

МІНІСТЕРСТВО МОЛОДІ ТА СПОРТУ УКРАЇНИ  
МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ  
ХАРКІВСЬКА ДЕРЖАВНА АКАДЕМІЯ ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ

Факультет магістратури, заочного навчання та підвищення кваліфікації  
Кафедра футболу та хокею

ДЗЮБА ОЛЕКСАНДР АНДРІЙОВИЧ

МОДЕЛЮВАННЯ КОМАНДНОЇ ТАКТИКИ ГРИ НА ЕТАПІ  
СПЕЦІАЛІЗОВАНОЇ БАЗОВОЇ ПІДГОТОВКИ ФУТБОЛІСТІВ

Кваліфікаційна робота

Освітній рівень	<u>Другий (магістерський) рівень</u> (назва освітнього рівня)
галузь знань	<u>01 Освіта / Педагогіка</u> (шифр і назва галузі знань)
спеціальність	<u>017 Фізична культура і спорт</u> (код і назва спеціальності)
спеціалізація	<u>Тренувальна діяльність в обраному виді спорту</u> (футбол) (назва спеціалізації)

Науковий керівник: Перепелиця Павло Євгенович, кандидат наук з фізичного виховання та спорту, доцент

## АНОТАЦІЯ

### Кваліфікаційної роботи

Олександра Дзюби

### Моделювання командної тактики гри на етапі спеціалізованої базової підготовки футболістів

**Актуальність роботи.** Моделювання у сучасному футболі актуальне, тому що дозволяє досліджувати складні процеси гри без реального втручання, покращувати тактику, техніку та фізичну підготовку, а також передбачати результати для прийняття ефективних рішень тренерами та гравцями. Методи моделювання допомагають аналізувати поведінку гравців, взаємодії у команді та вплив різних факторів на результат матчу [2, 14, 33].

Моделювання дозволяє створювати різні сценарії гри, аналізувати ефективність тактичних схем, відпрацьовувати індивідуальні технічні навички та покращувати взаємодію між гравцями.

Моделювання є сучасним методом наукового пізнання у футболі, що дозволяє вивчати явища та процеси гри шляхом створення їх спрощених (модельних) версій [12, 19, 45].

Таким чином, моделювання у футболі є важливим інструментом для тренувального процесу, аналізу гри та досягнення високих результатів. Зважаючи на це, актуальним стає проведення дослідження, яке буде сприяти створенню ефективної методики моделювання змагальної діяльності футболістів.

**Мета роботи.** Обґрунтувати ефективність застосування методики техніко-тактичної спрямованості «тактичних моделей групової і командної взаємодії» на етапі спеціалізованої базової підготовки футболістів.

#### **Завдання дослідження:**

1. Проаналізувати літературні джерела та здійснити дослідження сучасних методів моделювання діяльності в командних видах спорту.

2. Розробити методикау моделювання групових та командних взаємодій на основі обраної системи командної гри.
3. Визначити оптимальні кількісні та якісні показники для виконання аналізу техніко-тактичної діяльності футболістів на етапі спеціалізованої базової підготовки.
4. Визначити динаміку в змінах показників техніко-тактичної діяльності футболістів в результаті застосування експериментальних методів тренування.

**Матеріал і методи дослідження.** Дані отримані під час педагогічних спостережень за ігровою діяльністю гравців включали в себе: аналіз індивідуальних групових та командних показників, що відображають рівень технічної підготовленості (обсяг та продуктивність технічних прийомів), а також тактичні знання та психологічні аспекти (самоконтроль, ігрова дисципліна, емоційна стабільність під час гри). Ці методи дозволяють комплексно вивчати гру, оцінювати ефективність гравців, аналізувати тактику та оптимізувати тренувальний процес.

Педагогічні спостереження в ході експерименту зосереджувалися на аспектах, які демонстрували ефективність інноваційних методів тренувань у покращенні результатів юних футболістів.

Технічна підготовка: обсяг – скільки прийомів техніки володіння м'яча може безпомилково виконати гравець; наскільки були різноманітними його технічні дії, та наскільки ефективно гравець може застосуватитакі прийоми в тактичних ситуаціях.

- Раціональність дій: ефективність та точність технічних прийомів, що відповідають ігровій ситуації. Фіксувалися такі індивідуальні техніко-тактичні дії: (1) передачі м'яча вперед, назад поперек і кількість помилок при їх використанні; (2) кількість прийомів м'яча і помилок; та (3) кількість випадків застосовування ведення м'яча і помилок.

- Тактична підготовка: швидкість сприйняття ігрової обстановки; робота в команді та виконання відведеної ролі, визначеної ігровим планом; прийняття відповідних рішень.

- Психологічні риси: самоконтроль, дотримання графіку та режиму занять; мотиваційна складова у прагненні досягати поставленої мети, не здаватися у складних ігрових обставинах; емоційна стабільність – здатність зберігати психологічну рівновагу під час гри; впевненість та віра у власну спроможність виконати тренерські настанови.

Збір вищевказаної інформації допоміг визначити рівень індивідуальної майстерності гравців, виявити певні недоліки і розробити відповідні тренувальні програми, щоб скоригувати командну тактику та слідкувати за динамікою змін підготовленості гравців на різних етапах тренувань.

Окрім педагогічних спостережень, для обробки отриманих даних використовувалися наступні методи: аналіз літературних джерел; проведення серії педагогічних експериментів; статистичні методи математичної оцінки.

**Результати дослідження.** Отримані на прикінці експерименту результати досліджень показали, що ефективним тренувальним засобом для підняття рівня технічної і тактичної підготовленості на груповому і командному рівнях у змагальному періоді можуть бути тактичні моделі командної гри, ігровий простір яких максимально наближений до умов змагальної діяльності.

Тактичні ігрові моделі, що використовувались в тренуванні гравців експериментальної групи, поділялися на дві основні категорії, кожна з яких має свої характеристики та цілі. Вибір моделі залежив від багатьох факторів: від складу команди, рівня суперника та уподобань тренера.

Атакуюча модель. Ця модель зосереджена на контролі м'яча та створенні голевих можливостей. Головна мета — зберегти володіння м'ячем та чинити постійний тиск на суперника.

Комбінована модель. Ця модель поєднує елементи наступальної та захисної гри.

- Позиційна гра. Гравці займають певні зони поля, створюючи структуру для атаки та захисту. Мета — створити чисельну перевагу в певних зонах та ефективно змінити напрямок атаки.

- Високий пресинг. Пресинг має на меті змусити суперника зробити помилку у своєму штрафному майданчику. Це дозволяє швидко перейти до атаки та уникнути занадто тривалого контролю м'яча. Вибір моделі гри завжди є компромісом між сильними сторонами команди та слабкими сторонами суперника.

Таким чином, застосування методики моделювання групової та командної взаємодії у підготовці футболістів експериментальної групи на етапі спеціалізованої базової підготовки, дозволив гравцям підвищити якість своєї техніко-тактичної підготовленості, на відміну від гравців з контрольної групи.

Порівняльний аналіз результатів техніко-тактичної діяльності контрольної та експериментальної груп засвідчив, що гравці експериментальної групи статистично достовірно ( $p < 0,05$ ) мають перевагу над гравцями контрольної групи за окремими показниками ігрової діяльності що відображають набагато вищий рівень взаємодії між гравцями в середині командної схеми гри.

## **Висновки.**

1. Застосування методики моделювання командної тактики у футболі дозволяє командам аналізувати, планувати та покращувати свою гру, а також готуватися до матчів проти конкретних суперників. Цей сучасний підхід пропонує значні переваги. Моделювання робить процес навчання більш захопливим та інтерактивним. Гравці не лише слухають інструкції тренера, але й бачать, як їхні дії впливають на гру, допомагаючи їм швидше та ретельніше вивчати тактичні принципи побудови командної гри. Моделювання дозволяє тестувати тактичні схеми без ризику програшу в реальному матчі. Тренери можуть протестувати різні варіанти, вибрати найбільш прийнятний варіант та бути впевненими у своїх рішеннях.

2. Педагогічний експеримент продемонстрував основні переваги методики моделювання командної тактики.

- Моделювання допомагає тренерам та аналітикам зрозуміти, як команда гратиме в різних ситуаціях: в атаці, під тиском або в контратаці. Слабкі сторони та прогалини в тактичній схемі можна виявити та виправити до матчу.

- Моделювання дозволяє «грати» проти різних суперників у різних сценаріях матчу. Це дозволяє гравцям передбачати потенційні ходи, розробляти способи нейтралізації ключових гравців та виявляти слабкі місця у своїй тактиці.

- Моделювання допомагає гравцям краще зрозуміти свої ролі та взаємодію з товаришами по команді. Тренери можуть показати гравцям, як рухатися, щоб отримати чисельну перевагу в певній зоні ігрового поля, або як правильно організувати перерву гри під тиском суперника.

**Ключові слова:** індивідуальна майстерність, тактична взаємодія, технічна підготовленість, передачі м'яча.

## **ANNOTATION**

### **Qualification work**

**Olexander DZYUBA**

#### **Modeling team game tactics at the stage of specialized basic training of football players**

**Relevance of the Work.** Modeling in modern football is relevant because it allows you to study complex game processes without real intervention, improve tactics, technique and physical training, as well as predict results for effective decision-making by coaches and players. Modeling methods help analyze player behavior, team interaction and the influence of various factors on the outcome of the match [2, 14, 33].

Modeling allows you to create different game scenarios, analyze the effectiveness of tactical schemes, practice individual technical skills and improve interaction between players.

Modeling is a modern method of scientific knowledge in football, which allows you to study the phenomena and processes of the game by creating their simplified (model) versions [12, 19, 45].

Thus, modeling in football is an important tool for the training process, game analysis and achieving high results. In view of this, it becomes relevant to conduct research that will contribute to the creation of an effective methodology for modeling the competitive activity of football players.

**Objective of the Work.** To substantiate the effectiveness of the application of the technical-tactical methodology of "tactical models of group and team interaction" at the stage of specialized basic training of football players.

**Research Tasks:**

1. To analyze literary sources and conduct research on modern methods of modeling activity in team sports.

2. To develop a methodology for modeling group and team interactions based on the selected team game system.

3. To determine the optimal quantitative and qualitative indicators for analyzing the technical and tactical activity of football players at the stage of specialized basic training.

4. To determine the dynamics of changes in the indicators of technical and tactical activity of football players as a result of the use of experimental training methods.

**Materials and Methods of the Study.** . Data obtained during pedagogical observations of the players' game activities included: analysis of individual group and team indicators reflecting the level of technical preparedness (volume and productivity of technical techniques), as well as tactical knowledge and psychological aspects (self-control, game discipline, emotional stability during the game). These methods allow for comprehensive study of the game, assessment of player performance, analysis of tactics, and optimization of the training process.

Pedagogical observations during the experiment focused on aspects that demonstrated the effectiveness of innovative training methods in improving the results of young football players.

Technical preparation: volume - how many techniques of ball possession can a player perform without error; how diverse were his technical actions, and how effectively the player can apply such techniques in tactical situations.

- Rationality of actions: effectiveness and accuracy of technical techniques that correspond to the game situation. The following individual technical and tactical actions were recorded: (1) passing the ball forward, backward and across and the number of errors in their use; (2) the number of ball tricks and errors; and (3) the number of cases of dribbling and errors.

- Tactical preparation: speed of perception of the game situation; teamwork and fulfillment of the assigned role defined by the game plan; making appropriate decisions.

- Psychological traits: self-control, adherence to the schedule and training regimen; motivational component in the desire to achieve the set goal, not to give up in difficult game circumstances; emotional stability - the ability to maintain psychological balance during the game; confidence and belief in one's own ability to fulfill the coaching instructions.

The collection of the above information helped to determine the level of individual skill of the players, identify certain shortcomings and develop appropriate training programs in order to adjust team tactics and monitor the dynamics of changes in the players' preparedness at different stages of training.

In addition to pedagogical observations, the following methods were used to process the obtained data: analysis of literary sources; conducting a series of pedagogical experiments; statistical methods of mathematical evaluation.

**Research Results.** The results of the research obtained at the end of the experiment showed that an effective training tool for raising the level of technical and tactical preparedness at the group and team levels in the competitive period can be tactical

models of team play, the playing space of which is as close as possible to the conditions of competitive activity.

Tactical game models used in training the players of the experimental group were divided into two main categories, each of which has its own characteristics and goals. The choice of model depended on many factors: the composition of the team, the level of the opponent and the preferences of the coach.

Attacking model. This model focuses on controlling the ball and creating scoring opportunities. The main goal is to maintain possession of the ball and exert constant pressure on the opponent.

Combined model. This model combines elements of offensive and defensive play.

- Positional play. Players occupy certain areas of the field, creating a structure for attack and defense. The goal is to create a numerical advantage in certain areas and effectively change the direction of the attack.

- High pressing. Pressing aims to force the opponent to make a mistake in their penalty area. This allows you to quickly switch to the attack and avoid too long control of the ball. The choice of a game model is always a compromise between the strengths of the team and the weaknesses of the opponent.

Thus, the use of the method of modeling group and team interaction in the training of football players of the experimental group at the stage of specialized basic training allowed the players to improve the quality of their technical and tactical preparedness, unlike the players from the control group.

A comparative analysis of the results of the technical and tactical activity of the control and experimental groups showed that the players of the experimental group statistically significantly ( $p < 0.05$ ) have an advantage over the players of the control group in individual indicators of game activity that reflect a much higher level of interaction between players in the middle of the team game scheme.

## **Conclusions.**

1. The use of team tactics modeling in football allows teams to analyze, plan, and improve their game, as well as prepare for matches against specific opponents. This

modern approach offers significant advantages. Simulation makes the learning process more exciting and interactive. Players not only listen to the coach's instructions, but also see how their actions affect the game, helping them learn the tactical principles of team play faster and more thoroughly. Simulation allows you to test tactical schemes without the risk of losing in a real match. Coaches can test different options, choose the most acceptable option, and be confident in their decisions.

2. The pedagogical experiment demonstrated the main advantages of the team tactics modeling method.

- Simulation helps coaches and analysts understand how a team will play in different situations: in attack, under pressure, or on the counterattack. Weaknesses and gaps in the tactical scheme can be identified and corrected before the match.

- Simulations allow players to “play” against different opponents in different match scenarios. This allows players to anticipate potential moves, develop ways to neutralize key players, and identify weaknesses in their tactics.

- Simulations help players better understand their roles and interactions with teammates. Coaches can show players how to move to gain a numerical advantage in a certain area of the playing field, or how to properly organize a break in play under pressure from the opponent.

**Keywords:** individual skill, tactical interaction, technical readiness, passing the ball.

## ЗМІСТ

ПЕРЕЛІК УМОВНИХ СКОРОЧЕНЬ.....	12
ВСТУП.....	13
РОЗДІЛ 1. ТЕОРЕТИЧНІ ЗАСАДИ ПОБУДОВИ ІНДИВІДУАЛЬНИХ, ГРУПОВИХ І КОМАНДНИХ ТАКТИЧНИХ ДІЙ ФУТБОЛІСТІВ.....	16
1.1. Тактична підготовка як педагогічний процес.....	16
1.2. Індивідуальна тактика.....	31
1.3. Групова тактика.....	35
1.4. Командна тактика.....	45
Висновки до розділу 1.....	50
РОЗДІЛ 2. МЕТОДИ ТА ОРГАНІЗАЦІЯ ДОСЛІДЖЕННЯ.....	52
2.1. Загальна характеристика методів дослідження.....	52
2.2. Організація дослідження.....	54
РОЗДІЛ 3. ДИНАМІКА ТЕХНІКО-ТАКТИЧНОЇ ДІЯЛЬНОСТІ ФУТБОЛІСТІВ В ПРОЦЕСІ ЗАСТОСУВАННЯ ТАКТИЧНИХ МОДЕЛЕЙ.....	59
3.1. Порівняльний аналіз техніко-тактичної діяльності в контрольній та експериментальній групі.....	59
3.2. Аналіз динаміки показників техніко-тактичної діяльності в процесі експерименту.....	64
Висновки до розділу 3.....	73
ВИСНОВКИ.....	74
ПРАКТИЧНІ РЕКОМЕНДАЦІЇ.....	76
СПИСОК ЛІТЕРАТУРНИХ ДЖЕРЕЛ.....	80

## ПЕРЕЛІК УМОВНИХ СКОРОЧЕНЬ

ВР – (воротар) - гравець, який захищає ворота

ЗХ – (захисник) - гравець, що грає в обороні

ДЮФЛУ – дитяча юнацька футбольна ліга України

ДЮСШ - дитячо-юнацька спортивна школа

ІД – ігрова діяльність

НП – (нападник) - гравець, що бере участь в атакуючих діях

ПЗ – (півзахисник) - гравець, який виступає між захистом і атакою

СДЮСШОР - спортивна дитячо-юнацька школа олімпійського резерву

ТП – тактична поведінка

ТТД – техніко-тактичні дії

ТТП – техніко-тактична підготовка

## ВСТУП

**Актуальність роботи.** Моделювання групової та командної тактики у футболі полягає у використанні різних футбольних схем, таких як 4-4-2, 4-3-3 або 3-5-2, які визначають розташування гравців на полі, а також у розробці загальних ігрових стилів та стратегій для досягнення позитивного результату у матчі. Цей процес включає створення ефективної системи гри, що пов'язує побудову командної гри з певним стилем [12, 24]. Стиль гри у сучасному футболі - це сукупність тактичних прийомів, що використовуються командою для досягнення перемоги, що включає комбінації, спрямовані на володіння м'ячем, або акцент на швидкі контратаки після відбору, наприклад:

- атакуючий стиль, де гравці будуть зосереджені на створенні великої кількості моментів біля воріт суперника та спробах забити гол;
- контратакуючий стиль, який орієнтований на швидку атаку після відбору м'яча в обороні, що дозволяє використовувати вільні зони супротивника;
- захисний стиль, головною метою якого є не пропустити гол, використовуючи велику кількість гравців в обороні та мінімізуючи ризики [9, 35].

Також при моделюванні командних взаємодій повинні бути враховані і деякі тактичні принципи:

- створення чисельної переваги, що передбачає використання схем та переміщень гравців для отримання переваги у певній зоні поля;
- поліпшення командної взаємодії, вимагатиме розробки раціональної тактики, яка дозволяє гравцям ефективно взаємодіяти один з одним всередині певної схеми гри, що призводить до поліпшення командного результату;
- підвищення рівня варіативності комбінаційної гри, вимагатиме пошуку різних ігрових варіантів (наприклад, короткі передачі або довгі передачі) це дозволяє адаптуватися до дій суперника та змінювати стиль гри під час матчу [17, 41];

- моделювання ігрових ситуацій, що передбачає використання симуляцій або тренувальних вправ для відпрацювання певних тактичних моделей у реальних умовах [8, 13].

Отже, специфіка сучасного футболу вимагає високого рівня стратегічного та тактичного мислення, уважності та здатності приймати швидкі рішення в умовах протидії суперника. Зважаючи на це, актуальним є проведення дослідження, яке буде сприяти розробці інноваційної методики моделювання ігрової діяльності футболістів, що дозволить підвищити рівень комбінаційної гри та командної взаємодії на основі завчасно вивчених ходів та загального тактичного задуму.

**Мета роботи.** Обґрунтувати ефективність застосування методики техніко-тактичної спрямованості «тактичних моделей групової і командної взаємодії» на етапі спеціалізованої базової підготовки футболістів.

**Завдання дослідження:**

1. Проаналізувати літературні джерела та здійснити дослідження сучасних методів моделювання діяльності в командних видах спорту.
2. Розробити методику моделювання групових та командних взаємодій на основі обраної системи командної гри.
3. Визначити оптимальні кількісні та якісні показники для виконання аналізу техніко-тактичної діяльності футболістів на етапі спеціалізованої базової підготовки.
4. Визначити динаміку в змінах показників техніко-тактичної діяльності футболістів в результаті застосування експериментальних методів тренування.

**Об'єкт дослідження.** Ігрова діяльність футболістів на етапі спеціалізованої базової підготовки футболістів

**Предмет дослідження.** Процес техніко-тактичної підготовки футболістів 16-17 років.

**Методи дослідження:** Дослідження і оцінка науково-практичної літератури, проведення педагогічного моніторингу, впровадження педагогічного експерименту, статистичне дослідження.

**Зв'язок дослідження з темою НДР кафедри.** Робота виконана згідно ініціативної теми НДР у галузі фізичної культури та спорту Харківської державної академії фізичної культури на 2023-2028 рр. “Оптимізація навчально-тренувального процесу у футболі” номер держреєстрації 0123U105317.

**Новизна дослідження:** розроблено та впроваджено нові інструменти техніко-тактичної підготовки, які базуються на реальних ігрових ситуаціях, максимально наближених до умов офіційного матчу. Це робить наші тренування більш ефективними та спрямованими на результат.

**Практична значимість:** застосування спеціальних методик і тренувальних засобів для футболістів експериментальної групи значно підвищило ефективність та різноманітність їхніх наступальних дій. Це призвело до покращення індивідуальних, групових і командних техніко-тактичних прийомів протягом усього тренувального року та змагального періоду.

**Структура та обсяг роботи:** Структура роботи включає вступ, три основних розділи, підсумкові висновки, практичні рекомендації та бібліографічний список. Текст займає 86 сторінок, доповнених таблицями та графічними матеріалами. Список використаної літератури налічує 65 джерел.

## РОЗДІЛ 1

# ТЕОРЕТИЧНІ ЗАСАДИ ПОБУДОВИ ІНДИВІДУАЛЬНИХ, ГРУПОВИХ І КОМАНДНИХ ТАКТИЧНИХ ДІЙ ФУТБОЛІСТІВ

### 1.1. Тактична підготовка як педагогічний процес

Тактичне навчання футболістів передбачає вирішення оперативних завдань, що виникають під час взаємодії між товаришем по команді та суперником. Навички прийняття рішень є вирішальними, дозволяючи гравцям максимально використовувати наявний арсенал дій для отримання переваги над суперником. Тому тактична підготовка повинна охоплювати оволодіння базовим тактичним арсеналом гравців, дозволяючи їм максимально використовувати свою технічну підготовку, специфічні характеристики та навички, теоретичні знання тощо [4, 55].

Тактична підготовка – це педагогічний процес, метою якого є реалізація застосування технічних прийомів в умовах постійно мінливих ігрових умов, через тактичні дії, що являють собою раціональну форму організації дій футболістів з метою отримання переваги над суперником.

Поняття «тактичної підготовки» ширше, ніж просто «навчання тактиці гри». Тактику футболу можна добре вивчити теоретично, але сам по собі тактичний підхід до гри не є ефективним. Оволодіння всіма тактичними завданнями (індивідуальними, командними та груповими) недостатньо для досягнення високої результативності в грі. У процесі навчання тактиці важливо досягти безперебійної узгодженості між тактикою та технікою [6, 12].

Іншими словами, тактичне навчання визначається як розробка раціональних методів вирішення проблем, що виникають у змагальній діяльності, та розвиток специфічних навичок, що визначають ефективність вирішення цих проблем. Це визначення дозволяє розглядати тактичну підготовку з двох точок зору: як процес навчання та вдосконалення (тобто оволодіння знаннями, навичками та

здібностями) та як процес розвитку здібностей, які разом утворюють специфічні тактичні здібності [7, 29].

Важливо визначити фактори, що визначають тактичний успіх гравця в грі. По-перше, це високий рівень розвитку специфічних рис інтелекту, сприйняття та психомоторних навичок (тривалість уваги, поле зору, швидкість реакції, орієнтація, швидкість прийняття рішень у складних ситуаціях, тактичне мислення) та реалізація обраного рішення в заданій ситуації.

По-друге, спостерігається високий рівень впевненості в собі при виконанні технічних прийомів у складних матчевих ситуаціях. Нарешті, і по-третє, слід звернути увагу на єдність перших двох факторів, що виражається високою ефективністю окремих тактичних дій в атаці та захисті [15, 33].

Отже, тактична підготовка не повинна обмежуватися лише навчанням тактичним діям. Ефективна гра футболіста під час матчу базується на певних здібностях (спостережливість, швидкість реакції, мислення тощо) та здатності застосовувати технічні навички контролю м'яча. Насправді, тактичні дії – це спосіб організації роботи футболістів індивідуально, в групах та в команді в ігрових ситуаціях, що дозволяє повною мірою використовувати здібності та навички, набуті під час тренувань. Тому, як педагогічний процес, тактичну підготовку можна розділити на різні етапи залежно від ситуації.

Перший етап тактичної підготовки повинен бути зосереджений на розвитку тактичної поведінки та навичок, які є основою успішних тактичних взаємодій [19, 45].

Зрозуміло, що командна тактика в першу чергу визначається індивідуальними діями окремих гравців. У зв'язку з цим важливо зазначити, що індивідуалізація тактичної підготовки є не лише одним із способів покращення спортивних результатів, але й, наприклад, першим кроком у навчанні тактиці. Тільки після цього тренер переходить до навчання командній тактиці. Іншими словами, у процесі розвитку тактичних навичок гравця для вдосконалення команди та командної тактики, тренер повинен культивувати та розвивати

психічні якості кожного гравця для постійного вирішення проблем, пов'язаних з тактичною підготовкою. Ефективні методи включають різні фізичні заняття, ігри на свіжому повітрі та естафети, які вимагають швидких рефлексів, орієнтації, швидкої реакції, спритності, спостережливості та вміння перемикатися між завданнями. Вік (8-11 років) надає найкращу можливість для розвитку цих здібностей [10, 34].

Другий крок – це формування тактичних навичок через процес навчання гравців технічним прийомам. Тренування повинні бути організовані таким чином, щоб поєднання технік і тактик можна було продемонструвати під час вправ і матчів. Це досягається двома способами. По-перше, коли навчають технічному прийому, він «зіставляється» зі здібностями та навичками, що визначають тактичну ефективність. По-друге, під час тренування техніки у складних ситуаціях використовується система ускладнень, яка сприяє розвитку тактичних навичок. Такий підхід допомагає розвивати тактичні навички та технічні характеристики гравця, оскільки в цьому випадку вивчення та вдосконалення технічних елементів тісніше пов'язане з тактикою. Окремі технічні прийоми доповнюють тактичні варіації, які, у свою чергу, доповнюють їхні етапи розучування, складаючи основу всього процесу тактичної підготовки [1, 14].

Такий підхід важливий, оскільки в таких ситуаціях процес техніко-тактичної підготовки є монолітним, цілеспрямованим та комплексним, а години, присвячені технічній підготовці, також сприяють тактичній підготовці гравців. У ситуаціях, коли процес технічної підготовки проводиться виключно за принципом «технічна підготовка заради технічної підготовки», навіть технічно підготовлені гравці іноді мають труднощі з виконанням простих тактичних взаємодій у грі [12, 55].

Щоб технічне тренування було ефективним, гравці повинні усвідомлювати роль технічних елементів у виконанні тактичних дій. Технічне тренування повинно, коли це можливо, використовувати різноманітні тактичні варіанти,

доступні на практиці, щоб ті самі технічні елементи неодноразово використовувались під час тренувань, роблячи їх корисними. Це підвищує практичний вплив процесу тактичного навчання [12, 60].

У цьому випадку ключовим є врахування легкості, рівня складності або виконання вправи для вирішення загальних тактичних завдань. Вирішення технічної задачі передбачає вправи, спрямовані на розвиток психічних якостей, що є невід'ємною частиною тактичних здібностей. У цьому аспекті тренування спортсмен повинен не лише виконувати завдання з високою технічною майстерністю, але й вміти інтегрувати та раціонально застосовувати всі ці технічні елементи.

Іншими словами, середовище, в якому досліджуються та вдосконалюються технічні елементи, має створювати умови, за яких мислення спортсмена рухається у двох напрямках: (а) удосконалення технічних елементів; та (б) вибір технічних елементів, необхідних для заданої тактичної ситуації [17, 54].

Таким чином, мислення спортсмена розвивається під час застосування технічного елемента, дозволяючи йому виконувати його творчо, а не механічно. Такий підхід також покращує здатність учасників тренувального процесу правильно орієнтуватися в тактичному середовищі.

У процесі навчання та тренувань технічні елементи поступово ускладнюються, створюючи таким чином умови для розвитку гнучкого тактичного мислення. Наприклад, під час виконання технічного елемента додається один або два активних суперники, створюючи складну ситуацію, яка намагається зірвати зусилля спортсмена, що виконує елемент. На цьому етапі спортсмен, який виконує технічний елемент, повинен не лише виконувати його механічно, але й демонструвати високий ступінь інтелекту у змодельованих ситуації, що стає звичним лише завдяки постійній практиці. Створення таких умов з перших днів тренувань, поступово переходячи від простого до складного, дозволяє проводити тривале навчання технічним елементам та розвивати

ментальні звички, що сприяють їх успішному тактичному виконанню спортсменом у матчі [8, 61].

Цей етап тактичної підготовки юних футболістів є специфічним для тренувальних груп 1, 2 та 3 років навчання (вік 11-14 років).

Третій етап тактичної підготовки типовий для більшості груп спортивного вдосконалення. Його метою є аналіз індивідуальних, командних, атакуючих та захисних тактичних дій. Акцент тут робиться на тактичних вправах, командних іграх та двосторонній грі.

У розвитку тактичних знань футболістів, окрім згаданих вище методів та підходів, важливим напрямком є вивчення тактичних елементів та комбінацій. Незалежно від того, наскільки добре вони використовуються для розвитку тактичного інтелекту гравців та команд, практичні тренування залишаються ключовим засобом досягнення високих тактичних результатів. Однак розвиток тактичної готовності з самого початку тренувань не повинен негативно впливати на процес тактичного мислення. Натомість, тактичні зв'язки повинні поєднуватися, поступово зміцнюючись, створюючи цілісне полотно для тактичного мислення гравця [5, 18].

Тактичним діям та варіантам взаємодій слід навчати двома способами: (а) через індивідуальне тактичне тренування; та (б) через групове та командне тактичне тренування.

Міцні командні зв'язки розвиваються завдяки індивідуальному та груповому тактичному тренуванню; оборонні та атакувальні взаємодії також формуються на основі навичок групової тактичної підготовки гравців. Іншими словами, тактика являє собою взаємодію кількох гравців з метою успішного виконання конкретного завдання. Розглядаючи індивідуальну групову, та командну тактичну підготовку, зусилля слід більше зосереджувати на індивідуальному тактичному розвитку, який допомагає гравцеві застосовувати свої тактичні знання та навички у потрібний час, та гармонійно співпрацювати з командою [7, 16].

Захисні та наступальні варіанти відточуються в процесі тактичного навчання та тренувань. Значну увагу слід приділяти розвитку здатності швидко переходити від однієї формації рухів до іншої, від наступальних до захисних технік та від однієї тактичної операції до іншої. Тренер повинен навчати гравців тактичним діям та варіантам, виходячи з можливостей команди, дотримуючись усталених шаблонів. Водночас, звичайно, не слід намагатися механічно вивчати тактичні взаємодії та їх варіації. Це може перешкоджати творчому мисленню як гравців, так і команди. Тактичне тренування саме по собі є творчим процесом. За умови правильного тактичного мислення гравець завжди повинен вміти адаптуватися до ситуацій, що раптово виникають під час гри [5, 56].

Незалежно від того, наскільки ефективними є методи розвитку тактичного мислення та психологічних навичок, командні тренування та командна взаємодія є першочерговими. Їм слід навчати так само, як і базовим технікам. Таким чином, дії гравців закріплюються відповідною тактичною поведінкою, щоб вони могли цілеспрямовано формувати свої дії під час гри, керуючись спільними інтересами своєї команди. Якщо спортсмен не звик до тактичної взаємодії з юного віку, якщо він не розвиває тактичного чуття, він часто потрапляє в серйозні проблемні ігрові ситуації під час матчу з яких не може знайти вихід. Навіть за наявності необхідної технічної підготовки він не може проявити себе повною мірою в матчевих ситуаціях, групових та командних тактичних взаємодіях. Розвиток креативного мислення важливий при аналізі командних взаємодій, оскільки допомагає точно передбачити дії суперника під час матчу. Це, у свою чергу, дозволяє команді переосмислити та змінити свій ігровий план без будь-яких втрат психічної енергії або додаткових фізичних зусиль [11, 54].

Тактичні знання можна розвивати, обмінюючись досвідом провідних дорослих команд під час спільних тренувань. Спільні тренування з дорослими гравцями дуже корисні для юнацьких молодіжних команд. Під час таких тренувань юні гравці можуть не лише на практиці вивчити різні тактичні прийоми, але й побачити, зрозуміти та застосувати їх. Організація матчів між

провідними вітчизняними та міжнародними командами є не менш важливою. У цьому випадку фахівці можуть спостерігати за індивідуальними, командними та колективними тактичними взаємодіями, а також дізнаватися про всі інноваційні тактичні варіанти, що можуть ефективно використовуватися під час матчів. Для покращення цих спостережень весь матч слід зафіксувати в певній формі (запис на спеціальних картках, відеозапис тощо), залучаючи до процесу помічників. Тактичні взаємодії на командному рівні потім можна проаналізувати стосовно ситуацій, створених суперником в умовах дефіциту часу та простору. Акцент слід робити не лише на результатах матчу, але й на технічних можливостях та фізичних здібностях гравців [12, 32].

Отже, тактична підготовка за своєю природою є однією зі складних фаз спортивної підготовки, що вимагає інтенсивної, щоденної та професійної діяльності. Як і будь-який цілеспрямований навчальний процес, тактична підготовка має конкретні цілі:

1. Створення передумов для ефективного навчання ігровій тактиці (розвиток відповідних навичок та диспозицій).
2. Розвиток тактичних навичок шляхом навчання технічним прийомам.
3. Забезпечення високого ступеня надійності технічних прийомів у складних матчевих ситуаціях.
4. Оволодіння основами індивідуальних, командних та колективних тактичних дій в атаці та захисті.
5. Удосконалення тактичних навичок з урахуванням ролі гравця в команді.
6. Розвиток здатності ефективно застосовувати технічні прийоми та тактичні дії залежно від обставин (емоційний стан партнерів по команді, суперники, зовнішні обставини).
7. Розвиток здатності швидко перемикатися між атакою та захистом, захистом та нападом.
8. Розуміння суперників, їх тактичного арсеналу, а також їхньої технічної підготовки та сили волі.

9. Дослідження тактики управління вітчизняними та провідними міжнародними командами [8, 21, 44].

Вирішення цих проблем вимагає різноманітних підходів. Тактична підготовка включає тактичні вправи (індивідуальні, командні та групові), двосторонні ігри, контрольні та календарні ігри, а також теорію футбольної тактики. Крім того, важливими є підготовчі вправи, що розвивають швидкість реакції та орієнтацію; вправи на швидкий перехід від однієї рухової дії до іншої; спеціальні естафети та індивідуальні технічні вправи (для розвитку впевненості в собі).

Методи тактичних тренувань подібні до тих, що використовуються і під час технічної підготовки гравців. Звичайно, враховується специфіка тактики. Тому в демонстраціях використовуються реальні моделі групових і командних взаємодій, зняті на відео. Під час тренувань у спрощених ситуаціях складні тактичні дії викладаються крок за кроком за допомогою звукових сигналів, знаків тощо [7, 11, 35].

У комбінованому методі навчання пріоритетом є тактика, але умови тренувань та дозування інтенсивності рухових дій допомагають удосконалити техніку гри.

Для вивчених тактичних дій використовується метод аналізу власних дій та дій суперника. Для цього використовуються відеозаписи ігор та аудіозаписи. Метод моделювання поведінки суперника (чи то окремого гравця, чи то всієї команди) є специфічним для тактичного навчання. Переходи в тактичних діях — від атаки до захисту, від захисту до атаки — особливо важливі. Багаторазові переходи від однієї тактичної дії до іншої повинні відбуватися в умовах дефіциту часу та простору [19, 28].

Тактичну підготовку слід узгоджувати з іншими видами тренувань. Тому у фізичній підготовці (як загальній, так і спеціаліальній) цей зв'язок досягається через використання ігор та фізичних навантажень, спрямованих на розвиток специфічної тактичної поведінки для підтримки на належному рівні командних

та колективних дій, прийнятих у футболі (тобто, коли тренери дають відповідні тактичні вказівки, а гравці їх виконують, рухаючи м'яч в правильних напрямках).

Під час організації технічних вправ важливо правильно передбачати правильні дії у відповідь на тактичні ситуації що виникають в ігровому просторі, варіанти взаємодій гравців під час підготовчих вправ та тактичних вправ, а також технічні прийоми в рамках тактичних вправ [4, 27].

Під час теоретичної підготовки тренер також надає великого значення вивченню тактичних дій своїх гравців в рамках обраної командної схеми гри, також корисно вивчати діяльність окремих гравців та командні дії, як вітчизняних, так і іноземних команд.

Для підвищення рівні взаємодії між гравцями, важливо також забезпечити правильний розподіл тактичних завдань під час двосторонніх контрольних матчів, вибрати рівного спаринг-партнера, сформулювати ігровий план на час гри, провести відео-аналіз матчу та аналіз дій гравців [17, 29].

Сучасний футбол відображає розвиток швидкої гри та складність тактичних комбінацій. Тому важливо навчити гравців оцінювати положення гравців (своє та суперника) щодо м'яча, передбачати положення та напрямок руху м'яча, дії своїх товаришів по команді, передбачати наміри суперника, швидко аналізувати ситуацію та зрештою діяти у вигідному для них ключі.

Беручи до уваги вищезазначене, можна виділити такі основні аспекти тактичної підготовки: постійна увага до розвитку специфічних здібностей та якостей; встановлення раціональної послідовності технічних прийомів та їх інтерпретації, тобто їх поєднання та взаємозамінність; розвиток уміння використовувати характеристики та здібності тактичного характеру, набуті в процесі реалізації технічних прийомів; формування тактичних навичок у процесі навчання технічним прийомам; встановлення раціональної послідовності аналізу тактичних дій (індивідуальних, командних та групових) в атаці та захисті з урахуванням послідовності аналізу технічних прийомів в атаці та захисті; вдосконалення тактичних навичок в інтегрованому процесі навчання, поєднання

тактичної та технічної підготовки, систем командної взаємодії в навчальних та контрольних іграх [33, 45].

Методологія викладання тактики. Тактична підготовка включає теоретичну підготовку, тобто отримання спеціалізованих знань з тактики; практичну підготовку, тобто вивчення індивідуальних, командних та колективних дій; та розвиток креативності гравців. Теоретичні знання допомагають їм орієнтуватися, аналізувати та оцінювати складні ігрові ситуації, а також вибрати найефективнішу форму тактичної поведінки.

Теоретичні тактичні знання охоплюють знання правил гри та вміння використовувати індивідуальні тактичні навички гри. Гравець повинен розуміти основні системи гри та їх варіації, обов'язки гравців, які виконують певні ролі в групі, та взаємодію між групами під час різних фаз гри. Це включає розуміння впливу об'єктивних ігрових умов та використання погодних умов, ґрунту покриття та розміру поля. Гравець повинен враховувати ці фактори у всіх своїх діях [5, 16].

Викладання тактичної теорії починається з розуміння фундаментальних принципів на яких будується гра у футбол, які далі розвиваються під час практичних тренувань та під час контрольних матчів.

Тренер повинен надати детальну та чітку інформацію про розподіл обов'язків у команді, а також завдання та ролі окремих гравців у командній схемі гри. Ролі окремих гравців у команді повинні бути чітко та конкретно визначені, тобто вони повинні бути визначені в контексті дій гравця, який грає на конкретній позиції.

Наступний етап підготовки включає аналіз окремих фаз гри (атака, захист, переходи від захисту до атаки та навпаки), взаємодії гравців у різних фазах тощо. Зручніше продовжити цей аналіз, пояснивши помилки, допущені гравцями під час гри. Після аналізу фаз гри можна перейти до вивчення теоретичних рішень тактичних задач різної складності [18, 29].

У процесі розвитку рухових навичок, необхідних для виконання тактичних завдань, учасники вивчають ігрові функції, усувають потенційні помилки та закріплюють набуті навички.

Тренування та тактичний розвиток проводяться з використанням таких основних методів:

1. Метод практичного виконання вправи, тобто копіювання знайомих та вивчених вправ. Цей метод розвиває рухові та динамічні стереотипи, що становить фізіологічне значення тактичного тренування.

2. Метод демонстрації та презентації.

3. Вербальний метод.

4. Цілісний та методологічний підходи. Перш ніж перейти до загальних тактичних завдань, вивчаються основні елементи. Цілісний метод зазвичай використовується для інтеграції та вдосконалення тактичних дій.

5. Аналіз відео тактичних дій. Це буде безцінним при оцінці гри суперника. Цінність відео аналізу полягає в можливості неодноразово переглядати гру, це також один з найефективніших способів аналізу і власних тактичних дій.

6. Аналізуйте власні дії та дії суперника. Тренери віддають перевагу власним спостереженням і частіше надають своїм гравцям готові рецепти, що позбавляє їх ініціативи та самостійності. Тому вкрай важливо залучати самих гравців до контролю за грою [13, 27, 28].

Гравці повинні не лише спостерігати за грою, але й звертати увагу на тактичні можливості команди, організацію гри в атаці та захисті, способи вирішення гравцями тактичних завдань, тактику окремих гравців тощо. Тактичний досвід гри проти різних суперників у різних ситуаціях, розуміння та точна оцінка ігрової ситуації краще підготують їх до самостійного та вмілого вирішення завдань.

Тактичні дії, як згадувалося вище, засвоюються разом з технікою гри. З перших же тренувань важливо прищеплювати гравцям самостійність, швидку орієнтацію та креативність. Вправи слід підбирати так, щоб вони могли розуміти

ситуації, приймати рішення, оцінювати свої дії та узгоджувати їх з командною грою [12, 24].

На етапі спеціалізованої базової підготовки тактичне навчання спрямоване на розвиток швидкості, орієнтації та інтелекту в складних реакціях у футболістів відбувається переважно через фізичну та технічну підготовку, що вносить додаткові умови та часткові труднощі навчання, їх можна створити за рахунок:

- використання аудіо та візуальних сигналів, що дозволяють гравцям швидко змінювати дії з м'ячем та без нього;
- збільшення кількості м'ячів, маркерів предметів та позначок;
- використовувати складніші переміщення в ігровому просторі, в якому гравці активно змінюють свої позиції відносно партнерів по команді;
- використовувати активний та пасивний умовний опір [7, 18].

Важливо, щоб ускладнені умови виконання вправ не впливали негативно на розвиток фізичних якостей або розвиток технічних моторних навичок з контролю м'яча. Перед виконанням технічних завдань тренер повинен підібрати тактичне завдання, яке не заважатиме засвоєнню раціональної техніки, а натомість сприятиме її розумінню та правильному застосуванню в конкретних ситуаціях. Наприклад, можна розробити вправи для ситуацій, у яких гравець повинен вибрати правильний момент для початку руху та одночасно визначити напрямок удару або ведення на основі власного положення та руху партнера. Розроблені вправи можна використовувати в такій послідовності: під час самостійних тренувань, з пасивним суперником і, нарешті, під час групових тренувань з активним суперником [11, 27].

Суперник відіграє вирішальну роль в процесі навчання, дії суперника моделює тренер. Набуті тактичні навички закріплюються завдяки повторним вправам у ситуаціях, де гравець отримує конкретні інструкції, такі як опіка суперника, гра в певній зоні, відкриття на високій швидкості, прийом м'яча з подальшою зміною напрямку руху, перехоплення м'яча, удар по воротах з різної відстані [12, 28].

Під час навчальної гри, коли м'яч вводиться в гру та відбуваються переходи від захисту до атаки та від атаки до захисту, особливу увагу необхідно приділяти позиціонуванню. Коли команда втрачає м'яч, вкрай важливо, щоб гравці могли вчасно закрити вільні зони, а також могли своєчасно брати суперника під опіку одразу після втрати м'яча [11, 24].

Тактична групова та командна робота у футболі базується на методах взаємодії між двома, трьома або більше гравцями. Вони вчаться будувати взаємодії зі своїми партнерами в такому порядку:

- 1) коаліції з двох, трьох або більше гравців зі зміною або без зміни ігрових позицій;
- 2) те саме з умовним суперником;
- 3) те саме з суперником який застосовує активний опір;
- 4) те саме в більш складному завданні: а) обмеження контакту з м'ячем; б) обмеження часу володіння м'ячем; в) зменшення та збільшення ігрового простору [13, 25].

Взаємодії між двома, трьома або більше гравцями слід моделювати під час вправ та навчальних ігор. Тренування спочатку проводяться з переважаючою кількістю нападників (2х1; 3х2; 4х3), потім з рівною кількістю нападників та захисників, і нарешті з переважаючою кількістю захисників. Рекомендується, щоб тренувальні заняття та навчальні ігрові завдання включали ситуації, які заохочують гравців використовувати вивчені ними техніку гри для взаємодії з партнерами. Під час проведення таких вправ та навчальних ігор тренери повинні звертати особливу увагу на здатність учнів вибирати найбільш раціональний варіант на основі самооцінки ситуації та швидкої орієнтації в ній. Тренери також можуть визначати метод роботи, змінюючи та ускладнюючи ігрові умови виконання тактичної вправи [16, 28].

Командні тренування ускладнюються після того, як гравці опанують мінімально необхідні технічні прийоми, прості взаємодії між двома або більше гравцями та теоретичні знання. Перш ніж розпочати процес навчання командній

тактиці, важливо зрозуміти організацію та ролі кожного гравця. Початкові тренувальні матчі не повинні передбачати виконання занадто складних завдань для гравців. На початку навчання важливо щоб гравці знаходились на своїх позиціях, щоб були уважними, та не захоплювались індивідуальною грою [6, 27].

Під час вивчення командної тактики важливо вивчити тактику для окремих ліній та ланок, а також вивчити тактику та тактичні комбінації для конкретних моментів гри.

Значна частина тренувального процесу проводиться через навчальні вправи, де розвивається та відточується техніка та тактичні навички групової та командної взаємодії, а також взаєморозуміння між гравцями. Кількість гравців, які беруть участь у тренуванні, може варіюватися. Розміри поля також різняться залежно від рівня підготовки гравців та характеру тренування. Існує багато навчальних вправ, які можуть допомогти розвинути всі аспекти гри гравця в комплексі [11, 27].

Основний спосіб навчання командній роботі – це гра два на один, три проти двох і т.д. Це розвиває справжнє тактичне мислення. Однак тренер, контролюючи гру, не може цього допустити щоб гра проходила стихійно та неконтрольовано. Відсутність організації та послідовності призводить до значних помилок та їх накопичення.

Перед грою два на один зазвичай відбувається розмова між тренером та гравцями. Під час цієї розмови, використовуючи макет поля, гравці отримують конкретні інструкції. Тренер повинен використовувати зворотний зв'язок під час гри, або делегувати ці повноваження помічнику. Тренер сам може зайняти позицію з чітким оглядом поля гри та видавати інструкції гравцям через мегафон або мікрофон [15, 60].

У двосторонній навчальній грі необхідно уникати частих зупинок для сигналізації про помилку. Інерція рухів гравців після свистка зазвичай перешкоджає точній фіксації позиційної помилки гравця, тому пояснення в цьому випадку будуть неефективними. Крім того, часті перерви в грі збільшують

тривожність, втому та нудьгу. Гру переривають лише тоді, коли гравцям потрібно дати загальні вказівки або показати тактичну комбінацію. Під час гри найкраще використовувати коментарі, щоб не порушувати хід гри. Краще давати пояснення не всім гравцям одночасно, а лише окремим ланкам. Гравець, якому доручено певне завдання, займає певну позицію, а тренер допомагає виконати певні інструкції, даючи відповідні коментарі в ході виконання дій гравцем. Після 20-30 хвилин тренування з однієї ланки гравців, тренер перемикається на іншу ланку, де взаємодія між гравцями найслабша [9, 24].

Після навчальної гри необхідно проаналізувати сильні та слабкі сторони гравців. Командна гра ще більше закріплюється та вдосконалюється в товариських та контрольних матчах, перевіряючи знання кожного гравця та виявляючи слабкі сторони, особливо проти рівних або сильніших суперників. Однак, найкраще спочатку зіграти кілька матчів проти слабших суперників.

Отже, тактична підготовка футболістів – це педагогічний процес, адже він спрямований на цілеспрямоване оволодіння гравцями раціональними формами ведення гри, координацію їхніх індивідуальних та колективних дій, що досягається через систематичні заняття та тренування. Цей процес допомагає футболістам вдосконалювати технічні та тактичні навички, що є ключовими для досягнення перемоги у змаганнях [1, 4].

Чому це педагогічний процес:

Цілеспрямованість: головна мета – навчити гравців ефективно діяти на полі як індивідуально, так і в команді.

Систематичність: тактичні навички формуються через тривалі, цілеспрямовані заняття та тренування.

Оволодіння навичками: процес включає засвоєння раціональних способів ведення гри, технічних прийомів та їх застосування у змагальних умовах.

Розвиток індивідуальних та колективних дій: педагогіка розглядає як розвиток особистості гравця, так і його взаємодію в колективі, що є частиною тактичної підготовки [12, 24].

Відповідність педагогічним принципам: тактична підготовка в футболі відповідає загальнопедагогічним принципам формування вмінь, навичок та знань, що є основною метою будь-якого освітнього процесу [8, 33].

## **1.2. Індивідуальна тактика.**

Індивідуальна тактика стосується дій гравців в обороні та атаці, а також здатності вибрати найкраще рішення з різних варіантів у певній ситуації. Це включає дії з м'ячем і без нього.

Основними цілями індивідуального тактичного тренування гравців є розвиток існуючих тактичних навичок, засвоєння нових тактичних прийомів на основі індивідуальних характеристик та усунення тактичних помилок.

Перед виправленням тактичної помилки поясніть гравцеві її суть та спрямуйте його думки на правильне рішення. Після цього пояснення можна переходити до подальшого тренування [7, 56].

Для виправлення індивідуальних помилок в атаці використовується наступна послідовність та вправи:

1. Розмова, в якій гравець вказує на недоліки у своїй грі.

2. Тренер пояснює, наприклад, що за першої ж можливості гравець повинен виграти єдиноборство за м'яч, увійти до штрафного майданчика суперника, атакувати ворота, або передати м'яч, залежно від ситуації.

3. Якщо гравець звик рухатися лише вздовж бічної лінії, цю зону слід позначити маркером на початку тренування. В ідеалі, вона має бути позначена білою стрічкою. Якщо гравець отримує пас від тренера на перетині бічної та середньої лінії, гравець повинен пройти до воріт суперника, не даючи йому перетнути стрічку та увійти в обмежену зону. Ця вправа повторюється 10-15 разів протягом тренування [33, 45].

4. Коли гравець рухається до воріт суперника, на його шляху розміщуються конуси, які він повинен обходити. Щоразу, коли гравець наближається до воріт,

вони повинен наносити удар в певну частину воріт, або дається завдання виконати передачу м'яча партнеру для нанесення завершального удару.

5. Після 3-4 тренувань, якщо гравець впевнено влучає в ворота, вводиться додаткове обмеження простору з силовим протистоянням, таким чином створюються необхідні умови для навчання швидкісної техніки контролю м'яча [16, 27].

У індивідуальних тактичних тренуваннях надзвичайно важливо розвивати вміння вибрати позицію, або, як то кажуть, «пласуваситися» перед суперником. Практикують «пласування» наступним чином: на ігровому полі, в обмеженому просторі приблизно 10-10 метрів, встановлюються 6-7 стовпів без будь-яких перешкод. Учень обходить ці стовпи з м'ячем і стоїть обличчям до гравця з іншого боку. Користуючись нагодою, тренер відправляє м'яч по землі, щоб він пройшов між стовпами. Учень, постійно перебуваючи в русі, намагається передбачити напрямок м'яча якби «пласується» та приймає його. Поступово кількість стовпів та їх щільність збільшуються, що призводить до збільшення коридорів для додаткових траєкторій руху м'яча [19, 20].

Під час індивідуального тренування тренер використовує наступний метод для підвищення часової ефективності реакції на під час відбору м'яча у суперника. Гравець повинен рухатися з м'ячем до воріт; в цей час воротар вибрав зручний момент для його відбору. Ця вправа залежить від ретельної підготовки воротаря та пильності нападника.

Кожна така вправа складається з 20-30 «стартів». Спочатку виконання вправи нападник повинен трохи поступатися перед воротарем для його адаптації до умов виконання вправи [4, 35].

Цей метод швидко дає хороші результати. Перед початком індивідуального тактичного тренування важливо ретельно підібрати методи виправлення помилок гравця для розвитку раціональної тактичної поведінки.

Індивідуальні тактичні дії передбачають відкривання та закривання, ведення м'яча, обведення суперника, удари по воротах з різної відстані, відбір м'яча.

Гарною ідеєю є вивчення окремих тактичних переміщень разом із технічними прийомами. В іншому випадку процес вивчення основних технічних прийомів стає шаблонним та неефективним. Відкривання визначається як вихід гравця на відкритий простір, що дозволяє йому позбутися опіки суперника, розірвати дистанцію та, отримавши м'яч, забити його в ворота. Гравець, що відкривається може увести за собою свого опікуна і таким чином звільнити певну зону ігрового поля для переміщення туди своїх партнерів. Вихід на вільний простір зазвичай відбувається доволі швидко. Попередньо гравець може вдавати пасивність, щоб заплутати опонента, або робити оманливі рухи, щоб ввести суперника в оману. Відкриватись можна в будь-якому напрямку вперед, в бік та назад за потреби. Треба намагатися робити це у потрібний момент, наприклад, коли товариш по команді відразу готовий виконати передачу м'яча, на те місце куди відкривається його партнер [1, 34].

Введення м'яча та обведення суперника – доволі ефективні технічні прийоми гри. Якщо гравець вправно вміє вести м'яч різними способами, з різною швидкістю та впевнено, у нього будуть хороші шанси знайти відкритий простір або забити м'яч у ворота суперника. Під час гри гравці активно використовують введення м'яча зі зміною напрямку руху та обведення суперника, але це часто призводить до втрати м'яча для команди. Тому, коли товариш по команді займає вигідну позицію, краще віддати йому вчасно передачу. Робити це своєчасно та в потрібний момент також є чудовою зброєю. Однак до введення м'яча та обведення слід ставитися серйозніше з юного віку.

Удари по воротах. Група гравців з різноманітними ударами та здатністю забивати несподівані голи значно підвищує наступальний потенціал команди. Удари по воротах не повинні обмежуватися тільки гравцями нападу. Усі гравці, незалежно від позиції в команді, повинні вміти виконувати цю найважливішу індивідуальну тактичну дію [6, 18].

Відбір м'яча є важливим тактичним прийомом під час гри проти суперників, які володіють ним. Кожен футболіст повинен пам'ятати, що одразу після втрати

м'яча гравці повинні створювати перешкоди, щоб повернути його до своєї команди. Звичайно, легше забрати м'яч, коли суперник виконує передачу, тобто за допомогою перехоплення. Також раціональною дією є почати застосовувати відбір, коли суперник приймає м'яч або під час його ведення [7, 8].

Отже, індивідуальна тактика у футболі – це система цілеспрямованих дій гравця (як з м'ячем, так і без нього), спрямованих на вирішення тактичних завдань у конкретній ігровій ситуації, а також розвиток у гравця тактичного мислення та вміння приймати правильні рішення. Це основа для ефективних індивідуальних дій, що допомагають досягти перемоги.

Ключові аспекти індивідуальної тактики:

З м'ячем: це вміння правильно вибирати найкраще рішення серед кількох можливих варіантів, коли гравець володіє м'ячем.

Без м'яча: це включає дії гравця, які не пов'язані безпосередньо з володінням м'ячем, але є важливими для загальної тактики команди [18, 25].

Що розвиває індивідуальна тактика:

Тактичне мислення: розвиває здатність передбачати розвиток подій на полі та приймати швидкі й правильні рішення.

Ініціатива: сприяє творчій ініціативі гравця, дозволяючи йому самостійно діяти в межах командної тактики.

Орієнтація: покращує здатність гравця орієнтуватися в ігровій ситуації та швидко реагувати на зміни.

Взаємодія: вчить гравців правильно взаємодіяти з партнерами в рамках тактичних систем як у нападі, так і в захисті [11, 13].

Приклади індивідуальних тактичних дій:

В нападі: вибір оптимального способу для продовження атаки або проходу до воріт, обігрування суперника.

В захисті: правильне позиціонування та переміщення без м'яча, швидка реакція на дії суперника, страховка партнерів [12, 24].

Тепер, коли ми обговорили техніку індивідуального контролю м'яча, давайте розглянемо груповий контроль м'яча.

### 1.3. Групова тактика

Групова тактика стосується взаємодії двох або більше гравців на футбольному полі, відомої як комбінації. Вся гра у футбол побудована із комбінацій та їх протидії.

Розрізняють два основні типи комбінацій: у «стандартних» ситуаціях та під час фази матчу.

Комбінації у «стандартних» ситуаціях включають взаємодії при кутовому ударі, штрафних ударах та ударах від воріт. Гравців можна попередньо розташувати у вигідних позиціях на основі награних комбінацій. Усі комбінації мають свій рівень варіативності. Вони розігруються після того, як команда заволоділа м'ячем [2, 25].

Комбінація «стінка» у футболі — це взаємодія двох гравців, коли один гравець віддає м'яч партнеру, а сам швидко рухається за його спину, щоб отримати зворотню передачу, яка дозволяє йому обіграти суперника. Також у футболі існує поняття «стінка» як захисна стінка гравців, яку команда виставляє під час штрафного удару, щоб перекрити шлях м'яча до воріт.

Комбінація «стінка» (як прийом гри)

Суть: Гравець з м'ячем, на шляху якого є суперник, несподівано віддає м'яч партнеру.

Дія: Одночасно з цим гравець швидко біжить за спину партнеру, щоб звільнити місце та прийняти зворотню передачу.

Мета: Отримавши від партнера пас в один дотик, гравець може продовжити рух без втрати швидкості, обігравши таким чином захисника.

Важливість: Ця комбінація вимагає від гравців осмислених та вмілих дій, а також хорошої координації [18, 28].

Захисна «стінка» (як елемент стандарту)

Суть: Команда, яка захищається після призначення штрафного удару, виставляє своїх гравців у лінію.

Призначення: Гравці вишиковуються на певній відстані від м'яча, щоб створити бар'єр для м'яча, що летить до воріт.

Правила: За правилами футболу, гравці атакуючої команди не повинні бути ближче певної дистанції до м'яча, поки він не буде введений в гру [17, 29].

Комбінація «схрещування» у футболі — це тактичний прийом, коли один гравець залишає м'яч у визначеному місці й продовжує рух, а його партнер, рухаючись синхронно йому назустріч, підхоплює м'яч і вривається у вільну зону, створюючи небезпеку для суперника. Цей прийом найчастіше використовується в середині поля або на підступах до штрафного майданчика для створення проривів та звільнення зон.

Як виконується комбінація «схрещування»: Перший гравець: веде м'яч, але не входить до штрафного майданчика, а просувається поперек поля.

Паралельно: з ним, його партнер біжить назустріч, звільняючись від опіки.

У момент зустрічі, коли перший гравець вже звільнив м'яч, партнер підхоплює його і продовжує рух у вільну зону, діючи відповідно до ігрової ситуації [12, 24].

Навіщо використовують «схрещування»:

Зміна напрямку атаки: Допомагає швидко змінити напрямок атаки.

Звільнення від опіки: Дозволяє гравцеві з м'ячем пройти крізь щільну оборону суперника.

Вивільнення вільного ігрового простору: Створює нові зони для атаки та відкриває шлях до воріт.

Комбінація «пас в один дотик» дозволяє кожному партнеру по команді швидко перейти на нову позицію. Використання таких пасів не дозволяє захисникам підійти достатньо близько до одного з нападників, щоб відібрати м'яч [1, 4].

У футболі "взаємозамінність" – це тактичний прийом, коли гравці можуть переходити на позиції один одного, щоб створити несподівані атаки або захист. Взаємозамінність як тактичний прийом:

Сутність: Кожен гравець готується зайняти позицію одного з найближчих партнерів у мінімальний час, що створює непередбачуваність для суперника.

Застосування: Цей прийом ефективний на будь-якій ділянці поля.

Приклад: Крайній захисник може підключитися до атаки по флангу, а назустріч йому рухається інший гравець, створюючи несподівану атаку [5, 12].

Комбінація «пропуск м'яча» у футболі — це тактичний прийом, коли гравець робить вигляд, що приймає пас від партнера, але насправді пропускає м'яч далі на іншого гравця або прокидає його собі на хід, використовуючи силу пасу, щоб обдурити суперника. Цей прийом ефективний, коли ви перебуваєте на одній траєкторії польоту м'яча з вашим партнером, а пас є достатньо сильним, щоб дійти до адресата [16, 27].

Як це працює:

Очікування пасу: Партнер надсилає вам пас.

Фальшивий прийом: Ви робите рух, щоб прийняти м'яч, але насправді не торкаєтесь його.

Пропуск: М'яч проходить крізь вас.

Використання: Ви можете або пропустити його партнерові далі, або, якщо ви рухаєтесь в іншому напрямку, прокинути його собі на хід під час розвороту.

Коли це доречно використовувати:

Коли ви перебуваєте на одному шляху з вашим партнером, який приймає пас.

Коли пас сильний і точний, що дозволяє йому пройти крізь вас.

Щоб обдурити захисника, який очікує, що ви зупините м'яч.

Цей прийом є різновидом футбольного фінта і потребує хорошого бачення поля, розуміння гри та своєчасного виконання [12, 27].

Комбінація з передачею в один дотик у футболі — це швидка взаємодія між гравцями, коли м'яч передається партнеру відразу після отримання, з метою перехитрити суперника і знайти вільний простір. Найчастіше така гра виконується у трикутнику між трьома гравцями, що дозволяє створювати швидкі атаки та покращувати позиційне взаєморозуміння на полі [3, 11].

Принцип дії:

Гравець 1 отримує м'яч. Він одразу ж віддає пас на партнера (Гравець 2), який знає, що м'яч буде передано в один дотик.

Партнер 2 приймає м'яч і робить передачу на вільне місце, куди вже біжить Гравець 1.

Гравець 1, отримавши пас від Партнера 2, продовжує розвивати атаку, використовуючи здобуту перевагу в просторі [2, 25].

Ключові моменти:

Швидкість: Ключова роль відводиться швидкій обробці м'яча та миттєвому прийняттю рішень.

Комунікація: Невербальна комунікація та розуміння ігрових ситуацій між гравцями є життєво важливими для успіху.

Простір: Мета – перемістити м'яч та гравців у вільні зони, використовуючи швидкі паси [9, 12].

Футбол складається з комбінаційних дій, які є послідовністю взаємопов'язаних дій гравців та команд, що спрямовані на досягнення спільної мети, зокрема забити гол чи запобігти його. Ці дії можуть бути як індивідуальними техніко-тактичними, так і груповими взаємодіями, що складають тактичну структуру гри [4, 56].

Що таке комбінаційні дії у футболі:

Взаємопов'язаність: Кожна дія гравця або команди є одночасно результатом іншої дії та початком нової, формуючи безперервний цикл гри.

Тактична основа: Комбінаційні дії є основою тактики гри, що дозволяє команді організовувати свої дії на полі для подолання протидії суперника.

Різноманітність: Ці дії поділяються на активні (контактні) та підготовчі (неконтактні), які можуть включати як індивідуальні прийоми, так і складні групові взаємодії [17, 28].

Приклади комбінаційних дій:

Передача м'яча: Один гравець передає м'яч іншому, що є початком дії для наступного гравця в ланцюжку.

Розіграш стандарту: Комбінація гравців, що виконують пас, відволікаючи рухи та удар по воротах.

Прорив в обороні: Спільні дії захисників, які створюють тактичні можливості для відбору м'яча та контратаки.

Чому комбінаційні дії є важливими:

Перевага над суперником: Взаємодія гравців та наявність розучених ходів у рамках "зв'язок" дозволяє команді створювати перевагу над опонентом [16, 27].

Тактична гнучкість: Висока кількість комбінаційних дій свідчить про високий рівень злагодженості команди та дозволяє адаптуватися до будь-якої ситуації на полі.

Цілісність гри: Ці дії підтримують цілісність гри, перетворюючи набір окремих дій на логічний і злагоджений процес.

Кожна команда складається з ланок гравців, тобто вони разом вирішують тактичні завдання в певні моменти гри. Звичайно, лише рішучі та скоординовані дії всіх учасників визначатимуть успіх комбінації. Тому взаєморозуміння, або, як його іноді називають, «відчуття свого партнера», особливо важливе під час вибору та виконання конкретної комбінації. Тільки гравці з єдиним розумінням гри можуть варіативно вирішувати тактичні завдання, та ефективно реалізовувати комбінаційні дії [2, 15].

Існує два основних типи комбінацій: на стандартних положеннях та під час ігрового епізоду.

Комбінації при стандартних положеннях у футболі – це сплановані дії гравців для вирішення тактичних завдань, таких як забити гол або створити

небезпечний момент, під час виконання кутових, вільних чи штрафних ударів. Ці комбінації можуть включати: швидкі передачі, що створюють перевагу в атаці; відтяжки, де гравці відволікають суперників; навісні удари на нападників у штрафному майданчику; а також короткі розіграші для створення простору та несподіваних ударів [1, 19].

Основні види стандартних положень:

Кутові (корнери): Удар з кута поля, який може бути як навісним, так і низовим.

Штрафні та вільні удари: Виконуються після порушення правил, де метою може бути як прямий удар по воротах, так і розіграш.

Типові комбінації:

Навіс на нападника: Найпростіша комбінація, коли гравець навішує м'яч у штрафний майданчик, де нападник має шанс замкнути головою чи ногою.

Розіграш на коротку відстань: Два гравці швидко обмінюються пасами, щоб обійти суперників, які перебувають у стінці.

Відтяжка: Один гравець відволікає одного-двох захисників, а інший гравець звільняється для удару або приймає пас.

Заманювання: Гравець робить вигляд, що пробиває по воротах, але віддає пас партнеру, який перебуває у кращій позиції.

Комбінації з декількома гравцями: У складних комбінаціях можуть брати участь три-чотири гравці, які створюють ситуацію, коли один з них отримує м'яч для удару, а інші – для підбирання [12, 24].

Важливість комбінацій:

Вони дозволяють команді використати перевагу в атаці, створюючи більше небезпечних моментів та забиваючи голи.

Застосовуються не тільки для атаки, а й для захисту, щоб вийти з небезпечних ситуацій біля власних воріт.

Комбінації залежать від стилю гри команди, можливостей гравців та гравців суперника [6, 8].

У матчевих епізодах комбінаційні дії відбуваються після того, як команда отримує м'яч. Зрозуміло, що, оскільки гравці цієї команди не мають можливості зайняти позиції до отримання м'яча, вони повинні робити рухи під час комбінації. Тому такі комбінації завжди імпровізовані. Здатність змінювати хід виконуваної комбінації (дотримуючись основних принципів цього типу комбінацій) залежно від матчевої ситуації опановують лише гравці з високими тактичними навичками. Тому можна сказати, що найвищий рівень тактичної майстерності окремих гравців та всієї команди спирається на вмиле виконання тренерського плану, вмиле поєднання перевірених комбінацій та імпровізацію [7, 45].

Сутність групової тактики в обороні полягає в скоординованих діях захисників проти нападників.

Захисники допомагають або мають бути готові допомогти товаришам по команді, позиції яких атакує суперник з м'ячем. Чіткій взаємодії сприяє креативне позиціонування тобто правильний вибір позиції.

Методи взаємодії між кількома гравцями в обороні включають підстраховку, протидію комбінаціям у «стінка» та «схрещування», а також створення штучного положення «поза грою».

У футболі термін "підстраховка" означає надання допомоги гравцеві або команді шляхом переміщення та позиціонування для нейтралізації атаки суперника або підтримки свого партнера по команді. Це тактична дія, яка може включати позиційне перекриття гравця, що атакує, допомогу в відборі м'яча, або контроль вільного простору [7, 19].

Як це працює:

**Позиційність:** Гравець, який підстраховує, займає позицію, яка дозволяє йому перехопити пас, заблокувати удар або запобігти виходу суперника на ударну позицію.

**Допомога в обороні:** Підстраховка може означати, що захисник допомагає своєму партнерові відбирати м'яч, перекриваючи можливі шляхи для пасу або руху нападника.

Організація гри: У ширшому розумінні, підстраховка – це частина тактики оборони команди, спрямована на створення компактної оборонної структури та зменшення ризиків пропуску гола [1, 4].

Спільні дії: Підстраховка є елементом командної гри, коли гравці взаємодіють один з одним, забезпечуючи взаємну підтримку в атаці та обороні.

Приклади підстраховки:

Перекриття зони: Якщо нападник суперника проривається через фланг, інший захисник може зайняти позицію в центрі, щоб перекрити йому можливість для удару по воротах.

Захист гравця з м'ячем: Коли один гравець намагається відібрати м'яч у суперника, інший гравець займає позицію позаду нього, щоб перехопити пас або підтримати його в разі втрати м'яча [19, 27].

Підтримка воротаря: Під час атаки суперника, польові гравці повинні займати позиції, щоб допомогти воротарю, контролюючи простір і перекриваючи удари.

Протидія комбінації "стінка" у футболі залежить від конкретного етапу гри та позиції команди, що захищається. Основні принципи включають персональну опіку гравців, що розігрують комбінацію, активний відбір м'яча, який може перервати передачу, а також зменшення простору для розвитку атаки, перекриваючи лінії передач та не даючи суперникам отримати простір для продовження атаки [12, 24].

Коли суперник виконує комбінацію "стінка":

Зменшення простору: Захисники повинні активно звужувати простір для гравців, що віддають та приймають передачі, не дозволяючи їм розвивати атаку.

Персональна опіка: Один або два захисники можуть персонально опікувати ключових гравців, які беруть участь у комбінації, аби перешкодити їм отримати м'яч і продовжити атаку.

Відбір м'яча: Захисники можуть спробувати перехопити пас або відібрати м'яч у момент передачі або прийому, випередивши нападника [14, 27].

Зміна темпу: Зміна гри або використання контратак може розбалансувати атаку суперника, змусивши їх переходити в оборону і втрачати ритм.

Що робити під час виконання комбінації "стінка":

Передача на хід: Перший гравець отримує пас, а другий гравець, який його виконує, рухається за відсутнього гравця, щоб отримати пас назад або в розріз, щоб вийти один на один.

Повернення м'яча: Захисники намагаються перекрити шляхи, що ведуть до повернення м'яча, а також перешкоджають відбору м'яча, що може призвести до контратаки [2, 26].

Важливо пам'ятати про:

Командну роботу: Успішна протидія комбінації "стінка" залежить від злагодженої гри всієї команди, а не лише окремих гравців.

Швидкість реакції: Захисникам важливо швидко реагувати на дії суперників і приймати правильні рішення.

Наявність простору: Коли захисники перекривають простір, гравцям суперника важче ефективно виконувати комбінації.

Що таке "схрещування". "Схрещування" або "перетинання" – це тактичний прийом, коли два або більше гравців однієї команди одночасно рухаються у протилежних напрямках, перетинаючи один одного, щоб заплутати захисників, створити вільний простір для себе або партнера, а також для швидкого розвитку атаки [11, 14].

Протидія комбінації "схрещування" (або "перетинання") у футболі полягає в "перекритті" гравців, що беруть участь у цій комбінації, шляхом зміщення позицій захисників та перекриття ліній передач. Ключові аспекти включають:

Читання гри: Аналіз дій суперників та передбачення їхніх кроків для своєчасного реагування.

Перекриття зон: Захисники мають займати позиції так, щоб перекривати шляхи для передач та ударів, тим самим "зв'язуючи" гравців, які виконують перетинання [44, 62].

Комунікація: Взаємодія між захисниками для узгоджених дій, які унеможливають вільний простір для нападників.

Індивідуальна майстерність: Уміння захисника індивідуально протидіяти супернику в єдиноборстві, перехоплювати м'яч або заважати йому.

Командна тактика: Вибір командної формації та тактики, яка дозволяє ефективно перекривати зони та створювати чисельну перевагу в певних ділянках поля, протидіючи перетинанням [12, 27].

Що таке штучне положення поза грою. Щоб зробити штучний офсайд, робота захисників синхронізується. Коли захисники бачать ймовірність передачі вперед суперника, вони рухаються далі від своїх воріт, тим самим загоняючи атакуючих гравців суперника за свою лінію і створюючи для нього офсайд.

Створення положення "поза грою" передусім передбачає координацію дій захисників. Гравець, який знаходиться найближче до воріт, має найбільші повноваження щодо регулювання процесом створення положення "поза грою". Він повинен уважно стежити за діями та позиціями своїх товаришів по команді, а також суперників, які володіють м'ячем. Чим ближче м'яч до воріт, тим складніше захисникам координувати свої дії та створювати положення "поза грою". Практичний досвід показує, що цього найкраще досягти між центральною лінією та штрафним майданчиком [14, 26].

Створення «стінки». Цей тактичний інструмент використовується командою, яка отримує штрафний удар в бік своїх воріт. Захисники шикуються в групу гравців, утворюючи лінію щоб перехопити м'яч. Правильне розташування «стінки» забезпечує максимальну безпеку воріт. Зазвичай «стінку» утворюють 4-6 гравців. Чим далі м'яч знаходиться від воріт, тим менша кількість гравців може утворювати «стінку» [12, 24].

Загальні рекомендації щодо групової взаємодії:

1. Під час тренувань важливо розуміти структуру комбінацій, їх значення та основні принципи виконання. Тільки тоді гравці можуть виконувати комбінації у зв'язку з конкретною матчевою ситуацією.

2. Тактична взаємодія – це інтеграція індивідуального тактичного мислення та розуміння групової принципів групової взаємодії. Найважливішим аспектом виконання комбінацій є не механічне запам'ятовування послідовності групових дій, а творче застосування знань та навичок під час змагань.

3. Футбольний матч складається з простих, дуже практичних та складних тактичних комбінацій, з численними переміщеннями, що залучають велику кількість гравців. Багато комбінацій дуже важко підготувати заздалегідь: вони виникають під час змагань і здебільшого імпровізовані. Якість їх виконання значною мірою залежить від здатності гравців опанувати прості, добре відпрацьовані комбінації [4, 28].

4. Вивчаючи варіації різних комбінацій, пам'ятайте, що чим більше елементів раніше вивченої комбінації включено в нову, тим швидше вона буде освоєна. Дуже корисно знати різні варіанти розвитку комбінацій зі схожим початком. Це розмаїття варіантів завершення комбінацій значно ускладнює організацію захисту для суперника.

5. Під час виконання комбінацій особливо важливі відволікаючі переміщення, вони загрожують воротам суперників та відволікають захисників [11, 14].

#### **1.4. Командна тактика**

Командна тактика координує зусилля всіх гравців та забезпечує структуру та порядок у грі. Без чіткої координації між наступальними та захисними діями всієї команди гра стає хаотичною та безцільною, тобто, гравці без користі можуть бігати по полю, намагаючись в нераціональний спосіб перехопити м'яч щоб забити його у ворота противника.

Під час матчу кожна команда повинна постійно вести атакувальні дії, коли володіє м'ячем, або захищатися, коли втрачає м'яч. Для цього використовуються різноманітні взаємодії та методи, що визначають командну тактику гри [15, 29].

Найважливішим аспектом тактики є визначення найкращих способів, методів та форм наступальних та захисних дій.

У кожному випадку вибір тактики залежить від завдань, які потрібно виконати, балансу сил, фізичного та емоційного стану гравців, стану поля, погоди тощо.

За понад столітню історію футболу було розроблено численні тактичні системи, спрямовані на чітку організацію та розподіл завдань між гравцями. Розглянемо основні принципи атакуючої тактики [4, 55].

У кожній тактичній системі існує два типи дій: швидкі атаки та поступові атаки.

Швидкі атаки. Найефективніший спосіб атакувати команду суперника – це швидкі атаки. Перевага швидких атак полягає в тому, що суперники не встигають організувати свою оборону. Дії атакуючих гравців сповнені неочікуваних елементів, тому гравці суперника гравці реагують на них з невеликою швидкістю. Атакуючі гравці повинні мати високу маневреність по відношенню до м'яча, що дозволяє їм швидко змінювати позиції, та невеликою кількістю передач вивести свого партнера на ударну позицію. Швидкі атаки особливо ефективні при виконанні контр атакуючих дій [17, 28].

Коли команда отримує м'яч під час матчу, можна швидко визначити три фази атаки:

- Початкова фаза – це перехід від захисту до атаки: гравці захисту повертаються на свої позиції в лінії атаки та швидко передають м'яч гравцеві попереду;

- Розвиток атак – прорив захисту суперника, перш ніж той зможе нейтралізувати атаку та організувати захисні дії у відповідь;

- Завершення атак – створення голевих можливостей для нанесення завершального удару по воротах [15, 28].

Основні вимоги до швидкої атаки:

1. Швидкий рух вперед та відсікання швидкими передачами вперед захисників суперників, щоб вони не мали часу повернутися до захисту своїх воріт.

2. Використання добре напрацьованих комбінацій на високій швидкості під час атак та завершення розіграшів атакуючих комбінацій.

3. Виконання швидких маневрів, вздовж флангів, центру поля, або всього фронту атаки. Ключовим є вибір найкоротшого маршруту до воріт суперника.

4. Гравці нападу повинні вміти застосовувати індивідуальну майстерність, тобто вони повинні бути здатні обіграти суперника самотійно один в один. Використовуючи найкоротші маршрути для зайняття атакуючої позиції, вони повинні створювати вільні зони для інших партнерів по команді [3, 14].

5. У команді повинно бути кілька гравців, які вміють віддати націлений перший пас із лінії захисту. Товариші по команді повинні добре знати зону, куди ці гравці можуть віддати передачу. Швидкий пас у передню лінію атаки має вирішальне значення для успіху команди. Перший пас зазвичай робить "диспетчер" команди. Він також здатний розпочати атаку швидше за інших гравців, оскільки може швидко і точно оцінювати ситуацію на полі.

6. Півзахисники повинні рухатися з максимальною швидкістю до штрафного майданчика суперника щоб підтримати атаку "другим темпом". Це необхідно зробити якщо швидка атака не дасть бажаного результату і суперники можуть організувати свій захист [6, 27].

Поступова атака. Найпоширенішим типом організації командного наступу є поступова атака. Вона дозволяє забезпечити тривалий контроль м'яча, оскільки комбінації виконуються короткими та середніми передачами. У цій ситуації більшість передач виконується поперек поля, до виконання яких долучаються гравці лінії захисту. Час, витрачений на підготовку атаки, дозволяє партнерам перегрупуватися та зайняти найнебезпечніші зони для завдання удару по воротах. Структурована оборона суперника, з іншого боку, вимагає від атакуючих гравців виконання різноманітних комбінацій з метою прорвати захист в одній із захисних

ланок. Зрозуміло, що дуже рідко вдається подолати ешелонований захист невеликою кількістю сил, а це означає, що для створення чисельної переваги в зоні де знаходиться м'яч має бути задіяна велика кількість гравців [18, 29].

Команда не може покладатися “на удачу” в поступовій атаці. Тому, маневрування по всьому ігровому простору може збільшити фронт атаки та ускладнити її.

Під поступовій атаці визначають такі фази:

- Початкова фаза – перехід від захисту до атаки: захисники займають свої позиції в лінії атаки, після чого виконується передача одному з приєднаних крайніх захисників;

- розвиток атаки – поступове наближення до воріт суперника через застосування різних групових комбінацій, та індивідуальних атакуючих дій. Ці дії відбуваються проти добре організованого захисту суперника;

- Завершення атаки – створення гольової можливості шляхом виведення одного з нападників на ударну позицію [5, 51].

Основні вимоги до поступової атаки:

1. Початковий пас робиться безпосередньо одному з вільних від опіки партнерів. Зазвичай це рекомендується робити на фланзі, оскільки там буде мале скупчення гравців, і у разі помилки суперник не зможе відразу атакувати ворота.

2. Активне маневрування з м'ячем попереду усіма гравцями атакуючої та півзахисної ліній. Особливо важливо вміло «відкриватись» до найближчих партнерів які володіють м'ячем.

3. Швидкий перехід до передньої атакуючої лінії, тобто створення можливості для швидкого прориву.

4. Вміле використання зміни швидкості темпу атаки є важливим для її вдалого розвитку. Такі дії завжди ускладнюють захисні дії супротивнику.

5. Зміна напрямку атаки з одного флангу на інший за допомогою довгих, діагональних та поперечних пасів дозволяє атаці зруйнувати ешелонований захист [5, 16].

6. Використання відпрацьованих комбінацій, для виведення одного або кількох гравців на атакуючі позиції. Такі дії вміло виконуються групами гравців, які вдало імпровізують залежно від ситуації що склалася на певній ділянці поля.

7. Підключення гравців із півзахисту та захисної лінії для виходу на ударну позицію, оскільки гравці передньої лінії опікаються набагато щільніше.

8. Ешелоновані атаки. Атака може отримати своє продовження, навіть якщо команда суперника в певний момент може вибити м'яч на певну відстань від своїх воріт [12, 24].

Командна захисна тактика. Захисна тактика передбачає організацію дій команди без м'яча з метою нейтралізації атак суперника.

Захисна тактика команди може бути індивідуальною, зональною або комбінованою. Однак було б помилкою застосовувати лише один захисний метод (бо всі вони доповнюють один одного) зрештою, це це послабить захисну тактику та зменшить її гнучкість. Також, захисні дії слід будувати з урахуванням індивідуальних характеристик та навичок гравців.

Мистецтво захисної тактики полягає в тому, щоб знати, коли переслідувати суперника, коли підстрахувати товариша по команді та коли грати в своїй зоні відповідальності [6, 28].

Кожна захисна дія команди є відповіддю на дії нападника та організована відповідно до конкретної тактики суперника. Добре організована оборона не тільки забезпечує успіх, але й впливає на характер наступальних комбінацій. Захисна гра різноманітна та багатогранна, вона зосереджена на захисті власних воріт, запобігає супернику в активному володінні м'ячем. Так само, як і в атаці, гра в обороні є поєднанням індивідуальної, командної та групової діяльності [2, 17].

## Висновки до розділу 1

1. Основні аспекти тактичної підготовки футболістів на етапі спеціалізованої базової підготовки включають в себе:

Розвиток тактичного мислення. Футболісти вчаться розуміти ситуацію на полі, аналізувати гру суперника та обирати найефективніші способи досягнення мети.

Індивідуальні тактичні дії. Тренування зосереджені на конкретних тактичних завданнях, що відповідають позиції гравця, наприклад, як створювати простір, приймати рішення про передачу чи удар, або як ефективно захищатися на своїй ділянці поля.

Командні тактичні дії. Розвиваються навички взаємодії в складі команди, включаючи побудову оборони, атакувальні комбінації та стандартні положення. Вибір спортивної спеціалізації. На цьому етапі визначається, яку позицію та роль гравець виконуватиме у майбутньому, що впливає на подальшу тактичну підготовку.

Перехід від загальних до специфічних навичок. Тренування стають більш цілеспрямованими, охоплюючи тактичні аспекти гри, які безпосередньо пов'язані з майбутньою спеціалізацією.

2. Теоретичне навчання в тактичній підготовці юних футболістів передбачає вивчення принципів гри, розбір тактичних схем, розуміння ролей гравців, а також аналіз дій суперника для кращого розуміння ситуацій на полі. Воно доповнює практичні тренування, допомагаючи гравцям осмислити командні дії, зрозуміти, як приймати правильні рішення в ігрових епізодах і ефективно використовувати свої технічні навички для досягнення перемоги. Таким чином, теоретична підготовка надає футболістам знання, які дозволяють їм не просто виконувати дії на полі, а розуміти їхню мету та значення, що є необхідною основою для успішної тактичної гри.

3. Аналіз тактичної діяльності юних футболістів полягає в оцінці того, як гравці застосовують індивідуальні та командні дії для досягнення цілей гри, що включає аналіз їхньої роботи в обороні та атаці. Це включає оцінку вміння гравців відкриватися, закривати суперників, ефективно взаємодіяти в нападі та обороні, а також їхню відповідність командній тактичній схемі гри.
4. Сучасний юнацький футбол пред'являє вимоги до тактичної діяльності футболістів які включають ігрове мислення, здатність приймати правильні рішення в умовах гри, вміння діяти без м'яча (відкривання, закривання) та з м'ячем (прийом, передача, удар), а також вміння взаємодіяти в команді для досягнення спільної мети.
5. Враховувати вікові особливості у футбольній тактичній підготовці означає адаптувати тренування та тактичні схеми до рівня розвитку фізичних, психологічних та технічних навичок гравців кожного віку, щоб забезпечити ефективне навчання, розвиток потенціалу та запобігти травмам. Це передбачає поступове ускладнення завдань від простих індивідуальних дій до складних командних стратегій, з акцентом на відповідні для юнацького віку навантаження та методики.
6. На етапі спеціалізованої базової підготовки футболістів тактична підготовка повинна бути спрямована на формування у гравців здатності застосовувати індивідуальні та командні дії для досягнення перемоги, розвиток вміння приймати рішення та діяти в наступницьких і оборонних фазах гри, а також на визначення майбутньої спортивної спеціалізації гравця. Цей етап характеризується поступовим переходом від загальних принципів до більш конкретних тактичних елементів, що відповідають обраній позиції та стилю гри. Таким чином, тактична підготовка на етапі спеціалізованої базової підготовки є ключовою для формування впевненого, розумного гравця, здатного ефективно діяти як індивідуально, так і в команді.

## РОЗДІЛ 2

### МЕТОДИ ТА ОРГАНІЗАЦІЯ ДОСЛІДЖЕННЯ

#### 2.1. Загальна характеристика методів дослідження

Для досягнення поставлених цілей у дослідженні було застосовано комплекс методів, що включає:

- аналіз та узагальнення науково-методичної літератури;
- педагогічне спостереження;
- педагогічний експеримент;
- методи математичної статистики для обробки даних.

*1. Аналіз науково-методичної літератури* надав вичерпну інформацію з досліджуваної теми, дозволивши систематизувати наявні знання та виявити дослідницькі недоліки в сфері техніко-тактичної підготовки. На основі цього було обґрунтовано актуальність тактичної підготовки юних футболістів. Проведений критичний аналіз підвищив якість та об'єктивність дослідження, сприяв розвитку наукової грамотності та визначенню перспектив удосконалення методики навчання групової та командної тактики гри.

#### *2. Педагогічні спостереження*

Під час педагогічних спостережень за ігровою діяльністю юних футболістів було зібрано наукову інформацію, яку зафіксували у спеціальних бланках. У них відображені показники техніко-тактичної діяльності гравців різних амплуа в рамках командної ігрової схеми ведення гри.

Ефективність експериментальних методів тактичної спрямованості оцінювалася протягом 8-місячного експерименту за такими критеріями:

Кількісний аналіз точних і неточних дій з м'ячем (загалом та за кожним прийомом окремо), виконаних кожним гравцем у першому та другому таймі розраховується за допомогою формули:

Розрахунок коефіцієнта браку для кожного технічного прийому.

$$K_{бр.} = (ТТД_{нег.} : ТТД_{заг.}) \times 100\%$$

де  $K_{бр.}$  - Коефіцієнт браку;

$ТТД_{нег.}$  – кількість техніко-тактичних прийомів, виконаних із браком (негативно);

$ТТД_{заг.}$  – загальна кількість техніко-тактичних дій (сума позитивних та негативних дій);

Подібним чином був розрахований коефіцієнт браку та загальна кількість техніко-тактичних дій (ТТД) для всієї команди.

Зареєстровані техніко-тактичні дії класифікувались за наступними основними ознаками:

- Передачі: короткі (до 10 м), середні (10-20 м) та довгі (понад 20 м).
- Ведення м'яча: дія гравця, що володіє м'ячем, спрямована на подолання відстані до воріт суперника.
- Прийом м'яча: технічний елемент, що дозволяє гравцеві зупинити та взяти м'яч під контроль для подальших дій (передачі, удару).

### *3. Педагогічний експеримент*

Основною метою педагогічного експерименту було підтвердження педагогічних гіпотез, оцінка ефективності інноваційних методик навчання тактиці гри та встановлення причинно-наслідкових зв'язків у тренувальному процесі. Проведення експерименту дало змогу науково обґрунтувати та оптимізувати навчальну практику, а також отримати об'єктивні дані щодо впливу інновацій на якість тактичної підготовки футболістів на етапі попередньо базової підготовки.

### *4. Методи математичної статистики*

Отримані в ході експерименту дані були оброблені за допомогою програмного забезпечення Excel із застосуванням загальноприйнятих методів математичної статистики:

- Середнє арифметичне ( $\bar{x}$ )
- Середньоквадратичне відхилення ( $\sigma$ )

- Помилка репрезентативності середнього арифметичного ( $m$ )
- Критерій Стьюдента ( $t$ ) для оцінки достовірності різниці між середніми значеннями.

## 2.2. Організація дослідження.

У дослідженні взяли участь 30 футболістів чоловічої статі, гравців ФК "Металіст-1925" (м. Харків), які виступають у відкритому чемпіонаті міста. Вікові та антропометричні дані гравців: вік —  $16,39 \pm 0,6$  років; зріст —  $168 \pm 0,05$  см; вага —  $60,81 \pm 2,31$  кг. За рівними показниками техніко-тактичної підготовленості ( $p > 0,05$ ) футболісти були розподілені на контрольну та експериментальну групи по 15 осіб у кожній (табл. 2.1).

Таблиця 2.1

Порівняльна характеристика індивідуальної техніко-тактичної діяльності футболістів контрольної та експериментальної груп перед початком експерименту ( $n_1 = n_2 = 20$ ).

Показники		Контрольна група	Експеримент. група	Оцінка достовірності	
		$\bar{x}_1 \pm m_1$	$\bar{x}_2 \pm m_2$	t	p
Передача м'яча, кількість	Вперед	$16,3 \pm 0,67$	$16,5 \pm 0,25$	0,42	$p > 0,05$
	Назад	$11,3 \pm 0,28$	$11,1 \pm 0,15$	0,96	$p > 0,05$
	Поперек	$12,3 \pm 0,25$	$12,9 \pm 0,28$	0,49	$p > 0,05$
Помилки при передачах, кількість	Вперед	$7,7 \pm 0,35$	$7,5 \pm 0,27$	0,84	$p > 0,05$
	Назад	$4,9 \pm 0,21$	$4,7 \pm 0,19$	0,98	$p > 0,05$
	Поперек	$5,2 \pm 0,16$	$5,4 \pm 0,19$	0,56	$p > 0,05$
Прийом м'яча	Загальна кількість	$26,5 \pm 1,11$	$25,3 \pm 0,69$	0,65	$p > 0,05$
	Кількість помилок	$6,5 \pm 0,19$	$6,8 \pm 0,21$	0,36	$p > 0,05$
Обведення	Загальна кількість	$11,4 \pm 0,41$	$11,8 \pm 0,19$	0,46	$p > 0,05$
	Кількість помилок	$6,6 \pm 0,25$	$6,3 \pm 0,22$	0,44	$p > 0,05$

Як контрольна, так і експериментальна група мали однакову кількість учбово-тренувальних занять по (5) у тижневому мікроциклі змагального періоду (рис. 2.1).

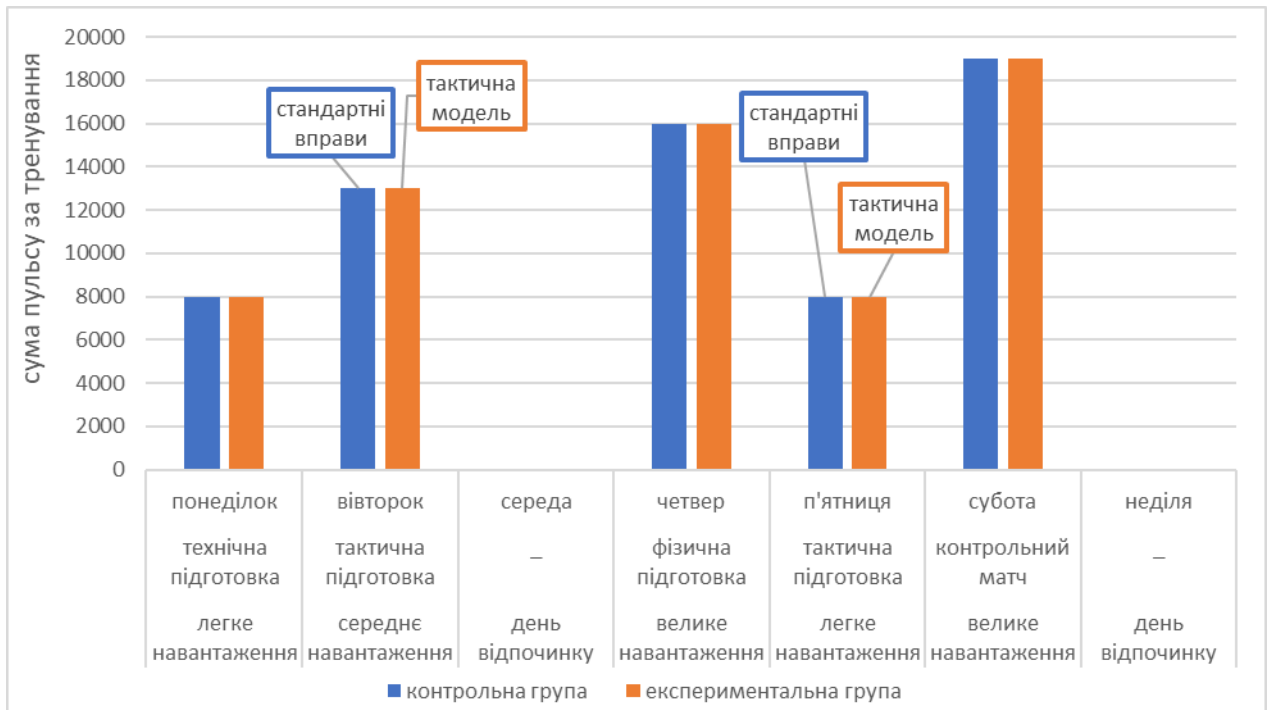


Рис.2.1. Характеристики тижневого мікроциклу контрольної та експериментальної групи у змагальний період на етапі попередньої базової підготовки.

Пояснення до (рис. 2.1):

Навантаження під час 90-хвилинного тренування класифікується за трьома основними видами, що відповідають певним пульсовим зонам:

- Низьке навантаження: до 8000 серцевих скорочень.
- Середнє навантаження: 8000-14 500 серцевих скорочень.
- Високе навантаження: понад 14 500 серцевих скорочень [29].

Тижневий тренувальний мікроцикл футболістів контрольної групи (рис. 2.1) у заняттях техніко-тактичної спрямованості передбачав застосування засобів, визначених навчальною програмою з футболу Міністерства молоді та спорту України [29].

Стандартна методика тактичної підготовки футболістів контрольної групи передбачає такі компоненти:

- Формування тактичних навичок: навчання основним тактичним діям (передачі, удари, відбір, перехоплення).
- Розвиток когнітивних здібностей: тренування здатності швидко оцінювати ігрову ситуацію та приймати адекватні тактичні рішення.
- Позиціонування: відпрацювання правильного вибору позиції на ігровому полі в атаці та захисті.
- Моделювання ігрових ситуацій: застосування імітаційних вправ та тактичних ігор.
- Теоретична підготовка: аналіз ігрової діяльності.
- Індивідуалізація: надання персональних тактичних установок.

На противагу традиційній програмі, зміст тренувального процесу експериментальної групи був доповнений тактичними моделями командної гри (рис. 2.2, 2.3, 2.4). Ці моделі були спрямовані на покращення показників ігрової діяльності, а саме: передачі м'яча (вперед, назад, поперек), прийом м'яча, обведення суперника, а також на зниження кількості помилок при їх виконанні.

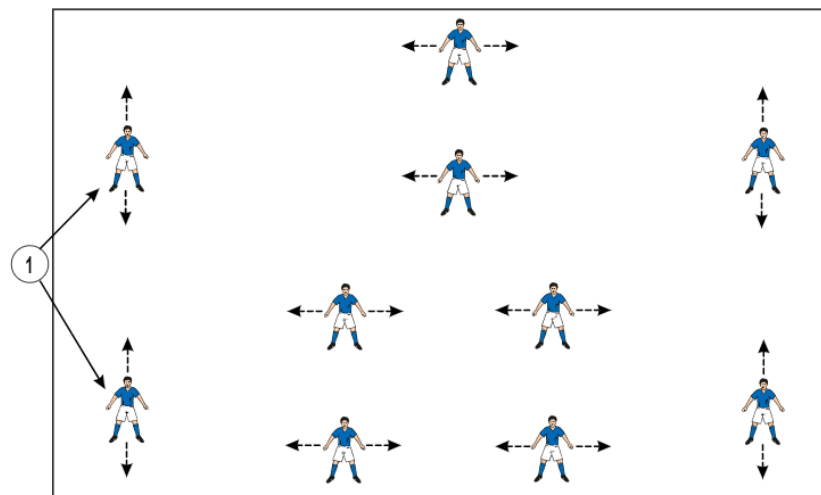


Рис. 2.2. Тактична модель командної гри за схемою (4-2-3-1).

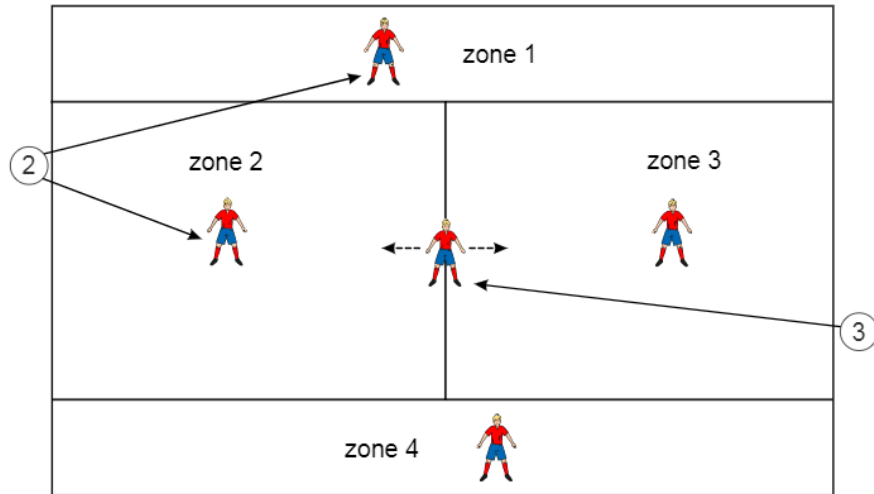


Рис. 2.3. Розподіл обов'язків в середині ігрового поля.

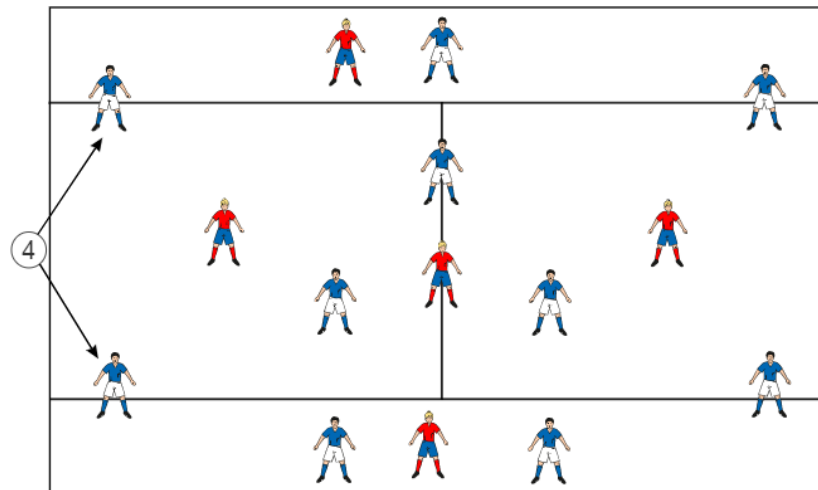


Рис. 2.4. Розподіл обов'язків в середині командної схеми гри (4-2-3-1).

Роз'яснення до (рис. 2.2, 2.3, 2.4). На прикладі тактичної моделі командної гри (4-2-3-1) показано розташування гравців (1), які володіють м'ячем і вільно переміщуються по всій ігровій зоні. Завдання гравців, які володіють м'ячем, - виконати максимальну кількість передач одним дотиком. Розмір усієї ігрової майданчика становить 17 x 17 метрів (рис. 2.2).

Наступний рівень передбачає наявність п'яти гравців, які атакують м'яч (2). Кожен із цих гравців не може залишати свою зону, за винятком одного гравця, який може переміщатися між двома зонами (3). Після влучення м'яча в одну з чотирьох зон, гравці атакують максимальний тиск на гравців, які володіють м'ячем (рис. 2.3).

Гравці, які володіють м'ячем (4), безперервно переміщуються, вибирають позицію, зручну для прийому м'яча, і передають м'яч одним дотиком так, щоб їх неможливо було відірвати якомога довше (рис. 2.4). Вправа з цим видом активного опору може тривати до 30 хвилин. Кожні 2-3 хвилини необхідно міняти всіх п'яťох гравців, що атакують м'яч.

Протягом 8 місяців у 20 контрольних матчах кожної групи реєструвалися такі індивідуальні техніко-тактичні дії:

1. Передачі м'яча (вперед, поперек, назад) та кількість помилок при їх виконанні.
2. Прийом м'яча та кількість помилок.
3. Ведення м'яча та кількість помилок.

Точно виконаною техніко-тактичною дією вважалася та, в результаті якої м'яч залишався під контролем гравця або переходив до партнера. Неточною вважалася дія, в результаті якої м'яч втрачався на користь суперника.

Дослідження було структуровано та виконано в кілька етапів.

Перший етап включав аналіз і систематизацію понад 50 наукових джерел, що дозволило визначити ключові досягнення та прогалини у вивченні тактичної підготовки футболістів. Це створило необхідний науковий контекст для подальшої роботи.

На другому етапі проводилося оцінювання показників техніко-тактичної підготовленості юних футболістів. Одночасно здійснювалося педагогічне спостереження за змагальною діяльністю з фіксацією результатів у протоколах.

Третій етап був присвячений експерименту за участю контрольної та експериментальної груп, метою якого була перевірка ефективності розробленої експериментальної методики.

Четвертий етап передбачав обробку та статистичний аналіз отриманих результатів, а також оформлення магістерської роботи згідно з встановленими вимогами.

**РОЗДІЛ 3**  
**ДИНАМІКА ТЕХНІКО-ТАКТИЧНОЇ ДІЯЛЬНОСТІ ФУТБОЛІСТІВ В**  
**ПРОЦЕСІ ЗАСТОСУВАННЯ ТАКТИЧНИХ МОДЕЛЕЙ**

**3.1. Порівняльний аналіз техніко-тактичної діяльності в контрольній та експериментальній групі**

Після завершення 8 місячного експерименту відбувся аналіз показників техніко-тактичної діяльності, в результаті чого в контрольній та експериментальній групах ми отримали такі результати (табл. 3.1, рис. 3.1).

Таблиця 3.1

Порівняльний аналіз техніко-тактичної діяльності в контрольній та експериментальній групі після проведення експерименту (n=20)

Показники		$\bar{X}_1 \pm m_1$		Оцінка достовірності	
		Контрольна група	Експеримен. група	t	p
Передача м'яча, кількість	Вперед	16,6±0,59	17,9±0,46	t <sub>1,2</sub> =2,67	p <sub>1,2</sub> <0,05
	Назад	11,6±0,28	11,2±0,24	t <sub>1,2</sub> =0,87	p <sub>1,2</sub> >0,05
	Поперек	12,8±0,29	11,4±0,31	t <sub>1,2</sub> =2,79	p <sub>1,2</sub> <0,05
Помилки при передачах, кількість	Вперед	7,8±0,31	6,4±0,19	t <sub>1,2</sub> =2,93	p <sub>1,2</sub> <0,05
	Назад	4,8±0,16	4,5±0,22	t <sub>1,2</sub> =0,65	p <sub>1,2</sub> >0,05
	Поперек	5,6±0,18	4,5±0,21	t <sub>1,2</sub> =2,43	p <sub>1,2</sub> <0,05
Прийом м'яча	Загальна кількість	26,5±1,11	28,5±0,87	t <sub>1,2</sub> =2,73	p <sub>1,2</sub> <0,05
	Кількість помилок	6,5±0,18	6,6±0,27	t <sub>1,2</sub> =0,87	p <sub>1,2</sub> >0,05
Обведення	Загальна кількість	11,4±0,41	12,9±0,24	t <sub>1,2</sub> =2,56	p <sub>1,2</sub> <0,05
	Кількість помилок	6,6±0,25	5,8±0,19	t <sub>1,2</sub> =1,54	p <sub>1,2</sub> >0,05

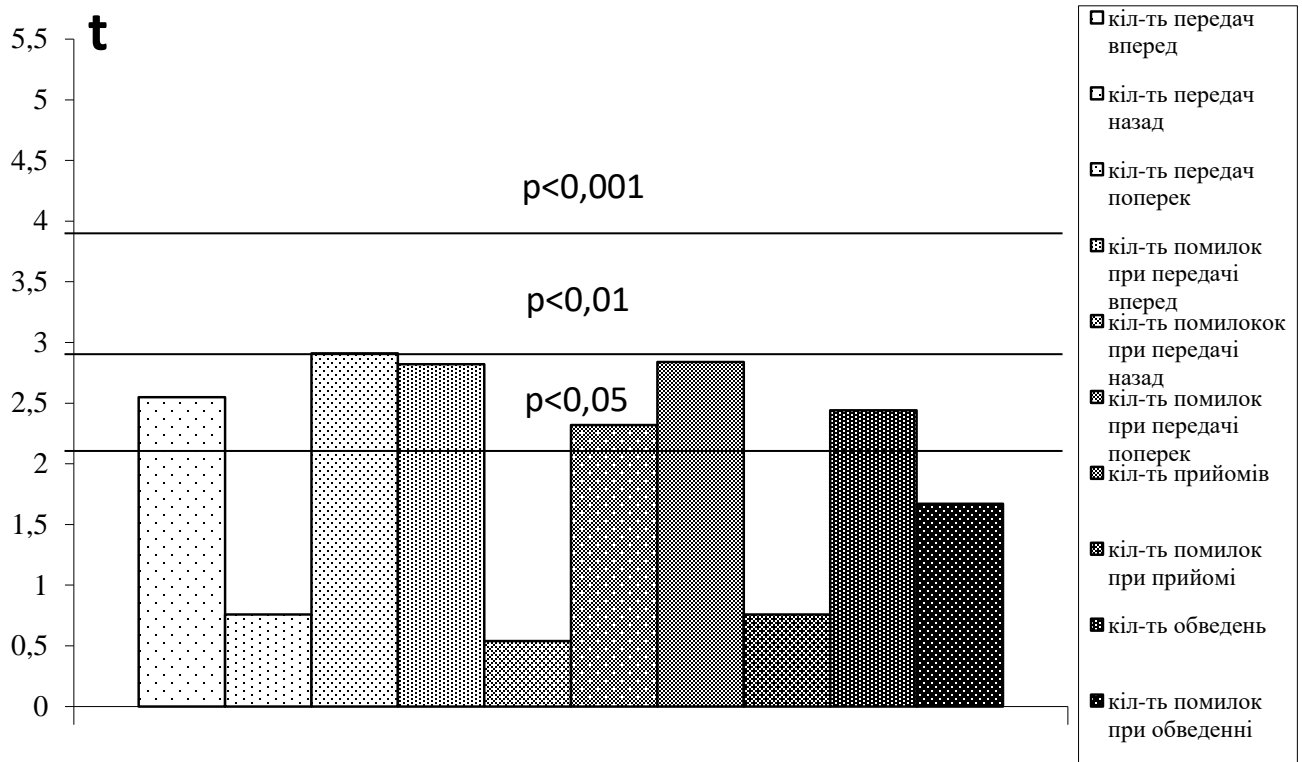


Рис. 3.1. Числові значення t-критерію та достовірні рівні (p) зміни показників техніко-тактичної діяльності в контрольній та експериментальній групі після проведення експерименту (n=20).

Використання тактичних моделей командної гри дозволило футболістам експериментальної групи значно збільшити кількість передач, спрямованих на просування м'яча вперед до воріт суперника. Зокрема, вони виконали на 1,3 передачі більше, ніж контрольна група ( $t=2,67$ ;  $p<0,05$ ). Це підтверджує ефективність таких моделей у пришвидшенні атакуючих дій. Статистичний аналіз враховував усі способи передач (внутрішньою та зовнішньою частинами стопи, підйомом, носком) залежно від ігрової ситуації та відстані.

Результати показали, що експериментальна група достовірно перевершила контрольну в кількості передач вперед, що є ключовим елементом швидкої атаки.

Швидка атака у футболі дозволяла гравцям експериментальної групи скористатися недоліками неорганізованої оборони суперника. Якщо гравці команди-суперника не встигли зайняти свої позиції після втрати м'яча або переходу від атаки до захисту, швидка атака може застати їх зненацька. Завдяки

високій швидкості переходу в атаку, гравці створювали ситуації, коли кількість їхніх нападників більша за кількість захисників суперника. Коли м'яч швидко переходив уперед, його не тримали довго, що знижує ризик втрати володіння в центрі поля. Результатом такої швидкої атаки було максимально швидке доставлення м'яча до воріт суперника для нанесення удару.

Статистичний аналіз не виявив значних відмінностей ( $t=0,87$ ;  $p>0,05$ ) між групами щодо кількості передач назад. Цей тип передач гравці обох команд використовували приблизно однаково часто під час контрольних матчів. Такий маневр є ефективним способом уникнення пресингу з боку суперника, а також частиною загальної тактичної гри.

Статистичний аналіз виявив достовірну відмінність ( $t=2,79$ ;  $p<0,05$ ) між групами за кількістю передач поперек поля. Футболісти експериментальної групи використовували цей прийом в середньому на 1,4 рази частіше, ніж гравці контрольної. Ці передачі, які могли бути як короткими, так і довгими, виконувалися різними частинами стопи. Їхньою основною метою було переведення гри на інший фланг, що дозволяло змінити напрямок атаки і створити нові можливості. Переведення гри на інший фланг у футболі є важливим тактичним прийомом, що допомагає команді створити перевагу та розкрити оборону суперника.

Експериментальна група демонструє вищу точність передач вперед та поперек поля, про що свідчить значне скорочення помилок (на 1,4 та 1,1 відповідно,  $t=2,93$ ;  $t=2,43$ ;  $p < 0,05$ ) порівняно з контрольною групою. Це вказує на ефективність тренувальної методики вдосконалення атакуючих передач. У той же час, обидві групи показали схожі результати щодо помилок при передачах назад ( $t=0,65$ ;  $p>0,05$ ).

Аналіз ігрової діяльності футболістів обох груп виявив типові помилки при передачах. Найчастіше гравці помилялися, виконуючи:

- Небезпечні поперечні паси, які легко перехопити.
- Технічно неправильні паси через невірне положення опорної ноги або

гом'якостопи.

- Передачі з невідповідною силою (занадто слабкі або занадто сильні).
- Паси на неправильну дистанцію (занадто довгі або короткі).

Ці спостереження підкреслюють важливість вибору правильного типу та напрямку передачі, що залежить від розстановки гравців на полі.

Під час контрольних матчів футболістам обох груп надавались рекомендації для мінімізації помилок у передачах м'яча:

- Вибір пасу. Рекомендувалося використовувати короткі та низькі паси, що зменшують ризик втрати м'яча. Також для уникнення тиску суперника варто було застосовувати косі передачі.
- Траєкторія. Підкреслювалася важливість низької траєкторії пасу. Передачі по землі допомагають зберегти швидкість гри та зменшити ймовірність перехоплення.
- Аналіз ситуації. Гравцям радили завжди оцінювати положення партнерів та переконуватись, що вони готові прийняти м'яч. Важливим був і правильний вибір напрямку передачі.
- Техніка. Особлива увага приділялася правильній стійці, фіксації гом'якостопи та точному удару по центру м'яча.

Наші спостереження показали, що гравці з експериментальної групи виконали на 2,0 прийом м'яча більше, ніж футболісти контрольної групи, і ця різниця є статистично значущою ( $t=2,73$ ;  $p<0,05$ ). Однак, попри різницю в кількості прийомів, кількість помилок при їх виконанні в обох групах була приблизно однаковою ( $t=0,87$ ;  $p>0,05$ ). У гравців експериментальної групи прийом м'яча є частиною цілеспрямованої атаки. Вони не просто зупиняють м'яч, а роблять це з наміром:

"Погасити" швидкість м'яча, щоб отримати повний контроль.

Миттєво спрямувати його в потрібному напрямку.

Швидко продовжити атаку, використовуючи один або два дотики.

Це дозволяє підтримувати високий темп гри і використовувати будь-який

прийом м'яча як стартову точку для наступної атакуючої комбінації.

Наші спостереження показали, що футболісти експериментальної групи значно збільшили використання прийому обведення у своїй грі, використавши його на 1,5 рази більше, ніж гравці контрольної групи ( $t=2,56$ ;  $p<0,05$ ). Однак, попри частіше застосування, кількість помилок при виконанні обведень в обох групах залишилася на тому ж рівні ( $t=1,54$ ;  $p>0,05$ ).

Застосування тактичних моделей під час тренувань сприяло розвитку наступних навичок у гравців:

Збереження темпу гри. Футболісти навчилися швидко обробляти м'яч, використовуючи один-два дотики, і миттєво переходити в наступну фазу атаки. Це дозволяє зберегти динаміку гри та застати суперника зненацька.

Позиційний контроль м'яча. Гравці освоїли стиль гри з короткими та точними передачами, що дає змогу контролювати хід матчу, "витягувати" суперника і створювати атакуючі можливості. Це вимагає високого рівня техніки та тактичного мислення.

Рух гравців. Постійний рух без м'яча став ключовим елементом, що створює простір для передач і відкриває нові можливості для атаки.

Тактичне мислення. Гравці навчились краще бачити поле та швидше приймати правильні рішення.

Створення голевих моментів. Завдяки швидким комбінаціям, команда почала ефективніше створювати небезпечні ситуації біля воріт суперника.

Виведення суперника з рівноваги. Постійний рух гравців і м'яча змушує опонентів рухатися, що призводить до їхніх помилок і порушення оборонної структури.

Таким чином, ці тактичні моделі вимагають від гравців дисципліни, терпіння та майстерності, але їхнє правильне застосування під час тренувального процесу є ефективним інструментом для навчання гравців ефективній командній тактиці.

### 3.2. Аналіз динаміки показників техніко-тактичної діяльності в процесі експерименту

Підсумки 8-місячного експерименту, проведеного у змагальному періоді, свідчать про динаміку показників ігрової діяльності в експериментальній і контрольній групах порівняно з вихідними даними, зафіксованими на старті дослідження.

Після 4 та 8 місяців навчання у футболістів контрольної групи не було виявлено жодних тенденцій до покращення чи погіршення індивідуальної ігрової діяльності (табл. 3.2).

Аналіз результатів дослідження ігрової діяльності футболістів контрольної групи продемонстрував, що запропонований режим тренувань протягом чотирьох та восьми місяців був достатнім для того, щоб підтримати їхню техніко-тактичну готовність на вихідному рівні, не дозволяючи їй ані покращитись, ані погіршитись.

Результати аналізу техніко-тактичних дій (ТТД) гравців експериментальної групи свідчать про їх позитивну динаміку, зафіксовану після 4 та 8 місяців тренувального процесу (табл. 3.2, рис. 3.2).

Під час експерименту, гравці з експериментальної групи найчастіше виконували три технічні прийоми: прийом м'яча та короткі передачі вперед і назад. Разом ці дії становили 72% від усіх техніко-тактичних прийомів, виконаних за гру (рис. 3.2).

Треба відзначити, що співвідношення технічних дій у футболі є змінним і залежить як від позиції гравця, так і від тактики команди. Наприклад, захисник робить багато коротких передач і відборів, тоді як нападник — більше ударів. Крім того, команди, які грають на контроль м'яча, виконують значно більше передач, ніж ті, що грають від захисту. У загальному ігровому процесі переміщення без м'яча є найпоширенішими діями, а серед дій з м'ячем переважають передачі та прийом. Значно рідше зустрічаються обведення, удари та відбори.

Таблиця 3.2

Порівняльний аналіз показників техніко-тактичної діяльності в контрольній та експериментальній групі (n=20)

Показники		Контрольна група					Експериментальна група				
		Початкові	Після 4 місяців занять	Після 8 місяців занять	Оцінка достовірності		Початкові	Після 4 місяців занять	Після 8 місяців занять	Оцінка достовірності	
					$\bar{X}_1 \pm m_1$	$\bar{X}_2 \pm m_2$				$\bar{X}_3 \pm m_3$	t
Передача м'яча, кількість	Вперед	16,3±0,67	16,5±0,68	16,6±0,59	t <sub>1,2</sub> =0,59 t <sub>1,3</sub> =0,48 t <sub>2,3</sub> =0,67	p <sub>1,2</sub> >0,05 p <sub>1,3</sub> >0,05 p <sub>2,3</sub> >0,05	16,5±0,25	17,7±0,35	17,9±0,46	t <sub>1,2</sub> =2,31 t <sub>1,3</sub> =2,19 t <sub>2,3</sub> =0,48	p <sub>1,2</sub> <0,05 p <sub>1,3</sub> <0,05 p <sub>2,3</sub> >0,05
	Назад	11,3±0,28	11,1±0,19	11,6±0,28	t <sub>1,2</sub> =0,81 t <sub>1,3</sub> =0,39 t <sub>2,3</sub> =0,76	p <sub>1,2</sub> >0,05 p <sub>1,3</sub> >0,05 p <sub>2,3</sub> >0,05	11,1±0,15	11,4±0,29	11,2±0,24	t <sub>1,2</sub> =0,42 t <sub>1,3</sub> =0,71 t <sub>2,3</sub> =0,57	p <sub>1,2</sub> >0,05 p <sub>1,3</sub> >0,05 p <sub>2,3</sub> >0,05
	Поперек	12,3±0,25	12,5±0,27	12,8±0,29	t <sub>1,2</sub> =0,68 t <sub>1,3</sub> =0,33 t <sub>2,3</sub> =0,49	p <sub>1,2</sub> <0,05 p <sub>1,3</sub> >0,05 p <sub>2,3</sub> >0,05	12,9±0,28	11,8±0,31	11,4±0,31	t <sub>1,2</sub> =2,74 t <sub>1,3</sub> =3,27 t <sub>2,3</sub> =0,68	p <sub>1,2</sub> <0,05 p <sub>1,3</sub> <0,01 p <sub>2,3</sub> >0,05
Помилки при передачах, кількість	Вперед	7,7±0,35	7,8±0,39	7,8±0,31	t <sub>1,2</sub> =0,67 t <sub>1,3</sub> =0,56 t <sub>2,3</sub> =0,43	p <sub>1,2</sub> >0,05 p <sub>1,3</sub> >0,05 p <sub>2,3</sub> >0,05	7,5±0,27	7,2±0,25	6,4±0,19	t <sub>1,2</sub> =0,98 t <sub>1,3</sub> =2,37 t <sub>2,3</sub> =1,49	p <sub>1,2</sub> >0,05 p <sub>1,3</sub> <0,05 p <sub>2,3</sub> >0,05
	Назад	4,9±0,21	4,9±0,17	4,8±0,16	t <sub>1,2</sub> =0,42 t <sub>1,3</sub> =0,81 t <sub>2,3</sub> =0,89	p <sub>1,2</sub> >0,05 p <sub>1,3</sub> >0,05 p <sub>2,3</sub> >0,05	4,7±0,19	4,6±0,18	4,5±0,22	t <sub>1,2</sub> =0,48 t <sub>1,3</sub> =0,87 t <sub>2,3</sub> =0,71	p <sub>1,2</sub> >0,05 p <sub>1,3</sub> >0,05 p <sub>2,3</sub> >0,05
	Поперек	5,2±0,16	5,5±0,16	5,6±0,18	t <sub>1,2</sub> =0,86 t <sub>1,3</sub> =0,23 t <sub>2,3</sub> =0,31	p <sub>1,2</sub> >0,05 p <sub>1,3</sub> >0,05 p <sub>2,3</sub> >0,05	5,4±0,19	5,2±0,24	4,5±0,21	t <sub>1,2</sub> =0,92 t <sub>1,3</sub> =2,29 t <sub>2,3</sub> =1,26	p <sub>1,2</sub> >0,05 p <sub>1,3</sub> <0,05 p <sub>2,3</sub> >0,05
Прийом м'яча	Загальна кількість	26,5±1,11	26,5±1,11	26,5±1,11	t <sub>1,2</sub> =0,63 t <sub>1,3</sub> =0,79 t <sub>2,3</sub> =0,73	p <sub>1,2</sub> >0,05 p <sub>1,3</sub> >0,05 p <sub>2,3</sub> >0,05	25,3±0,69	27,3±0,77	28,5±0,87	t <sub>1,2</sub> =2,63 t <sub>1,3</sub> =3,41 t <sub>2,3</sub> =1,34	p <sub>1,2</sub> <0,05 p <sub>1,3</sub> <0,01 p <sub>2,3</sub> >0,05
	Кількість помилок	6,5±0,19	6,5±0,19	6,5±0,18	t <sub>1,2</sub> =0,63 t <sub>1,3</sub> =0,79 t <sub>2,3</sub> =0,37	p <sub>1,2</sub> >0,05 p <sub>1,3</sub> >0,05 p <sub>2,3</sub> >0,05	6,8±0,21	6,7±0,28	6,6±0,27	t <sub>1,2</sub> =0,71 t <sub>1,3</sub> =0,39 t <sub>2,3</sub> =0,32	p <sub>1,2</sub> >0,05 p <sub>1,3</sub> >0,05 p <sub>2,3</sub> >0,05
Обведення	Загальна кількість	11,4±0,41	11,4±0,37	11,4±0,41	t <sub>1,2</sub> =0,56 t <sub>1,3</sub> =0,81 t <sub>2,3</sub> =0,66	p <sub>1,2</sub> <0,05 p <sub>1,3</sub> >0,05 p <sub>2,3</sub> >0,05	11,8±0,19	12,5±0,22	12,9±0,24	t <sub>1,2</sub> =2,77 t <sub>1,3</sub> =2,83 t <sub>2,3</sub> =1,03	p <sub>1,2</sub> <0,05 p <sub>1,3</sub> <0,05 p <sub>2,3</sub> >0,05
	Кількість помилок	6,6±0,25	6,6±0,25	6,6±0,25	t <sub>1,2</sub> =0,53 t <sub>1,3</sub> =0,51 t <sub>2,3</sub> =0,46	p <sub>1,2</sub> >0,05 p <sub>1,3</sub> >0,05 p <sub>2,3</sub> >0,05	6,3±0,22	5,9±0,21	5,8±0,19	t <sub>1,2</sub> =1,69 t <sub>1,3</sub> =2,22 t <sub>2,3</sub> =0,62	p <sub>1,2</sub> >0,05 p <sub>1,3</sub> <0,05 p <sub>2,3</sub> >0,05

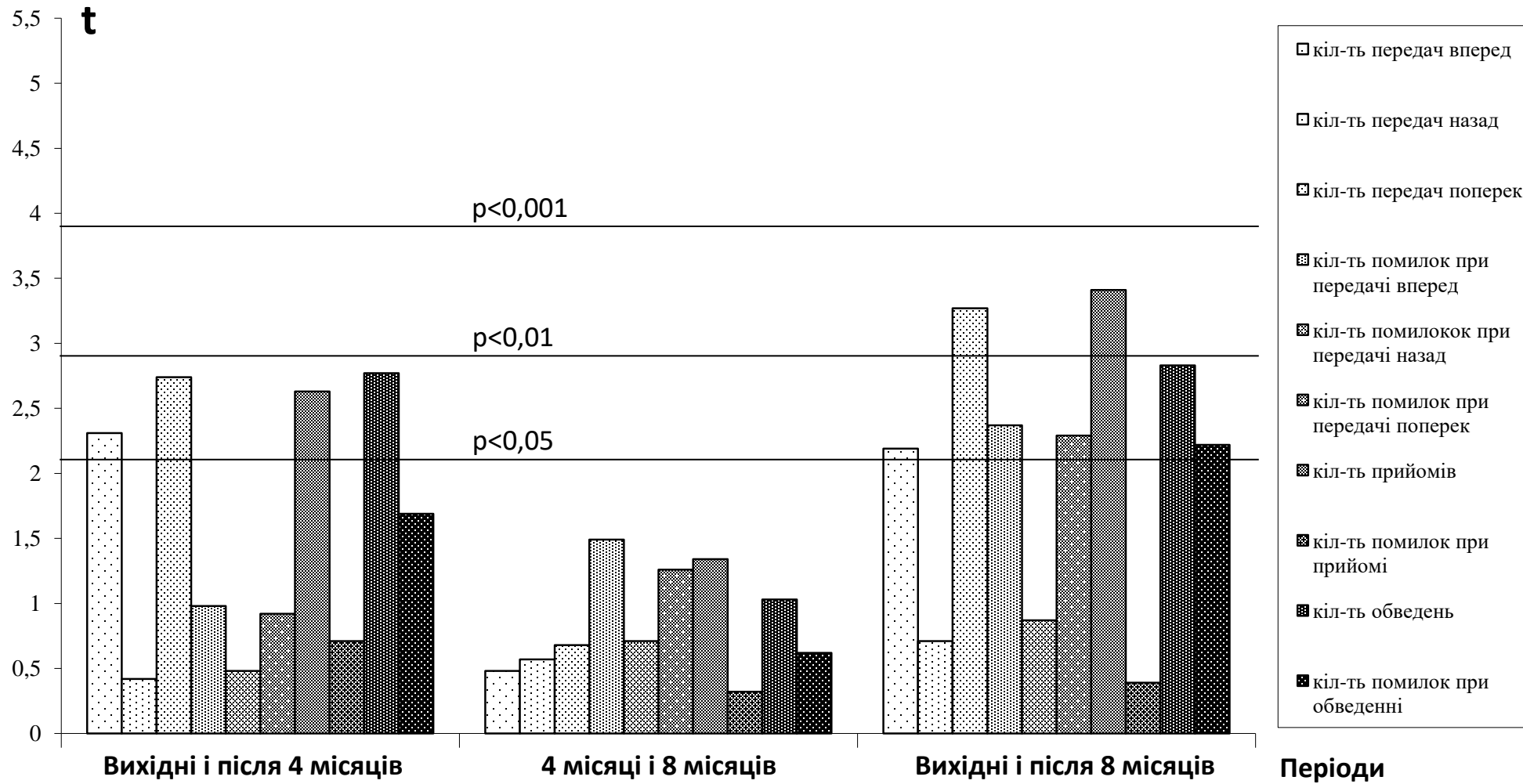


Рис. 3.2. Числові значення t-критерію та достовірні рівні (p) зміни показників техніко-тактичної діяльності діяльності в експериментальній групі в ході експерименту (n=20).

Експериментальна група продемонструвала достовірне збільшення кількості передач "вперед" як після 4 місяців тренувань (на 1,2 од.), так і після 8 місяців (на 1,4 од.;  $p < 0,05$ ). При цьому, кількість передач "назад" залишилась без значних змін ( $p > 0,05$ ). Також було зафіксовано зменшення кількості передач "поперек" (на 1,1 од. через 4 місяці та на 1,5 од. через 8 місяців;  $p < 0,01$ ), що вказує на скорочення часу володіння м'ячем і, як наслідок, на більш активний наступ команди (табл. 3.3).

Таблиця 3.3

Достовірність відмінностей кількості передач «вперед», «назад» та «поперек» в експериментальній групі в ході експерименту ( $n=20$ )

Показники	Передачі	Початкові	Після 4 місяців занять	Після 8 місяців занять
Початкові	Вперед		-	-
	Назад		-	-
	Поперек		-	-
Після 4 місяців занять	Вперед	2,31 ( $p < 0,05$ )		-
	Назад	0,42 ( $p > 0,05$ )		-
	Поперек	2,74 ( $p < 0,05$ )		-
Після 8 місяців занять	Вперед	2,19 ( $p < 0,01$ )	0,48 ( $p > 0,05$ )	
	Назад	0,71 ( $p > 0,05$ )	0,57 ( $p > 0,05$ )	
	Поперек	3,27 ( $p < 0,05$ )	0,68 ( $p > 0,05$ )	

Наші дані підтвердили гіпотезу, що передачі м'яча відіграють ключову роль у футболі. Системне використання точних, швидких і прихованих пасів дозволило експериментальній групі ефективно контролювати м'яч, створювати гольові моменти, долати пресинг суперника та організовувати різноманітні атаки, зокрема позиційні та контратаки. Таким чином, якість пасової гри та злагодженість команди є вирішальними для успіху.

Аналіз ігрової діяльності експериментальної групи продемонстрував, що майстерне володіння технікою передач надає команді суттєві переваги над суперником. Ці переваги включають:

- Підтримка контролю м'яча: збереження володіння м'ячем для ефективного розвитку атаки та уникнення втрати ініціативи.

- Створення голевих можливостей: точні та виважені передачі є вирішальним елементом у формуванні небезпечних епізодів.
- Нейтралізація тиску суперника: використання передач дозволяє мінімізувати вплив пресингу та зберегти контроль над ігровим процесом.
- Організація наступальних дій: передачі є інструментом як для позиційного розіграшу, так і для швидких контратакувальних виходів.
- Ситуативна гнучкість: швидка та ефективна передача м'яча сприяє перерозподілу функціональних обов'язків гравців та дозволяє миттєво включатися в контрпресинг.

У ході експерименту футболістам було поставлено низку вимог до ефективності пасу:

- Точність є ключовою: правильний пас залежить від сили, напрямку та швидкості.
- Швидкість та несподіванка є вирішальними: щоб суперник не зміг вчасно зреагувати та заблокувати м'яч.
- Скритність передачі не дозволяє супернику передбачити її напрямок.
- Бачення поля допомагає гравцю швидко оцінити ситуацію на полі, приймаючи рішення про пас.
- Майстерність виконання передбачає правильний вибір техніки удару (наприклад, внутрішньою чи зовнішньою частиною стопи) та повну взаємодію з партнером.

Спостерігається значне зменшення кількості помилок у передачах «вперед» і «поперек» у футболістів експериментальної групи після 8-місячного тренувального періоду, результати є статистично достовірними ( $t=2,37$ ;  $t=2,29$ ;  $p<0,05$ ). Натомість, у передачах «назад» достовірних змін не зафіксовано ( $p>0,05$ ) (табл. 3.4).

Таблиця 3.4

Достовірність відмінностей помилок при передачах "вперед", "поперек" і "назад" в експериментальній групі в ході експерименту (n=20)

Показники	Передачі	Початкові	Після 4 місяців занять	Після 8 місяців занять
Початкові	Вперед		-	-
	Назад		-	-
	Поперек		-	-
Після 4 місяців занять	Вперед	0,98 (p>0,05)		-
	Назад	0,48 (p>0,05)		-
	Поперек	0,92 (p>0,05)		-
Після 8 місяців занять	Вперед	2,37 (p<0,05)	1,49 (p>0,05)	
	Назад	0,87 (p>0,05)	0,71 (p>0,05)	
	Поперек	2,29 (p<0,05)	1,26 (p>0,05)	

Аналіз ігрової діяльності гравців експериментальної групи показав, що передачі м'яча вперед у футболі є високоризиковими елементами. Ці ризики зумовлені ймовірністю втрати м'яча, зміщенням захисної лінії, потенційним виникненням контратаки та створенням офсайдної позиції, що може призвести до несприятливих ігрових ситуацій.

Передача м'яча вперед є ключовим елементом футболу, але вона пов'язана з певними ризиками, що можуть призвести до небезпечних ситуацій для команди. Головні з них:

- Перехоплення та контратаки: Довгий пас вперед може легко перехопити суперник, що дозволить йому негайно розпочати швидку контратаку на ворота.
- Втрата позиції: Невдала передача змушує захисників покидати свої місця, створюючи прогалини в обороні, куди може увірватися нападник противника.
- Порушення таймінгу: Якщо пас занадто сильний, слабкий або відданий невчасно, м'яч може бути втрачено, а суперник отримає ідеальну можливість для удару.

- Офсайд: Неточна або занадто рання передача на хід може призвести до офсайду, через що атака буде зупинена.

Для зменшення ризику втрати м'яча під час атакуючих передач, гравцям необхідно виконувати наступні вимоги:

Проводьте ретельний аналіз ситуації. Перш ніж віддавати пас уперед, критично оцініть розстановку гравців на полі, а саме: розташування ваших партнерів та позицію суперників. Це допоможе вибрати найоптимальніший момент та напрямок для передачі.

Дотримуйтеся точності та контролюйте силу пасу. Важливо, щоб передача була виконана з ідеальною точністю та з відповідною силою, яка дозволить вашому партнеру без зусиль прийняти м'яч, не сповільнюючи атаку.

Ефективно прикривайте м'яч корпусом. Після отримання м'яча, гравець повинен одразу захистити його від суперника, використовуючи корпус. Це запобіжить можливим перехопленням та втраті м'яча.

Дослідження показало, що футболісти експериментальної групи стали значно частіше успішно приймати м'яч (збільшення кількості прийомів). Це поліпшення спостерігалось як через 4 місяці, так і через 8 місяців, що підтверджується статистикою (після 4 місяців –  $t=2,63$ ;  $p<0,05$ ; після 8 місяців –  $t=3,41$ ;  $p<0,01$ ). Важливо, що на якість прийомів це не вплинуло — вона залишилася на тому ж рівні ( $p>0,05$ ) (табл. 3.5).

Таблиця 3.5

Достовірність відмінностей показників кількості прийомів та помилок при прийомі м'яча в експериментальній групі в ході експерименту ( $n=20$ )

Показники	Початкові	Після 4 місяців занять	Після 8 місяців занять
Початкові		-	-
Після 4 місяців обучення	$\frac{2,63 (p<0,05)}{0,71 (p>0,05)}$		-
Після 8 місяців обучення	$\frac{3,41 (p<0,01)}{0,39 (p>0,05)}$	$\frac{1,34 (p>0,05)}{0,32 (p>0,05)}$	

Примітка. у чисельнику - кількість  
у знаменнику - помилки

Наші дослідження показали, що футболісти експериментальної групи значно покращили свої навички "обведення" після тренувань. Через 4 місяці спостерігалось суттєве зростання показників ( $t=2,77$ ;  $p<0,05$ ), а через 8 місяців це покращення стало ще більш помітним ( $t=2,83$ ;  $p<0,05$ ). Ці дані представлені в таблиці 3.6.

Спостерігається зниження якості виконання даного технічного елемента. Попри це, через 8 місяців тренувань у гравців експериментальної групи зафіксовано статистично значуще скорочення кількості помилок під час виконання «обведення» порівняно з початковими показниками ( $t=2,22$ ;  $p<0,05$ ) (табл. 3.6).

На наш погляд, підвищення якості дриблінгу полягає в тому, що гравці стали краще утримувати м'яч, навіть коли їм активно протидіють один або кілька суперників.

Таблиця 3.6

Достовірність відмінностей кількісних та якісних показників «обведення» в експериментальній групі в ході експерименту ( $n=20$ )

Показники	Початкові	Після 4 місяців занять	Після 8 місяців занять
Початкові		-	-
Після 4 місяців занять	$\frac{2,77 (p<0,05)}{1,69 (p>0,05)}$		-
Після 8 місяців занять	$\frac{2,83 (p<0,05)}{2,22 (p<0,05)}$	$\frac{1,03 (p>0,05)}{0,62 (p>0,05)}$	

Примітка. у чисельнику - кількість  
у знаменнику - помилки

Проведене дослідження підтвердило, що використання розробленої нами тактичної моделі в тренувальному процесі експериментальної групи футболістів протягом восьми місяців дозволило суттєво підвищити рівень їхньої техніко-тактичної підготовленості.

Таким чином, тактичні моделі та їх застосування в тренуванні юних футболістів слугують фундаментом для вдосконалення та адаптації тренувальних схем на етапі базової підготовки юних футболістів. Використовуючи їх, тренери зможуть:

- Створювати ігрові схеми, що сприяють ефективній взаємодії гравців на полі.
- Визначати позиції гравців, їхню співпрацю та реакцію на дії суперника.
- Підвищити ефективність ігрової діяльності команди, щоб досягти перемоги.

### Висновки до розділу 3

1. За результатами експерименту, кількість передач «вперед» у футболістів експериментальної групи значно перевищила аналогічний показник у контрольній групі ( $t=2,67$ ;  $p<0,05$ ). Різниця становила 1,3 передачі. Водночас, кількість передач «назад» не мала статистично значущих відмінностей між групами ( $p>0,05$ ).

Дослідження виявило значну різницю ( $t=2,79$ ;  $p<0,05$ ) між двома групами щодо використання передач м'яча «поперек» поля. Експериментальна група виконувала цей вид передач частіше — у середньому на 1,4 одиниці більше, ніж контрольна.

2. У порівнянні з контрольною групою, гравці експериментальної групи значно рідше помилялися при передачах м'яча вперед (середнє зниження помилок на 1,4) і поперек (середнє зниження на 1,1). Це підтверджується статистично ( $t=2,93$ ;  $t=2,43$ ;  $p<0,05$ ) і вказує на ефективність втручання, що застосовувалося до експериментальної групи.

Проте, статистично значущих відмінностей між групами за кількістю помилок при передачах назад не було виявлено ( $p>0,05$ ).

3. Ми виявили статистично значущу різницю в кількості прийомів м'яча ( $t=2,73$ ;  $p<0,05$ ) на користь експериментальної групи, яка випередила контрольну групу на 2,0 одиниці. Водночас, не було виявлено достовірних відмінностей між групами за показником кількості помилок ( $p>0,05$ ).

4. Експеримент показав, що впровадження нових тренувальних методів призвело до значного зростання частоти використання обведення в експериментальній групі порівняно з контрольною (збільшення на 1,5 застосування,  $t=2,56$ ;  $p<0,05$ ). Водночас, ці зміни не вплинули на точність виконання прийому, оскільки кількість помилок залишилася статистично незмінною в обох групах ( $p>0,05$ ).

## ВИСНОВКИ

1. Впровадження в тренувальний процес експериментальної групи методів моделювання командної тактики сприяло розвитку когнітивних навичок гравців, зокрема, критичного мислення та швидкості реакції. Це сприяло вдосконаленню їхньої здатності аналізувати та прогнозувати ігрові ситуації, що в результаті підвищило ефективність командних дій, спрямованих на нейтралізацію суперника та досягнення перемоги.

2. За результатами восьмимісячного експерименту, футбольна команда, що входила до експериментальної групи, продемонструвала статистично значуще покращення порівняно з контрольною групою. Це покращення спостерігалось в таких показниках:

- Збільшення кількості передач, виконаних уперед ( $p < 0,05$ ).
- Збільшення кількості передач, виконаних поперек ігрового поля ( $p < 0,05$ ).
- Зменшення кількості помилок при виконанні як передач уперед, так і передач поперек ( $p < 0,05$ ).

Ми виявили, що гравці з експериментальної групи робили більше прийомів м'яча, ніж гравці контрольної. Ця різниця є статистично значущою ( $p < 0,05$ ).

Аналіз контрольних матчів показав, що в експериментальній групі кількість обведень зросла, тоді як у контрольній вона залишилася без змін. Ця різниця є статистично достовірною ( $p < 0,05$ ), що вказує на ефективність тренувань або методів, застосованих до експериментальної групи.

3. Для високої ефективності у футболі команда має швидко та варіативно виконувати комбінації, досягаючи успіху щонайменше в 55-65% випадків. Цей показник, що відображає здатність гравців створювати та реалізовувати атаки, є ключовим для оцінки їхньої спортивної майстерності та загального успіху в матчах.

Швидкість виконання та варіативність комбінацій є ключовими факторами, що визначають результативність команди. Чим оперативніше гравці взаємодіють на полі, застосовуючи техніко-тактичні комбінації, тим ефективнішою стає атака. Різноманітність ігрових схем і прийомів робить команду непередбачуваною для суперника.

4. Сучасний футбол потребує швидких рішень, а тактичне моделювання допомагає гравцям швидко й рішуче діяти під тиском часу, що є ключовим для успіху в матчі.

Використання методів моделювання в спорті сприяє оптимізації тактичної підготовки як атаквальних, так і оборонних командних дій. Цей підхід дає змогу спортсменам аналізувати ігрові сценарії, прогнозувати поведінку опонента та розробляти найбільш ефективні алгоритми відповіді. Таке проактивне мислення є основою для розвитку тактичної майстерності.

5. Наш 8-місячний експеримент довів, що впровадження тактичних моделей командної гри забезпечує високий рівень координації та взаємодії між гравцями. Це сприяє глибшому розумінню індивідуальних ролей та спільних цілей. Крім того, чітке усвідомлення тактичних завдань формує почуття відповідальності та сприяє підвищенню дисципліни всередині команди.

## ПРАКТИЧНІ РЕКОМЕНДАЦІЇ

Індивідуальна тактика. Індивідуальна тактика у футболі вимагає від гравця вміння доцільно застосовувати технічні прийоми, розвивати тактичне мислення, передбачати дії суперника та взаємодіяти з партнерами, швидко адаптуючись до змін ігрової ситуації. Ключові рекомендації включають: в нападі – несподівані відкриття, розірвання дистанції з м'ячем, аби не гальмувати атаку, та увага до положення "поза грою". У захисті – ефективне використання дій як без м'яча (нагляд, орієнтація, швидкість реагування), так і з м'ячем (прийом подач, блокування), а також раціональне переключення між фазами гри.

Індивідуальна тактика в нападі:

- Відкриття: Виконуйте відкриття несподівано для суперника та на високій швидкості, щоб отримати перевагу.
- Дистанція до м'яча: Не наближайтесь надто близько до гравця, який володіє м'ячем, щоб не заважати розвитку атаки.
- Положення "поза грою": Завжди стежте за тим, щоб не потрапити в положення "поза грою".
- Передбачення: Розвивайте тактичне мислення, щоб передбачати зміни в ігровій ситуації.

Індивідуальна тактика в захисті:

- Дії без м'яча: Звертайте увагу на нагляд за суперником, правильну орієнтацію на полі, швидке реагування та вдалі переміщення.
- Дії з м'ячем: Вмійте раціонально приймати подачі, нападаючі удари, а також здійснювати страховку та блокування.
- Взаємодія: Вчіться взаємодіяти з партнерами в рамках певної тактичної системи, як у захисті, так і в нападі.
- Адаптація: Швидко переключайтесь з однієї тактичної побудови на іншу, залежно від обставин гри та дій команди суперника.

Загальні рекомендації:

- Тактичне мислення: Розвивайте кмітливість, творчу ініціативу та здатність передбачати розвиток подій на полі.

- Функціональні обов'язки: Враховуйте свої ігрові амплуа (позицію на полі) та функціональні обов'язки при прийнятті тактичних рішень.

- Практика: Оволодіння індивідуальною тактикою відбувається через засвоєння умінь та навичок у фазах нападу та захисту, а потім їх застосування у реальних ігрових умовах.

Групова тактика. Групова тактика у футболі передбачає злагоджені дії гравців у захисті та нападі для досягнення командної мети. У захисті важливо страхувати партнерів і протидіяти атакам суперника, використовуючи взаємодію та організовані маневри. В атаці ключовими є швидке відкривання, створення вільних зон, взаємодія з партнерами, контроль м'яча та несподівані зміни темпу гри для завершення атаки.

У захисті:

Страхування та підтримка: Завжди страхуйте партнера, який грає проти суперника, та допомагайте йому в боротьбі за м'яч.

Протидія атакам: Взаємодійте вдвох або втрох проти гравця суперника, щоб позбавити його можливості розвинути атаку, використовуючи тактичні схеми "стінка" або "схрещування".

Організованість: Зберігайте організовану структуру команди для запобігання проривам суперника.

У нападі:

Швидке відкривання: Рухайтеся вільними зонами на високій швидкості, щоб отримати м'яч та розвинути атаку.

Контроль м'яча: Тримайте м'яч та контролюйте центр поля, щоб зберегти ініціативу.

Взаємодія з партнерами: Грайте як з ближніми, так і з далекими партнерами, створюючи комбінації.

Зміна темпу: Змінюйте темп та ритм гри, "вибухаючи" несподівано для суперника, щоб створити раптовість в атаці.

Гра на вістрі атаки: Активно беріть участь у завершальній фазі атак, використовуючи швидкісний маневр та вміння змінювати напрямок руху.

Загальні принципи:

Не занадто зближайтеся з м'ячем: Не зближуйтеся надто близько до гравця з м'ячем, оскільки це може загальмувати розвиток атаки.

Уникайте положення "поза грою": Уважно слідкуйте за положенням, щоб не опинитися у позагровому становищі.

Командна тактика. Практичні рекомендації для командної тактики у футболі включають: створення чисельної переваги в атаці та обороні, високий темп гри, маневреність і рух без м'яча, взаємодію між гравцями, використання флангів, точні передачі низом, вибір правильної позиції для уникнення офсайду, а також активну гру на всіх ділянках поля.

Рекомендації для нападу:

- Збільшення чисельної переваги: Створюйте ситуації, коли біля м'яча більше гравців вашої команди, ніж у суперника, щоб полегшити контроль та досягнення результату.

- Швидкість та маневреність: Атакуйте у високому темпі, маневруючи та змінюючись місцями, щоб застати суперника зненацька.

- Використання флангів: Активно використовуйте фланги для швидкісного обведення та створення прострелів у штрафний майданчик суперника.

- Точні передачі: Вводьте м'яч у гру низом, використовуючи точні та адресовані передачі, які допоможуть гравцям отримати підтримку.

- Взаємодія гравців: Забезпечте підтримку нападника, який володіє м'ячем, а також налагодьте ефективну взаємодію між лініями нападу та гравцями, які підключаються до атаки.

- Завершення атак: Використовуйте всі реальні можливості для обстрілу воріт суперника та завершуйте атаки ударами по воротах.

Рекомендації для захисту:

- Командний захист: Захищайтеся всією командою, закриваючи гравців команди суперника в районі м'яча.

- Страхування: Суворо дотримуйтеся правил страхування та взаємо-страхування гравців, щоб уникнути небезпечних ситуацій.

- Створення штучного офсайду: Використовуйте створення положення «поза грою», щоб ефективно захищатися.

- Правильний рух: В момент удару суперника відходьте до своїх воріт.

Загальні принципи:

- Рух без м'яча: Звертайте увагу на рух гравців без м'яча, це часто є ключовим для розуміння задуму тренера.

- Реакція на суперника: Адаптуйте тактику в залежності від дій суперника, змінюючи схему гри, якщо ситуація стає складною.

## СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ

1. Абдула А.Б., Марченко В.А., Перцухов А.А. Теорія та методика обраного виду спорту (футбол). Навчальний посібник для студентів інститутів фізичної культури. ХДАФК, 2019. 215 с.
2. Абдула А. Особливості виконання передач м'яча кращими командами прем'єр- та першої ліги України з футболу. *Слобожанський науково-спортивний вісник*. 2021. Т.3, №83. С. 41–46. URL: <https://doi.org/10.15391/snsv.2021-3.006>.
3. Василюк В., Ярмошук О. Диференційований підхід у фізичній підготовці футболістів на етапі початкової спеціалізації. *вісник кам'янець-подільського національного університету імені Івана Огієнка. фізичне виховання, спорт і здоров'я людини*, 2020 (18), 11–16. <https://doi.org/10.32626/2309-8082.2020-18.11-16>
4. Василюк В. М. Основи футболу : Навчально-методичний посібник. Рівне : О. Зень, 2020. 268 с.
5. Дорошенко Е. Ю. Методика вдосконалення техніко-тактичних дій футболістів з урахуванням показників спеціальної фізичної підготовленості. *Науковий часопис НПУ імені М.П. Драгоманова*. 2016;2(71): 116-9.
6. Дорошенко Е.Ю., Соболев Е.О. Фактори міграції в контексті впливу на результативність змагальної діяльності кваліфікованих футболістів. *Науковий часопис НПУ імені М.П. Драгоманова. Серія 15: Науково-педагогічні проблеми фізичної культури (фізична культура і спорт)*. 2018; 9(103): 51-54.
7. Дорошенко І., Сватсьєв А., Соболев Е., Черненко О., Шаповалова І., Дорошенко Е.. Сучасні підходи до аналізу змагальної діяльності футболістів із застосуванням інноваційних технологій. *Спортивна наука та здоров'я людини*. 2023;2(10):76-87. DOI:10.28925/2664-2069.2023.26

8. Журід С. М., Лебедєв С. І. (2015). Analysis of competitive activity and special technical readiness between football players in age of 10–12 years. *Slobozhanskyi Herald of Science and Sport*, (5(49), 52–56. <https://doi.org/10.15391/snsv.2015-5.008>.
9. Журід С.М., Коваль С.С., Лебедєв С.І. Техніко-тактична підготовка футболістів. Навчально- методичний посібник. ХДАФК: Вид-во ФОП Панов А.М. 2019. 207 с.
10. Журід С.М., Довбій О.П., Худякова В.Б. Техніко-тактична підготовленість збірних студентських команд з футболу. *Спортивні ігри*, № 2(16). 2020. С. 21-27.
11. Журід С.М., Лебедєв С.І. Модельні показники виконання стандартних положень в зоні атаки, їх динаміка та вплив на кінцевий результат в іграх чемпіонату світу з футболу 2022 року в Катарі. *Фізична культура, спорт та здоров'я нації: збірник наукових праць*. 15 (34), 198–212.
12. Коваль С.С., Крайник Я.Б., Мулик В.В. Федорина Т.Є. Використання спеціальних бігових і стрибкових вправ для розвитку рухових якостей і функціонального стану крайніх і центральних захисників 13-14 років у футболі. *Спортивні ігри*. 2020 р. Випуск 1(15). С. 16-24.
13. Коваль С.С., Крайник Я.Б., Мулик В.В. Федорина Т.Є. Використання легкоатлетичних вправ у спеціальній руховій підготовці крайніх півзахисників-футболістів 13-14 років. *Науковий часопис Національного педагогічного університету імені М. П.Драгоманова. Серія 15*. К.: Вид-во НПУ імені М.П. Драгоманова, 2020. Випуск 2 (122) 20. С. 77-80.
14. Коваль С.С., Крайник Я.Б., Мулик В.В., Перевозник В.І. Використання бігових і стрибкових вправ у спеціальній руховій підготовці юних нападників 13–14 років. *Слобожанський науково-спортивний вісник. ХДАФК*. 2020. № 1 (75). С. 30-34.

15. Коваль С.С., Журід С.М., Шаленко В.В., Шелудько П.І., Лебедев С.І., Єфременко А.М. Проблема ранньої спеціалізації у футболі. Науковий часопис Українського державного університету імені Михайла Драгоманова. Серія 15. Науково- педагогічні проблеми фізичної культури (фізична культура і спорт): зб. наукових праць. 2024. Випуск 6 (179) 24. С. 118-121.
16. Костюкевич В. М., Шамардін В. М., Костюкевич В. М., Воронова В. І. та ін. Футбол: навчальна програма для дитячо-юнацьких спортивних шкіл, спеціалізованих дитячо-юнацьких шкіл олімпійського резерву. К.: Республіканський науково-методичний кабінет. 2015. 148 с.
17. Костюкевич В.М. Показники техніко-тактичної діяльності футболістів високої кваліфікації на чемпіонаті Європи 2016 года”, Фізична культура, спорт та здоров’я нації, (1). 2016. С. 315-322.
18. Кокарева С. Система табата як напрямок удосконалення процесу фізичної підготовки футболістів. Фізична культура, спорт та здоров’я нації: збірник наукових праць. Вип. 3(22). Вінниця: ТОВ «Планер», 2017. С. 314-319
19. Коханець П. Аналіз показників змагальної діяльності кваліфікованих футзалістів. Спортивний вісник Придніпров'я, (2). 2017. С. 87-90.
20. Лисенчук Г.А., Хоменко О.В., Перепелиця П.Є. Підвищення рівня командних і групових взаємодій юних футболістів. Теорія і методика фізичного виховання і спорту. Київ, 2014. Вип. 2. С. 23-27.
21. Лисенчук Г, Тищенко В, Ван Лейбо, Шеховцова К. Напрями удосконалення технології поточного управління у футболі. Теорія і методика фізичного виховання і спорту. 2020; 3: 31-37. <https://doi.org/10.32652/tmfvs.2020.3.31-37>
22. Латишев М., Квасниця О., Спесивих О., Квасниця І. Прогнозування: методи, критерії та спортивний результат. Спортивний вісник Придніпров'я, (1). 2019. С. 39-47.

23. Мітова О.О. Уніфікований алгоритм комплексного контролю підготовленості спортсменів у командних спортивних іграх. Наука в олімпійському спорті. № 2, 2019. С. 16-28.
24. Мулик В.В., Перепелиця П.Є. Підвищення рівня техніко-тактичної підготовленості футболістів середнього шкільного віку за рахунок експериментальних методик. Слобожанський науково-спортивний вісник. Харків, 2013. Вип. 3. С. 44-48.
25. Ніколаєнко В. В. Система багаторічної підготовки футболістів до досягнення вищої спортивної майстерності: автореф. дис. на здобуття ступеня доктора наук з фізичного виховання і спорту: спец. 24.00.01 «Олімпійський і професійний спорт». 2015. С. 40.
26. Ніколаєнко В. В. Системний підхід до розробки проблеми оптимізації багаторічної підготовки футболістів. Теорія і методика фізичного виховання і спорту. 2015. № 16. С. 170-178
27. Омелянюк Ю. Застосування іноваційних технологій у підготовці футболістів. Інноваційні дослідження та перспективи розвитку науки і техніки у ХХІ столітті: збірник тез доповідей учасників Міжнародної науково-практичної конференції до 30-річчя Приватного вищого навчального закладу «Міжнародний економіко-гуманітарний університет імені академіка Степана Дем'янчука» (м. Рівне, 19 жовтня. 2023 року). Рівне, 2023. Ч. 4. С. 71-73.
28. Перевозник В.І. Показники техніко-тактичних дій (одноборства, відбори, перехоплення, удари) збірної команди України в іграх 1/8 та 1/4 чемпіонату Європи 2020-2021 років. Слобожанський науково-спортивний вісник. ХДАФК. Харків. № 4 (84), 2021. С.44-49.
29. Перевозник В.І., Паєвський В.В. Порівняльний аналіз техніко-тактичних дій (на прикладі відбору м'яча) команди Металіст-1925 у різних зонах

- футбольного поля в іграх чемпіонату України 2019. Спортивні ігри. № 2 (20). 2021. С. 64 – 71.
30. Перевозник В.І., Перцухов А.А. Показники фізичного розвитку юних футболістів 14-15 років. Спортивні ігри: електронний науковий журнал. Харків, 2022, №2(24). С. 30–39.
31. ПЕРЕВОЗНИК В.І. Використання методів математичної статистики в спортивних іграх. Спортивні ігри. ХДАФК, Науковий журнал. №2(28) Харків 2023. С.85-95.
32. ПЕРЕВОЗНИК В.І. Особливості процесу відбору у сучасному футболі. «Проблеми і перспективи розвитку спортивних ігор та одноборств у закладах вищої освіти». ХДАФК Харків. 2023. С. 107-110.
33. Перепелиця П.Є. Підвищення індивідуальних показників ігрової активності футболістів старшого шкільного віку. Спортивний вісник Придніпров'я. Дніпропетровськ, 2014. Вип. 2. С. 128-132.
34. Перепелиця П.Є. Навчальний відео-посібник. Комбінаційний коридор. Центр ліцензування Федерації футболу України. Київ, 2017.
35. Перепелиця П.Є. Навчальний відео-посібник. Позиційний контроль м'яча. Центр ліцензування Федерації футболу України. Київ, 2018.
36. Перепелиця П.Є. Проблема футбольного інтелекту у сучасних дослідженнях. Спортивні ігри. Харків, 2024. Вип. 4. С. 55-61.
37. Перцухов А.А. Інтенсивність та ефективність застосування пресингу футболістами команд високого рівня. Спортивні ігри, 2(16). 2020. С. 50-57.
38. Перцухов А, Шаленко В. Модельні характеристики провідних футболістів різного ігрового амплуа. Слобожанський науково-спортивний вісник. № 1(81). 2021. С. 47-58.
39. Перцухов, А.А., Без'язичний, Б.І., Худякова, В.Б. Порівняльні характеристики ТТД провідних футбольних клубів світу. Слобожанський науково-спортивний вісник. 3(83). 2021. С. 68–76.

40. Платонов В.М. Сучасна система спортивного тренування: [підручник]. Київ: Перша друкарня, 2020. 704 с.
41. Сапрун С. Т., Корнієнко С. Н., Кузь Ю. С. Загальна фізична підготовка футболістів на різних етапах багаторічної підготовки // Науковий часопис Національного педагогічного університету ім. М. П. Драгоманова. Серія № 15. Науково-педагогічні проблеми фізичної культури /фізична культура і спорт/ : збірник наукових праць. Київ : НПУ ім. М. П. Драгоманова, 2019. Вип. 9 (117) 19. С. 71-75.
42. Собко С. Динаміка показників загальної фізичної підготовленості юних футболістів на етапі базової підготовки. С. Собко, С. Воропай, Н. Собко, С. Гавришко. Фізичне виховання, спорт і культура здоров'я у сучасному суспільстві. - 2015. - № 2. - С. 160-164
43. Соломонко В.В., Лісенчук Г.А., Соломонко О.В., Пилипенко В.О. Футболу школі: Посібник для дітей та вчителів. К., 2019. 296 с.
44. Сіренко Павло Олександрович. Інноваційні технології в фізичній підготовці кваліфікованих футболістів [Текст] : автореф. дис. ... канд. наук з фіз. виховання та спорту : 24.00.01 / Сіренко Павло Олександрович ; Львів. держ. ун-т фіз. культури. – Львів, 2015. – 18 с.
45. Стороженко С.М. Система УЄФА з ліцензування футбольних клубів і впровадження її в Україні. Київ: Лазер, 2003. 227 с.
46. Стороженко С.М. Футбол і насильство. Погляд зсередини. Київ: КОМБІ ЛТД, 2005. 164 с.
47. Хоменко, В.В., Юськів, С.М., Гузар, В.М., Свирида, В.С. Показники фізичної і технічної підготовленості футболістів різного амплуа студентської команди з футболу. Спортивні ігри., 2 (16). 2020. С. 95-105. doi.org/10.15391/si.2020-1.10.
48. Шамардін В. Н., Виноградов В. Е., Дьяченко А. Ю. Фізична підготовка футболістів високої кваліфікації. Київ: Славутич -Дельфін; 2017, 170 с.

49. Шалар, О. Г. Вплив спортивного тренування на фізичну та технічну підготовленість футболістів. О. Г. Шалар, В. М. Гузар, В. В. Хоменко. Актуальні проблеми громадського здоров'я та рухова активність різних верств населення : зб. статей I Всеукр. наук. конф., 11 квітня 2019 р. уклад. С. К. Голяка. Херсон : ХДУ, 2019. С. 200-205.
50. Шаленко В.В., Перцухов А.А., Шелудько П.І. Фізична підготовленість футболістів різних ігрових амплуа. ФІЗИЧНА КУЛЬТУРА ТА СПОРТ. Харківська державна академія фізичної культури 2021р.
51. Abdula A., Kofanov I. Peculiarities of coordination abilities of preschool children playing football. Scientific Journal of National Pedagogical Dragomanov University Series 15 Scientific and pedagogical problems of physical culture (physical culture and sports). 2024. No. 7(180). P. 9–11. URL: [https://doi.org/10.31392/udu-nc.series15.2024.7\(180\)](https://doi.org/10.31392/udu-nc.series15.2024.7(180)).
52. Gamble, Declan, Spencer, Matt, McCarren, Andrew, & Moyna, Niall. (2019) Activity profile, PlayerLoad™ and heart rate response of Gaelic football players: A pilot study. Journal of Human Sport and Exercise. 14(4): 711-724. doi:10.14198/jhse.2019.144.01.
53. Gomez-Piqueras, Pedro, Gonzalez-Villora, Sixto, Castellano, Julen, & Teoldo, Israel. (2019). Relation between the physical demands and success in professional soccer players. Journal of Human Sport and Exercise. 14(1): 1-11. doi:10.14198/jhse.2019.141.01.
54. Kostiukevych V, Lazarenko N, Konnov S. et al. Integral Assessment of the Technical and Tactical Activity of a Highly Qualified Football Team. Physical Education Theory and Methodology. 2022. 22(3s). p. 68-S76. <https://doi.org/10.17309/tmfv.2022.3s.12>
55. Liu H., Gómez M.A., Lago-Peñas C., Sampaio J. Match statistics related to winning in the group stage of 2014 Brazil FIFA World Cup. J Sport Sci. 2015. p.13

56. SERHII LEBEDIEV, BORIS BEZYSICHNY, ANDRII PERTSUKHOV, VICTOR SHALENKO, SVYATOSLAV KOVAL, TATIANA SHPANKO, VICTORIA KHUDIAKOVA, TETIANA SYDOROVA. Dynamics of morphological and functional indicators of 10–12-year-old football players involved in the children and youth sports school program. *Journal of Physical Education and Sport* ® (JPES) Vol.20 (6), Art 475, pp. 3521 - 3527, 2020. online ISSN: 2247 - 806X; p-ISSN: 2247 – 8051; ISSN - L = 2247 - 8051 © JPES
57. Lebediev, S., Zhurid, S., Koval, S. & Shalenko, V. Control of physical and technical readiness of football players at the stage of specialized basic training. *Slobozhanskyi Herald of Science and Sport*, 26(1), 14-19. doi: 10.15391/snsv.2022-1.003.
58. Melnyk, A., Skrobecki, J., Liakhova, T., Pashchenko, N. & Lebediev, S. Dynamics of change of high-speed and strengt preparedness of volleyball players under the influence of a set of exercises according to Tabata protocol. *Slobozhanskyi Herald of Science and Sport*, 26(2), 47-51. doi: 10.15391/snsv.2022-2.003
59. Memmert D. Data Analytics in Football: Positional Data Collection, Modeling, and Analysis”, *Journal of Sport Management*, 33. 2019. p. 574. doi.org/10.1123/jsm.2019-0308.
60. Pratas José Maria, Volossovitch Anna, Carita Ana Isabel. Goal scoring in elite male football: A systematic review. *Journal of Human Sport and Exercise*, no 13(1). 2018. p. 218-230. doi:10.14198/jhse.2018.131.19
61. Kassiano, Witalo, Andrade, Ana Denise, Jesus, Karla de , Lima, Antônio Barroso, Simim, Mário Antônio, Medeiros, Alexandre Igor Araripe, Assumpção, & Cláudio de Oliveira. (2019). Neuromuscular parameters and anaerobic power of U-20 futsal players. *Journal of Human Sport and Exercise*. 14(1): 207-214. doi:10.14198/jhse.2019.141.17

62. Schuth G., Carr G., Barnes C., Carling C., Bradley P.S. Positional interchanges influence the physical and technical match performance variables of elite soccer players. *Journal of Sports Sciences*, 34(24). 2016. P. 2238-2245. doi.org/10.1080/02640414.2015.1127402
63. Smpokos E., Mourikis C., Linardakis M. Seasonal physical performance of a professional team's football players in a national league and European matches. *Journal of Human Sport and Exercise*, no 13(4). 2018. P. 720-730. doi:10.14198/jhse.2018.134.01
64. Smpokos, Emmanouil, Mourikis, Christos, & Linardakis, Manolis. (2018) Seasonal physical performance of a professional team's football players in a national league and European matches. *Journal of Human Sport and Exercise*. 13(4): 720-730. doi:10.14198/jhse.2018.134.01
65. Solomon B., Oguntuase Yanlin Sun. Effects of mindfulness training and locus of control on self-efficacy of professional football players in Nigeria. *Journal of Physical Education and Sport*, Vol. 22 (issue 5), Art 140. 2022. pp. 1112 – 1119. DOI:10.7752/jpes.2022.05140
66. Paluszek Krzysztof. Stępiński Miłosz. "Trening pozycyjny w piłce nożnej". MWW Mirosław Matoga. Wrocław. 2011. 184 s.
67. Winter C., Pfeiffer M. Tactical metrics that discriminate winning, drawing and losing teams in UEFA Euro 2012. *Journal of Sport Sciences*, 34(6). 2016. P. 486-492.