3.2.)

Таблиця 3.2

Тест на стартову швидкість нападника

Гравець	**10 метрів, час проходження, середній, сек.**	**30 метрів, час проходження, середній, сек.**
Нападник 1	**2,0**	**4,4**
Нападник 2	**2,1**	**4,7**

Другий тест *на швидкість обіграшу фішок, з подальшим ударом* також проводився з кожним гравцем. Технічну підготовленість футболістів вдалося проаналізувати за рахунок проведення даного тесту. Нападники отримують завдання: обіграти фішки з швидкою зміною руху, з подальшим ударом по воротам. Результат цього тесту показав недостатню майстерність у виконанні технічних елементів. У Нападника №1 була перевага у швидкості, якості обіграшу фішок, так як у Нападника №2 була перевага у більшій кількості забитих м’ячів у завершальній фазі тесту після 5 серій.

Таблиця 3.3

Тест на швидкість обіграшу фішок, з подальшим ударом

Гравець	**Серія 1 швидкість/ забитий**	**Серія 2 швидкість/ забитий**	**Серія 3 швидкість/ забитий**	**Серія 4 швидкість/ забитий**	**Серія 5 швидкість/ забитий**	**Середня швидкість, сек**

	м’яч(+-)*	м’яч(+-)	м’яч(+-)	м’яч(+-)	м’яч(+-)	
Нападник №1	9,0/+	8,7/-	9,1/+	9,3/+	9,4/-	**9,1**
Нападник №2	9,5/-	9,6/+	9,4/-	9,7/+	9,7/+	**9,6**

Примітка:*На кожну серію дається 10 секунд на обіграш фішок+ удар по воротам.*

Виявлено слабкі місця гравців, такі як:

- недостатнє відчуття м’яча;
- слабкі удари по воротам;
- повільна зміна руху з м’ячем.

На основі проведення перших двох тестувань зроблено висновок про необхідність додавання у тренування нападників вправ: для завершення атак для нападника №1, (вправа 10 ударів по воротам), а також на покращення швидкості нападника №2 (10 ривків з обминанням манекенів).

Третім був *тест на вихід 1 в 1 з воротарем* проводився у 5 виходів. Суть тесту полягає в тому, що гравець, рухаючись з м’ячем до воріт, виходить 1в1 з голкіпером, що є ігровою ситуацією, максимально наближеною до ігрової.

Цей експеримент показує креативність нападників, їх технічне оснащення, так як нападник повинен використовувати багато різних обманних рухів і гольову майстерність.

По результатам тестування виявили, що Нападник №1:

- діє надто прямолінійно щодо обіграшу, не використовуючи у достатній мірі фінти;
- має гарну швидкість руху з м’ячем;
- реалізовує малу кількість виходів 1 в 1.

По результатам тестування Нападника №2 виявили, що:

- має кращу результативність по кількості виходів 1 в 1;
- рухається х м’ячем з недостатньою швидкістю;
- краще працює на короткі відстані з голкіпером.

Таблиця 3.4

Тест виходів 1 в 1 з воротарем

Гравець	Реалізація виходів 1 в 1	Виконання фінтів	Швидкість роботи з м'ячем	Креативність
Нападник №1	**2**	потребує додаткових навиків	помірна	мало проявлена
Нападник №2	**3**	потребує додаткових навиків	недостатня	виражена

Результативність гравців після проведення даного тестування зазначена у Табл.3.4

Четвертий тест для нападників - це *гра на маленькому просторі 4*4.* Він дозволяє нам побачити гру атакуючих футболістів під постійним тиском суперника.

Це гра двох команд, в якій гравці отримують завдання обігрувати супротивника на маленькій площі та вчитися забивати, приймаючи швидкі, результативні рішення на полі. Тренер спостерігає за діями гравців і коригує під час паузи їх дії.

За таких умов проявляються ключові навички гравців:

- швидка реакція та гнучкість мислення;
- техніка коротких передач;
- креативність та використання фінтів;
- ефективність при завершенні атак

Проаналізовані наступні дії обох нападників та зроблені наступні висновки щодо їх гри, а саме:

- обидва нападники під час проведення гри 4*4 на невеликому просторі проявили себе недостатньо агресивно при завершенні моментів;
- у процесі гри була недостатня кількість відкривань обох нападників;
- мало використовували фінти у обіграшах 1 в 1;
- реалізовано малу кількість гольових моментів;
- проявили гарну гру при обороні;

Після проведення гри 4*4 виявлено, що необхідно покращити реалізацію гольових можливостей, додати більшої агресивності при атакуючих діях, додати

більшої рухливості при відкриваннях (рух футболіста задля отримання м’яча), покращити тактичну гнучкість гравця.

Таблиця 3.5

Результати виконаних завдань по грі 4*4

Завдання	Нападник №1 (оцінка 1-5 б.)	Нападник №2 (оцінка 1-5 б.)
Техніка роботи з м’ячем (фінт, контроль, точність передач)	3	4
Швидкість прийняття тактичних рішень	4	4
Відкривання, пошук вільного простору	2	3
Ефективність завершення атак, удари по воротах	3	3
Використання креативності	4	3
Середній бал	**3,2**	**3,4**

Результати тестування показані у Табл. 3.5

П’ятий тест проводився на “ Гру головою”.

Основне його завдання є визначення майстерності гравців, у цьому випадку нападників, у володінні ударами головою чи можливе завершення атак за участі таких ударів. Тут можна гарно відслідкувати техніку і фізичну підготовку футболіста.

Для проведення експерименту на виделеній окремо території, де нападники забивають подачі які подає тренер або інша особа. Кількість застосованих спроб складає 15 подач. Після виконання тесту обох нападників переходимо до оцінювання тесту від 1 до 5 балів за кожний критерій, результати та опис якого, зображено у Табл. 3.6.

Таблиця 3.6

Тест на удари головою

Опис критерію оцінювання	Нападник №1(бали)	Нападник №2(бали)
Небезпечні удари	4	4
Техніка виконання	4	3
Сила удару	5	4

Вибір правильної позиції	4	4
Фізична підготовка	3	3

Забиті м'ячі:

Нападник №1: забив 7 з 15-ти

Нападник №2: забив 6 з 15-ти

Удари по м'ячу — це основний спосіб ведення гри, їх виконують ногою і головою, і вони вимагають точного виконання[8, с.9]

Проаналізувавши результати, можна зробити висновок у наявній потребі використання у тренуванні додаткових вправ для вдосконалення ТТД у нападі для вдосконалення координації, для покращення реалізації моментів, для покращення фізичної підготовленості, вдосконалення тактичних дій. На основі проведення перших двох тестувань зроблено висновок про необхідність додавання у тренування нападників вправ: для завершення атак для нападника №1 (вправа 10 ударів по воротам), а також на покращення швидкості нападника №2 (10 ривків з оминанням манекенів). На основі проведення з третього по п'яте тестування, варто додати до тренування також такі вправи як: тренування на координацію (координаційна драбина), тренування на точність ударів (підкидання м'яча на голову), тренування на правильний вибір позиції (тактичний вибір позиції).

3.2. Коригування техніко-тактичних дій у нападі

Розглянемо виконання вправ, на основі проведених тестувань, які використовувались для покращення ТТД гравця у нападі. Дані вправи були додані у тренувальний процес атакуючих футболістів (з акцентом на нападників) і виконувались протягом місяця роботи (в середньому 12 тренувань).

У статті "Удосконалення техніко-тактичної підготовки футболістів групи підвищення спортивної майстерності" зазначалось, що під час розучування технічних і тактичних прийомів, метод вправи являється основним методом, включає в себе повторне виконання прийомів і дій [27,с.73-75]. Саме такий метод вправ застосовується далі для коригування ТТД.

У роботі “Удосконалення процесу розвитку фізичних якостей юних футболістів” у висновку було зазначено про важливість вправ для фізичного розвитку, а саме: “Гравці, які систематично використовують фізичні вправи, спрямовані на розвиток фізичних якостей, мають вищі показники фізичного стану порівняно зі своїми показниками раніше”[23,с.232]. Досягнення покращення показників і є однією із поставлених задач.

Вправа 10 ударів по воротам. Виконується для тренування нападників для напрацювання точності та сили ударів, на відстані 20-ти метрів від воріт, ставиться 10 м’ячів, кожен гравець проводить по 10 ударів поспіль. Удари можуть виконуватися різними способами: стопою, щокою, підйомом.

Для того щоб вправа була цікава, додається домовленість між голкіпером і нападником. Наприклад, голкіпер домовляється з нападником, що не пропустить більше 5 м’ячів з його серії, на що нападник погоджується. Таким чином, в цій вправі є дві мотивуючі сторони:

- голкіпер
- нападник

Після пробивання серії підводяться підсумки забитих нападником та пропущених голкіпером м’ячів. У разі якщо нападник не забив 5 м’ячів згідно домовленості, він віджимається.

Мета вправи. Відпрацювати різноманітні техніки для завершення атак, тренується стабільність виконання ударів, варіативність, сила удару.

Вправа 10 ривків з оминанням манекенів. Виконується на вільній ділянці поля, 20*20 метрів, розставляємо манекени або стійки на відстані 1,5 метри одна від одної. Гравець попередньо проводить розминку та розтяжку. Після підготовки і розігріву м’язів футболіст іде на поле для виконання вправ.

Нападник, за максимально короткий час, робить серію ривків з швидкою (різкою) зміною напрямків. Зазвичай, вправа проводиться серією від 6 до 8 підходів, з максимальною інтенсивністю виконання.

Вправа використовувалась для розвинення швидкості та різкості виконання, для тренування координації гравця та вмілої зміни напрямку руху.

Мета вправи. Відпрацювати на покращити швидкість у нападі, скоротити час проходження дистанції, покращити координацію та контрольованість, навчитись імпровізувати при виконанні рухів, збільшити силову витривалість. Силова витривалість, як зазначено у науковій роботі "Вдосконалення силової витривалості в умовах тренувальної діяльності" - це здатність людини ефективно долати помірно - середній опір тривалий час"[11]. Саме динамічна силова витривалість розвивається завдяки даній вправі.

Вправа "координаційна драбина". Зосереджується вправа на покращенні балансу та координації, розвинення швидкості рухів, відпрацювання темпу зміни напряму.

Вправа проводиться на частині поля розміром 25*20 метрів. Для виконання цієї вправи використовується координаційна драбина.

"Координаційна драбина – один з кращих тренажерів для розвитку спритності, маневрування, координації, балансу, швидкості, прискорення. Драбина складається з нейлонових смужок і пластикових поперечин." [25, с.53].

Гравець розташовується на початку драбини і після того як тренер показав правильну техніку виконання, яка вправа має виконуватись, який робити акцент, і після цього гравець робить невеличкий ривок 10 метрів. Кількість підходів 8, по 2 повторення.

Мета вправи. Покращення координації рухів, швидкості, контролю рухів ніг, тренування стійкості під час виконання різких рухів, виконання різних варіантів вправ.

Дана вправа є критично важливою для нападників, оскільки вона тренує реакцію та швидкість, що ж дуже важливим.

Вправа на точність ударів (підкидання м'яча на голову). Вправа виконувалась для вдосконалення точності ударів головою в атаці, розвитку координації руху і орієнтації у просторі, збільшення кількості влучень, правильність виконання технічно.

Також дана вправа впливає на відчуття м'яча, що дозволяє гравцю відчувати силу удару та орієнтуватись по траєкторії польоту м'яча.

При постійному повторенні удару допомагає більш сталому спрямуванню м’яча у ціль, партнеру або ж у ворота. Варто зазначити, що постійні удари впливають також на розвиток фізичної підготовки, а саме розвиток м’язів, що відповідають за силу руху. Для виконання вправи футболіст розташовується на відстані 7-8 метрів від воріт. Тренер або помічник підкидає м’яч до гравця.

Футболіст виконує удар головою у зазначену ціль - ворота. Виконується серія з 8-10 ударів для можливості оцінювання.

Мета вправи. Сформувати рівень технічної майстерності та навик цілеспрямованого завершення атаки, а також збільшити впевненість гравця у своїх діях під час гри.

Вправа на правильний вибір позиції (тактичний вибір позиції).

Вправа дозволяє покращити розуміння вибору позиції нападника у ігрових ситуаціях. Виконується на футбольному полі в різних ігрових ситуаціях. У вправі беруть участь 2 - 3 футболісти атакуючі проти манекенів.

Завдання гравців - зайняти правильне положення при атаці, де крайні гравці займають максимально широке положення, імітуючи позиційну атаку, по команді тренера нападник робить ривок і відкривається в недодачу для отримання передачі.

Після чого відігрується в стіночку гравцю, який водить м’яч у вільній зоні, яка з’явилась - вбігає правий півзахисник, на нього здійснюється передача, потім він першим дотиком приймає м’яч, а другим здійснює простріл низом у штрафний майданчик.

Нападник або лівий півзахисник повинні замкнути передачу, передача робиться один раз на правого, а другий на лівого півзахисника.

Наступного разу ускладнюємо завдання, додаючи замість манекенів - футболістів. Робляться ті самі дії, тільки додаються два захисника, які активно заважають забити м’яч. Завдання гравців - нападнику потрібно в заключній фазі атаки активно вбігати на ближню штангу і випереджати захисника та догравати кожний момент до завершення атаки, поки м’яч не покине межі поля.

Мета вправи. Розвинути у гравця правильне передбачення розвитку атаки, вміти орієнтуватись в просторі, враховуючи дії суперника. Дана вправа формує тактичне мислення футболіста та тренує швидкість прийняття та зміни рішень.

За результатами проведення протягом місяця тренувань з додатковими вправами на вдосконалення рівня техніко - тактичних дій у нападі, фіналізуємо критерії та мету проведення по кожній вправі у зведеній таблиці (Табл.3.7)

Таблиця 3.7

Фінальна таблиця вправ на вдосконалення ТТД

Вправа на покращення ТТД у нападі	**Ціль проведення/покращення**
Вправа 10 ударів по воротам	розвиток точності влучання у ворота, у різні зони тренування сили удару використання різних варіантів ударів, стабільність у якості виконання
Вправа 10 ривків з оминанням манекенів	збільшення швидкості на проходження дистанцій використання нестандарних рішень, тренування зміни напрямку рухів
Вправа "координаційна драбина"	покращення балансу і координації гравця, підвищення ЗФП, спритність, комбінування вправ, стресостійкість під час швидких рухів
Вправа на точність ударів (підкидання м'яча на голову)	збільшення кількості влучень до заданої цілі, покращення техніки виконання удару, тренування сили удару, стабільність виконання
Вправа на правильний вибір позиції (тактичний вибір позиції)	розвиток орієнтування в просторі, СМ, формування тактичного мислення, розуміння передбачення розвитку атак, вибір позиції, покращення швидкості ривка, ефективне завершення атак

3.3. Результати проведеного дослідження

Після проведення відеоаналізу матчу, аналізу слабких сторін нападників, протягом місяця відбувались тренування зі зміненою методикою, направленою на покращення техніко - тактичних дій у нападі.

Обидва нападники займались з додаванням нових тренувань, описаних в розділі 3.2. по закінченню зазначеного терміну, тренером проведені повторні

тестування гравців, задля порівняння показників, які здійснювались після перегляду матчу.

Проведено аналіз тестів та зроблені підсумкові таблиці з результатами тестувань, які розписані далі в роботі:

Повторний тест на стартову швидкість 10 метрів і 30 метрів показав покращення результатів у обох нападників. Нижче наведено результати та середній приріст у швидкості (Табл. 3.8)

Таблиця 3.8

Повторний тест на стартову швидкість нападника

Гравець	**10 метрів, час проходження, середній, сек.**	**30 метрів, час проходження, середній, сек.**	**Абсолютне покращення, сек. 10/30 м.**
Нападник 1	2,0	4,2	**0/0,2**
Нападник 2	2,0	4,4	**0,1/0,3**

По результатам повторно виконання другого тесту бачимо значне покращення як у швидкості так і точності забитих голів, і покращення результатів видно саме у поступовому збільшення швидкості з кожною наступною виконаною серією.

Хоч і Нападник №2 у своїх результатах відстає по швидкості від Нападника №1, але сам прогрес показує, що тренування та покращення швидкості дають результати, коли їх виконувати в постійності і з мотивацією для гравців. Отримані дані наведені у табл. 3.9 для наглядного зображення покращення.

Таблиця 3.9

Повторний тест на швидкість обіграшу фішок, з подальшим ударом

Гравець	**Серія 1 швидкість/ забитий м'яч(+-)***	**Серія 2 швидкість/ забитий м'яч(+-)**	**Серія 3 швидкість/ забитий м'яч(+-)**	**Серія 4 швидкість/ забитий м'яч(+-)**	**Серія 5 швидкість/ забитий м'яч(+-)**	**Середня швидкість, сек**
Нападник №1	**8,9/+**	**8,7/+**	**8,8/+**	**8,6/+**	**8,4/-**	**8,7**
Нападник №2	**9,3/+**	**9,3/+**	**9,3/-**	**8,9/+**	**8,7/+**	**9,1**

На діаграмі зображено схематично швидкість виконання серій обох гравців (див. Рис. 3.2.).

Повторний тест на виходи 1 в 1 з воротарем показав різні результати нападників. Можна відмітити покращення швидкості у Нападника №1. Також слід відмітити, що Нападник №2 проявляє креативне мислення у ході тренування, а ось у Нападника №1 вона так і залишилася на помірному рівні. По реалізації виходів 1 в 1, результати повторного тестування показали, що, Нападник №1 забив 3 м'ячі, а Нападник №2 забив 4 м'ячі. Проаналізувавши причини, зазначено, що гравцям не вистачає впевненості у завершенні атаки, виявлено тактичні помилки, а саме: невдалий вибір моменту удару та відзначений недостатній рівень координації.

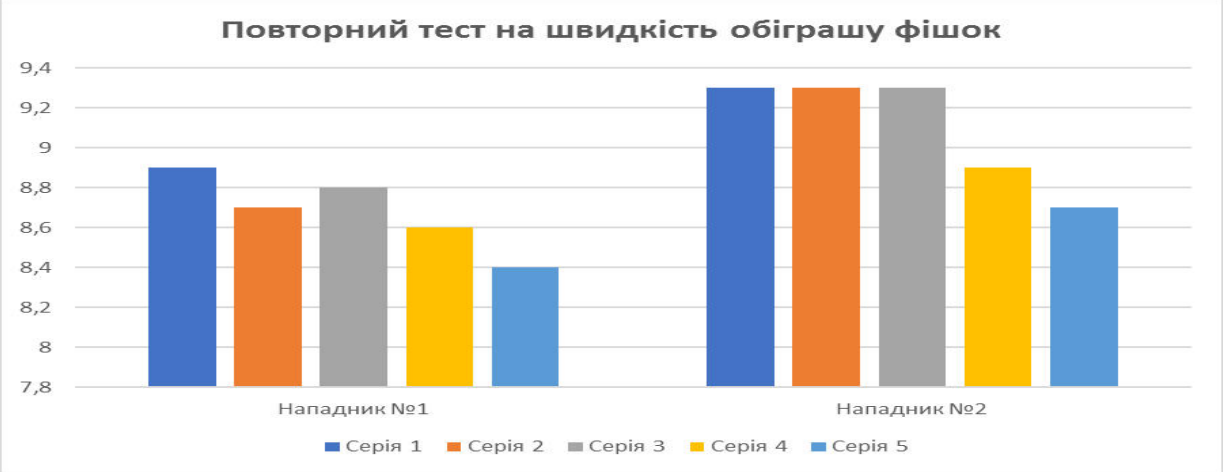


Рис. 3.2. Результати повторного тесту на швидкість обіграшу фішок

По забитим м'ячам після повторного тестування ситуація наступна:

Нападник №1 додав +1 забитий м'яч по результатам виконання серій, а Нападник №2 отримав такий самий результат.

Для виправлення в сторону покращення, показників, варто додати в подальшому корекційні вправи, такі як "Ігрові ситуації 2×1" для того, щоб навчити нападника у складних умовах приймати правильні рішення. Також ефективним буде додавання вправ на повторні виходи 1 в 1, щоб зменшити страх перед важливим ударом.

Після повторного тестування, застосовано прийом відеоаналізу, у вигляді показу гравцям успішних виходів 1 в 1 у професійному футболі для наочного

пояснення, а також як мотиваційну складову тренувань. Відмічено також зміни подальших вправ з використанням швидкого прийняття рішення, коли нападник сам має зорієнтуватись у виборі: чи одразу виконувати удар чи застосувати обіграш воротаря. Якщо тестування після запровадження вправ не надало очікуваного результату, це лише означає, що необхідно ще з інших боків подивитися на можливі причини, вони можуть бути не лише у фізичній чи технічній підготовці, а також мати психологічний підтекст.

*Повторне тестування по грі на маленькому просторі 4*4* проводилось за таких самих умов, як і попереднє.

Відмічені як позитивні зміни так і критерії, які не зазнали покращень. Розберемо результати на прикладі табл. 3.10

Розглянемо результати повторного тестування та здійснимо оцінку зваженого балу по кожному гравцю окремо, на підставі вагомості кожного зазначеного критерію.

Таблиця 3.10

Повторне тестування по грі на маленькому просторі 4*4

Критерій	***Нападник №1***	***Нападник №2***
Техніка роботи з м'ячем (фінт, контроль, точність передач)	4	4
Швидкість прийняття тактичних рішень	4	4
Відкривання, пошук вільного простору	3	4
Ефективність завершення атак, удари по воротах	4	4
Використання креативності	4	5
Розрахунковий бал	**3,88**	**4,16**

Для розрахунку балу по результатам тестування, кожному критерію надамо вагу, тобто коефіцієнт важливості показника від (0,5 до 1,5):

Техніка 1.2

Тактичні рішення 1.0

Відкривання 0.8

Завершення атак 1.3

Креативність 1.2

$$\text{Розрахунковий бал}=\frac{(\text{Оцінка}\,1\cdot 1{,}2)+(\text{Оцінка}\,2\cdot 1{,}0)+(\text{Оцінка}\,3\cdot 0{,}8)+(\text{Оцінка}\,4\cdot 1{,}3)+(\text{Оцінка}\,5\cdot 1{,}2)}{1{,}2+1{,}0+0{,}8+1{,}3+1{,}2}$$

(3.1.)

Для розуміння вибору ваги показника, зазначимо, тренер вирішує, які показники більш вагомі для команди, гравця, на основі чого призначається коефіцієнт, враховуючи логіку футболу, обрано такі значення.

Найбільшу вагу має коефіцієнт завершення атак, так як це найважливіший фактор, оскільки саме забиті голи вирішують результати. Найменшу вагу назначено по показнику відкривання, оскільки це більше допоміжна навичка. Після визначення розрахункового балу по кожному футболісту, визначено, що Нападник №1 має стабільність по оцінкам, але менший бал, за рахунок відкривання, та цей показник не є найважливішим, тому цей вплив на загальний бал не є суттєвим.

Нападник №2 має покращення по креативності та відкриванню, тому загальний бал у даному тестуванні був більшим. Обидва гравці покращили свої результати по визначеним критеріям.

Повторний тест на удари головою. Ілюстративне зображення взято з електронного ресурсу, див. Рис. 3.3.[34].

При проведенні повторного тесту, після виконання протягом місяця вправ на удари головою, побачили покращення виконання техніки ударів у обох нападників, сила удару покрашилась у Нападника №2.

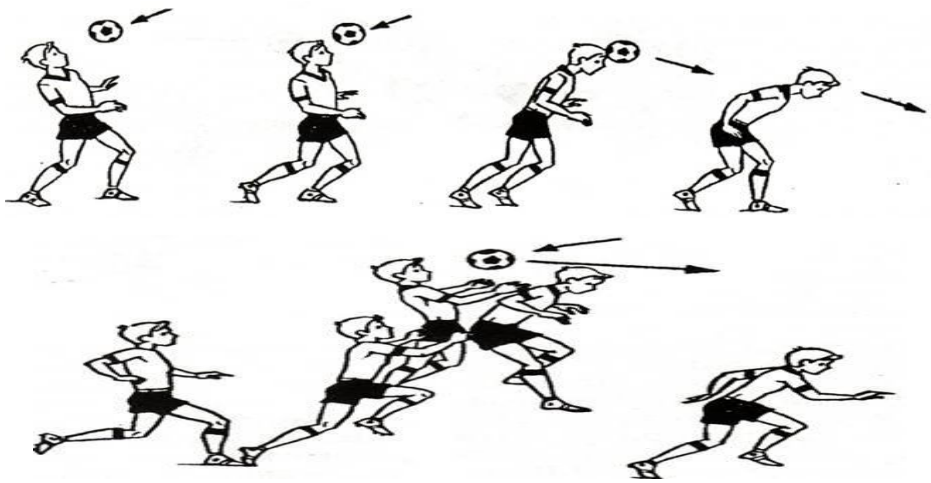


Рис. 3.3. Ілюстративне зображення ударів головою

Забиті м'ячі:

Нападник №1: забив 10 з 15-ти

Нападник №2: забив 11 з 15-ти

Також важливо відмітити що за рахунок посиленого тренування протягом місяця, фізична підготовка гравців значно зросла: покращилась сила удару, з'явились більш стабільні стрибки для гри головою, покращилась швидкість зміни напрямку руху, проявляється більш спритне маневрування між суперниками.

Підсумкові дані проведених тестувань, зображені у Табл. 3.11

Табл. 3.11

Таблиця підсумкових результатів тестування

Тест	**Нападник 1 (первинний)**	**Нападник 1 (повторний)**	**Нападник 2 (первинний)**	**Нападник 2 (повторний)**
Стартова швидкість (сек)	2,0	**2,0**	2,1	**2,0**
Обіграш фішок + удар (сек)	9,1	**8,7**	9,6	**9,1**
Вихід 1 в 1 (забиті м'ячі, шт.)	2	**3**	3	**4**
Гра 4×4 (середній бал 1–10)	3,2	**3,88**	3,4	**4,16**
Гра головою (забиті м'ячі, шт.) з 15 ти	7	**10**	6	**11**

Для можливості підтвердження ефективності проведеного спортивного експерименту, вирішено провести фінальну гру команди U-14 між собою, за участі нападників, які проходили тести та виконували спеціальні вправи на покращення ТТД, по результатам якої складається фінальна таблиця результатів виконання завдань у грі, поставлених тренером, на прикладі першої таблиці, створеної на основі відеоаналізу матчу, проведеного на початку експерименту (див. Табл 3.12).

Таблиця 3.12

Результати гри із тлумаченням виконання поставлених тренером завдань

Завдання гри	**Нападник №1**	**Нападник №2**
1.Відкриватись,	справився з поставленим	справився з поставленим завданням,

шукаючи вільний простір	завданням, багато рухався і знаходив вільний простір	також мав багато відкривань, але не завжди вдавалося знайти вільний простір
2. Вступати активно в пресинг, відразу після втрати м'яча	був активним відразу після втрати м'яча, вступав у відбір	був активним відразу після втрати м'яча, старався вступати у відбір
3. Реалізація моментів	Завдання виконано	Завдання виконано
4. Обіграти 1 в 1	багато обігрував 1в 1	не завжди вдавалось обіграти
5. Виграшні дуелі головою	недостатня кількість виграних дуелей	виграв багато дуелей головою
6. Тактичні рішення	гарно вибирав позицію для удару	знаходився в потрібний час у потрібному місці
7.Проявити креативність	виконано багато фінтів	нестандартно приймав рішення щодо подальших дій у нападі

В цілому за результатами проведеного експерименту, покращились показники, які були визначені як ключові для вдосконалення техніко – тактичних дій у нападі під час відеоаналізу і тестування, а саме: *покращення тактичних дій* (креативність, тактична гнучкість гравця); *координація* (повільна зміна руху з м'ячем, реалізація гольових можливостей); *реалізація моментів*(виконання технічних елементів, недостатнє відчуття м'яча, слабкі удари по воротам); *фізична підготовленість* (стартова швидкість, покращення фізичного стану).

Отже, здійснивши проведення спортивного експерименту, яке в загальному включало: відеоаналіз гри, аналіз дій нападників, коригування техніко-тактичних дій у нападі за рахунок додавання вправ на корекцію критеріїв, які потребували вдосконалення та провівши порівняльно-аналітичний аналіз техніко-тактичних дій, можна зробити висновок, що обрана методика вдосконалення техніко - тактичних дій у нападі є дієвою, оскільки порівнявши результати на початку і кінці тестувань, після проведення циклу спеціальних тренувань для нападників, відзначається значне покращення ключових моментів, таких як: збільшення стартової швидкості, точність влучення та силу удару, а також покращення прийняття рішень, прояву креативності. Можна виділити покращення координації і більш злагоджену дію між гравцями,

з’явилось більше випадків для створення гольових моментів, за рахунок інтенсивних вправ і більшої кількості спілкувань тренера з футболістом, наочних прикладів, покращилась впевненість у своїх діях. Сформовані нові навички, які були здобуті в процесі тренування з методикою вдосконалення ТТД, інтегровані в тренувальні процеси, і використовується у змаганнях.

ЗАГАЛЬНІ ВИСНОВКИ

У сучасних умовах розвитку гри, питання методики вдосконалення ТТД саме у нападі є дуже актуальним. Футбол сьогодні відрізняється своєю високою інтенсивністю, комплексною підготовкою гравців, а також вмінням швидко приймати рішення. Створення методик по вдосконаленню техніки і тактики у команді, дозволяє покращити ефективність проведених тренувань, для зміцнення команди та індивідуально гравців.

На основі вивчення наукових літературних джерел можна стверджувати, що розвиток техніко-тактичних дій, де використовуються сучасні технології, їх вдосконалення, є одним із ключових завдань тренерів. Були проаналізовані роботи як вітчизняних так і зарубіжних авторів, різноманітних статей, що дозволяють зробити висновок, що техніка та тактика між собою тісно пов’язані, що дозволяють покращувати успіх гравців під час гри.

Оскільки об’єктом дослідження є техніко - тактичні дії нападників, а предметом - виконання техніко-тактичних дій у нападі, то основна увага в роботі була зосереджена саме на темі удосконалення ТТД нападників, аналіз слабких та сильних сторін за допомогою відеоаналізу гри, а також їх покращення за допомогою спеціально виокремлених вправ.

Підтверджена доцільність використання відеоаналізу як методики вдосконалення тренувань техніко-тактичних дій для збільшення ефективності у тренуваннях

Відбулося дослідження техніки виконання вправ та тактики нападу на основі розбору відеозйомки гри, використаного як метод спостереження, та проведення спортивного експерименту з метою отримання інформації про рівень підготовки нападників та його подальшого покращення за рахунок покращення підготовки гравців.

Виконано наступні завдання роботи:

- Проаналізувано гру нападників команди U-14 за рахунок відеоаналізу матчу в записі для виявлення помилок у грі нападників команди, слабких сторін, які впливають на рівень техніко- тактичних дій в команді.

- Досліджено умови покращення ТТД шляхом додавання в тренувальний процес вправ на збільшення спротиву, розвитку активності та покращення фізичного стану нападників.
- Проведено спортивний експеримент на основі порівняльно-аналітичного аналізу, який базується на показниках футболістів до та після впровадження вправ на покращення ТТД у нападі.

Відеоаналіз: виявлення слабких місць ⤵
Вправи на покращення ТТД у нападі ⤵
Повторний аналіз гри по результатам відрізку тренувань ⤵

Особлива увага приділялась питанню недостатньої кількості точних ударів та передач у нападі, що до речі є однією з проблем українського футболу. Неможливість своєчасного прийняття рішення під дією суперника, зменшує результативність дій гравця в атаці.

Основним інструментом дослідження був саме відеоаналіз, який дозволив побачити дії нападників саме під час матчу, з можливістю зупинки кадру, уповільнення, перемотки; бачити помилки та сильні сторони; підбирати індивідуальних підхід до футболіста; давати наочний приклад та можливість самоаналізу в команді.

Обрані вправи були направлені на покращення загальної фізичної підготовки та покращення координації, реалізації моментів та тактичних дій.

За рахунок проведення тренувань обраного спрямування, дана методика призвела до покращенню точності передач, збільшення швидкості, покращення тактичної гнучкості щодо прийняття важливих рішень у грі та результативності обох нападників загалом.

Узагальнимо висновки:

1. Рівень техніко - тактичних дій у команді є одним з найважливіших чинників успішності.
2. Відеоаналіз - як сучасний інструмент у футболі є досить ефективним, допомагає систематизувати тренувальний процес, разом із командою

аналізувати та фіналізувати висновки по грі, покращує якість подальшої підготовки дозволяє вивчити поведінку і стратегії суперників.

3. Підвищено рівень підготовки гравців, їх результативність у грі, за допомогою додавання вправ на покращення фізичних якостей, точності влучання у ворота, координації та балансу, покращення вміння прийняття нестандартних рішень, розвиток орієнтування у просторі, формування креативного мислення та більш чіткого передбачення розвитку атак.

В подальшій перспективі вирішено залучити у тренувальний процес описану методику вдосконалення техніко - тактичних дій, проводити відеоаналіз матчів раз на два тижні, для дослідження рівня гри, виявлення сильних сторін гравців, а також слабких сторін, для подальшого коригування тренувального процесу з метою вдосконалення техніко - тактичних дій як індивідуально, так і команди в цілому.

СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ

1. Бондар А. А. Сучасні підходи до удосконалення тактики гри у футбол у студентів ЗВО / А. А. Бондар. // Науковий часопис НПУ імені М.П. Драгоманова. – 2019. – №10. – С. 17-18.
2. Бичук І. О., Іваніцький Р. Б., Бичук О. І., Цюпак Ю. Ю. Фізична, технічна й тактична підготовка футболістів: методичні рекомендації. Луцьк, 2023. С. 11-12.
3. Величко І.В. Техніка і тактика гри у футболі // І.В. Величко – Таврійськ – 2019. – 41 с.
4. Вржесневський, І. І., Дейнеко, І., Скидан, І., & Величенко, М. Тестування техніко-тактичних дій у процесі відбору до збірної з футзалу. Науковий часопис Українського державного університету імені Михайла Драгоманова. Серія15, (11(184), 43-46. https://doi.org/10.31392/UDU-nc.series15.2024.11(184).09
5. Герберт Чепмен [Електронний ресурс]. – Вікіпедія. – URL: https://uk.wikipedia.org/wiki/Герберт Чепмен
6. Дарійчук С. В., Мосейчук Ю. Ю., Спортивні ігри з методикою викладання (футбол): навчально-методичний посібник. – Чернівці: Чернівецький національний університет ім. Ю. Федьковича, 2022. – 122 с.
7. Жузеп Гвардіола [Електронний ресурс]. – Вікіпедія. – URL: https://uk.wikipedia.org/wiki/Жузеп_Гвардіола
8. Івахненко В.О. Техніка і тактика гри у футбол: методичні настанови. – Красноград: Красноградський коледж ХНПУ ім. Г.С. Сковороди, 2018. – 9 с.
9. Костюкевич В. М. Теорія і методика викладання футболу : навч. посіб. 2-е вид. перероб. та доп. / В. М. Костюкевич, О. А. Перепелиця, С. А. Гудима, В. М. Поліщук; за заг. ред. В. М. Костюкевича. – Київ : КНТ, 2017. – 104 с.
10. Кулаков Д. В. Методичні рекомендації до організації самостійної роботи та проведення практичних занять із навчальної дисципліни «Фізичне виховання (Тактика гри у футзал)» Д. В Кулаков // Харків. нац. ун-т міськ. госп-ва ім. О. М. Бекетова;– Харків : ХНУМГ ім. О. М. Бекетова, 2022. – С. 6-9.
11. Лаврентьєв О. М., Андріяш В. В., Олар В. В. Вдосконалення силової витривалості в умовах тренувальної діяльності. Науковий часопис Українського

державного університету імені Михайла Драгоманова. Серія 15, URL: https://spppc.com.ua/index.php/journal/article/view/2435/2405

12. Лаврентьєв, О., Данько, Г., Данько, Т., Крупеня, С., & Живолович, С. (2023). Основні напрямки техніко - тактичної підготовки борців. Науковий часопис Українського державного університету імені Михайла Драгоманова. Серія 15, (5(164), 64-65. https://doi.org/10.31392/NPU-nc.series15.2023.5(164).14

13. Лобановський Валерій [Електронний ресурс]. – Вікіпедія. – URL: https://en.wikipedia.org/wiki/Valeriy_Lobanovskyi

14. Луценко Р. В. Психолого-педагогічні засоби та методи підготовки юних футболістів в період ігрової діяльності. Науковий часопис Національного педагогічного університету імені М. П. Драгоманова. Серія 15. Науково-педагогічні проблеми фізичної культури (фізична культура і спорт). 2017. Вип.3К. С. 266

15. Малинський І. Й., Чаплигін В. П., Лаврентьєв О. М. та ін. Фізичне виховання: навчальний посібник / І. Й. Малинський, В. П. Чаплигін, Р. В…. – Ірпінь : Державний податковий університет, 2023. – с. 49; с. 86 ; с.145; с.160

16. Малинський І.Й., Крупеня С.В., Розвиток фізичних якостей футболістів в тренувальному процесі, Науковий часопис, випуск 11 (171) – 2023. – URL: https://enpuirb.udu.edu.ua/server/api/core/bitstreams/2119bb6f-5e6b-425f-a27b-f6f3b7493845/content 50

17. Мандзій О. Найтитульованіші тренери футболу [Електронний ресурс]. – URL: https://www.redbull.com/ua-uk/naytytulovanishi-trenery-futboly.

18. Медвідь А., Медвідь М. Педагогічні умови удосконалення технічної підготовленості юних футболістів // Вісник Прикарпатського національного університету. Серія: Фізична культура. – 2017. – Вип. 25-26. – 183 с.

19. Наконечний Р. Б, Хіменес Х. Р, Котов С. М. Сучасні уявлення щодо тактичної підготовленості юних футболістів. Спортивна наука та здоров’я людини. 2022. с.75.

20. Ніколаєнко В. В. Багаторічна підготовка юних футболістів. Шлях до успіху / В. В. Ніколаєнко, – Київ: Самміт-Книга, 2015. – 360 с 9.

21. Пеп Гвардіола – Манчестер Сіті – Тактичний аналіз [Електронний ресурс] https://the-footballanalyst.com/pep-guardiola-manchester-city-tactical-analysis/

22. Перевозник В., Перепелиця П., Паєвський. В. (2025). Аналіз ефективності відбору м'яча збірною командою України в іграх групового раунду чемпіонату Європи з футболу 2024 року. Спортивні ігри, (1(35), С. 67–72 URL: https://marketer.ua/ua/tactics-and-techniques-in-football-insights-from-experts/

23. Ремзі І. В., Аксьонов Д. В. Удосконалення процесу розвитку фізичних якостей юних футболістів. – 2019. - с. 232.

24. Самойчук К. О. Загальна методологія наукової творчості: електронний навчальний посібник [Електронний ресурс]. – 2020. – URL: https://elib.tsatu.edu.ua/dep/mtf/ophv_10/index.html

25. Сапегіна І.О., Шепеленко Т.В., Лучко О.Р. Використання координаційної драбини у навчально-тренувальному процесі зі студентами різних спеціалізацій в УкрДУЗТ – 2016. – Т. 2, № 2. – С. 45–50

26. Сивохоп Е.М., Маріонда І.І., Шкірта М.І. Футбол і методика викладання»: навчально-методичні рекомендації//Сивохоп Е.М., Маріонда І.І., Шкірта М.І. – Ужгород, 2023. - 9 с. 10

27. Скрипка І. М., Чхайло М. Б., Кравченко І. М., Гладов В. В. Удосконалення техніко-тактичної підготовки футболістів групи підвищення спортивної майстерності // *Recreation and Sport*. – 2020. – № 37(223). – С. 73-75.

28. Стасюк В. А., Стасюк І. І., Войтенко С. М. Теорія і методика викладання футболу та футзалу: навчально методичний посібник [для факультетів фізичної культури закладів вищої освіти] [Електронний ресурс]. Кам'янець-Подільський: Кам'янець-Подільський національний університет імені Івана Огієнка, 2025. С. 145-185.

29. Стрикаленко Є.А., Особливості тактичної побудови гри провідних європейських футбольних клубів [Електронний ресурс] - URL: https://www.sportpedagogy.org.ua/html/journal/2009-10/09seaefc.pdf

30. Суровов О. А., Сичов Д. В., Аксьонов Д. В. Фізична культура : основи техніки і тактики гри у футбол : методичні настанови. Харківський коледж

Комунального закладу «Харківська гуманітарно-педагогічна академія» Харківської обласної ради. Харків, 2018. 9 с., 57 с.

31. Тактика та техніка у футболі: інсайти від експертів [Електронний ресурс]. -URL:https://marketer.ua/ua/tactics-and-techniques-in-football-insights-from-experts/

32. Футбол у цифрову епоху: Як технології змінюють спортивний аналіз [Електронний ресурс]. - URL: https://profootball.ua/uk/618110-futbol-u-czyfrovu-epohu-yak-tehnologiyi-zminyuyut-sportyvnyj-analiz/

33. Чурбаков Ю. О. Групові та командні дії в нападі та захисті. Методика навчання тактики та техніки, URL: https://disted.edu.vn.ua/courses/learn/4994

34. Шинкарук З. І., Амбросьєва Т. В., Даніловський В. С., Скрипій Н. Ю. Техніка гри у футбол: навчальний посібник. Урок №5 «Удари по м'ячу головою». [Електронний ресурс] URL: https://disted.edu.vn.ua/courses/learn/6417

35. Arsene V. My Life in Red and White /Venger Arsene. – Great Britain: Weidenfeld & Nicolson., 2020. – 340 c.

36. Joy Gabriel: Not all players show interest in tactical aspects [Електронний ресурс]. – The Times of India, Goa edition. – URL: https://timesofindia.indiatimes.com/city/goa/not-all-players-show-interest-in-tactical-aspects-joy-gabriel/articleshow/123394209.cms

37. Jesse Davis and Leuven: Soccer analytics [Електронний ресурс] – The Guardian-URL:https://www.theguardian.com/football/2025/jun/03/soccer-analytics-jesse-davis-leuven

38. Pep Guardiola Quotes [Електронний ресурс]. – Activation Quotes. – URL: https://www.activationquotes.com/author-quotes/3050-pep-guardiola

39. Premier League stats: football analytics, Prozone, gegenpressing, tiki-taka [Електронний ресурс]. – *Wired*. – URL: https://www.wired.com/story/premier-league-stats-football-analytics-prozone-gegenpressing-tiki-taka/

40. FIFA. FIFA Coaching Manual. – Zurich : FIFA, 2017. – 215 p.30