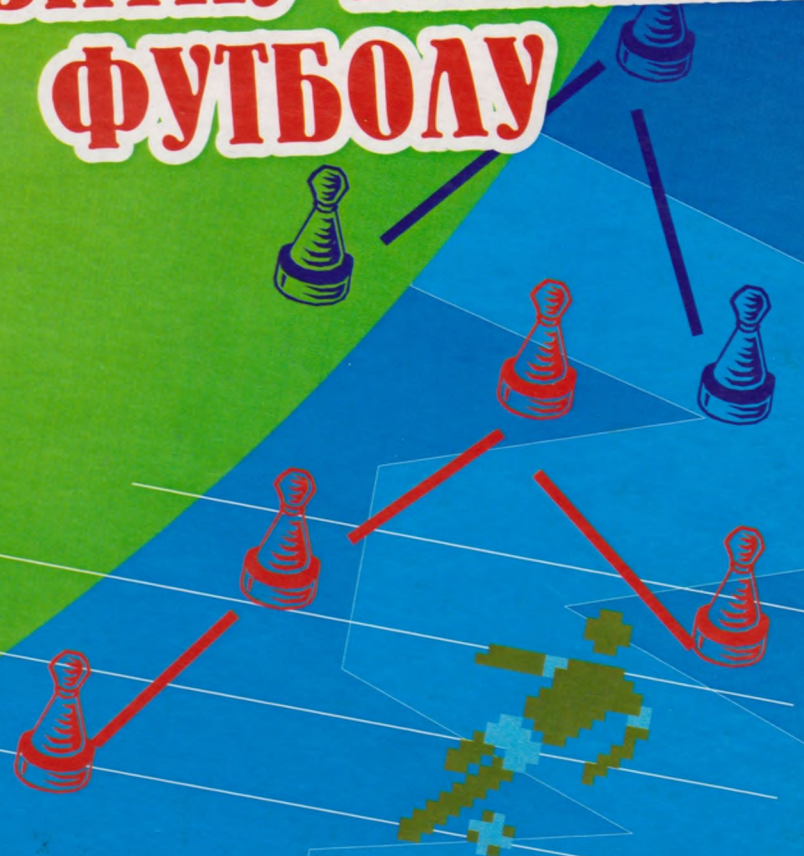


**СОЛОМОНКО В.В.,
ЛИСЕНЧУК Г.А.,
СОЛОМОНКО О.В.,
МОЛНАР М.В.**



ІСТОРИЧНІ АСПЕКТИ РОЗВИТКУ ТАКТИКИ ФУТБОЛУ



СОЛОМОНКО В.В., ЛИСЕНЧУК Г.А., СОЛОМОНКО О.В., МОЛНАР М.В.

ІСТОРИЧНІ АСПЕКТИ РОЗВИТКУ ТАКТИКИ ФУТБОЛУ

(НАВЧАЛЬНИЙ ПОСІБНИК)

*Рекомендовано Міністерством освіти і науки України
як навчальний посібник для студентів
вищих навчальних закладів фізичного виховання і спорту.*

ВАТ «Патент»

2010

УДК 796.332.012.5

ББК 75.578

I 90

*Рекомендовано Міністерством освіти і науки України
як навчальний посібник для студентів вищих навчальних закладів
фізичного виховання і спорту.
(протокол № 141 від 26.08.2009 р.)*

В навчальному посібнику викладено етапи перебігу історії тактики футболу та характерні особливості її впливу на тенденції створення нових тактичних систем гри, що вимагало внесення кардинальних змін у підходах до методики підготовки футболістів, здатних професійно виконувати свої функції на різних ігрових позиціях.

Розглядаються також особливості тактичних дій гравців у сучасному світовому футболі та аналізується стан і прогнози подальшого розвитку українського футболу.

Навчальний посібник розрахований на фахівців, тренерів, футболістів та студентів фізкультурних навчальних закладів всіх рівнів акредитації.

Рецензенти:

Дрюков В.О., директор державного науково-дослідного інституту з фізичної культури і спорту, доктор наук з фізичного виховання і спорту, професор.

Шамардін В.М., кандидат педагогічних наук, професор, завідувач кафедри спортивних ігор Дніпропетровського державного інституту фізичної культури і спорту, керівник комплексної науково-методичної групи ФК "Дніпро" (Дніпропетровськ).

Трошкін В.М., Заслужений майстер спорту, Заслужений тренер України.

Соломонко В.В., Лисенчук Г.А., Соломонко О.В., Молнар М.В

I 90 Історичні аспекти розвитку тактики футболу: Навчальний посібник.— Ужгород: ВАТ «Патент», 2010. — 187 с.

ISBN 978-966-8760-77-8

УДК 796.332.012.5

ББК 75.578

ISBN 978-966-8760-77-8

© Соломонко В.В.,
Лисенчук Г.А.,
Соломонко О.В.,
Молнар М.В., 2010
© ВАТ "Патент", 2010

ВСТУП

За час майже 150-річного існування футбол пройшов кілька важливих ступенів свого розвитку. Кожен із них відповідним чином вплинув на розвиток окремих компонентів, які сьогодні стали основою гри.

Перехід футболістів від статичної на динамічну техніку надзвичайно активно вплинув на підвищення тактичного мислення. Зміна окремих параграфів правил гри, які гальмували подальший її розвиток, вплинула на характер розташування гравців на полі, в результаті чого створювались нові тактичні системи та сприяли підвищенню рівня функціональних та психічних можливостей організму, що вимагало від футболістів виконання рухових та техніко-тактичних дій з максимальними зусиллями.

В еволюції схем розташування гравців на полі, при всій їх зовнішній простоті, відображена складна, заплутана історія гри, її розвиток, рух думки.

В різні періоди історії розвитку футболу відповідний пріоритет надавався конкретному компоненту гри. Сьогодні вирішальним в тактиці є варіативне використання того чи іншого компоненту. Тактика – це тривалий процес, який розвивається безперервно на основі всіх інших компонентів та змін, що відбулися в розвитку футболу.

Переворот в тактиці футболу здійснили гравці, які першими в світі під час гри застосували передачу м'яча, в результаті чого футбол перетворився в командну гру.

Надзвичайно позитивно впливали на тактику гри і окремі видатні особистості – талановиті футболісти, навколо яких гуртувались всі інші гравці команди, створюючи неповторний ігровий ансамбль. До таких зірок футболу можна віднести Пеле, Марадону, Ейсебіо, Бекенбауера, Гарінчу, Рональдо та багато інших.

Вагомий внесок в розвиток тактики футболу здійснили і видатні тренери, серед яких Г.Чепмен, Раппан, Е.Еррера, З.Гербергер, Г.Шебеш та інші, які створювали і впроваджували в практику

футболу нові тактичні ідеї, чим збагачували, урізноманітнювали гру новими елементами, які приносили успіх їх національним та клубним командам в змаганнях найвищого рангу (чемпіонатах Європи, світу, іграх Ліги Чемпіонів).

В кожній системі гри точиться постійна боротьба між нападом і захистом. Жодна із них – це не шаблон і не догма. Як засвідчує практика, будь-яка система гри через деякий час старіє і вимагає відповідних змін. Ідеальної тактичної системи просто не існує. Важливими вимогами до всіх систем є індивідуальні якості гравців.

Результати наукових розробок фахівців футболу, тренерами активно впроваджувались в навчально-тренувальний процес, спрямовуючи їх на розвиток рухових та ігрових якостей, переводячи його на наукову основу. Доведено, що в процесі тренувань на стан гравця впливають також і соціальні, громадські, економічні та інші фактори, що визначають співвідношення між успіхами і невдачами.

Сьогодні надзвичайно велике значення надається морально-вольовій (психологічній) підготовці, оскільки саме ці якості і є найважливішими компонентами в підготовці футболістів.

В майбутньому, у футболі системи гри замінять вміння грати, а пріоритет буде належати команді, збалансованій в нападі і захисті, діючій достатньо варіативно, гравці якої здатні добре пересуватися як з м'ячем, так і без м'яча.

Техніка і тактика – це два неподільні компоненти футболу, оскільки тактика – це мистецтво безпомилкового виконання гравцями прийомів техніки. Якщо рівень техніки гравців не відповідає тактичним задумам, тоді це призведе до невдач не тільки окремого гравця, але і команди взагалі. Гравці, що різняться від інших високим рівнем технічної і функціональної підготовленості, здатні вирішувати найскладніші тактичні завдання.

Техніка покликана обслуговувати тактичну думку гравця і всієї команди. Без своєчасного і якісного виконання будь-якого прийому техніки неможливо перетворити в грі навіть геніальну тактичну думку гравця. В сучасній грі футболіст повинен бути здатним виконувати будь-які технічні дії, як того вимагає ігрова ситуація.

В запропонованому навчальному посібнику викладено особливості розвитку і характер змін, що відбувались в тактиці гри у футбол в різні періоди його існування.

Сьогодні футбол досягнув такого розквіту на всіх континентах світу, що виникло навіть прислів'я, яке стверджує, що “в імперії футболу сонце не заходить”.

ІСТОРИЧНІ АСПЕКТИ РОЗВИТКУ ТАКТИКИ ФУТБОЛУ

Історики різних країн світу тривалий час шукають відповіді на питання де зародилася гра у футбол. Право колиски футболу при- своєю собі багато країн. Одні доводять, що цей вид спорту зародився у Греції, Стародавньому Римі, Японії, інші, - що це відбулося ще до сучасного літочислення в Єгипті, Персеї, Китаї, або на протилежному краї світу у інків, ацтеків чи де інде. Однак питання де зародився футбол краще залишити без відповіді, оскільки історикам достовірний час і місце його зародження виявити не вдалося.

Краще розпочати із середніх віків. Найбільше відомостей про гру в м'яч дійшло до нас з Італії, Франції і особливо із Англії. Із історії Лондона, написаній Вільямом Фіцем Степена у 1175 році відомо, що вже в той час в футбол грали на вулицях міст і сіл. Ця гра вважалась своєрідною розвагою мас. Завданням учасників гри було забити м'яч у міські ворота, які захищались. В кожній із команд брало участь по кілька сот гравців. Такі ігри часто ставали причиною різних травм та приводили до знищення власності громадян міста. Деякі скептики і сьогодні твердять, що в цьому напрямку мало що змінилося. Однак футбол став дуже популярною грою, про яку драматург Шекспір писав у своїх всесвітньо відомих творах "Король Лір" та "Комедія, повна помилок".

Оскільки в той час жодних правил гри не існувало, то і кількість учасників в командах не визначалась. В кінці 18-го та на початку 19-го століття в Англії розвивається капіталізм, що сприяло появі і перших спортивних організацій. Вже на початку ХІХ століття футбол культивується в школах Англії. Тут мова йде вже не про гру без правил, яких ще не існувало. У школах, які мали просторий трав'яний майданчик, розвивалась гра руками, не обмежуючи поштовхи суперника. Гравці не штрафувались навіть за підніжки. У 1823 році гравцям дозволялось пересуватися з м'ячем бігом, чим було покладено початок розвитку сучасних правил футболу. Однак їх дотримувались тільки якщо гравцеві загрожувала травма. Перші правила гри були видані друкованим способом в Кембриджі у 1848 році, але

вони з невідомих причин не збереглись.

У 1859 році створено перший у світі футбольний клуб “Форест”. Це означає, що футбол вже переріс межі англійських шкіл. Однак в футболі існували два напрямки. Один дозволяв гру руками і ногами, а інший тільки ногами. Відсутність єдиних правил гальмувало подальший ріст якості гри і щоб подолати застій 26 жовтня 1863 року в Лондоні зібрались представники клубів та шкіл, де створили першу у світі футбольну асоціацію. Цим було закладено основу сучасного асоційованого футболу (на відміну від регбі-футболу), який поступово оволодів всім світом. Саме в такий спосіб ми дійшли до питання скільки гравців повинно грати в полі.

Одночасно з появою перших правил, які передбачали склади команд, із 11 гравців та розміри поля для гри, потягнуло за собою необхідність розташування гравців на полі відповідним чином. І якщо довіритися історичному досвіду розвитку гри у футбол, то системи гри були відомі вже у 1863 році.

Основні віхи розвитку тактики гри були такими. Сучасний футбол виник на початку ХІХ століття у 1820-1830 роках. В перших найпростіших системах гри напад мав безмежну чисельну перевагу. Рисунок 1 демонструє який вигляд мав прабатько сучасної тактичної системи. Ворота захищав один гравець, а атакувало його 14 суперників. Єдиним завданням гравців було “нанести удар по м’ячу і біжи”. Зрозуміло, що напад мав безмежну перевагу над захистом. Однак, багато м’ячів в ворота не забивалось тому, що на полі було надто багато “безладу”.

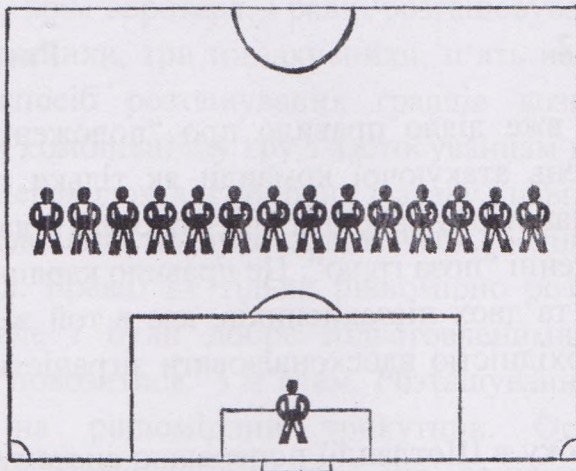


Рис. 1.

Така система повністю відповідала слабкій техніко-тактичній підготовці гравців, які не володіли навіть примітивними основами зіграності і тому суперника атакували одночасно всі гравці. На боці нападаючих була колосальна перевага, і тому вже перший досвід, набутий в таких іграх, вимагав покращення організації захисту і рівномірного розташування гравців на полі.

Переворот в тактику футболу внесли дві команди міста Глазго. Їх гравці у 1870 році вперше в історії футболу застосували передачу м'яча під час гри.

На рисунку 2 наведено, як поступово зміцнювався захист. З початку з лінії нападу в захист відтягнувся один, а згодом вже два гравці. Один із них виконував функції захисника, а другий півзахисника. Ще через деякий час лінія нападу відправила в захист ще одного гравця. Тоді розташування гравців на полі було таким: воротар, один захисник, два півзахисники та 11-ть нападаючих. Рис. 3

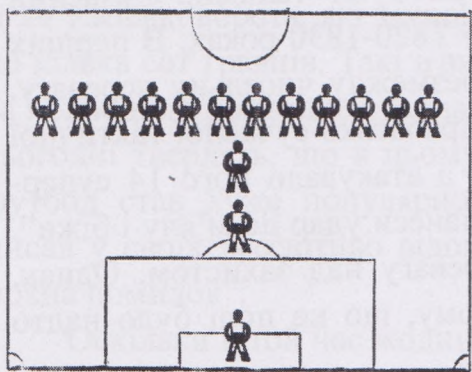


Рис. 2.

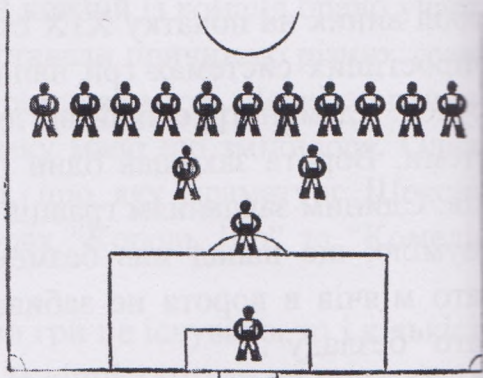


Рис. 3.

З 1862 року вже діяло правило про “положення поза грою”, згідно якого гравець атакуючої команди як тільки перетнув лінію центра поля і не мав перед собою м'яча, воротаря і двох суперників, перебував в положенні “поза грою”. Це правило кардинально змінило позиції захисника та двох півзахисників, але в той же час висунуло нові задачі за необхідністю вдосконалювати зіграність і тактику гри напад.

Десь з 1870 року в Шотландії попередню систему було змінено.

Кількість нападаючих зменшилась ще на одного гравця, за рахунок чого в захисті стало на одного гравця більше. Однак, цей крок не зменшив можливостей нападаючих (до цього часу нападаючі скопичувались перед воротами суперника).

Як тільки склад команди скоротився до 11-ти гравців, - команди почали грати з воротарем, двома захисниками, двома півзахисниками та шістьма нападаючими (Рис.4). Однак, між нападом і захистом рівновага і надалі не наступила. Мудрі голови у 1885 році на допомогу лінії захисту відтягнули з нападу ще одного нападаючого. Так виникла класична, або її ще називали фахівці “пірамідальна” система, яка проіснувала майже п’ятдесят років (Рис.5).

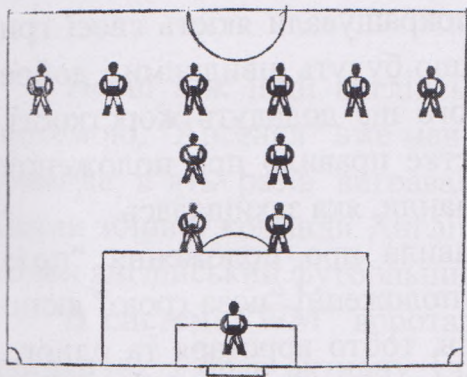


Рис. 4.

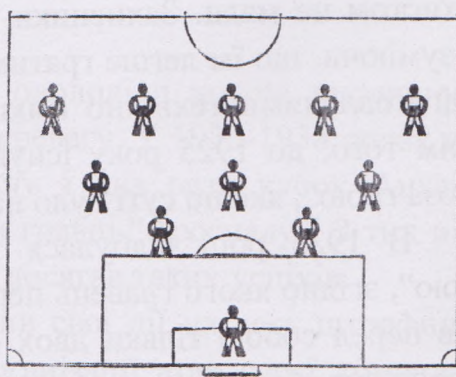


Рис. 5.

Її створили ті ж самі шотландці. Класична система гри створювалась на принципі рівноваги атакуючої (5 гравців) і захисної (5 гравців) ліній, крім воротаря. Гравці розташовувались на полі так: воротар, два захисники, три півзахисники, п’ять нападаючих. Такий пірамідальний спосіб розташування гравців дозволив досконало використовувати комбінаційну гру з застосуванням коротких передач в трикутнику, з переходом від оборони в атаку і навпаки.

На думку фахівців це були золоті часи, оскільки тоді грали в красивий футбол. Гравці не тільки рівномірно розташовувались по всьому полю, але і були добре підготовленими технічно, мали достатньо часу “повозитися” з м’ячем. Розташування гравців на полі було схожим на рівномірний трикутник. Основною зброєю футболістів була комбінаційна гра. Всі вони високоякісно і з

задоволенням користувались прийомами техніки в статистиці. В той час головним гаслом футболу було те, що швидко пересуватися по полю повинен не гравець, а м'яч. Розташування гравців і надалі залишалось нерівномірним. Наприклад, центральний захисник контролював надто великий простір. Багато пересувалися і крайні півзахисники прикриваючи крайніх нападаючих суперника, і в той же час активно підключались до атак. Захисники, навпаки, практикували у грі "зонний принцип" і діяли спокійно. Очікували нападаючих і відбирали у них м'яч. Ігри були достатньо результативними, оскільки удари по воротах наносились практично без перешкод.

Однак і в тій системі відбувається безперервна боротьба між захистом і нападом. Тут нападаючі все ж таки повної переваги над захистом не мали. Захисники швидко покращували якість своєї гри розуміючи, що їм легше гратиметься, якщо будуть швидкими і добре підготовленими технічно і якщо до цього ще додадуть жорсткості. Крім того, до 1925 року існувало жорстке правило про положення "поза грою", яке по суті було на боці команди, яка захищалась.

В 1925 році відбулася зміна правила про положення "поза грою", згідно якого гравець перебував в положенні "поза грою" якщо мав перед собою тільки двох суперників, тобто воротаря та одного гравця суперника.

Будь-яка система гри через деякий час стає застарілою. Зміна правила про положення "поза грою" зробило гру більш швидкою і знову створило перевагу нападаючих над захисниками. Менеджер Лондонського "Арсеналу" Герберт Чепмен дійшов висновку, якщо його команда хоче бути кращою в Англії, тоді їй вже недостатньо класичної пірамідальної системи гри, чим перевернув увесь футбольний світ.

Чепмен у 1927 році відтягнув назад, поміж двох захисників центрального півзахисника, оскільки ті перебували далеко один від одного, розтягнувшись в ширину поля. Теж саме зробив і з півсередніми нападаючими. Відтягнув їх дещо назад, на допомогу півзахисникам. Так було створено систему трьох захисників, яка одержала назву "Дубль-ве-ем" ("WM"), основою якої став квадрат (Рис.6).

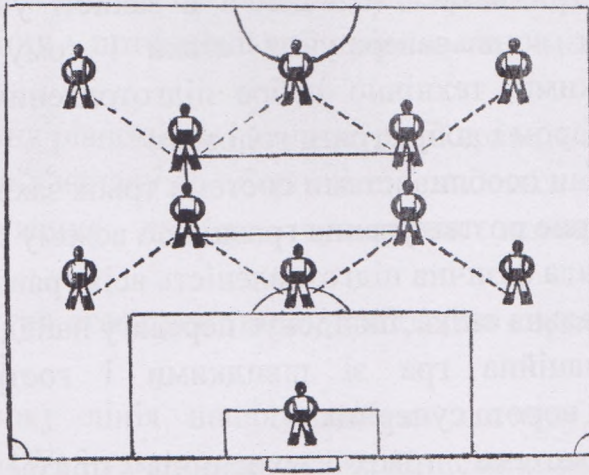


Рис. 6.

Перш ніж інші англійські клуби оволоділи новою тактичною системою, “Арсенал” вже мав значну перевагу. У 1930-1938 роках ця команда п’ять разів виграла першість і два рази кубок Англії. Кістяк збірної команди Англії складали гравці “Арсеналу”. З тих пір жоден англійський футбольний клуб не досягав таких успіхів.

В системі “WM” воротар розширив свої дії на весь штрафний майданчик і брав активну участь в організації атак своєї команди. Тричленний захист (два крайніх та центральний захисники) персонально прикривають трьох висунутих вперед нападаючих суперника (двох крайніх та центрального нападаючого). Їх завданням було унеможливити загрозу власним воротам і якнайшвидше створювати і проводити контратаки.

Два півзахисники виконують головним чином захисні функції, прикривають двох півсередніх нападаючих суперника, але не забувають і про атаки, в яких бере участь один із них, а другий підстраховує його.

Два півсередні нападаючі створюють третю лінію з переважанням атакуючих задач. Вони здійснюють зв’язок між захистом і нападом, підготовлюють позиції для нанесення завершальних ударів по воротах. У взаємодії з півзахисниками створюють так званий “магічний квадрат”, що є тактичним ходом по оволодінню простором в центрі поля.

Три висунутих вперед нападаючі в захисті участі не беруть взагалі, оскільки вони завершують атаки і тому повинні бути достатньо швидкими, технічно добре підготовленими, з хорошим завершальним ударом і добре грати головою.

Характерними особливостями системи трьох захисників є:

1. Рівномірне розташування гравців по всьому полю.
2. Досконала фізична підготовленість всіх гравців.
3. Персональна опіка ліквідує перевагу нападаючих.
4. Комбінаційна гра зі швидкими і гострими атаками.

спрямованими на ворота суперника.

Тактична система трьох захисників призвела до втрати комбінаційної гри і малої ефективності, але з відповідною простотою дій. Велись пошуки нових шляхів, які би сприяли створенню переваги нападу над захистом. В цьому напрямку нападаючі намагались зруйнувати захист суперника, або хоча би позбавитися від персональної опіки.

Використовувались різні форми нападу. Зокрема:

- напад з відтягнутим центральним нападаючим;
- напад з відтягнутими назад крайніми нападаючими;
- з висунутими вперед півсередніми нападниками.

На зміну цим способам гри прийшла зміна місцями між гравцями, що суттєво вплинуло на гру захисників в рамках системи трьох захисників. Такий спосіб ведення гри змусив захисників застосовувати персональну опіку по всьому полю, а в подальшому виник так званий комбінований захист з персональною опікою в районі штрафного майданчика.

Боротьба між нападаючими і захисниками стала головним поштовхом у розвитку систем гри. Як тільки кількість гравців між нападом і захистом вирівнювалась, - закінчувався відповідний етап розвитку футболу.

Рівновага між нападом і захистом зберігається і сьогодні, але боротьба між цими двома структурами і є рушійною силою в подальшому розвитку футболу. Як тільки обидві фази гри вирівнюються, - настає період якісних змін в середині самих фаз гри (захисної та атакуючої). Така закономірність є вирішальним фактором, оскільки саме в таких умовах створюються характерні

особливості прогресивних систем гри, особливими рисами яких є:

- збереження потенціальної рівноваги між захистом та нападом;
- здійснення рівномірної концентрації гравців по всьому полю;
- перехід від нападу до оборони здійснюється плавно;
- пристосування до гри суперника повинно відбуватися гнучко;
- система гри стає простішою, щоб легше користуватися нею на практиці.

З 1930 року лінія нападу набула вигляду, яка нагадувала літеру дубль ве (W) і таким чином вже кінцево визначилась система, яка одержала назву “WM” (дубль-ве-ем).

Система “Дубль-ве-ем” (WM) була швидко розповсюджена по всій Європі. Тут гравці рівномірно розташовувались по ширині і глибині поля, ніж це було в класичній системі. Гравці розташовувались на полі в чотири лінії, а в старій системі тільки в три, що висунуло високі вимоги до їх швидкості, витривалості та агресивності. В системі “Дубль-ве-ем” (WM) гра велась гравець проти гравця, тобто використовувалось персональне прикривання, де, як правило, перемагав кращий. Крім того, захист одержав перевагу над нападом.

Однак система “Дубль-ве-ем” (WM) не спасла ситуацію. Ще багато років діючою залишалась класична система. Англійці продовжували дотримуватися старих систем гри і практично ізолювали себе від прогресивних систем, і якщо і заїжджали на континент не надавали цьому значення. Вони в домашніх зустрічах легко перемагали всіх суперників.

Європейські футболісти успішно імпровізували в іграх проти англійців, особливо в моменти, коли вони цього взагалі не очікували.

Перехід на систему “Дубль-ве-ем” (WM) відбувався достатньо складно. Захисників вагою 100кг намагались зробити швидкими, рухливими гравцями і атлетами, які за короткий час будуть добре бігати, стрибати, а про оригінальність і техніку забули.

У 1950 роках в Угорщині відомою була команда “Гонвед” на чолі з тренером Густавом Шебешем. Він наважився змінити систему “Дубль-ве-ем” (WM). Одного із півзахисників (Закаріаша) відтягнув

назад, який зайняв позицію між центральними захисниками Лорантом та Лантошем, а до атакуючого півзахисника Божика додав центрального нападаючого Гідекуті. Лінію нападу створили Будіш, Кочіш, Пушкеш, Цібор.

Це ще не була досконала система 1+4+2+4. Захист не встигав виступити технічним нападом, але це вже була перша спроба в революції футболу. Угорці до того ще придали грі нових рис, використовували різні різані передачі та удари, англійський довгий пас, “чеську вуличку” та добру гру головою. Вони заповнили все футбольне поле активними діями. На той час система “WM” вже нагадувала помираючого старця.

Бразильці настільки відшліфували цю систему, що без ускладнень здобули титул чемпіонів світу у Швеції та Чилі. Як і угорці, вони у складі команди мали високу технічну та індивідуальність і тому футбол у їх виконанні став екстракласним.

Основні напрямки тактичної системи 1+4+2+4 полягають в тому, що гравці розташовані в три лінії: захисну, конструктивну та атакуючу. Однак, по довжині поля на гравців покладаються виключно високі вимоги до фізичної, технічної і тактичної підготовленості. Стрижневими гравцями є два центральні захисники (Рис.7).

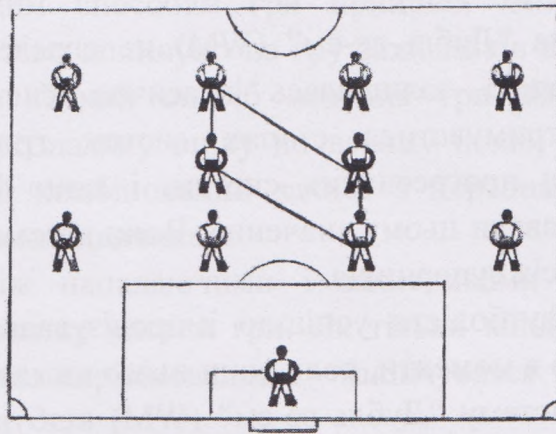


Рис. 7.

Ця система дає можливість використовувати багато різноманітних варіантів, які суттєво не впливають на її зміну. Однак, як угорці, так і бразильці в системі 1+4+2+4 не переслідували захисних цілей. Навпаки, їх гра збагатилася, піднялася на високий рівень.

світовий футбол. Система 1+4+2+4 була тільки зачіпкою для системи 1+4+3+3, а в подальшому звичайно підсилила гру в захисті. Так виникли захисні варіанти тактичних систем.

Два центральних захисники, два півзахисники, два центральних нападаючих створюють своєрідний стрижень із шести зв'язаних між собою гравців, а рух вперед і назад двох крайніх нападаючих дозволяє без особливих витрат енергії підсилювати як захист, так і напад. Таке розташування гравців дозволяє зберігати ідеальну рівновагу на полі.

У 1960 році вперше застосовано тактичну систему "Катеначіо", автором якої був тренер команди "Інтернаціонале" (Італія) Еленіо Еррера.

Головною ідеєю "Катеначіо" було посилення безпеки воротарського майданчика і зведення до нуля випадковості, що часто вирішувало результат гри при зустрічах команд рівноцінного класу.

Зовнішніх змін в порівнянні з системою 1+4+2+4 не так вже і багато.

Один захисник займав місце перед воротарем, тобто всі чотири захисники діють персонально, а п'ятий "Ліберо" їх підстраховує.

В такому розташуванні гравців ініціатива віддається супернику, але в той же час полегшує організацію проведення швидких, гострих контратак, що і є суттю "Катеначіо".

Ця система була прийнята на озброєння багатьма командами Європи.

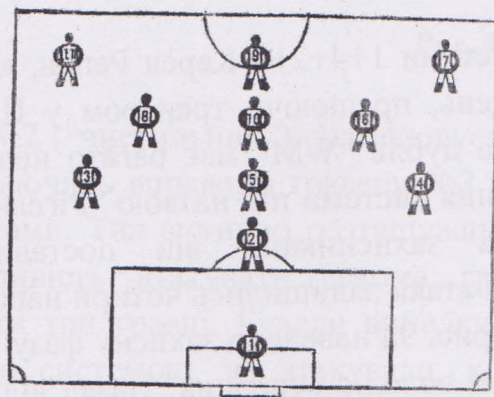


Рис. 8.

На зміну системи 1+4+2+4 у 1965 році приходять нові, які в чи-

сельному виразі значиться як 1+4+3+3 (воротар, чотири захисники, три нападаючі другої лінії та три нападаючі першої лінії. (Рис.8).

Процес універсализації гравців поглиблювався. Нападаючі обох ліній безболісно заміняли один одного і в той же час в будь-який момент могли відходити назад, щоб брати участь в обороні.

Нападаючим, що діяли на флангах, стає все складніше боротися з захисниками один на один, які не поступаються їм ні в техніці, ні в швидкості. Прориватися вздовж бічної лінії стало майже неможливо, оскільки простір для маневру став обмеженим. Саме тоді крайні нападаючі і почали відходити назад, щоб здійснити маневр з глибини, де можна прийняти м'яч без перешкод з боку суперника. В оголених фланги і вриваються крайні захисники, здійснюючи небезпечні атаки на ворота суперника.

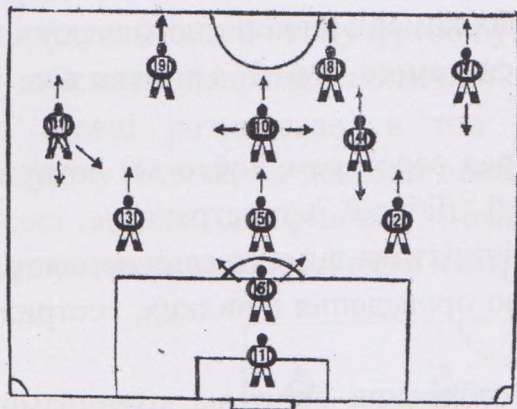


Рис. 9.

Ще до появи системи 1+4+2+4 Карел Рапан, колишній гравець команди "Рapid" Відень, працюючи тренером у Швейцарії дійшов висновку, що система дубль "WM" має багато недоліків, що став підставою для створення системи під назвою "Рігель" ("замок"). Між воротарем і трьома захисниками він поставив так званого "чистильника". В лінії атаки залишились чотири нападаючі, а за ними два півзахисники. На рис. 9а наведено захисну фазу системи "Рігель" в момент, коли м'ячем володіє суперник. Назад відходять не тільки "чистильник" і три захисники, а й півзахисники. Вони сконцентровані перед лінією штрафного майданчика, де створюють захисний вал, а чотири нападаючі в центрі поля атакують

На базі тактичної системи 1+4+3+3 у 1968 році виник різновид 1+4+4+2. Згідно тактичного розташування гравців в атаку беруть участь вісім гравців (крайні захисники включно), а в оборону вісім гравців (крайні захисники включно). Зрозуміло, щоб так діяти протягом гри необхідно мати високий рівень фізичної підготовленості (Рис.9).

своїх суперників з максимальною активністю. Про захист в ці моменти думають всі одинадцять гравців. В захисті створюється перевага, якої раніше не спостерігалось. Як правило, в захисті завжди є один вільний гравець, який безпосередньо підстраховує свого партнера, який бореться за м'яч і в будь-який момент готовий вступити в боротьбу, як тільки партнер опиниться обіграним. Така робота вимагає високого рівня фізичної підготовленості всієї команди і бажання гравців мислити зовсім інакше, ніж раніше. Раппан не скриває, що його система розрахована для слабких команд. Адже швейцарці спочатку були неприємною командою для всіх.

Однак, проти такого захисту з'явилася відповідна протидія, не йти в гущу гравців перед воротами, а півзахисники почали наносити удари по воротах з далеких відстаней і "замок" (защипка) розлітався.

Раппан обдумував і іншу атакуючу фазу своєї системи, яку наведено на рис. 9б з дещо інакшим розташуванням гравців.

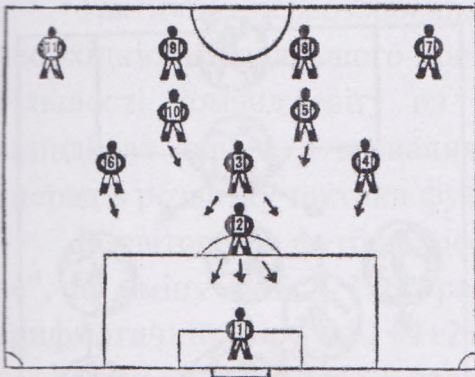


Рис. 9а.

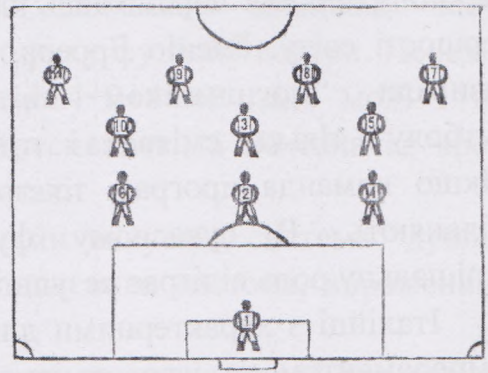


Рис. 9б.

Гравець під №2 ("чистильник") розташовується за гравцями під №3 і №5, пересуваючись вправо, а гравець №3 займає позицію між двома півзахисниками. Так виникло розташування гравців 1+3+3+4, яке давало можливість атакувати сімома гравцями. В захисті залишаються тільки три гравці. Бували випадки, коли команди, які грали за подібною системою, не атакували, хоча можливість для швидкої контратаки тут існувала.

Угорці, бразилійці почали домінувати у футбольному світі. Глядачі вважали, що до футболу повернулась радість. Так, дійсно був

час, коли футболісти грали переважно для втіхи. Однак тренери сучасних професіоналів цікавить перш за все результат. Раптом зрозумів, що одного центрального захисника вже не вистачає. Угорці та бразилійці відтягнули назад одного із півзахисників, щоб не пропускати багато голів. Одночасно вони вважали, що виграє той, хто більше забиває.

Еленіо Еррера, який одержував найвищий заробіток в світі, думав зовсім інакше. Він тренував французькі, а потім іспанські клуби, зокрема "Атлетико" Мадрид, "Малагу" Малага, "Севілья" Севілья, яка у 1956-57 році посіла друге місце у Чемпіонаті Іспанії. З часу початку розіграшу кубка Європейських чемпіонів кар'єра Еленіо Еррери неухильно піднімалась вгору. ФК "Барселона" Барселона (Іспанія) – дворазовий переможець цього кубка, "Інтернаціонале" Мілан (Італія) – кількаразовий чемпіон Італії, переможець Кубка Чемпіонів країн Європи і перший переможець клубної першості світу. Еленіо Еррера, якого називали "могилянником світового футболу" тільки сміявся і говорив: "Якщо команда програє, то тренера звільняють. В сучасному футболі вирішальну роль відіграє результат!".

Італійці з характерними для них темпераментом та ігровою технікою створили раціональний футбол. Вже з'явився не тільки "чистильник" (ліберо), а виник ще й непробивний захист під назвою "Катеначчіо" (Рис.9в).

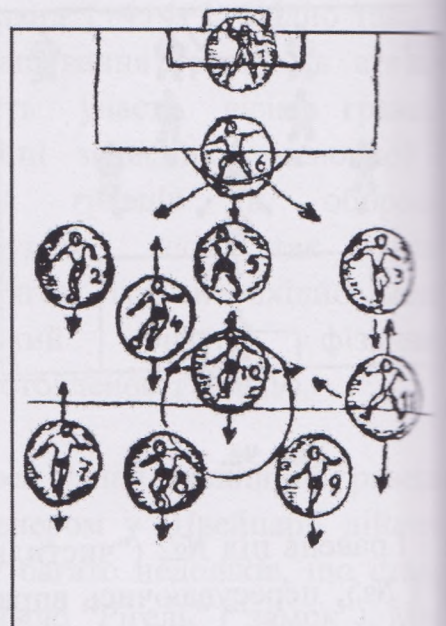


Рис. 9в.

Схематично ця система має такий цифровий вираз 1+1+3+3+3 з п'ятичленною кількістю гравців по довжині поля. Часто в напад залишався один гравець, а дев'ятеро з воротарем захищались.

В італійській лізі тільки окремим видатним гравцям вдавалося подолати скупчення гравців в захисті. Вважалося, що мет

досягнуто, якщо гра закінчувалась з рахунком 0:0, або перемогою з рахунком 1:0.

Під керівництвом Еленіо Еррери команда “Інтернаціонале” Мілан (Італія) досягла значних успіхів на міжнародній арені, але гра італійських футболістів в той же час погіршувалась. Погляньте на розташування гравців “Інтера” і переконаєтесь, що переважаюча більшість гравців є в захисті. Футболісти одержували великі грошові гонорари і тому ніхто не ризикував (Vladimir Cermak, Jozef Pondelik, “Gol”, 1970).

Тактичну систему 1+4+2+4, її позитивні якості у виконанні провідних команд світу аналізують видатні тренери збірних національних команд, зокрема Г.Качалін (СРСР), Й.Венглош (Чехословаччина), Ф.Буфка (“Банік” Острава, Чехословаччина) та інші.

Ось як характеризує та аналізує тактичну систему 1+4+2+4 тренер збірної команди СРСР Г.Качалін.

Тактичне переозброєння команд викликано вимогами часу, необхідністю подальшого поступового руху футболу вперед. Перехід більшості команд світу на систему 1+4+2+4 не дань моді і не випадкове явище, а визнання її прогресивності, а це означає крок вперед в розвитку тактики футболу взагалі.

В світовому футболі десятиріччями панувала система “дубль-ве”, на зміну якій у 1962 році прийшла нова система, виражена в арифметичній формулі 1+4+2+4.

Однак, як засвідчує практика, команди важко перебудовуються на нову систему. Причиною такого явища була відсутність літератури, яка розкривала би переваги і тактику гри за системою 1+4+2+4 і особливо питань тактики, де існує багато протиріч і суб’єктивних сумнівів.

В чому полягає основна відмінність між системами 1+4+2+4 та “WM”.

При схематичному розгляді системи “WM” кидається в очі розташування футболістів на полі, їх ліній: воротар, три захисники, два півзахисники та п’ять нападаючих, розташованих вздовж поля і представлених двома лініями – двома півсередніми (2-й ешелон), двома крайніми і одним центральним нападаючим, які складають авангард команди. Вся команда мов би розтягнута вздовж поля. Між

гравцями помітні багаточисельні тактичні зв'язки в ланках та лініях на дистанції довгої, середньої та короткої передачі м'яча. Між лініями – зв'язки тісні, близькі.

Тактичною основою системи є так званий “магічний квадрат”, який утворюють два півзахисники та два півсередніх нападаючих, розташованих між захистом і лінією нападу.

Вони забезпечують не тільки зв'язки між захистом і першою лінією атакуючих, але і своїми активними діями підсилюють атакуючу або захисну силу команди. Вони господарювали в середині поля і командували грою.

Інша картина вимальовувалась при розгляді системи 1+4+2+4. Тут є тільки чотири лінії гравців – воротар, захисники, півзахисники, нападаючі. Зникла проміжкові ланка в нападі – півсередні, зник “магічний квадрат”. В лініях захисту і нападу стало по чотири гравці, а зв'язуючою ланкою між ними є два півзахисники.

Змінились і зв'язки між лініями. Гравці стали широко діяти і тому на полі стало вільніше, навколо кожного гравця виник оперативний простір для маневру в будь-якому напрямку. На флангах між крайніми захисниками і нападаючими виникли пустоти, що сприяло суттєвому збільшенню маневреності вздовж поля.

Тактичною основою команди стали два центральні захисники і два центральні нападаючі, які значно підсилили атакуючу і захисну міць команди на головних напрямках атаки та оборони у вирішальних фазах гри. Фланги стали служити підтримкою основним силам команди.

Зі зміною розташування гравців і ведення гри в тій чи іншій мірі змінились як тактичні задачі, так і функції гравців.

Підвищились вимоги до всіх компонентів підготовки гравців. Це стало особливо помітним в фізичній і технічній підготовці, де від гравців вимагався високий рівень швидкісних якостей і витривалості, значний арсенал технічних прийомів підвищеної якості. Ця вимога обумовлена необхідністю закрити збільшені зони футбольного поля більшістю гравців і підтримувати зв'язки між собою за допомогою середніх передач м'яча.

Основні тактичні принципи ведення гри в межах викладеної системи майже не відрізняється від існуючих в інших системах.

Принцип атакувати всією командою залишається незмінним і при системі 1+4+2+4. Його здійснення на полі звичайно не означає, що на всіх стадіях атаки гравці беруть активну участь і діють вразом. Тактика навалу в більшості випадках користі не приносить, не веде до взяття воріт (голу). Атакувати всією командою означає, що в атаках беруть участь всі гравці, але на різних стадіях їх участь різна. Коли м'яч знаходиться в лінії нападу, найбільш активно діють нападаючі, півзахисники підтримують атаку з глибини і в будь-який момент готові прийти їм на допомогу, а при сприятливих обставинах прийняти безпосередню участь в атакуючих діях. Під час атаки і захисники не залишаються бездіяльними біля власних воріт, а пересуваються за нападаючими на дистанції довгої передачі, підтримуючи атакуючих.

Якщо м'ячем володіє один із півзахисників, то нападаючі маневрують намагаючись вийти на активні позиції, щоб у випадку одержання м'яча могли більш ефективно продовжити атаку. В цей час захисники є найближчою активною підтримкою, а в разі необхідності, або під час виниклої можливості готові включитися в атаку і активними діями розв'язати тактичне завдання.

Якщо м'яч знаходиться у одного із захисників або воротаря, то інші гравці займають позиції, які дають їм можливість не тільки одержати м'яч без особливого опору з боку суперника, а і для подальшого ефективного продовження атаки.

Сенс принципу атаки широким фронтом полягає в збереженні ширини атаки. Якщо гравці, які атакують знаходяться в центральній частині поля, то ширина розташування простирається від одного до другого флангу атаки, тобто крайні нападники займають свої вихідні позиції для атаки або контратаки у бічної лінії поля. По мірі просування атакуючих до воріт суперника їх фронт атаки звужується за рахунок просування до воріт по діагоналі. Підтримка нападаючих ведеться відносно широким фронтом як з боку півзахисників, так і захисників.

Якщо б атака розвивалась, то для збереження бойових порядків гравці розташовуються в лініях так, як зображено на схемі 1+4+2+4, тобто якщо нападаючі атакували би прямою лінією, то ефект від таких атак був би незначним. При такому розташуванні і діях гравців

можливості маневрування по фронту у кожного нападаючого було би обмеженим, а комбінаційні дії всієї команди скоротяться, оборона команди, яка захищається, різко підсилиться позиційно. У нападаючих тоді була би обмежена кількість ходів, що полегшило б завдання захисту суперника.

Шахова побудова рядів атакуючої команди у вигляді ламаної лінії в нападі підвищує комбінаційні можливості гравців.

Маневри в процесі атаки не повинні викликати різкого порушення тактичних зв'язків гравців в ланках та лініях і на деяких ділянках поля створювати скупченість, дублювання гравців або непотрібні пустоти на полі.

Порушенню рівноваги сил протидіючих команд під час проведення атаки надається особливе значення. При рівності сил протидіючих груп гравців двох команд, нападникам важко розвивати атаку, оскільки в будь-якій ланці проти кожного гравця атаки діє гравець команди, яка обороняється.

Саме тому команда, яка атакує, намагається використати всі засоби і методи, щоб змінити цю рівність на свою користь. З цією метою гравці команди, яка атакує, витрачають багато сил, щоб відкритися на вільне місце і залишити за спиною свого опікуна, широко застосовувати обведення, проводити ігрові та стандартні комбінації, неочікувано підключати сили із глибини своєї оборони і т.д.

Як тільки в обороні команди, яка захищається, створена чисельна перевага атакуючих, темп гри значно зростає. До цього і прагне команда, яка атакує оскільки темповий розвиток атаки не завжди дає можливість супернику відновити втрачену рівновагу сил в обороні. Під час розвитку атаки команда всіма способами намагається покращити якісну перевагу над суперником.

Будь-яка зміна чисельності на користь атакуючих може подолати захист оборони суперника і створити сприятливі передумови для успішного завершення атаки.

Ламана лінія в побудові нападу на вихідних позиціях і в ході атаки створює сприятливі передумови для ефективного маневрування по ширині поля для зміни місця гравцями. Маневрувати і змінювати місця можуть обидва центральних нападники. Їх маневри по ширині поля можуть простиратися від одного до другого флангу

атаки. Однак центральні нападаючі віддають перевагу маневруванню тільки в межах своїх ігрових зон до центру поля, щоб не порушувати тактичні зв'язки в ланках команди, витрачаючи сили на чорнову роботу і не заважаючи фланговим гравцям діяти індивідуально. Діючи в такому плані центральні нападаючі зберігають запас сил. Маневри по ширині поля крайніх нападаючих можливі, за умови безпеки власних воріт і не повинні призводити до скупченості гравців на окремих ділянках поля та звуженню ширини атаки.

Але наскільки такі маневри і зміна місць доцільні, а головне в якому обсязі можуть бути застосовані командою, необхідно вирішувати в залежності від ряду чинників, а саме складу гравців, їх підготовки, суперника і т.д.

Важливим методом протидії супернику є темп ігрових дій. Вміння команди змінювати темп під час гри характеризує її як команду високого класу. Високий темп гри не завжди може дати позитивний ефект, оскільки суперник може пристосуватися до нього. Крім того, іноді ігрова ситуація на полі складається так, що зміна, зниження або підвищення темпу стає необхідністю. Наприклад, на полі склалась ситуація, коли для темпового розвитку атаки немає умов або достатніх сил, або в обороні суперника є велика кількість гравців. В таких умовах зниження темпу гри у вигляді колективного утримання м'яча дозволяє атакуючій команді виграти час, вивести на вихідні позиції для швидкого розвитку атаки необхідні сили, або витягнути з оборони частину сил суперника і завдяки тому зробити її більш вразливою та прохідною.

Можливе й таке, що високий темп не під силу команді яка обороняється. В таких випадках зниження темпу гри дозволить гравцям дещо відпочити, збити суперника з високого темпу гри. Високий темп гри повинен зберігатися в завершальній стадії атаки, де будь-який уповільнений рух нападників тільки зміцнює оборону суперника, дає йому можливість згрупуватися у загрозливій, небезпечній зоні, впевненіше орієнтуватися і т.д. Таким чином, зміна темпу гри, темпова аритмія дає можливість футболістам економно витрачати сили, а супернику пристосуватися до гри та створює умови для зміни ігрової ситуації.

Гра низом (по землі) завжди була більш ефективною, ніж гра по

повітря. Гравцеві простіше виконувати дії з м'ячем на землі. Тоді він може користуватися обома ногами і більшим числом технічних прийомів, вільніше орієнтуватися в ігровій ситуації на полі. Під час гри низом (по землі) зменшується технічний брак при зупинках м'яча, веденні, ударах, простіше застосовувати фінти, проводити ігрові комбінації, підтримувати необхідний темп гри, полегшуються дії гравців в завершальній стадії атаки, виникає більше можливостей досягнення результату, тобто забити гол.

Хто володіє м'ячем, той атакує. Без м'яча атаки бути не може, оскільки команда, яка втратила м'яч тільки захищається, веде боротьбу за оволодіння м'ячем з метою організації атаки або контратаки. Без атаки не можливо здобути перемоги.

Відібрати м'яч у суперника — це ще не все, його ще треба зберегти в себе, довести його до воріт суперника і нанести удар. Для цього необхідно грати адресовано, тобто спрямувати м'яч гравцеві в зону, де партнер зміг би зберегти його або мати більше шансів оволодіти ним в боротьбі, і одночасно позитивно вирішувати біжуче тактичне завдання.

Особливо важко зберегти цей принцип гравцям захисних ліній, завданням яких є не тільки зруйнувати організовану суперником атаку, але і тут же бути організаторами контратак своєї команди.

Метою атаки є забити м'яч у ворота суперника, але довести м'яч до його воріт досить складно. Тому м'яч слід зберігати, не наносити удари по воротах, якщо вони є сумнівними, а реальної можливості досягти успіху немає. Удари по воротах під гострими кутами та з далеких відстаней з непередбачених позицій, якщо не забезпечується сила і точність, найчастіше є непридатними засобами вирішення ігрової ситуації. Але бувають випадки, що і удари з дальніх позицій і під гострим кутом призводять до бажаного результату, але вони належать як правило до випадкових явищ.

І в атаці і в захисті команда повинна дотримуватись основних тактичних принципів ведення гри. Основним принципом гри в обороні є захист всією командою. Однак це не означає, що під час захисту всі гравці беруть в ньому активну участь. В завершальній стадії гравці повинні перебувати в районі власного штрафного майданчика. Як і під час атаки активність гравців в захисті

визначається місцем знаходження м'яча на полі. Якщо м'яч знаходиться у воріт суперника, а контратака розпочинається з глибини його оборони, тоді в цей момент найбільш активно діють нападаючі, які борються за м'яч і не дають супернику можливості успішно розвивати атаку. Півзахисники та захисники прикривають своїх підопічних або зони, куди може бути спрямований м'яч і бути готовими перервати атаку або загальмувати її розвиток. Якщо м'яч опинився в глибині оборони команди, яка захищається, то нападаючі ведуть пасивну оборону, уважно слідкують за неочікуваними підключеннями своїх підопічних в атаку, або відходять на позиції, з яких зручно розпочати контратаку. В цій стадії захисту активно діють півзахисники, захисники і воротар.

Необхідно намагатися, щоб кількості атакуючих гравців завжди протистояли рівні сили захисту.

Своєчасні правильні страхування в захисті — запорука її міцності. Позиція страхуючого повинна бути такою, щоб завжди можна було своєчасно виправити помилку партнера. Таку позицію слід шукати за спиною страхуючого партнера ближче до своїх воріт. При взаємостраховці положення, які повинні суворо зберігатися, особливо в завершальній стадії оборони, від гравців вимагається підвищена увага і своєчасна реакція на ситуацію, що змінилася.

Страховка і взаємостраховка є законом для команди будь-якого рівня підготовки та класу гри.

Виходи воротаря із воріт в сучасному футболі — незвичайне явище. Однак, щоб послабити загрозу під час можливого прорахунку воротаря, партнери мають зайняти позицію, яка дозволила би виправити помилку, допущену воротарем.

Основні тактичні принципи можуть бути змінені, а кількість їх скорочена або збільшена. Виходячи із своїх можливостей команда розробляє для себе основні тактичні прийоми ведення гри. Вони є різними, як і різні за класом гри самі команди.

Діючи в рамках основних тактичних принципів ведення гри футболісти досягають високого взаєморозуміння в колективному вирішенні тактичних завдань, що безперервно виникають під час гри.

Основні тактичні принципи ведення гри організовують дії

гравців, підвищують рівень організованості і взаєморозуміння між ними, сприяють успішному розвитку атак і зміцненню захисту. В них можна вносити зміни, поправки, які знайдуть свій відбиток в конкретному плані на гру. Однак головні із них залишаються незмінними.

В атаці, зазвичай, розрізняють три стадії: організація, розвиток і завершення. Організація атаки починається в момент, коли м'яч від суперника відібрано, або він покинув межі поля і команда одержала можливість розпочати атаку, без просування вперед.

Розвиток атаки — це стадія, коли гравці і м'яч долають простір, що відділяє їх від воріт суперника. Це може знаходити своє відображення в індивідуальних зусиллях гравця у вигляді ведення м'яча при підтримці партнерів, або в доланні опору суперника і простору, колективними зусиллями гравців з проведенням серії ігрових комбінацій. Атака не завжди проходить всі стадії.

Після зриву атаки і початку суперником контратаки нападаючі команди, яка атакувала починають плановий відхід на вихідні позиції, якщо немає необхідності вести активний захист. Першими відходять крайні нападаючі і швидше той із двох, по флангу якого розвивається атака суперника. І чим швидше відбувається її розвиток, тим швидше відходить назад крайній нападник. Це пояснюється кількома причинами. По-перше, нападник не хоче втратити зв'язки з обороною на своєму фланзі і готовим буде одержати від партнера м'яч. По-друге, зберігає ламану лінію в ланці. По-третє, відходячи швидше ніж його партнер (центральний нападаючий), змушує свого опікуна (захисника) задуматись чи йти за ним, або залишатися в зоні для страховки партнера.

Центральні нападаючі відходять на вихідні позиції дещо пізніше, ніж крайні, нападаючі. Такі дії двох центральних нападаючих сковують захисні сили суперника не тільки в центрі, а і на флангах, оскільки крайні захисники остерігаються своїх підопічних. Крім того, уповільнений відхід зберігає сили парі гравців для енергійних дій в нападі.

Якщо суперник закінчив атаку, крайні нападники команди яка захищалася, займають вихідну позицію в районі центральної лінії поля, біля бічних ліній, іноді на своїй половині поля.

Рівновага може змінюватися і на користь команди яка захищається, за рахунок збільшення чисельної переваги на окремих ділянках поля в особі нападаючого.

Як правило, проти чотирьох нападаючих діють чотири захисники – два крайніх та два центральних. При конкретному розборі тактики гри в обороні за системою 1+4+2+4 ми посилаємося на тактику гри провідних команд світу, які продемонстрували стійкість і силу своєї оборони на чемпіонатах Європи, світу, іграх ліги чемпіонів та інші.

З нашої точки зору було би доцільніше позбавити підопічних можливості одержати м'яч, тобто застосувати щільну персональну опіку. Закриваючи своїх підопічних півзахисники позбавили би суперника можливості вільно діяти в середині поля, і змусили би захисників застосовувати довгі високі передачі, які, як відомо, є менш точними. Щільно прикриваючи своїх підопічних, півзахисників суперника, вони стають надійними партнерами своїх захисників.

В глибині захисту суперника в момент організації ним атаки активну оборону ведуть нападаючі.

Добре організована оборона – це не тільки твердий горішок для суперника, але і скрита атакуюча сила команди.

Атака завжди розпочинається, розвивається і закінчується в умовах опору суперника, озброєного всіма засобами, способами і формами оборони. Протидія здійснюється нападнику, яким протидіє така ж кількість гравців в захисті. Рівність порушується тільки у випадку, якщо атакуючі за рахунок свого вміння, швидкості, успішно проведеної комбінації обіграють одного або декількох гравців оборони і створюють в ній чисельну перевагу.

Під впливом успіху бразильського футболу тактична система 1+4+2+4 була взята на озброєння всіма командами світу.

Як засвідчує практика, переваги цієї популярної системи можуть бути реалізованими тільки при умові її органічного входження в загальну систему підготовки команди.

Вагомих успіхів в засвоєнні і застосуванні системи 1+4+2+4 досягли збірна команда Чехословаччини на чемпіонаті світу 1962 року (Р.Вітлачіл, 1963).

Тактична схема гри та її трактовка в кожній окремій ситуації залежить від багатьох причин. До них відносять можливості гравців, що є в розпорядженні тренера, стан їх здоров'я, рівень спортивної форми, психологічна підготовленість, досвід, ініціативність, кмітливість, особливості гри суперника, погода, стан поля та інші.

Це означає, що система виходить з відповідних умов і вимагає якісних виконавців. Все це ставить перед тренером дуже складні різносторонні задачі.

Хоча в основі системи 1+4+2+4 переважає колективна гра, значення окремих видатних гравців дуже важлива. Фундаментним успіху є здібність гравців в процесі гри швидко змінювати ритм гри. Чим швидше це робиться — тим краще.

Цілеспрямована і раціональна гра залежить від теоретичної тактичної підготовленості гравців, а також від їх індивідуальних якостей. Під час гри в залежності від обставин, що склалися, гравці повинні самостійно знаходити правильні рішення. Хоча сам спосіб ведення гри залежить від підготовки футболістів в тренувальному процесі, він не повинен домінувати над мисленням футболіста, сковувати його творчість.

Щоб забезпечити відтягнутому нападнику оперативний простір, один із півзахисників відходить в лінію захисту. Розташування гравців приймає вигляд 1+4+2+4. Ця схема гри однаково ефективна в захисті і нападі. Перебування півзахисника в лінії оборони обмежується тривалістю атаки суперника.

Таке розташування гравців на полі розширює їх можливості, дозволяє збільшувати кількість напрямків атак за рахунок комбінацій по ширині поля і в глибину, не зриваючи при цьому основні колективних дій. Схема 1+4+2+4 створює для футболістів сприятливі умови для усестороннього розкриття здібностей в будь-якій фазі атаки.

Система, яка розглядається нами, відкрила шлях до нових тактичних варіантів гри. Поглиблення творчої думки гравців дозволило здійснювати неочікувані маневри. Нова система зазвичай передбачає здійснення атакуючих та захисних дій двома лініями, вмиле їх застосування дозволяє налагодити чіткі взаємодії і надійну підстраховку футболістів.

Організація атаки покладається на двох взаємодіючих гравців, півзахисника атакуючого типу і відтягнутого центрального випадника, які із зони колишнього центрального півзахисника (за системою “дубль-ве”) закладають фундамент атаки. Через цю пару проходять всі ігрові зв’язки.

Головним завданням гри всієї команди за системою 1+4+2+4 є оволодіння центром поля. Якщо атака зірвалась і м’яч втрачено, існує можливість припинити контрнаступ суперника в зародку в середині поля, або хоча би звузити ширину контратаки, послабити силу, знизити інтенсивність, порушити плановість дій суперника.

Характерною рисою такої тактики є організація неочікуваної контратаки з виведенням на вільне місце гравця за допомогою навісних і прихованих передач. Уповільнена гра є результатом низького рівня володіння технікою гри або уповільненої реакції гравців на конкретні ситуації на полі (за виключенням випадків, коли команда навмисно збиває темп гри). Щоб успішно реалізувати переваги нової системи необхідним є наступне:

- центральний нападаючий намагається бути завжди вільним від опіки;
- півзахисник атакуючого типу фактично є півсереднім нападаючим-конструктором. Його часто ще називають “диспетчером”;
- захист будується на комбінованому зонально-персональному принципі.

Схема ігрових зв’язків команди Чехословаччини, яка посіла II місце в Чемпіонаті Світу 1962 року в Чілі наведена на (Рис.10).

Зони дій окремих ланок команди при основному розташуванні гравців заштриховані.

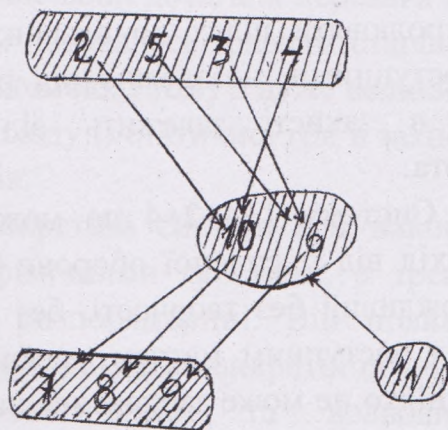


Рис. 10.

Інколи систему 1+4+2+4 змінювали на 1+3+3+4, що давало можливість посилювати тиск на захисні позиції суперника. Якщо останній дотримувався системи 1+4+2+4 або 1+4+3+3, тоді напад намагався сковувати активність атакуючої четвірки суперника. Нападаючі в захисній фазі гри не повинні залишатися пасивними, особливо в початковій її стадії вони утворюють перший заслін. Наступний рубіж оборони створює півзахисник – конструктор і центр нападу. Вони грають вирішальну роль в порушенні ігрових зв'язків суперника, діючи незалежно від виникнення співвідношення сил на окремих ділянках поля. Так, у єдиноборства з нападаючими вони вступають тільки у випадках, якщо власний захист готовий відбити атаку.

В таких ситуаціях захист готується до застосування комбінованого способу оборони. Завданням гравців цієї лінії є зменшити темп і порушити ритм атаки. Будь-який прояв імпровізації з боку суперника, його спроби розвинути атаку повинні наштовхуватися на чіткі взаємодії, продумані тактичні дії захисту, руйнацію комбінаційної гри суперника і тим зводять до мінімуму небезпеку його атаки.

Необхідно підкреслити, що жоден із варіантів гри в захисті (“опіка”, “зона”, “комбінований”) не може застосовуватися шаблонно. Переключення з одного варіанту гри на інший повинно підкорятися обставинам, які створюються на полі, сприяти успіху колективу, не порушувати загальної концепції гри. Необхідно надійно контролювати шлях до власних воріт і зробити підступи до них недоступними, незалежно від рівня майстерності воротаря. Спосіб гри в захисті залежить від кількості нападників, що атакують ворота.

Систему 1+4+2+4 не можна розглядати як догму. Швидкий перехід від посиленої оборони до широкого фронтального наступу неможливий без творчості, без рішучого перегрупування сил. Хоча перед наступним матчем завжди розробляється стратегія і тактика гри, ніхто не може заручитися наперед як складеться поєдинок. Саме тому таким важливим є вміння футболістів приймати самостійні рішення в умовах безперервної зміни гри.

Багато з фахівців в сучасному футболі вбачають схожість з

маємо, де домінує принцип “всі в обороні, всі в нападі”. Дійсно спрощене пояснення наведеної формули може призвести до бездумної графаретної гри, яка суперечить духу нового динамічного, інтелектуального футболу. Команди атакують і захищаються сімома гравцями і в цьому відчувалась колективна сила команди.

В зарубіжній пресі після Чемпіонату світу в Чилі зустрічались твердження про те, що в фіналі бразильці, поступаючись команді Чехословаччини в тактичній майстерності, здобули перемогу за рахунок технічної переваги гравців, їх витримки і досвіду.

Підводячи підсумки вищенаведеному необхідно підкреслити, що бажаючи засвоїти сучасний стиль футболу необхідно відмовитися від поверхневого підходу до тактичних систем, оскільки це обмежує ініціативу гравців, що може йти всупереч інтересам колективної гри, творчості, фантазії і кмітливості.

Ф.Буфка, тренер команди “Банік” Острава (Чехословаччина) подає свій аналіз бачення тактичної системи 1+4+2+4, де розглядає це питання з методичної точки зору на конкретних прикладах.

Впровадження в практику нової тактичної системи тягне за собою відповідні складнощі, які доводиться вирішувати тренеру на підставі можливостей гравців що є в його розпорядженні. Добре відомо скільки труднощів було подолано і як довго здійснювався перехід на класичну систему “трьох захисників” (WM). Чим швидше тій чи іншій команді вдавалось оволодіти новими способами гри (захисникам і нападаючим), тим швидше вони досягали переваги над суперником. Особливо багато проблем додавалось гравцям старшого віку, які звикли до гри за вивченою системою, і тому з дуже великими труднощами пристосовувались до переходу із статичної гри в захисті, до функцій опікунів крайніх нападників.

Ігрову позицію (функцію) у конкретній системі гри виконує гравець з відповідними ігровими і фізичними якостями, а тренер добре розуміє, яких гравців має у розпорядженні. Він повинен створити колектив, в якому гравці будуть займати конкретні позиції з відповідними фізичними, техніко-тактичними та вольовими якостями.

Для конкретних ігрових позицій в системі 1+4+2+4 підбираються гравці, які для швидшого оволодіння новою системою

розподілені на три групи:

- захисна лінія (група);
- конструктивна лінія (група творців);
- лінія або група нападу.

До захисної лінії (групи) — до цієї групи відносять гравців чисто захисного стилю. Це гравці під №1, 3, 5. Їх завдання — захист небезпечних зон перед воротами. Це повинні бути настільки тактично досвідчені гравці, які здатні вирішувати на своєму оперативному просторі (до центру поля) всі задачі, поставлені перед ними гравцями суперника (нападниками) (Рис. 12).

В залежності від того з якої сторони поля атакує суперник, діє один із центральних захисників під №5 або №3 так, щоб заважати нападнику суперника (Рис.11).

Центральний захисник повинен обирати місце таким чином, щоб завадити передачі м'яча партнеру суперника та не дозволити обіграти себе.

На відбір м'яча він наважується йти тільки у випадку, якщо він впевнений, що оволодіє ним.

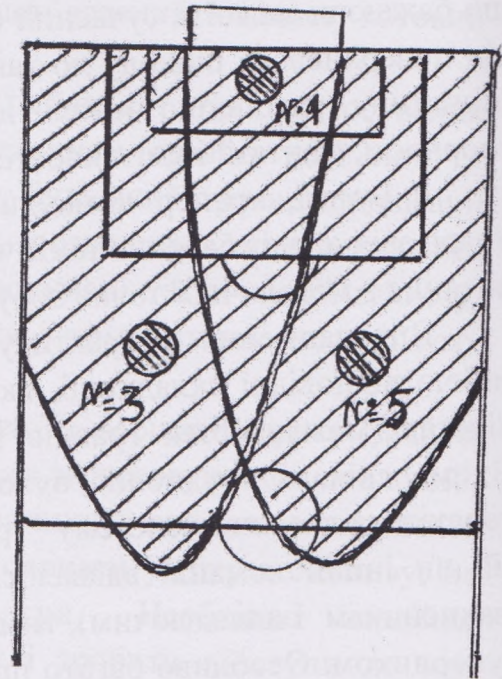


Рис. 11. Простір дій центральних захисників.

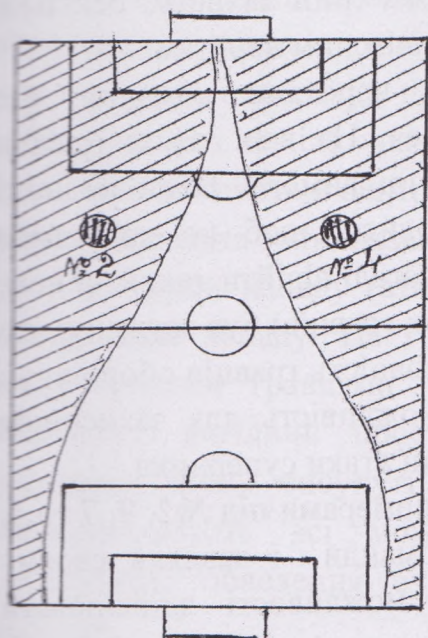


Рис. 12.
(Захисна лінія, група).
Зона дій крайніх захисників.

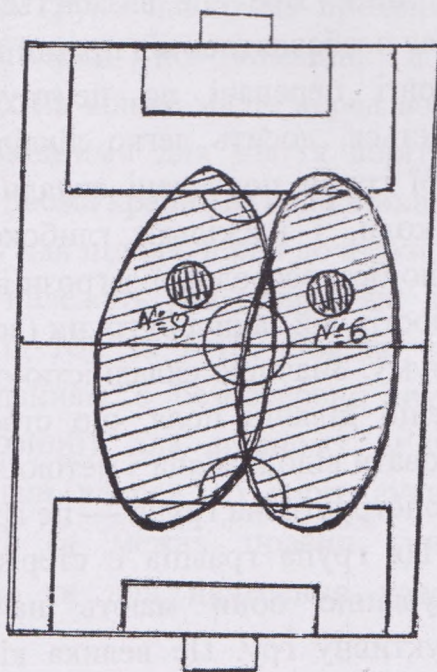


Рис. 13.
Простір дій півзахисників.

Основним завданням захисника є змусити нападаючого допустити помилку, в результаті якої він зміг би оволодіти м'ячем сам, або його партнер по обороні. Найчастіше таким гравцем є другий центральний захисник, який обирає місце в залежності від ситуації, що склалася на полі. Після того як захисники вже зайняли позиції з врахуванням розташування партнерів та гравців суперника, простору поля, і т.д. вони ведуть боротьбу за відбір м'яча. Дуже часто м'ячем оволодіває воротар, який у таких випадках повинен бути дуже уважним і реагувати на все, що відбувається в штрафному майданчику. Він повинен вміти перехопити довгу передачу суперника при використанні ним "стінки", тобто передач в один дотик, своєчасними виходами зменшити (звужити) кут для нанесення удару по воротах, або якщо необхідно падінням-кидком ліквідувати небезпечні атаки суперника.

Подальшим успіхом дій лінії захисту слід вважати ситуацію, в якій суперник змушений здійснювати передачі від воріт або в бік

бічних ліній. Все це вважається успіхом лінії захисту, оскільки дозволяє позбавлятися від прямої загрози власним воротам.

Довгі передачі по центру перед воротами команди, що захищається, досить легко ліквідовуються. На всіх трьох гравців захисної групи покладені складні тактичні вимоги. Вони повинні знати коли, і наскільки глибоко відходити, щоб не допустити ситуацію безпосередньої загрози воріт, взагалі відійти таким чином, щоб простір дій захисної групи (всіх трьох гравців) був звуженим до максимуму. Значною складністю є згурпованість гравців оборони на обмеженій ділянці поля, що створює можливість для захисників здійснювати відбій м'яча з метою ліквідації атаки суперника.

Конструктивна група — це гравці з номерами під №2, 9, 7 та 4, 6, 11. Ця група гравців є стержнем команди і завдяки своєму розташуванню вони мають найкращі можливості здійснювати конструктивну гру. Це велика кількість гравців і краще якщо їх розподілити на пари, і на рисунку визначити простір, на якому вони переважно діють.

Простір дій двох крайніх захисників під №2 та №4 наведений на рис.12, а простір дій двох півзахисників визначений на рис.13.

На рисунку 14 наведено простір дій крайніх нападаючих. Із зображених на рисунках просторів дій окремих гравців бачимо необхідність підвищеної вимогливості до фізичної підготовки в

порівнянні з техніко-тактичними можливостями. Щоб в загальних рисах виконати поставлену задачу, яка впливає з місця, на якому гравець діє, вона одночасно не суперечить прояву творчих можливостей кожного гравця зокрема.

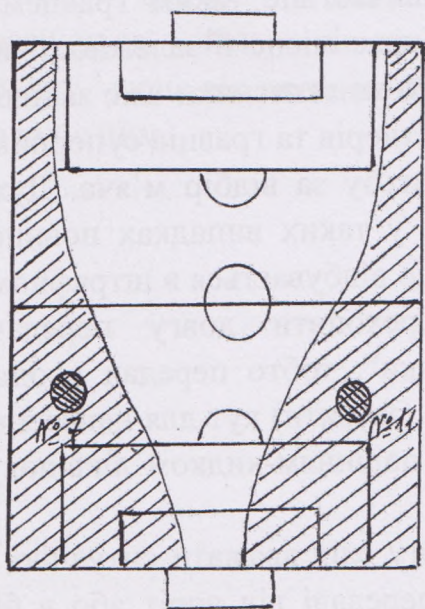


Рис. 14.
Простір дій
крайніх нападників.

Конструктивна діяльність цієї групи найкраще проявляється в напрямках передач м'яча партнерам по команді, а саме: діагональних, поперечні, передачах на вільне місце перед воротами суперника (на вихід), які є необхідними для взяття воріт двома гравцями, що діють в центрі поля, двома крайніми нападниками, або після звільнення зони півзахиснику для підключення до атаки.

До групи нападу (атака) — належать два гравці, які діють в центрі лінії нападу. Це гравці під №8 та №10. Обидва є чисто атакувальними гравцями. Їх завданням є безперервно шукати і знаходити вигідний простір (позиції) для прийому м'яча від партнерів. Вони висунуті якнайдалі вперед до воріт суперника. Використовують всі можливості (в межах правил гри) для пересувань, обведення суперника та для нанесення ударів по воротах.

Щоб успішно виконати такі завдання обидва гравці повинні бути добре підготовленими технічно (швидко обробляти м'яч, в максимально швидкому русі, наносити удари по воротах з двох ніг, грати головою). З точки зору тактики вміти правильно і швидко обирати місце, або створювати умови для прийому м'яча. Вміти звільнити зону іншому партнеру по команді, який підключився, запропонувати точні передачі партнерам, які на максимальній швидкості закінчують атаку або здатні обійти суперника для створення гольової позиції і т.д.

Важливі вимоги висуваються до морально-вольових якостей гравців (сміливість, наполегливість). Також повинні володіти високим рівнем фізичних кондицій для необхідного прояву швидкості і спритності.

Зони дій цих гравців, вказані на рисунку 15, застосовуються також і іншими гравцями команди (крайніми нападниками, півзахисниками, захисниками). Це говорить про те, що тактична система 1+4+2+4 має атакувальний характер. При правильному використанні відповідних завдань, які стоять перед окремими гравцями в атаці бере участь одночасно до восьми гравців.

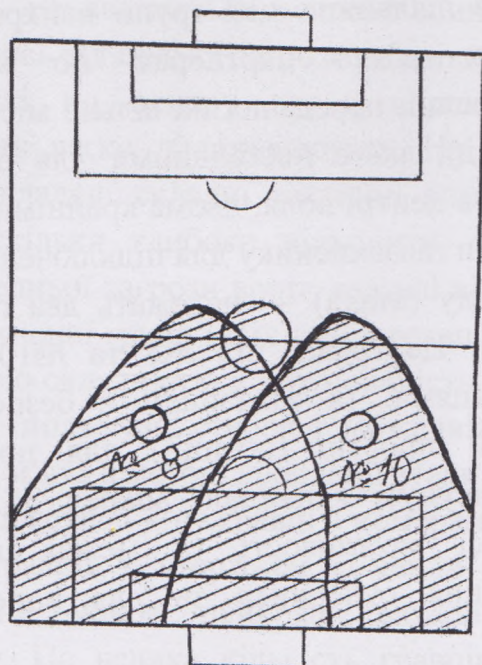


Рис.15. (Зона дій центральних нападаючих).

Вимоги, що ставляться до окремих гравців за системою 1+4+2+4:

Воротар — сама остання інстанція в захисті. Він має обмежений взаємозв'язок з двома захисниками, які діють перед ним. Йому доводиться ловити м'ячі, спрямовані у ворота з різної відстані. Нападники, опинившись перед двома центральними захисниками, можуть наносити удари по воротах з далеких відстаней. На ближніх підступах і в штрафному майданчику своєчасними виходами і падіннями в ноги ліквідує небезпечні ситуації. Якщо нападників суперника вдалося відтіснити до бічної лінії, а вони звідти навісною передачею спрямували м'яч в штрафний майданчик, то він повинен бути перехопленим воротарем. Під час його виходів ворота прикривають захисники.

Два центральних захисники — контролюють найнебезпечну зону перед воротами. До них висувають значні вимоги тактичного характеру, в основному взаємодії з метою ліквідації будь-яких спроб атак суперника. Тут головну роль відіграє правильний вибір місця з врахуванням спрямованості атак суперника. Від захисників

вимагається впевнена гра, жорстка і смілива боротьба за м'яч.

На рисунку 12 визначений простір дій центральних захисників безпосередньо перед воротами, де жоден із атакуючих гравців суперника не може знаходитись без опіки.

Під час щільного прикривання гравців захисниками, суперник може звільнитися ривком на вільне місце, на поданий м'яч, або обійти захисника за допомогою фінтів, гри в "стінку", або нанести удар по воротах. Проти всіх цих вивертів нападників захищається воротар та два центральні захисники. Щоб ліквідувати атаки суперника необхідним є використання найменших помилок нападників.

Крайні захисники – діють персонально, або вільною опікою проти крайніх нападників, та охороняють карний майданчик, щоб нападники суперника не проникали до воріт від бічних ліній, оскільки це суттєво ускладнює дії центральних захисників. Крайній захисник може брати участь в атаках тому, що він разом з півзахисником та крайнім нападником створює конструктивну гру і безпосередньо бере участь в атакуючих діях. В порівнянні зі старою системою захисник може дозволити собі атакувати, оскільки в особі другого центрального захисника має надійного помічника.

До атакуючих дій крайній захисник вдається при переході від захисту до нападу у взаємодії з півзахисником та іншими партнерами.

Атакуючі взаємодії з півзахисниками – їх основним завданням є слідкувати за півсередніми гравцями суперника, а тут за системою 1+4+2+4 вони діють як маятник в залежності від того, з якої сторони ведеться атака. Вони діють так, щоб в захисті завжди був створений резерв. В цій системі півзахисники значно сміливіше братимуть участь в атаках у взаємодії з захисником і в повному обсязі з усіма гравцями лінії нападу. Півзахисники під час закінчення атакуючих дій виходять на позиції, які звільняються двома нападаючими, які діють в центрі, або міняються місцями з крайніми нападаючими. Півзахисник тут є головною зв'язуючою ланкою між захистом і нападом. Взагалі його дії вимірюються показниками 50% в захисті, 50% в нападі.

Крайні нападаючі – їх головним завданням є оволодіння

простором на краях поля (біля бічних ліній), на половині суперника, де є достатньо простору, для правильного вибору місця. Щоб одержати передачу під час ведення атакуючих дій суперника, де на його шляху діє один захисник, якого можна обіграти застосувавши фінт або він взаємодіючи з півзахисником, одержавши передачу м'яча опиняється безпосередньо перед воротами суперника, де все залежить від завершальної дії, удару по воротах.

Якщо він з'явився під гострим кутом, тоді складно нанести удар по воротах, краще віддати м'яч назад або виконати флангову передачу партнерам. Крайній нападник не обов'язково знаходиться біля бічної лінії. Користуючись правильним пересуванням спільно з іншими гравцями своєї команди по ширині і глибині поля, розширяє свої атаквальні можливості.

В системі 1+4+2+4 крайній нападник в переважній більшості дій виконує захисні функції. Гравець відходить назад на свою половину поля щоб разом з захисником та півзахисником, тобто з конструктивною групою гравців, знову повернутися від захисних функцій до атакуючих. Однак, основною його функцією залишається атака.

Два висунутих вперед нападаючих – виконують, в основному, атакуючі функції. Захисні функції цих гравців є мінімальними і полягають, головним чином, у відволіканні суперника після відбору м'яча захисниками, з відходом назад під час вибивання м'яча воротарем і при стримуванні переходу до атакуючих дій суперника.

Вихідне положення перед воротами суперника створює сприятливі позиції для розвитку атакуючих комбінацій з іншими партнерами, оскільки ці два гравці часто бувають якнайдалі висунутими вперед. В боротьбі за м'яч, особливо при гольових позиціях, вони повинні використовувати найменші можливості для нанесення удару по воротах. Це здійснюється швидким і надійним вибором місця для прийому м'яча. Проти команди, що грає з трьома захисниками проти двох нападаючих, проти одного з них діє один захисник. Якщо обидва нападаючі прикриті півзахисниками суперника, їх лінія нападу буде відірваною від лінії захисту.

Якщо одного із висунутих нападаючих прикриває центральний захисник, тим самим він звільняє простір де спрямовуються всі

передачі для небезпечних виходів і ударів по воротах.

Правильними пересуваннями в сторону бічних ліній обидва нападники звільняють простір перед воротами партнерам, а саме півзахисникам, крайнім нападаючим.

При переході від захисту до атаки небезпечним є початок атаки по краях, через відтягнутого назад краю і півзахисника, які в системі 1+4+2+4 значно розширюють фронт атак за рахунок двох крайніх захисників. В цій ситуації при втраті м'яча захисником немає безпосередньої небезпеки власним воротам, оскільки його простір негайно прикривається одним із центральних захисників.

Воротар оволодівши м'ячем пробитим зліва, тут же рукою викидає його правому захиснику, який має можливість верхом передати м'яч правому півзахиснику, лівому півзахиснику, півсередньому нападаючому. Найбільш швидкий і правильний перехід від оборони до нападу є довга передача правому крайньому, або півсередньому.

Таким же способом можна організувати атаку і через одного висунутого вперед центрального захисника, якого підстраховує другий центральний захисник.

До дій атаки в системі 1+4+2+4 залучаються до 8 гравців (4-ох нападаючих, 2-х півзахисників та 2-х захисників).

При переході від атаки до захисту на гравців поширюються всі правила, що виходять з цієї системи.

В захисті – тісно взаємодіють всі гравці, на яких покладений обов'язок захисту.

В системі 1+4+2+4 для окремих гравців існують обмежені відповідні простори, чим досягається правильне розташування на полі в ширину і глибину. Захисні дії тоді проводяться згідно положень про колективні взаємодії. Найбільшу відповідальність покладено на захисну групу гравців, які швидко взаємодіють між собою і вирішують всі ситуації, що створюються на небезпечних ділянках перед воротами, і в залежності від того з якої сторони суперник атакує, один із центральних захисників висувається вперед, а другий підстраховує партнера і воротаря. Крайній захисник не повинен допускати проникнення крайніх нападаючих на гольові позиції, або передавати м'яч від бічної лінії в центр поля.

В будь-якій тактичній системі футболіст не обмежується простором або своїми діями. В залежності від місця, яке гравець займає в команді, він в повній мірі вільний в техніко-тактичних діях, ігрових можливостях, що виникають в процесі гри і розширюють активність, ініціативність і творчість.

ПРЕСИНГ

Вже тривалий час спостерігається динамічний розвиток всіх командних спортивних ігор. Помітний і поступ гравців в технічній підготовці. Виникло багато і тактичних новинок. Окремі з них запозичені із інших видів спорту.

Однією із таких новинок є пресинг, запозичений із баскетболу. В футбольній термінології цей вид захисту значиться як “щільне прикривання” суперника. Пресинг є найактивнішою формою дій спрямованих на зміцнення захисту проти атакуючого суперника вже на стадії організації. Він полягає в блискавичному відборі м'яча у суперника і початком атакуючих дій власної команди.

Гравці команди, які не володіють м'ячем, намагаються перебувати поблизу суперника, чим ускладнюють можливість прийняти м'яч (прикривання суперника без м'яча), або виконати передачу м'яча (прикривання суперника володіючого м'ячем). Такий спосіб ведення оборони застосовують як на протязі всього матчу (що є надзвичайно важким завданням), так і у відповідних конкретних частинах гри. Таку форму оборони застосовують команди з різним рівнем підготовленості.

Навчати пресингу необхідно всіх гравців команди без винятку, але вони повинні бути переконаними в важливості такого навчання. На тренерів покладається обов'язок створення такої атмосфери, яка би сприяла виконанню дій по оволодінню м'ячем командою в будь-якій ситуації.

Застосування активного захисту приносить команді значну користь:

1. Здійснює психологічний вплив на суперника, який одержує можливість вільно грати аж до штрафного майданчика. Наприклад воротар, позбавлений можливості вільно передати м'яч захиснику, розігруючому, або по можливості і нападаючим. В команді суперника в таких випадках виникає занепокоєння, оскільки кожен гравець має поруч опікуна.

2. Під час атак відпадає необхідність вести м'яч від власних воріт. Краще виконати передачу, за рахунок чого створюється можливість оволодіти м'ячем в районі штрафного майданчика

суперника, а заодно і більший шанс забити м'яч.

3. Ніхто з гравців не хоче бути гіршим від своїх колег, що зміцнює колективізм команди.

4. Обумовлений спосіб гри допомагає чітко класифікувати здібності гравців. Виявляється амбітність, як працюючих, так і пасивних гравців, що чітко підкреслює їх придатність використання у грі.

5. Для впровадження елементів пресингу в тренувальних заняттях урізноманітнюються засоби в яких гравці мали би можливість розв'язувати нові тактичні прийоми гри.

6. В умовах постійного виконання вправ пресингу значно зростає рівень загальної кондиційної підготовленості, яка збільшує рухливість гравців. Наприклад, захисники у швидкості покращать свою підготовку і зрівняються в цьому показнику з нападаючими.

7. Система активної оборони вимагає від гравців високої різносторонності і здібності гри в атаці і обороні. Можливості нападників ускладнюються у використанні своєї техніки в боротьбі за м'яч перебуваючи в штрафному майданчику суперника або в його зоні. Саме тут найчастіше зустрічаються зриви обумовленого способу гри.

8. Команди, застосовують в тренуваннях і у грі елементи, що розвивають фізичні і психічні якості за рахунок того, що гравцям постійно доводиться долати перешкоди, які суперник створює безперервно.

Від футбольних команд вболівальники вимагають якнайкращої гри. Пресинг перебуває в стадії змін як і всілякий інший новий елемент, який доводиться вдосконалювати систематично, щоб ним впевнено було користуватися у грі.

Практика спортивних ігор засвідчує про необхідність розробки методики навчання пресингу, де існують розбіжності в підходах, де вважається, що даний прийом необхідно вивчати в дитячому та юнацькому віці, а також в тренуваннях з дорослими футболістами.

В методичному плані пресингом краще оволодівати у підготовчому, і на початку змагального періоду під час занять з техніки, під час ігор на обмежених майданчиках, контрольних ігор та ігор з інших видів спорту (баскетбол, гандбол).

Вже через кілька місяців роботи над оволодінням пресингом

можна досягти перших позитивних результатів.

Пресинг у футболі є частиною зонного захисту. Застосування пресингу є надзвичайно важливим під час гри, але на половині поля суперника є небезпечно. Існують структурні і додаткові фактори пресингу.

Одним із структурних факторів є часте командне використання пресингу. Цей спосіб застосовується тільки у випадках, якщо гравці мають перевагу над суперником, або над окремим гравцем, тоді це змушує суперника допускати помилки. Застосування пресингу залежить і від результату гри, та у випадках вилучення гравця суперника з поля, тобто якщо команда грає в меншості. Пресинг на власній половині поля залежить від стану техніко-тактичних і фізичних кондицій гравців.

Технічні якості – чіткі передачі та прийоми м'яча на обмеженому просторі, які необхідні під час пресингу.

Тактичні якості – це здатність до швидкої перебудови команди після втрати м'яча, щоб недопустити можливості до швидкої контратаки суперника. Це вміння переходити на позиційну гру, займати позиції на небезпечних напрямках, вміти збивати темп гри, здійснювати підкати, щільно тримати суперника, вміння грати головою, швидко переходити від атаки до оборони, створюючи умови для відбору м'яча, вміло застосовувати пресинг та підстраховку, створювати штучне положення поза грою, дотримуватися чіткого взаємозв'язку і позиційної гри. Недостатньо фізично підготовлені гравці застосовувати пресинг не здатні. Якщо хоча б один гравець допускає помилки, тоді все зводиться до нуля. Необхідна висока ігрова дисципліна. Гравці повинні володіти всіма якостями, щоб успішно діяти у єдиноборствах.

Як протидіяти пресингу? Виконувати всі дії на високій швидкості, правильно обирати позицію. Не допускати проведення контратак, швидко повертатися назад всією командою аж до лінії власного штрафного майданчика.

Сьогодні команди у ході гри застосовують зонний принцип захисту. Існує кілька варіантів цього принципу захисту. Його типовим представником є "Баварія" Мюнхен. Тут кожен гравець діє у власній зоні незалежно від того, як складається гра.

ОСНОВНІ ПРИНЦИПИ ЗОННОГО ЗАХИСТУ ПО СТЕЛБОСУ (НІДЕРЛАНДИ)

1. Позицію гравця визначає місце знаходження м'яча. Футболіст пересувається за м'ячем. Прямого (безпосереднього) підопічного немає. Гравець діє проти суперника, який входить в його зону. Місце знаходження суперника значення немає, оскільки завжди доводиться діяти згідно ситуації. Якщо передача м'яча виконана вправо, - всі гравці пересуваються вправо, і навпаки. Гравці пересуваються за м'ячем.

2. Пресинг – дає можливість заволодіти м'ячем. Якщо футболісти не вміють користуватися пресингом, тоді вони відходять назад, втрачають контроль над зоною. Якщо суперник сильний, - дії починають дещо пізніше. Пресинг можна застосовувати, якщо команда відчуває ускладнення з початком атаки. Проти сильних в техніко-тактичному відношенні гравців передчасно застосовувати пресинг не бажано, оскільки в такому випадку за спиною виникають вільні зони. Такі команди вміло контролюють м'яч на малих (обмежених) ділянках поля і відібрати у них м'яч надзвичайно складно.

Італійці, діючи за зонним принципом, грають до центральної лінії поля. За ними виникає велика незахищена зона, яку використовує воротар, чим зменшує вільну зону за спинами захисників.

Важливо, щоб лінії команди залишались контактено розташованими (перебуваючи поблизу одна до одної і примушуючи суперника допускати помилки). Партнер повинен підстраховувати гравця, який бере участь у пресингу. Для цього створюють щільні позиції і тоді суперник позбавлений можливості використовувати вільні зони.

При зонному захисті всі гравці діють компактно, пересуваючись в залежності від напрямку передачі м'яча. Якщо відстане хоча би один із гравців, то це негайно відіб'ється на діях всієї команди.

3. Підстраховка партнера повинна здійснюватися постійно. По відношенню до гравця суперника з м'ячем необхідне діагональне пересування (гравець середини поля, захисник), таким розташуванням закривають зону. Якщо м'яч в центрі поля, — тоді гравці і концентруються відповідно.

4. Взаємодія між гравцями – тут важливо звільнитися від опіки суперника, якщо м'ячем володіє партнер. Труднощі виникають якщо гравці часто змінюють позиції, де велике значення має взаємодія. Наприклад, гравці під №2, №7 і № 3 взаємодіють з тими, що перебувають у їх зоні. При такій взаємодії обов'язки гравця, що покинув зону, бере на себе інший гравець. При цьому повинні бути чіткі взаємодії. Для пресингу слід обирати відповідний момент. В зонному принципі гравець немає конкретного підлеглого суперника. Важливим є передбачення ситуації для початку правильних дій.

5. Відчуття вміння читати гру при використанні передач вперед і на фланги.

6. Захист в нападі – це передачі назад і поперек, тобто збереження м'яча. Відстань важливо зберігати постійно. Гравці з метою організації нових атак часто повертають на свою половину поля м'яч.

Переваги зонного захисту:

- гравець завжди перебуває на своїй позиції;
- суперник позбавляється простору для розвитку атаки;
- гравці перебувають в зонах поблизу один до одного;
- всі гравці намагаються знаходитись поблизу до м'яча;

Недоліки зонного захисту:

- може порушуватись взаємодія між гравцями під час пересувань;
- простір між гравцями можуть стати не щільними;
- передачі за спину захисників здійснюються, якщо партнер перебуває далеко попереду;
- захисники проти нападників використовують штучне положення “ поза грою”;
- 5-6 нападаючих проти трьох-чотирьох захисників відпрацьовують відбір м'яча;
- захисники проти нападаючих відпрацьовують зонний захист та інші.

Нідерландський тренер Стелбос ігрові системи аналізує так.

Кожна команда має свій стиль та свою концепцію гри.

Система – це стиль і дії, які гравці намагаються виконувати на полі. Це шлях досягнення результату та ідеальні умови для створен-

ня команди. В будь-якій системі існує суперник, якого необхідно враховувати. Це метеорологічні умови, травми гравців, рівень змагань, турнірне становище команди та інші. Перед командою завжди ставиться задача виграти гру. При виборі системи гри доводиться визначати, якою вона повинна бути.

В процесі бесід з гравцями тренер зобов'язаний виявити що гравець може і повинен зробити. Система допомагає гравцеві орієнтуватися на полі. Тому необхідним є моделювання системи на всі випадки та система перевірки в процесі тренувань. Будь-яка система створюється із конкретних компонентів і, перш за все, з культури футболу.

Для вибору системи важливе значення має кваліфікація гравців.

Успішне ведення гри можливе за умови добре підготовлених гравців на флангах.

Ігрова система базується зокрема на розташуванні гравців 1+4+4+2, 1+4+3+3 та 1+5+1+3. Гравець одержує завдання як діяти в кожній конкретній зоні. Однак, не всі гравці якісно виконують у грі свої основні функції. Хоча головним є домогтися чіткого їх виконання.

Кожен тренер має своє бачення на стиль і систему гри. Вони повинні співпадати. Тренер повинен знати концепцію гри клубу, але в його розпорядженні мають бути і відповідні гравці. Для обраної системи необхідно вести пошук відповідних футболістів. Команда буде атакувати або оборонятися, в залежності від турнірного становища клубу та інших компонентів, які впливають на гру і результат. Важливо, щоб тренер не тільки визначив концепцію, але і зберіг її.

Яка система є вигідною? Ідеальної системи не існує взагалі. В футболі багато країн досягало успіхів, але кожна мала свої концепції і свої системи гри. Тренер обирає систему, а гравці її виконують.

Базисом системи є чітка уява гравцями її завдань та збалансованість всіх ліній команди. Атака починається від оборони. Гравці повинні знати в який футбол грають атакуючий чи захисний?

Для системи важливе значення мають індивідуальні якості гравців. Чим вище майстерність гравців, тим легше виконується поставлене завдання.

Розташування гравців збірної команди Нідерландів. Це:

1-4+3+3. Вона є базовою (Рис. 16-17).

Система 1+4+3+3

Можливий і такий варіант системи

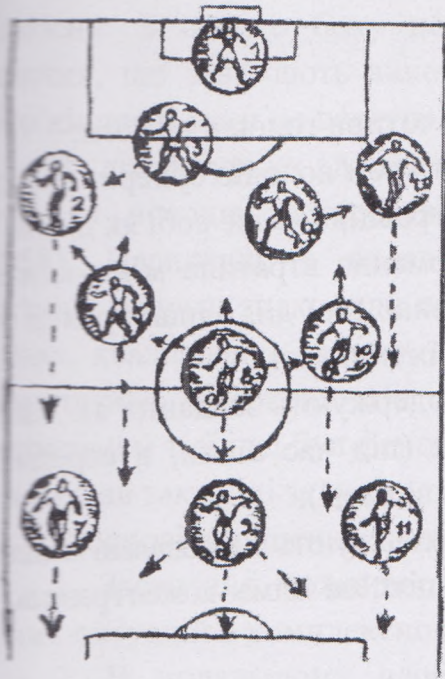


Рис. 16.

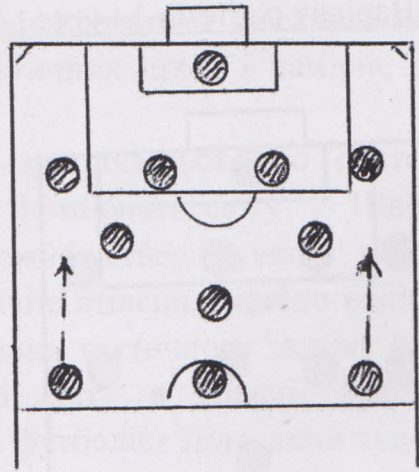


Рис. 17.

Варіант системи 1+3+4+3

Варіант системи 1+4+4++2

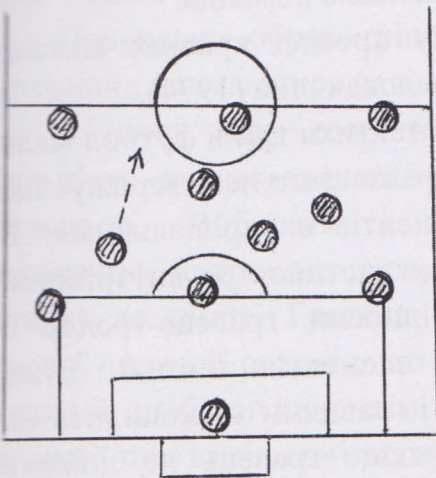


Рис.18.

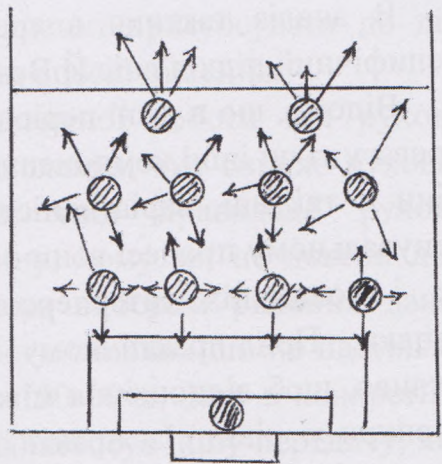


Рис. 19.

Якщо в команді є два захисники, що люблять підключатися до атаки, то їм необхідно створювати такі можливості.

Варіант системи 1+4+4+1+1

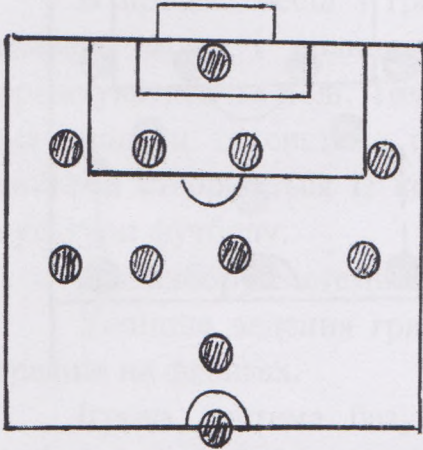


Рис. 20.

Існують чотири головні вимоги:

- якщо м'ячем володіє суперник, тоді кожен з гравців уявляє собі як діяти;
- якщо команда втратила м'яч, кожен гравець знає свої дії, однак тренер не повинен їх підганяти;
- гравці одержують завдання як діяти по лініях (під час атаки, в середині поля та в захисті);
- гравці одержують персональні завдання по позиціях, які займає кожен гравець.

Якщо м'ячем володіє суперник – відбір м'яча краще організувати в центрі поля.

Гравцям визначають індивідуальні завдання згідно позиції, яку кожен із них займає з врахуванням випадків як діяти, якщо м'ячем володіє суперник та якщо м'ячем володіє власна команда.

В аналіз тактики в тренувальному процесі кращих команд специфічний підхід вніс Й. Венглош Чехословаччина (1974).

Відомо, що в різні періоди розвитку тактики гри в футбол мали перевагу ті чи інші компоненти. Сьогодні вже ніхто не стверджує що зміни в тактиці, варіативність її компонентів є вирішальними. В тренувальному процесі вони є невід'ємною частиною як внутрішніх, так і зовнішніх інтерперсональних відносин гравець-тренер і навпаки. При практичному виконанні елементів тактики дуже важливо, щоб відношення між тренером і гравцями знаходились на найвищому рівні. Із практики відомо, якщо гравець не довіряє тренеру, і навпаки, — високих результатів очікувати не доводиться. В тактиці необхідна творча діяльність, щоб реалізувати здібність гравців вирішувати дану діяльність в конкретних умовах, як в

індивідуальній, так і в колективній формі. Побачити, зміцнити і підсилити правильні навички і намагання індивідууму будь-кого із гравців і всього колективу можна з допомогою інтерперсональних відносин. З іншого боку необхідно посилювати і послаблювати навички, що заважають виконанню тактичних цілей і намірів, без чого кінцевої мети не досягти.

В літературних джерелах часто зустрічається, що система 1+4+2+4 вперше застосовувалась на Чемпіонаті світу у Швеції (1958). Насправді, з впевненістю можна стверджувати, що ті тактичні задуми знаходили своє практичне втілення значно раніше. Однак, кваліфікація гравців для виконання тактичного задуму була недостатньо високою. На чемпіонаті світу в Швеції кращим виконавцем тієї ідеї був феноменальний футболіст Діда, який чудово реалізував тактичні задуми і плани тренера.

В основі вирішення тактичних завдань лежать:

1. Засвоєння можливостей правильного сприйняття гравцями даних ситуацій в комплексному розумінні.
2. В подальшому необхідним є правильний вибір кращих рішень із кількох можливих.
3. В тренувальному процесі оптимально обране рішення необхідно розвивати в адекватних ситуаціях що зустрічаються на полі, та в індивідуальному тренуванні у вигляді підготовки окремих ліній і самої гри.

Правильно обране рішення ми повинні пристосувати до дій суперника і намагатися навіяти йому наш спосіб рішення.

З точки зору теоретичної і практичної роботи вся рухова діяльність спрямована на правильне мислення, яке сприяє руховій діяльності. Вибирати і передбачати слід правильне рухове виконання, наприклад зрозуміти причину, чому ми не довели дію (атаку) до кінця. Гравець з правильним вибором рішення даної ігрової ситуації розуміє, що розвиток його силових дій не настільки високий, щоб міг виконати передачу на 50-60 м. Зате в конкретній ситуації при вирішенні тактичної задачі застосує іншу передачу, яка може його реабілітувати.

Необхідно звернути увагу на комплексність окремих елементів у поведінці гравців в тактичних діях. Мова йде про співучасть гравця

в створенні концепції і організації гри команди, і своєчасне та правильне рішення, про прогресивний підхід в створенні основ, з яких гравець міг би безпосередньо на полі черпати можливість для правильного їх використання. Тактика, як процес, є складною залежністю і в кращих командах.

Ми часто читаємо і говоримо, що футболіст досягає зрілості у 26, 27, 28 річному віці. Однак, в деяких командах є кваліфіковані гравці вже у 18-23-річному віці. Це означає, що вік не відіграє ролі. Значення має наявність максимального досвіду. Все залежить від організації тренувального процесу. Якщо вдається залучити молодих гравців до цих оптимальних умов, то це одне із питань вирішення окремих частин тактики надбання досвіду.

З точки зору кваліфікованого футболу, для перевірки стану підготовки команди в товариських, підготовчих іграх досить часто зустрічаються зі слабким в тактичному плані суперником. В педагогічному процесі, в тренуваннях, матчах, мало що робимо для того, щоб проводити ігри на високому рівні, тобто з кращими командами Європи. Нам принесуть мало користі розмови про зірок світового футболу, якщо наші кращі гравці не будуть мати достатнього персонального контакту, поки не перевірять свої тактичні і рухові здібності та передумови безпосередньо в практичній діяльності проти висококваліфікованих суперників. Адже, наші провідні клуби мають незначний ігровий досвід з провідними командами інших країн. Ми говоримо, що шукаємо індивідуальності і специфічні риси у гравців, які у взаємодії з партнерами могли би під значним тиском суперника створювати мозаїку тактики гри. Концепція гри є мозаїкою тактичних здібностей кожного окремого гравця і команди, а на полі є відбитком здібності команди суперника. Тактику можна визначити, але нічого не вийде, якщо гра розвивається зовсім інакше ніж ми передбачали, або ніж уявляв собі тренер. Це означає, що гравці повинні вміти пристосовуватися до гри.

Наприклад, якщо в команді суперника не грає провідний гравець, — ми змусимо її захищатися, оскільки здібним гравцем закриваємо диспетчера і, таким чином, змінюємо концепцію гри суперника. Якщо іншим гравцям нашої команди не вдається

зволодіти центром поля, і тим самим розрушити його звичні зв'язки, тоді дуже важко вести розмову про тактику гри команди, а все буде залежати від гравців, які зуміють ці ситуації вирішувати. На нашу думку, гравців захисної лінії і нападу можливо похвалити, що до кінця діяли активно і тим сприяли збереженню результату, що в рамках комплексного розуміння використовували свої фізичні, моральні і психічні здібності, що грали до кінця, що до чогось прагнули, і навіть коли команда суперника була більш високої кваліфікації, більш технічна, краще комбінувала. В такій ситуації сильніша команда не зуміла реалізувати свою перевагу хоча була ближче до досягнення мети.

Мозаїка тактики визначається прискіпливо тому, що будь-яка команда складається із різних гравців. Питання відповідної концепції гри в рамках сучасної системи повинна бути різноманітною у кожної команди. Команда "Динамо" Київ грає інакше, ніж "Шахтар" чи "Дніпро", і це правильно що існують широкі варіанти, оскільки в концепції відображається особистість тренера та гравців.

В тактиці велике значення має і інтелектуально-спортивний рівень гравців. В теорії важливість вирішень тактичних задач поділяється наступним чином:

1. Увагою і аналізом ситуації.
2. Обміркованим рішенням ситуації.
3. Моторною реалізацією обраного рішення.

Всі ці три елементи повинні знаходитись у відповідній рівновазі, якщо хоча би один із них буде на недостатньому рівні, тоді свої наміри команда здійснити не зможе. Для вдосконалення в тренувальному процесі використовуються різноманітні підготовчі ігри (баскетбол, ігри на обмежених майданчиках, вирішення різноманітних мікро ситуацій, які дуже добре тренувати в залах, в іграх в закритих приміщеннях, де гравці перебувають в умовах безперервної зміни ситуацій, коли швидкі дії у одних воріт змінюються контрдіями у других). Гравцям необхідно тренувати здатність до передбачення. Антиципація є вирішальним елементом при визначенні тактики. Вільного захисника (ліберо) гравець не зможе грати без максимальної здібності передбачати дії не тільки в

захисті, а й у правильному, своєчасному підключенні до атаки.

Єдиною є думка організації тренувального процесу з командами високої кваліфікації. До чемпіонату світу 1970 року тренувальний процес розподілявся на окремі компоненти, а зараз все вирішується в комплексі. Згідно статистичних даних нами одержаний показник, що гравець за матч виконує від 75 до 81 дії. Проводились спостереження також з виявленням кондиційної сторони гравця з врахуванням кваліфікації суперника. Ми дійшли цікавих висновків. Якщо в минулому дії з максимальним навантаженням гравець виконував спочатку 1000, 1100 м, потім до 1700 м, з субмаксимальними навантаженнями 2800 м, то з мінімальним навантаженням тільки 1400 м. Це означає, що в порівнянні з кращими командами світу ми маємо ще необмежені резерви у фізичній підготовці. Кращі зарубіжні гравці з максимальними навантаженнями, з максимальною швидкістю пробігають до 3000 м в одному матчі. Наші гравці не більше 1500, 2000, 2100 м, і то тільки у виключних випадках. Ми вже не говоримо про те, що з тих 3000 м гравці типу Недвед, Рональдіно, Шевченко та інші беруть участь у найбільшій кількості ігрових ситуацій, дотиків до м'яча і найуспішнішого вирішення їх, ніж наші гравці. Із наведених прикладів бачимо, що окремі результати і їх ефективність досягаються в комплексі.

Із великої кількості можливих рішень гравець повинен вміти обрати і реалізувати кращий спосіб. Важливо, щоб правильний вибір рішення в тренувальному процесі підкріплювався атакуючими діями хоча би на початку та в перехідних фазах. Інакше гравець буде уповільнювати вирішення комбінацій. Нехай виконує хоча би основні передумови, наприклад, необов'язково грати з чистим крайнім нападаючим. В той же час проти деяких команд доцільно грати широко, на лініях, і немає значення хто з гравців там грає, тоді на протилежній стороні виконання захисних задач буде досягати 100% значення.

Тактичне мислення і рухова діяльність повинні створювати єдність і бути варіативними. Тактика – це тривалий процес, який розвивається безперервно на основі всіх інших елементів тренувального процесу. Мова йде про аналіз та синтез тактичного

виконання в різних відрізках часу і ситуаціях під час гри. Тут основною проблемою є два етапи підготовчого періоду, оскільки зимовий період не вирішує очікуваного призначення.

Люзорним, наприклад, є достатньо розвивати здібність до максимальної швидкості у всіх її проявах, час рухової реакції, колективного мислення і т.д.

Покращувати техніку і тактику в наших умовах в комплексному розумінні неможливо. Гравці в умовах зими тренуються у важкому одязі, а крім того торканню та обробку м'яча їм перешкоджає сніг, передачі м'яча на далекі відстані практично неможливі, не говорячи вже про те, що молодим футболістам виконувати це ще складніше. Спортивних залів для відпрацювання та тренування техніко-тактичних елементів в повному обсязі, немає. Ми можемо говорити про вольові і психічні якості, які можна розвинути в загальних рисах. Спеціальні вольові якості розвиваються тільки у грі на полі, в боротьбі з конкретним суперником. В тренуваннях наші футболісти 3 км пробігають з максимальним навантаженням за короткий час. Але свої вольові якості і пристосованість до відповідних стресових ситуацій в процесі гри, в адекватних умовах не здатні використовувати з віддачею.

Ми вимушені розробляти наш річний цикл підготовки, на зимовий підготовчий період і знайти відповідну якісну варіативність, з точки зору урізноманітнення засобів підготовки і продовжити літній підготовчий період, як це практикується в інших державах і кращих командах світу. Якісні умови для покращення тренувального процесу є в літньому підготовчому періоді.

Питання поставлено з точки зору тактичних основ конкретної команди і її можливостей. Для нас, у висококваліфікованому футболі є важлива відповідна етична мета де часто мова йде про досягнення результату за будь-яку ціну.

Застосовуючи методіку максимальних навантажень на організм висококваліфікованих гравців йдеться про різні тривалі сконцентровані і пристосовані до даних умов навантаження. Наприклад, команда Бразилії перед чемпіонатом світу 1970 р. тривалий час перебувала в умовах високогір'я і використовувала основні біохімічні наукові дані та здобутки інших наук.

Дуже важливим є метод середніх тренувальних навантажень. Ми часто недооцінюємо важливість питань відновлення та відпочинку, які є складовою тренувального процесу. Питання навантажень теоретично розроблені, однак поки що не вивчено скільки повинен відпочивати молодий організм в порівнянні з дорослим. Наприклад, в питанні індивідуального підходу до окремих гравців, гравець "Х" брав участь в 10 зимових підготовчих періодах у важких кліматичних умовах, а початківець гравець "У", що потрапив до дорослої команди з юнаків вперше бере участь в сконцентрованих умовах, що в процесі тренувань тренерами як правило не враховується.

В подальшому у розвитку гравця, в підвищенні його футбольної кваліфікації вирішальним є індивідуальний підхід, де гравець в тренуванні і вдосконаленні тактики наштовхується на такі негативні відношення:

а) психічна лабільність;

б) мала співучасть гравців при створенні тактики, причиною чого є сприятливі інтерперсональні відносини;

в) не вистачає різноманітних допоміжних засобів – відеомагнітофонів, відеокамер, спеціальних комп'ютерних програм для створення та ведення архіву із записів, вмикати їх в аудіовізуальні тренування та показ для прийняття правильного рішення і використанні цих знань. Немаючи високого рівня тактичної підготовки гравцям достатньо вербальних засобів. Для покращення тактичної підготовленості достатньо аудіо-відео-записів, що є швидшим, кращим і ефективним. Цю проблему необхідно вирішувати комплексно.

Взаємодія між фізичною і техніко-тактичною підготовкою необхідна. Часто найбільше уваги приділяємо тактиці, а з іншого боку забуваємо, що функціональна сторона організму тільки в одному тренувальному занятті не розвиває фізичні можливості. Для цього необхідно використовувати телеметричні вимірювання показників. За допомогою телеметрії необхідно одержати об'єктивні дані про зміни, що відбуваються в фізіологічній кривій навантажень. Тоді мали б можливість точніше визначити необхідність припинення тактичних дій в рамках комплексного заняття і переключення на

ній навантаження, що дало б змогу покращити якість тренувального процесу з тактики.

Важливо зауважити, що наші тренери теоретично гірше усвідомлюють в чому полягають їх помилки. Не вистачає теоретичних знань, які слід застосовувати в практиці роботи, що дозволило би суттєво покращити тренувальний процес наших кращих команд.

ВЗАЄМОЗВ'ЯЗОК МІЖ ТЕХНІКОЮ І ТАКТИКОЮ ГРИ У ФУТБОЛ

Аналіз гри у футбол показав, що вміння технічно досконало, швидко без втрати часу переорієнтовуватися у безперервно змінних умовах гри і в кожному окремому випадку виконувати необхідні дії ще не гарантує успіх зустрічі двох команд, які володіють майже рівними фізичними, морально-вольовими якостями і технікою гри, але в різній мірі натренованих. Перемагає команда, гравці якої краще тактично підготовлені, як в плані індивідуальному, так і в загальній тактичній схемі.

Відомо, що техніка і тактика неподільні, оскільки тактика це мистецтво застосування прийомів техніки. Тому невідповідність технічних прийомів тактичним задумам призводить гравців до невдач які володіють недостатньою технічною підготовкою, що проявляється в застосуванні ними спрощеної тактики і навпаки, гравці, що вирізняються технічним арсеналом, урізноманітнюють тактичні дії. Правильні тактичні дії, але виконані технічно погано, так само як і відмінно виконані, але несвоєчасно, не дають очікуваного результату, що в кінцевому рахунку може призвести навіть до поразки команди.

Техніка футболіста повинна відповідати рівню його тактичних задумів – не виходити за межі його технічних можливостей. Але не дивлячись на повну обумовленість техніки і тактики футболіст не може без шкоди для гри відволікатися і думати про техніку. Тому техніка виконання ігрових дій є в достатній мірі автоматизованою, а увага гравця сконцетрованою на тактиці. Саме тому навчання тактичному мисленню є навчання елементарних прийомів техніки.

Техніка і тактика взаємопов'язані і взаємообумовлені незалежно від змісту, що вкладається в поняття “техніка”. Виконання окремого елемента ігрових дій, або їх суми протягом гри, за сезон, або всієї спортивної кар'єри футболіста має важливе значення, тому, що правильне навчання техніці включає і елементи тактики, а виконання вправ спрямованих на розвиток тактичного мислення неухильно сприяє розвитку техніки.

Тільки ритмічне поєднання награної техніки з розвинутим практичним мисленням здатне піднести гру до рівня мистецтва.

Схематично дії гравця визначаються на навмисні, заздалегідь сплановані, з врахуванням індивідуальних здібностей гравця, його виключного технічного вміння, що доходить до рівня віртуозного мистецтва. В даному випадку техніка є основним, а тактика допоміжним засобом досягнення мети.

Ці два випадки якнайкраще ілюструють тісний взаємозв'язок між технікою і тактикою. Складне тактичне мислення полягає в тому, що гравцеві в гранично короткі відрізки часу доводиться обдумати обставини на полі, які безперервно і неповторно змінюються, що впливає на психологічну ситуацію, тобто на хід думки і наміри гравців, як власної команди, так і команди суперника.

Мислення футболіста при цьому повинно вирішувати одночасно дві практичні задачі, успішну гру своєї команди (атаки і захисту), і співставляючи себе на місці гравців команди суперника, задачу прямо протилежної властивості, для того щоб розгадати їх наміри. Таким чином, тактичне мислення гравця відбувається на фоні роздвоєння, розподілу уваги і безперервно змінної концентрації розумових зусиль. При цьому аналіз ігрових ситуацій відбувається на фоні збудження, розхвильованості, викликаного високою конфліктністю гри.

Операції мислення направлені на досягнення перемоги, обмірковування всіх дій, спрямованих на взяття воріт суперника, відбуваються у нерівних часових лімітах. Так, розбір проведеного матчу, як і попередніх ігор власної команди та й суперника, відбувається в умовах з доступним і достатньо повільним аналізом. Зовсім інша справа одержання переробки та осмислення інформації безпосередньо під час гри, особливо насиченої діями і багатой неочікуваними рішеннями. Тут дефіцит часу набуває першорядну важливість.

Блискавичне вирішення тактичних задач ставить перед футболістом різні вимоги. На допомогу гравцеві приходять звіт з минулого, інтуїція, здібність осмислювати ситуації що виникають неочікувано. Здібність до миттєвої імпровізації є не менш важливою, ніж вміння розробляти складні комбінації. Прояв інтуїції під час гострих моментів гри слід розглядати як вимушений спосіб дій в

умовах гострого дефіциту часу та інформації. Вони, між іншим, можливі у випадку наявності достатньої кількості переробленої інформації, надбаної під час тренувань, минулих ігор, правильно поставленої тактичної підготовки.

Тактична підготовка футболіста полягає в необхідності впливу на нього в двох основних напрямках:

1. Навчання тактичним навичкам і вмінням (безпосередньо застосування відомих прийомів і комбінацій).

2. Розвиток обумовлених психічних якостей, як допоміжної тактичної ігрової діяльності (виховання у гравця здібності мислити самостійно в неочікуваних ігрових ситуаціях).

Обидва напрямки підготовки є однаково важливими, якщо у першому випадку наголос зроблений на пам'ять, на вміння фіксувати знайомі ситуації і комбінувати вивчені тактичні прийоми стосовно до змінних умов гри, то в другому завдання є набагато складнішим. Його суттю є розвиток здібностей до творчого логічного мислення відносно гравців суперника, що змушує їх таким чином вирішувати тактичні задачі підвищеної складності, і як наслідок втрачається час, необхідний для оперативного рішення схожих задач під час гри. В сучасному футболі виникла необхідність у гравцях нового стилю. Тренер збірної команди Аргентини Север Луїс Менотті з цього приводу скаже (журнал "Соккер" переклад в тижневику "Футбол-хокей" 1977, №24) "Тренер повинен і може вибирати гравців, складати план, давати поради як готувати команду, але існує стільки непередбачених перешкод і обставин, що виникають неочікувано під час гри, що долати їх, і мати з того вигоду в стані тільки інтелектуальні гравці".

Автори багатьох публікацій підкреслюють, що різноманітні технічні прийоми та вміння застосовувати їх на практиці вже відомі (і тому легко розгадуються суперником). Тактичні прийоми не можуть дати команді повної переваги над суперником, а тільки сприяти як окремим гравцям та всієї команди до самостійного тактичного мислення, здібності оцінювати ситуації, що виникають, і правильно використовувати найменший прорахунок суперника для гарантії успіху. Необхідною якістю футболіста нової формації є вміння передбачувати події, що розгортаються на базі інформації

стратегічного порядку (загальна інформація про суперника, так і на базі побічних даних, одержаних безпосередньо в ході гри). Саме покращення серйозної тактичної підготовки всієї команди з розвитком у кожного гравця, зокрема, здібностей в оцінці ігрових ситуацій і прийняття миттєвих рішень (з врахуванням можливостей миттєвих змін в ситуаціях) і виховує, на нашу думку, інтелектуального футболіста.

На думку багатьох авторів відповідну стереотипність використання методів навчання гри у футбол полягають в традиційному розгляді комбінацій, як можливих способів дій, як самостійну (окрему) ігрову ситуацію, як тактичну категорію, що сильно гальмує розвиток самостійного ігрового мислення. В цьому значну роль відіграє і відсутність опрацьованої систематики або класифікації ігрових ситуацій, про що вже згадувалось раніше.

Необхідність розвитку творчого тактичного мислення футболіста підкреслюється рядом авторів, і, без сумніву, максимальний простір для його розвитку дає саме футбол - гра гостроконфліктна, емоційна, що змушує знаходити вихід із найскладнішої ситуації, миттєво застосовувати іноді навіть парадоксальні рішення. Футбол дає можливість повністю розкрити творчу індивідуальність гравця в екстремальних умовах і якщо ще враховувати і багатофакторність умов, що впливають на хід гри, що залежить від визначення психологічної сумісності різних індивідуальностей, узгодженості (злагожденості) дій між гравцями, знаходження спільної мови в умовах гострого дефіциту часу і інформації та суттєво підвищує якість гри команди.

Під терміном техніка розуміють спеціальні прийоми та дії гравця, які йому необхідні для ведення гри. Техніка — це вміння управляти м'ячем в ситуаціях, які безперервно змінюються (вибір способу зупинки, передачі, ведення, обведення, удара по воротах та інші).

Техніка — це надбана навичка, яка зберігається практично на все життя, як наприклад, вміння плавати, їздити на велосипеді та інші. Але якщо систематично його не вдосконалювати, тоді швидкість і сила виконання прийомів техніки порушується.

Техніка є одним із стабільних компонентів футболу (зміню-

ється найменше). Всі основні прийоми техніки були викладені детально вже в перших літературних джерелах, виданих ще в кінці XIX століття. Для футболістів і тренерів сьогодні секретів в техніці вже не існує. Однак умови виконання прийомів техніки змінюються безперервно (з місця, в русі, в умовах протистояння з суперником і т.д.), і тому вимагають систематичного їх вдосконалення.

Техніка обслуговує тактичну думку гравця і всієї команди. Без правильного і своєчасного виконання прийомів техніки, неможливо перетворити в життя навіть саму геніальну тактичну думку гравця. Тому оцінка ігрової ситуації, прийняття єдино правильного рішення і виконання прийомів техніки, на відміну від більшості індивідуальних видів спорту і деяких спортивних ігор, є важливішими складовими футболу.

В багатьох видах спорту для досягнення високих спортивних результатів вирішальне значення належить розвитку окремих рухових якостей або конституційним особливостям спортсмена (наприклад: легка атлетика, важка атлетика, баскетбол та інші).

Не менш важливого значення набуває і білатеральність виконання складних прийомів техніки гри як лівою, так і правою ногою, на відміну від стрибунів, метальників та інших.

Складність виконання прийомів техніки полягає в тому, що навичка в футболі не повинна бути повністю автоматизованою та стабільною, а варіативною (його не варто вдосконалювати до автоматизму на відміну від індивідуальних видів спорту).

Техніка — є фундаментом майстерності футболістів. Однак на ранній стадії формування гравця важливого значення набуває фізична підготовка, яка є важливішим компонентом в оволодінні технікою і тактикою гри. В навчальному процесі техніка переважає тільки після розвитку рухових якостей до потрібного рівня.

Зростання техніки гравців на наступному етапі дає можливість більше уваги приділяти тактиці гри. Однак, на основі техніки будується якісний ріст майстерності гравців. Відомо, що рухова навичка, вироблена колись, живе дуже довго (якщо людина вміла плавати, то вона попливе і через 20 років, якщо така необхідність виникне). Але якщо прийоми техніки не вдосконалювати постійно, — в першу чергу порушується не сама придбана навичка, а тільки

швидкість, сила та точність її виконання.

Жонглер зі світовим іменем Енріко Ростеллі говорив: “Якщо я не тренуюсь один день я втрачаю впевненість, якщо не тренуюсь два дні, то це помічають мої асистенти, а якщо три і більше днів, то це вже помітно і глядачам”. Звідси можна зробити висновок, що при відсутності систематичного тренування погіршується економічність рухів та загальна працездатність. Відомий фізіолог І.Сеченов говорив: “Вдосконалення рухів неможливе без ліквідації зайвих рухів. Зайві рухи гальмують вдосконалення рухового акту, його граничне напруження, його граничний результат”. Це добре помітно на прикладі енергетичних витрат між кваліфікованим футболістом та новачком, зокрема в ударах по м'ячу на відстань.

Хоча кваліфікований футболіст виконав значно більшу роботу ніж новачок, але енергії більше витратить саме новачок. Не випадково погано технічно підготовлені футболісти на приборкання м'яча витрачають дуже багато зусиль.

Техніка і тактика. Техніка обслуговує тактику, оскільки за допомогою прийомів техніки футболісти вирішують заздалегідь обмірковані дії. Стан техніки визначає розвиток тактики, тобто відсутність техніки обмежує, а високий рівень техніки розширює тактичні можливості гравця і всієї команди. Таким чином, тактика висуває вимоги до підвищення техніки. Ріст техніки і тактики можливий тільки в іграх, коли зустрічаються рівні по силах команди. Якщо одна із команд є слабшою, тоді другій немає необхідності використовувати весь арсенал технічних прийомів. Вона може обмежитись декількома, що впливає на зниження тактики в даному матчі.

Відомо, що фізична підготовка приходила в футбол з великим ускладненням. Багатьох тренерів навіть обвинувачували у відмові від техніки і переході на силовий футбол (в Угорщині, Австрії, Чехословаччині). Сьогодні всім тренерам добре відомо, що футболіст не зможе досягти високих спортивних результатів без достатнього рівня розвитку рухових якостей. Сила, гнучкість, швидкість, скорочувальна здатність тих чи інших груп м'язів необхідна для підвищення працездатності гравців, інтенсифікації їх дій у відповідності до вимог сучасного футболу. Футболісту

необхідні ті якості, які забезпечують його технічну підготовленість. Вміння застосовувати технічні прийоми в різних поєднаннях легко, впевнено, без демаскування є ознакою високої техніки. Надзвичайно важливе значення має безпомилковість виконання прийомів. Адже, не завжди потрібна витонченість, елегантність, а точність необхідна завжди. Переключення з бурхливих, стрімких дій на спокійні і навпаки, зміна ритму в технічних діях має велике значення. Наприклад, фінт, де обманна частина виконується відносно повільно, а дійсна швидко і т.д.

Висока техніка вимагає вміння демонструвати підготовчі рухи до удару не притаманні самому удару (рух на удар одною частиною ноги, а виконання удару іншою і т.д.). Формалізм в рухах техніки застосовувати не можна. У висококваліфікованих футболістів підготовчі рухи не повинні відповідати самому удару.

Техніка і швидкість. Підготовка футболіста здійснюється так, щоб він був здатним виконувати прийоми техніки не тільки з максимальною швидкістю, і як того вимагає ігрова ситуація, тобто і швидко і повільно. Буде великою помилкою, якщо гравець виконує прийоми техніки тільки в одному темпі. Рекомендується підготовчі рухи (наприклад для удару) виконувати швидко, а сам удар повільно і навпаки.

А це означає:

1. Як підготовчі рухи, так і само виконання прийому необхідно вміти виконувати з різною швидкістю.

2. Технічні прийоми необхідно вміти виконувати на максимальній швидкості бігу.

3. Вміти виконувати технічний прийом після швидкісних і силових зусиль (після поштовху гравець повинен боротися за м'яч і довести дію до кінця не відступаючи). Значною помилкою є і те, що футболісти, дістаючи м'яч, різко знижують швидкість, тобто без м'яча пересуваються значно швидше. Крім того, як правило, підлаштовуються під м'яч коли їм не вигідно його прийняти, віддати, завдати удар по воротах і т.д.

Так, наприклад, існує значна різниця у швидкості бігу до технічного прийому і після його виконання (після передачі м'яча, удару і т.д. витрачається багато часу для наступного швидкого

старту). Помітне значне уповільнення в рухах гравців після звільнення від м'яча. Щоб ліквідувати згадані недоліки в футболі всі справи повинні носити цілеспрямований характер і бути конкретними.

Швидкість виконання технічного прийому вимагає систематичного тренування. Першою ознакою втрати тренуваності є зниження швидкості виконання технічних прийомів. Навчання техніці повинно проводитись паралельно з тактикою. Однак техніка повинна дещо випереджати тактику.

Таким чином тактика - це по суті безперервний конфлікт на окремих ділянках поля між двома гравцями, групою гравців або двома протиборствующими командами з метою створення переваги в найвигідніших ситуаціях. В пошуках виходу із конфлікту гравець зобов'язаний пересуватися безперервно для вибору вигідної позиції, а якщо це не вдається, — тоді своїми діями сприяти створенню вигідних ситуацій партнерам.

При безпосередній участі в тактичній дії, крім викладеного, гравець зобов'язаний правильно оцінити ситуацію, прийняти рішення у відповідності до рівня спортивно-технічної підготовленості, а далі правильно обирати спосіб технічного виконання задуманого.

Гравець, за звичай, вирішує тактичні ситуації в умовах, коли немає суперника, коли суперник діє пасивно або при безпосередній протидії одного або групи суперників.

В свою чергу, техніка — це навички, де гравцеві доводиться обирати спосіб виконання прийому, відстань, спрямованність, які практично є тактичною складовою техніки.

Часто ведуться розмови навколо переваги зонного захисту над персональним. Відомо, що в зонному захисті гравці заважають супернику не залишаючи своїх позицій (зон), закриваючи шлях до воріт. Вільний (останній) захисник по черзі допомагає партнерам відбирати м'яч у суперника.

Один із гравців переслідує суперника не дозволяючи йому прийняти або передати м'яч, а захисники зобов'язані зайняти такі позиції, щоб позбавити суперника можливості взаємодіяти між собою. Однак це не означає, що суперника не можна атакувати уже на його

половині поля (не очікувати поки той перетне лінію центра поля).

Окремим гравцям давались персональні завдання опікувати деяких гравців суперника не відступаючи до закінчення або зриву атаки. Такий спосіб дій можливий тільки при наявності в команді вільного захисника.

Вже на Чемпіонаті світу в Іспанії ніхто не бачив персонального захисту навіть з боку команди Федеративної Республіки Німеччини (яка раніше відрізнялась застосуванням саме цього прийому). Ми багаторазово спостерігали як гравці середини поля приходили на допомогу захисникам. Цікавим був і варіант, коли вільний захисник мав свого підопічного. В такому випадку звільнявся інший захисник, який і приходив на допомогу партнерам на будь-якій іншій ділянці поля.

Це означає, що Чемпіонат світу в Іспанії перекреслив схему оборони, яка ефективно діяла на чемпіонаті світу в Аргентині. Замість персональної опіки на перший план вийшов зонний принцип оборони.

Особливістю атакуючої фази гри є те, що в ній могли брати участь всі гравці. В жодній команді не було захисників, які не брали би участі в атаках.

Півзахисники наносили удари по воротах із далеких відстаней, обводили суперника, вривались в його штрафний майданчик, виконували передачі, грали головою, після цього своєчасно відходили назад, де грали як захисники.

Більшість команд грала трьома нападниками. Однак своїх ігрових зон ніхто не дотримувався. Грали по всій ширині поля. Тільки бразилець Едер грав суворо у своїй зоні. Однак після оволодіння м'ячем і він пересувався по діагоналі. В такому випадку його місце займав півзахисник, а того заміняв захисник. Нападники, не розташовуються в лінію, і змін в їх діях нічого нового виявлено не було. І все таки гра стала більш комбінаційною. В результаті виник вислів, що сьогодні гру не виграють, а тільки одна із сторін її може програти.

В атаках повинен брати участь той футболіст, який в даний момент таку можливість має, тобто займає вигідну позицію для атаки. Довести атаку до її завершення, тобто до логічного кінця в сучасному футболі інакше неможливо.

Необхідно щоб підключались до атаки всі гравці, і головне, щоб вони вміли це робити. Цьому гравця можна навчити, але тільки при наявності бажання.

Чемпіонат світу в Іспанії показав, що швидкість, наполегливість і відповідні вимоги до себе дають відповідний результат. Команда, в якій хоча би один із гравців не працює над собою, не може сподіватися на досягнення запланованого результату. На чемпіонаті світу всі гравці були добре підготовлені як фізично, так і психологічно, але відрізнялись один від одного. Хто бачив, наприклад, Марадону з близької відстані або грав проти нього повірять, що він чудовий жонглер, володіє прекрасними фізичними даними. І все таки зіркою чемпіонату світу не став, йому не дозволила стати зіркою його індивідуальна гра. Сьогодні хороший гравець повинен тісно взаємодіяти з командою. Тільки в такому випадку можливо продемонструвати свої здібності в повній мірі. На чемпіонаті світу є багато футболістів здібних діяти не тільки індивідуально, а в потрібні моменти повести команду вперед, в атаку. Вони є прикладом у грі, і в той же час здатні демонструвати джентельменство, вони борються за поставлену перед собою мету, що в сучасному футболі і називається майстерністю.

Всі спеціалісти та тренери підкреслювали, що майстерність поки що переважає над іншими компонентами гри. Тут наочно і переконливо було видно наскільки важка праця тренера виявилась в добром підборі гравців. Так, наприклад, Енцо Беарзот у 1978 році в Аргентині зумів досягти непоганих результатів. В 1980 році його команда не зовсім вдало виступила в чемпіонаті Європи і пішов слух про його зміщення з посади тренера збірної команди. Однак вже через два роки йому вдалося створити чудовий ансамбль. Досить нагадати як професійно він поступив з Россі. Він знав, що це виключно добрий гравець. Знав, що на початку чемпіонату світу два-три матчі проведе погано і все-таки він випускав, і залишав його на полі до кінця кожного матчу, щоб дати можливість ввійти в ігровий ритм. Саме того йому і не вистачало. Після чемпіонату світу всі ті, хто на нього люто нападав, були йому за те вдячні. Справа в тому, що цим випадком Беарзот довів всьому світу, що головним фактором успіху є майстерність.

Це ж саме підтвердив і тренер збірної команди Франції Ідальго. Він спочатку створив молодіжну команду і звідси поповнював гравцями головну команду своєї країни. Великим здивуванням чемпіонату світу було коли в фінал потрапила збірна команда ФРН, хоча вона того і заслужила. Здивуванням було те, що не дивлячись на невдалу гру вона зуміла стати срібним призером. Це, з одного боку, характеризує команду з позитивного боку за її успіх, а з іншого боку свідчить про те, що інші команди не зуміли перешкодити їй.

Поляки знову продемонстрували, що гра у футбол повинна бути гострою і настирною. Сенсацією були неочікувано хороші за змістом ігри команд Алжиру, Камеруну, Північної Ірландії. Вони довели, що завдяки великій прилежності і працездатності, при доброму керівництві можна досягти багато чого.

Сьогодні і в минулому кращі футболісти будували свою гру на досконалій техніці гри. Це яскраво проявлялось на всіх чемпіонатах світу. Сьогодні тільки однієї технічної виучки гравцям вже недостатньо. Техніка повинна бути підкріплена відповідною фізичною підготовкою, оскільки це поєднання створює умови технічно діяти в кожній ігровій ситуації, і особливо в ускладнених умовах. Відомо, що способи виконання прийомів техніки не змінюються. Змінюються тільки умови в яких гравцям доводиться виконувати ті чи інші прийоми.

Згадайте період, за який футбол перейшов на організовану гру і зрівняйте з сучасним його розвитком. Відомо, що в класичній системі у грі футболісти застосовували статичну техніку. Гравець мав достатньо часу на виконання прийому і передачі м'яча. В системі трьох захисників футболісти поєднували техніку з рухом, оскільки тут, в обороні, приєднався елемент щільного, особистого захисту суперника. Техніка гри захисників в цій системі не змінилась, а гра нападаючих була сконцентрована тільки на атакуючих діях. Можна зупинитися і на інших системах гри, і розкрити як технічна ігрова діяльність футболістів здійснювалась в мінливих умовах.

В сучасному футболі робиться наголос на тренуванні техніки в русі, оскільки гра вимагає універсальних футболістів, тобто таких, які володіють всіма, як захисними, так і атакуючими діями.

Однак універсальність ніяк не зістиковується зі стихійністю та неорганізованістю у грі. Активна та організована зміна місцями між гравцями по ширині і глибині поля вимагає володіння технікою, яка необхідна для успішних дій, як в захисній, так і в атакуючій фазах гри.

Наступною умовою сучасного сприйняття гри є вміння гравця вирішувати ігрові ситуації знаходячись під тиском одного або кількох суперників. Перебуваючи в таких стресових ситуаціях гравець, який володіє м'ячем, обмежений часом і простором. Охоплюючи всі умови можливого створення ситуації гравець сподівається на правильне їх вирішення. Передумовою успішного вирішення таких ситуацій є досконала автоматизованість всієї рухової діяльності гравця. Тоді футболіст не буде концентрувати всю увагу на техніці наступної діяльності, а буде спостерігати за ігровою ситуацією в просторі, за рухами, розташуванням суперників та партнерів по команді. Наведені тактичні аспекти і визначають подальшу можливу діяльність (обвести суперника, нанести удар по воротах, здійснити ривок з м'ячем, відпочити та інше).

На досвіді сучасної гри чітко проглядається індивідуальна ігрова діяльність футболіста. Гравець на швидкому бігу приймає м'яч, виконує фінт, обводить суперника, переходить на іншу діяльність, яка створює єдине ціле, а її успішне проведення стає основою для завершення атаки. Сама гра стає динамічною, що ставить підвищені вимоги до техніки та ігрової діяльності в цілому. Витримати таку діяльність здатен тільки гравець, який володіє відмінною технікою, підкріпленою високим рівнем спритності, сили, швидкості і витривалості.

Динамічна гра вимагає технічно досконалого гравця, здатного оволодівати ігровою діяльністю в різноманітних умовах.

Техніку вдосконалюють в тренувальному процесі шляхом застосування різноманітних вправ, спрямованих на конкретну ігрову діяльність гравця. В минулому видавались методичні посібники, які користувались популярністю у тренерів. Тренери часто застосовують в тренуваннях відомі вправи. Однак вони з часом забуваються, а через певний час тренери знову включають їх в заняття, хоча для гравців

вони є не тільки знайомими, але і застарілими. Існують і інші вправи, якими часто користуються, хоча вони ніколи не публікувались. Звичайно, що охопити всі існуючі в футболі вправи практично неможливо, хоча великою кількістю тренеру, самостійно вдається підвищувати зацікавленість гравців до тренувальних занять.

Деякі тренери постійно використовують в заняттях нові вправи, будучи впевненими, що таким підходом переконують гравців у своїй високій тренерській кваліфікації. Вони забувають, що безперервне використання в тренуванні нових вправ порушує плинність тренувальних занять, оскільки гравці більше стоять, ніж рухаються. Таке прагнення до строкатості тренувального процесу заважає гравцям оволодівати прийомами і діями, оскільки в таких заняттях все зводиться до поверхневого проведення вправ. Інші екстремальності полягають в тому, що тренери окрім своїх перевірених вправ використовують і нові. Постійне застосування одних і тих самих вправ веде до монотонності тренування, що не сприяє підтриманню доброго морального клімату в колективі. Передбачається, що результат застосування таких вправ в тренувальному процесі, якими гравці вже оволоділи, дозволить виконувати їх з відповідною інтенсивністю.

Відомі вправи є простими і складними. Обирати з них потрібно такі, що за своєю складністю відповідають рівню спортивної кваліфікації та віковим особливостям гравців. Однак це не означає, що прості вправи тренер не може застосовувати для гравців високої кваліфікації. Прості вправи створюють передумови до інтенсивної тренувальної роботи, яка в нашому тренувальному процесі не може бути заспокійливою. Прості вправи можна проводити з середньою інтенсивністю у підготовчій частині тренування. Але завжди все залежить від того як тренер організовує процес оволодіння вправою. При поганій організації і найкращий зміст тренувального заняття втрачає свою дію.

Всі вправи спрямовані на технічну і частково на тактичну сторону ігрової діяльності футболіста. Багато з них допомагає розвитку і спеціальних рухових якостей. Тут має місце і поєднання техніки, ігрової діяльності футболіста з фізичною підготовкою, кінцевим результатом яких є динамічна техніка.

ТЛУМАЧЕННЯ ЗМІСТУ СЛІВ, ЩО ВИКОРИСТОВУЮТЬСЯ В ТАКТИЦІ ФУТБОЛУ

Система — це початкове розташування гравців, яке під час гри трансформується в залежності від турнірного становища команди, суперника, що безумовно впливає на розташування гравців на полі та їх дії у грі.

Система — це основний спосіб гри команди. Вона характерна особливостями розташування гравців на полі і визначає основні функції, які кожен гравець повинен виконувати протягом гри.

Правильна система гри повинна розташовувати гравців по всьому полю рівномірно, зберігаючи рівновагу між захисниками і нападниками, забезпечувати перехід від оборони до атаки і навпаки. Система повинна бути гнучкою, щоб її легше було пристосовувати до гри суперника. Вона будується на колективній основі з відповідальністю кожного гравця за доручену йому зону дій.

При виборі системи необхідно виходити із рівня фізичної і техніко-тактичної підготовленості гравців.

Відомий тренер ЦСКА (Москва) та збірної команди СРСР Б. Аркадьєв говорив, що новинки в тактиці приносять користь команді тільки до тих пір, поки їх не побачили суперники. Якщо вона стає відомою, - користуватися нею вже недоцільно. Тому нові техніко-тактичні варіанти гри повинні розроблятися постійно.

Адже гравцям лінії захисту тактичні завдання вирішувати складніше, ніж гравцям інших ліній команди, оскільки дається взнаки різниця в якості володіння м'ячем, вмінні вирішувати ігрові ситуації знаходячись у незвичних для себе ситуаціях. Крім того, виникає небезпека для власних воріт, оскільки створюються вільні зони для нападаючих суперника.

Всі існуючі системи гри, якими команди користуються в сучасному футболі, побудовані на збереженні рівноваги або переваги захисників над нападаючими. Однак в період виникнення та свого розвитку футбол мав характерні особливості.

Розглянемо розвиток тактики гри в історичному аспекті.

В енциклопедичному словнику з фізичної культури і спорту Том 111 ФМС., М., 1963 зазначено.

Тактика — це сукупність форм і способів боротьби за перемогу в змаганнях за найвищий спортивний результат. Застосовується з врахуванням підготовленості спортсмена і конкретних обставин, що складається в процесі змагань.

Основу тактичної підготовки складає висока спортивна майстерність як результат розумно організованого спортивного тренування. В більшості видів спорту змагаються два, група спортсменів, або кілька команд. В таких змаганнях при відносній рівності сил перемогу одержить сторона, яка краще використовує сукупність засобів і технічних прийомів, тобто яка краще підготовлена тактично.

В єдиноборствах (боротьбі, боксі, фехтуванні та інших) тактика - це цілий комплекс факторів, які враховуються суперником. Перш за все необхідно використовувати свої (власні) сильні сторони і недоліки суперника (фізичні особливості, володіння технікою, морально-вольова підготовка та інші).

Тактику характеризує інтенсивність дій і різноманітні моменти змагання, використання відволікаючих дій з метою введення суперника в оману, застосування найбільш дієвих прийомів у вирішальні моменти єдиноборства. Тактика включає в себе і вміння доцільно витратити сили протягом всього змагання, і обирати найбільш ефективний стиль ведення боротьби в окремих зустрічах.

В індивідуальних видах спорту (легкій атлетиці, велоспорті, гімнастиці, плаванні та інших) в поняття тактики входить розподіл сил на дистанції, зміна темпу бігу або гонки з врахуванням обставин, що виникають.

В спортивних іграх під тактикою розуміють організацію індивідуальних і колективних дій гравців та команди, спрямованих на досягнення перемоги над суперником. В залежності від можливостей своїх та суперника в ситуаціях, що безперервно змінюються в процесі змагань, застосовуються тактичні комбінації та прийоми. В боротьбі однієї команди з іншою кожен гравець повинен проявляти ініціативу і тактичну дотепність та діяти в інтересах всього колективу. Кожен із видів спорту має свої тактичні

особливості. Вдосконалення спортивної тактики є важливою передумовою досягнення високих результатів.

Доведено, що в футболі результат досягається шляхом поєднання загальнокомандних та індивідуальних дій гравців.

Вміння обирати найкращий варіант для подолання опору суперника - це питання мистецтва гравців.

В футболі застосовується індивідуальна, групова та командна тактика.

В індивідуальній тактиці футболіст самостійно вирішує як застосовувати ті чи інші дії з м'ячем і без м'яча.

В груповій тактиці два і більше гравців вирішують ті чи інші тактичні завдання в нападі, середині поля або в захисті.

В командній тактиці гравці діють у відповідному розташуванні на футбольному полі під час атаки та оборони власних воріт. Як правило командна тактика виражається в тактичній системі гри, обраній командою, для досягнення кінцевої мети.

У футболі часто користуються термінами запозиченими з військової науки.

Так, наприклад, термін “стратегія” — слово грецького походження, що означає мистецтво ведення військових операцій, компанії і війни взагалі.

Стратегія в шахах - це загальні структурні принципи, якими суперники користуються протягом турніру або окремого матчу.

Стратегія у футболі — це процес планування, побудови і спрямування особливостей дій команди протягом всього сезону.

Стратегічна мета — це програмна лінія команди будь-якого футбольного клубу протягом всього сезону (заміна гравців у випадку травм, у зв'язку з віком, переходом до іншого клубу та інше).

В окремому матчі простежити стратегію неможливо.

Наприклад стратегія Федерації футболу України - це розподіл команд на зони, на групи або ліги, створення фармклубів, дублюючих складів при командах вищої ліги, футбольних дитячо-юнацьких спортивних шкіл, підготовка тренерських кадрів, відправка спостерігачів на Чемпіонати Світу, Європи, Олімпійські ігри, за командами з якими доведеться зустрічатися в іграх Єврокубків Ліги Чемпіонів та інших.

Кожна команда має власну стратегію підготовки до конкретного турніру або окремого календарного матчу. Власну стратегію має і тривала перспектива досягнення командою кінцевої мети (посісти призове місце, вийти на європейський рівень та ін).

Стратегія підготовки команди на окремий, конкретний матч характеризується кількісними показниками проведених тренувальних занять, товариських і тренувальних ігор, інформацією про особливості гри суперника та окремих його гравців-лідерів, підготовкою адекватного тактичного плану на гру з відповідною мотивацією гравців на матч. Сюди відноситься і транспорт, виїзди команди на матч, особливості харчування та інші.

В окремому матчі стратегію простежити неможливо. Це по суті мистецтво провести весь календар змагань на першість або Кубок з раціональним розташуванням сил, планування навчально-тренувальних занять, визначення особливостей гри команд-суперниць і таке інше.

Якщо на початку сезону доведеться проводити ігри зі слабкими суперниками (як засвідчує практика зараз таких не існує), тоді тренувальний процес слід планувати так, щоб не форсувати підготовку команди до початку Чемпіонату. А якщо вже на початку сезону доведеться проводити календарні зустрічі з сильними суперниками, — тоді і підготовку команди необхідно проводити так, щоб успішно зіграти перші матчі і щоб ще вистачило сил на решту матчів сезону.

В структурі футбольного клубу існує багато факторів, які впливають на досягнення стратегічної мети. Це, зокрема:

- діяльність Ради клубу;
- департаменти (відділи), які забезпечують ефективність його функціонування (організаційний, спортивно-технічний, тренерсько-методичний, по роботі з молоддю, господарський та ін).

Стратегічну підготовку команди забезпечують:

- тренерська рада;
- комісія з пошуку талантів;
- молодіжна;
- спортивні школи;
- тренувальні бази та інші.

Безпосереднє забезпечення тренувального процесу покладається на:

- головного тренера;
- його помічників;
- групу науково-методичного забезпечення;
- лікаря;
- масажиста;
- психолога;
- адміністратора та інших.

Вони відповідальні також за забезпечення планування підготовки футболістів, проведення тренувального процесу, створення колективу, здатного досягти визначеної мети.

Розробленій і прийнятій клубом стратегії повинна відповідати тактика, оскільки саме вона є складовою частиною стратегії.

Тактика — слово походить від грецького слова походи, що означає приводити в порядок. Це частина військової стратегії, яка їй підлегла та її обслуговує.

Тобто, це наука про ведення бою військовими частинами. Мистецтво керувати військовими частинами під час бою і організовувати їх маневрування і пересування. Це методи боротьби з суперником, які застосовуються для досягнення поставленої мети.

Наприклад, у боксі під тактикою розуміють раціональне використання бойових засобів для досягнення перемоги.

У ковзанярському спорті, легкій атлетиці, лижному спорті, тактика - це розрахунок своїх можливостей і розподіл сил під час проходження тієї чи іншої дистанції.

У спортивних іграх тактика — це форми і способи індивідуально-колективних дій гравців, спрямованих на досягнення перемоги над суперником.

У футболі тактика — це організовані індивідуальні та колективні дії команди, спрямовані на досягнення поставленої мети. Таким чином, тактика - це вміння застосовувати техніку і спрямувати зусилля гравців суворо у відповідності з конкретними умовами. У всіх випадках задум буде тактичним, а виконання технічним.

Техніка, в свою чергу, повинна бути стабільною, але

пристосованою до вирішень тактичних завдань. Віртуозність, якої гравець “нахапався”, нічого спільного немає зі стабільною технікою, якою користуються у варіативних умовах. Це означає, що прийоми техніки необхідно вдосконалювати в умовах, наближених до гри, тобто одночасно з технікою необхідним є вдосконалення тактики. Адже лімітуючим фактором під час вирішення тих чи інших тактичних завдань є саме техніка. Ідеальним може бути тільки випадок, якщо техніка і тактика не будуть обмежувати один одного, хоча і тут існують протиріччя. Відомо, що техніка повинна бути автоматизованою до відповідного рівня. Таких вимог до тактики не ставиться, оскільки тут важливим є не допускати виникнення стереотипу під час вирішень відповідних задач.

Основою гри в футболі є ігрові ситуації. Будь-які ситуації, що виникають під час гри, безперервно змінюються. Кожна ситуація – це конкретне завдання, яке гравці повинні вирішувати негайно. Як тільки ситуація вирішена, – тут же виникає нова, яка вимагає нового вирішення.

Гра власне і складається із ситуацій, які під час гри безперервно змінюються і суттєво різняться одна від другої (в нападі, середині поля, у безпосередній близькості від власних воріт та інші).

Не дивлячись на їх необмежену різноманітність деякі ситуації у гри повторюються, тобто виникають частіше, тому їх називають типовими або стандартними. Гравцям доводиться їх вирішувати індивідуально або колективно.

Індивідуальне вирішення ситуацій (в нападі, обороні) здійснюється ігровою діяльністю одного гравця, який вирішує її думаючи з відповідним способом. Тому тут діяльність гравця під час її вирішення має дві сторони — тактичну і технічну.

Тактична — яка створюється процесом мислення, тобто вибором ефективного і найраціональнішого рішення.

Технічна — закладена на раціональному способі обраного рішення. Однак, це одне ціле, яке не можна розчленовувати.

Колективне вирішення ситуацій здійснюється за допомоги комбінацій.

Під терміном комбінація розуміють взаємодію двох і більше гравців, які здійснюють колективний тактичний задум. Це, як

правило, дії з 2-3-4 передач м'яча, як правило награних.

Ігрові комбінації — це поєднання дій у відповідному порядку. Це дії двох або кількох гравців команди, пов'язані з безпосередньою участю кожного у здійсненні загального тактичного задуму.

У футболі під комбінаціями розуміють дії гравців тільки в нападі. Сьогодні вже виникла необхідність застосовувати комбінації і в обороні.

Як засвідчує багаторічний практичний досвід фахівців, футболістів необхідно навчати не комбінаціям, а комбінувати.

Ігрові комбінації в значній мірі сприяють процесу оволодіння ігровими діями, оскільки вони у відповідній мірі відображають рівень технічної підготовленості гравців. В комбінації під час вирішення ігрової ситуації виступає колективна форма цілого комплексу проблем, що залежать від взаємодії одного або кількох партнерів. Це, перш за все, часова і просторова синхронність дій, що є обов'язковою умовою успішного завершення комбінацій.

В футболі розрізняють атакуючу і захисну фази гри. Тому гравці і розподілені на нападників і захисників.

Розподіл дій між гравцями команди або під час рішення колективних завдань всією командою здійснюється в рамках системи гри.

Тактика — це метод боротьби з суперником, який завжди застосовується свідомо. Звідси механічне заучування комбінацій не потрібне, необхідна свідома творчість гравців. Гравець повинен мати на озброєнні один або два тактичні моменти, якими успішно користується.

В комбінаціях не повинно бути і стандартних рішень, за виключенням стандартних ситуацій, але і тут повинна існувати тактика чергувань вивчених комбінацій.

На базі одно-двоходових комбінацій створюються багатоходові. Вивчати заздалегідь багатоходові комбінації не варто, вони користі команді не приносять. Малі одно-двоходові комбінації є справою техніки. В хороших командах вони вже стають стандартними. По суті із них складається тактика, хоча вони насправді є справою техніки.

Система — це ціле складене із частин. Порядок тут обумовлюється планомірним правильним розташуванням частин в

єдиному цілому. Сукупність принципів є підставою для будь-якого вчення.

Система гри — це вища ступінь взаємодії гравців, їх розташування, спосіб ведення гри і її найхарактерніші ознаки. Система передбачає наявність відповідних постійних ознак.

Завдання тактичної системи - це не вирішення тільки окремих часткових (поодиноких) завдань, а навпаки, пристосування гри кожного гравця до потреб тактичних концепцій всієї команди.

Все це відображається, головним чином, в розташуванні гравців, яке виходить з конкретних функцій кожного та їх взаємодії під час гри.

Кожен гравець окрім виконання своїх обов'язків, індивідуальних або групових завдань, повинен в повній мірі підкоряти свої дії обраній системі гри. Це вимагає від гравців відповідного рівня абстрактного мислення.

Хороша система гри ніколи не стане надбанням будь-якої однієї сторони. Вона змінюється, вдосконалюється і часто настільки, що її не визнають навіть ті, що її створили. Адже вона вимагає постійного тактичного розвитку і вдосконалення, оскільки в інший спосіб успішною не стане. Розвиток системи може діяти до позначки, після якої буде змінена або взагалі замінена.

У футболі фахівці, тренери, гравці користуються різними термінами, які необхідно обґрунтувати. Це зокрема: стиль гри, футбольні школи з їх особливостями, ансамбль, темп гри, маневрування, зіграність, індивідуальна гра та інші. Таким чином було би доцільно підготувати для широкого загалу футбольний словник.

Розглянемо детальніше кожен із наведених термінів, їх зміст та значення.

Стиль гри — це щось типове у гри команди, групи та окремих гравців, що виражається в особливостях їх психологічних, фізичних якостей, культурі та клімато-географічних умовах країни. Він легко сприймається на зір. Стиль і тактика — це невід'ємні складові одного цілого.

Стиль однієї команди — це темпераментність, швидкість, збудженість, а іншої команди — це спокій, урівноваженість,

засволювання технікою (в минулому австрійський стиль) та інші.

Як тільки тактика не відповідає стилю, тоді у команди практично нічого у грі не виходить. У зв'язку з цим не варто спішити зі зміною тактики.

Стиль — це прийоми і дії, які часто повторюються в матчі командою і окремими гравцями. Стиль визначає зовнішній характер гри, гравців та команди.

Однак стиль не тільки зовнішня ознака особливостей гри. На думку фахівців футболу в світі існує декілька стилів гри. Так, наприклад, особливістю шотландського стилю гри є:

- застосування гравцями багаточисельних передач на короткі відстані (5-10 м) вперед, назад, поперек поля. Тут гравці розташовуються трикутником. Користування цим стилем вимагає високого рівня техніки і виходів гравців на вільні позиції. Метою такого стилю гри є довести суперника до стану втоми за рахунок збереження м'яча під своїм контролем тривалий час і мінімальною витратою сил власною командою (гравці ухиляються від індивідуальних дій).

Перевагою шотландського стилю гри є:

- тривале володіння м'ячем;
- намагання вести колективну гру;
- гра без м'яча;
- збереження сил гравців.

До недоліків цього стилю гри можна віднести:

- уповільнена гра (короткі передачі і прийом м'яча);
- повільне оволодіння простором поля.

Англійський стиль базується на довгих передачах (понад 30 м), головним чином високих і напіввисоких. Цей стиль гри краще застосовувати у складних метеорологічних умовах (нерівне, брудне, мокре поле).

Метою цього стилю гри є швидке оволодіння простором поля, що вимагає першої точної, довгої передачі м'яча.

Перевагою цього стилю є:

- можливість здійснювати швидкі атаки;
- прискорення темпу гри;
- можливість діяти у грі індивідуально (боротьба за м'яч);

- натиск при ударах по воротах.

До недоліків стилю відноситься:

- хаотичність гри;

- високі вимоги до розвитку фізичних якостей гравців;

- зникає видовищність гри.

Футбольні школи - це характерні особливості способу гри, що виходять з характеру народу, темпераменту гравців відповідних етнічних, соціальних, економічних та географічних і інших умов їх проживання. Вони одночасно є і відповідними модифікаціями конкретних систем гри.

Так, наприклад, колишню австрійську школу гри характеризувала елегантність рухів гравців, точність передач, надійність зупинок, філігранність обведення суперника та фінтів тобто "плетіння мережив". Ця школа досягла свого апогею в період з 1928-34 роки і побудована на видовищних ефектах.

Витоками чеської школи гри був шотландський стиль. Їх характерними особливостями є:

- короткі передачі низом;

- гостра боротьба за м'яч;

- велика привабливість гри з неочікуваними середніми і довгими передачами між захисниками на вільні простори до бічної лінії.

Відома "чеська вулочка".

Угорська футбольна школа також бере свій початок із шотландського стилю, але за рахунок чергування коротких і довгих передач, збагачена високим рівнем фізичної підготовленості гравців, швидкості і жорсткості у грі, високого рівня володіння м'ячем, прояву у грі тактичної думки.

Представниками латинської школи є футболісти Італії, Іспанії, Португалії та Франції. Це своєрідна суміш англійської, угорської та південно-американської футбольної школи.

Її характеризує:

- швидкість рухів;

- комбінаційність дій гравців;

- динаміка гри;

- гра на ефектах;

- політ думки гравців.

Представниками південно-американської школи є: Аргентина, Бразилія, Уругвай.

Її змістом є:

- уругвайський дух боротьби за перемогу;
- індивідуальність та імпровізація бразильців;
- фізична підготовленість аргентинців.

Витоками цієї школи є шотландський стиль гри. Характерними особливостями південно-американської школи гри є:

- досконала, на рівні циркової, технічна підготовленість гравців;
- значна свобода та еластичність рухів;
- імпровізація дій.

Яскравими представниками середньо-європейської школи є: Німеччина, Нідерланди, Бельгія, Данія та інші.

Ця школа характеризується:

- бойовитістю;
- жорсткістю в боротьбі за м'яч на всіх ділянках поля на землі і в повітрі;
- націленність гравців на ворота суперника шляхом використання середніх і довгих передач м'яча;
- висока інтенсивність гри;
- достатньо високий рівень володіння технікою і раціональністю тактичних дій.

Щоб так діяти протягом всього матчу футболістам необхідний високий рівень фізичної підготовленості.

В футболі часто користуються і іншими термінами. Зокрема: ансамбль, лідери, темп, маневрування, індивідуальна гра та інші.

Ансамбль — слово французького походження, яке означає разом (спільно). Це взаємна узгодженість, стройне, єдине ціле. Це склад виконавців у мистецтві. Спільна участь кількох осіб у виконанні музичного твору. Сукупність будинків, що створюють єдину архітектурну композицію.

В спорті — це поєднання гравців, які володіють різними якостями, виділяються особисто і доповнюють одне одного, підвищують загальний рівень можливостей команди в тактичному плані.

Кожен гравець особо виділяється відповідними якостями (швидкий біг схильність до комбінування, обведення, удари по воротах тощо).

Лідери (провідні гравці) приковують до себе увагу гравців суперника (одного або декількох), чим полегшують дії партнерів по команді. Наприклад, Рональдіньо, Шевченко, Бекхем, Недвед, Кака Аршавін, Павлюченко та інші.

Гравці провідних клубів Італії, Іспанії, Нідерландів вміють добре передбачати напрямки передач м'яча, виконувати передачі точно, з необхідною силою, на відповідну відстань з врахуванням часу.

Темп гри може бути високим, перемінним, низьким тощо. Темп означає час швидкості виконання технічних і рухових дій.

Для футболу характерним є високий темп. Однак, важливим залишається вміння змінювати ігровий темп. Його не слід утотожнювати з метушнею.

Ритм гри — це будь яка рівномірна послідовність рухів, їх розміреність. Це порядок поєднання в часі всіх елементів дій. Для футболу важливою є аритмія, оскільки вона є складовою частиною тактики гри.

Під час атаки або дій в обороні ритм змінюється. Ці дві фази гри (атака та оборона) вимагають різної послідовності ритму і темпу.

Деякі гравці прийоми дій з м'ячем виконують дуже швидко, переходячи на повільний темп або навпаки, гравець все виконує повільно, а потім все дуже швидко, мов би вибухає.

Маневрування — здійснюється з метою вигідного розташування сил на визначеній ділянці (площині) поля.

Маневрування гравців виражається в насиченості гри комбінаціями.

Маневрування повинно бути економним, нестандартним і неочікуваним для суперника.

Якщо маневрувати безперервно, тоді для суперника воно не буде чимось новим. Адже гра без м'яча вважається найскладнішим мистецтвом тактики гри.

Маневрування може бути істинним (для одержання м'яча) і замаскованим (для концентрації власних сил на відповідній ділянці

поля). Тому гравці повинні пересуватися полем з врахуванням ситуації, що склалася.

Отже:

1. В тактиці важливо інтенсивно вести боротьбу на полі з усіх сил.
2. У гравців і тренерів команд зросло творче напруження.
3. Для створення чисельної переваги гравців на окремих ділянках поля доцільно залучати потрібну кількість гравців.
4. У гри щедро витратити свої зусилля керуючись гаслом “Всі в обороні — всі в нападі”.

Мистецтво створювати перевагу сил в атаці та обороні зараз спостерігається у багатьох висококласних команд (“Мілан”, “Ювентус”, “Аякс”, “Барселона”, “Реал”, “Челсі” та інші). Команди досягають цього за рахунок передач м’яча в умовних трикутниках, що дає можливість гравцям неочікувано виходити на вигідні позиції для отримання м’яча або для завершення атаки воріт суперника.

Щоб руйнувати дії суперника слід створити умови для позбавлення його м’яча з подальшою передачею кому-небудь із партнерів.

В сучасному футболі в захисті дотримуються принципу:

- кожен прикриває свого суперника;
- комбінований спосіб дій (прикривання як зонне, так і персональне);
- зонний принцип дій;
- “всі назад, а там розберемось!”.

У безпосередній близькості до воріт вступає в силу принцип “закривання” кожен-кожного. Але оскільки мистецтво обводки гравців зросло, то гравцям, які втратили м’яч, доводиться повертатися в оборону або навіть збільшувати чисельний склад захисників команди.

Тут важливо підкреслити, що кількість гравців в тій чи іншій лінії ще не визначає спосіб ведення гри команди.

Пошук гри в нападі повинен вестись значно активніше. Гравцям необхідно багато маневрувати, шукати свою гру. В той же час тренер повинен не фантазувати, а чітко бачити наскільки запропонований ним тактичний план гри є реальним з врахуванням сил своєї команди та сил суперника. Розумний спосіб вибору

тактики гри залежить від умов, в яких гравцям доведеться діяти (метеорологічні умови, стан поля, турнірне становище і таке інше).

Принципом гри команди повинен бути напад (атака), а чисельна перевага завжди забезпечить результат.

Він досягається:

1. Маневруванням.
2. Індивідуальною грою.

Маневрування хоч і є важливим, але не всемогутнім способом дій. Не менш важливою є і обводка, що призводить до створення чисельної переваги гравців.

Завдяки маневруванню фази організації як оборони так і атаки стають ранніми (переслідування гравця, який відібрав м'яч, це оборона, а точна передача м'яча захисником це вже атака).

Підготовка для маневру часто проводиться в іншому темпі, ніж сам маневр. Тому маневрування повинно бути економним і неочікуваним для суперника. Якщо маневрувати постійно, тоді для суперника воно вже не є чимось новим.

Гра без м'яча (маневрування) - це складне мистецтво тактики, яке проявляється не тільки в діях гравців, в яких необхідно вимагати швидкого відходу від суперника після обведення, інакше чисельної переваги не досягти.

Маневрування може бути:

1. Істинним — для одержання м'яча, що з психологічної точки зору у гравців виходить легше;
2. Замасковане (скрите) — маневрування з метою розрідження сил суперника і концентрації його відповідних сил на визначеній ділянці поля (це необхідно щоб привернути до себе увагу підстраховуючого гравця).

Ускладнення дій відповідних сил суперника ще не несе в собі тактичної спрямованості. Тому пересуватися необхідно раціонально, з обов'язковим врахуванням ігрової ситуації, що створилася.

Зіграність — мереживна гра поперек поля тут не є ефективною. Від тривалого комбінування до результату необхідно відмовитися, інакше може виникнути технічна помилка і м'яч буде втрачено.

Для створення загроз воротам необхідні повздовжні, діагональні та поперечні передачі м'яча.

Якщо повторювати одні і тіж самі тактичні прийоми тривалий час, користі буде мало. Прийоми техніки гри необхідно урізноманітнювати.

Індивідуальна гра — важливий засіб тактики. Без неї гри не було би взагалі. Звичайно, що тут важливе значення має ступінь використання її, тобто здатність обмежити супернику час на організацію міцної оборони. Неменш важливе значення має і простір, на якому краще діяти індивідуально. Індивідуальну гру найкраще використовувати в нападі, особливо в сторону воріт та штрафному майданчику суперника.

Здійснюване ведення м'яча від штрафного майданчику в глибину поля не можна назвати мистецтвом.

До індивідуальної тактики гри відносяться такі дії:

- єдиноборства;
- обведення;
- фінти;
- прориви;
- поштовхи суперника;
- далекі забіги з м'ячем;
- відкривання.

Індивідуальна тактика відмінно доповнює комбінаційну гру, збагачує її.

В індивідуальній грі гравець здійснює самостійні рішення. Тут все залежить від швидкості рішення, ігрового досвіду, оцінки обстановки, що склалась на полі і вміння мужньо сприймати свої помилки у грі. Тренери надають гравцям обмаль можливостей експериментувати, пробувати, шукати ефективні способи вирішень ігрових ситуацій. Для цього двосторонніх тренувальних, товариських ігор недостатньо, а в календарних робити цього не дозволяється.

Новизна в тактиці завжди була неочікуваним елементом гри. Найважливішим фактором тактики є час, неочікуванність, що позбавляє суперника можливості обдумати, обрати потрібний контрманевр, для чого у захисників завжди не вистачає часу. Ось так оцінюється у футболі швидкість і неочікуванність.

Повільну тактику суперник легко розпізнає і встигає прийняти ефективні протидії.

ТАКТИКА ГРИ БЕЗ М'ЯЧА

Майстерність гравця визначається рівнем володіння прийомами техніки і діями, спрямованими на оволодіння м'ячем. Висококваліфіковані футболісти все активніше переходять від демонстрування різноманітних прийомів техніки гри до гри без м'яча. Дії гравців без м'яча є основою колективного розуміння гри, показником ігрового і тактичного рівня команди.

У грі, дії футболіста без м'яча складаються:

- з вибору позиції;

- особливостей знаходження гравця по відношенню до суперника, партнерів по команді, м'яча в кожній конкретній ігровій ситуації;

- дій гравця після втрати м'яча його командою, тобто прикриття зони, гравця з м'ячем і без м'яча в захисті.

Рухи футболіста без м'яча і вибір місця — це дві зовсім різні, але взаємозалежні ігрові дії. Рух без м'яча оцінюється за показниками подоланої гравцем відстані без м'яча та інших дій. Вибір місця це якісна сторона ігрового мислення футболіста, тобто його здібності створювати, швидко оцінювати і вміло знаходити оптимальне рішення з врахуванням тактичного завдання команди. Це означає, що вміння рухатися є важливішою якістю, ніж надійне володіння м'ячем.

Рух гравця без м'яча, особливо після його втрати здійснюється переважно за рахунок сили волі. Саме тому, гравець зобов'язаний з таким же бажанням переслідувати суперника після втрати м'яча, як і забивати м'ячі у ворота суперника.

Вибір місця — це ігрова діяльність, що визначається рівнем творчого мислення футболіста. Творчість оцінюється з позицій оборони і атаки, де вирішальним фактором є швидкість і характер поведінки гравця, тобто ефективність вирішення ним тактичних ситуацій. Ступінь ефективності цієї діяльності може оцінюватися кількісними показниками торкань до м'яча гравцем в одному матчі. Адже навіть найкраще підготовлений футболіст який здатен працювати на найвищому рівні анаеробних можливостей не принесе команді користі, якщо не вміє правильно обирати місце на полі.

Лабільний психологічний стан гравця впливає на рухову активність. Гравець відмінно підготовлений фізично і недостатньо психологічно, не може досягти результату, на який він здатний. Такий гравець допускає тактичні помилки в захисті, особливо в ситуаціях, де вирішальне значення має здібність правильно обрати місце і передбачити розвиток ситуації. В атакуючі дії такий футболіст також включається з великими проблемами, не знаходить місця перед воротами суперника в умовах великої скупченості гравців. Саме тут і перевіряється вміння правильного вибору місця, оскільки вирішальним фактором є швидкість реагування в тісній взаємозалежності з технічною і тактичною швидкістю. Адже необхідно враховувати, що якість дій в обороні покращується безперервно у всіх команд.

Кожен футболіст володіє своїм специфічним розумінням гри, а раціональний спосіб вибору місця і є тією специфічною здібністю з врахуванням вроджених схильностей, які надзвичайно важко перетворювати. Пересування без м'яча не можна відділяти від вибору місця. Ці дві дії не слід поділяти навіть в методиці тренування футболістів.

Чисельні спостереження, проведені в процесі тренувань висококваліфікованих футболістів, показують, що цій діяльності поки що приділяється недостатньо уваги. Забувається головне, що тактична сторона діяльності гравців, особливо важлива для вдосконалення психічних процесів під час гри без м'яча, які охоплюють сприйняття футболістом ігрових ситуацій, їх оцінку та його кваліфікацію, тобто саме ті моменти, в яких гравець навчається вирішувати конкретні ігрові ситуації.

Відомості про закони гри, характер діяльності, навантаження футболістів, тренери і фахівці одержують за допомогою спостережень і аналізу ігор.

Доведено, що рухова діяльність і активність гравців під час гри надзвичайно різноманітна.

Так, наприклад, за один матч футболісти різного ігрового амплуа пробігають наступну кількість метрів:

- захисник - 4,900-6,300м;
- гравець середини поля - 7,200-9,300м;
- нападаючий - 5,100-7,500м.

Із них з максимальною та субмаксимальною інтенсивністю від 1100 до 1900м, а кількість відрізків, які пробігає футболіст складає 80-115. Крім того, нападаючий в одному матчі одержує м'яч до 83 разів і зберігає його під своїм контролем 127-154сек., гравець середини поля зустрічається з м'ячем до 128 разів і перебуває в контакті з ним до 223 с. Захисник відповідно 48-63 раз та 57-75сек. Тим не менш, і у нас в Україні, і за кордоном фахівці мають надзвичайно мало відомостей про особливості пересувань гравців без м'яча.

Недоліки в пересуваннях без м'яча у футболістів проявляються в обмеженій рухливості, недостатній ігровій спритності, яка характеризується статичною грою та нерішучістю дій.

На ефективність дій футболіста без м'яча впливають наступні фактори:

- досвід і тактична зрілість гравця;
- володіння основними принципами правильного вибору позиції;
- рівень фізичної підготовленості;
- психічний стан гравця та інші.

Однак, наведені якості залежать і від спеціальних теоретичних знань тактики гри, серед яких важливими є:

- пересування гравця в трикутнику;
- пересування від м'яча і до м'яча;
- розташування гравців по ширині і глибині поля.

Пересування в трикутнику є основою колективного взаєморозуміння і осмислення, що свідчить про єдність дій, передач м'яча по ширині і глибині поля, і можуть змінюватися по величині і формі, в залежності від способу ведення гри командою. Якщо гравці команди розташовані на полі так, що їх можна з'єднати між собою лініями, які утворюють ланцюг трикутників, то це дає можливість не тільки проводити атаки, але і успішно захищатися (Рис. 21-22).

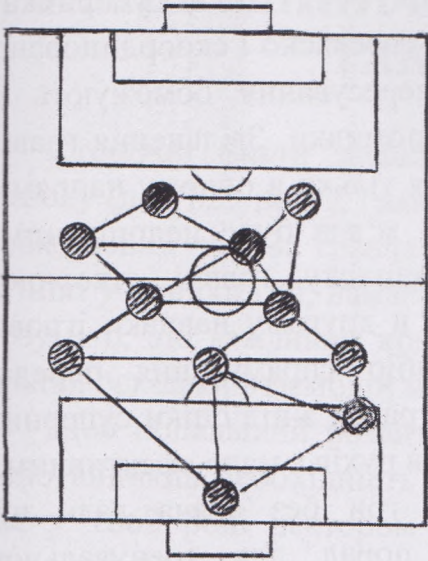


Рис. 21.
Розташування гравців
при атаці.

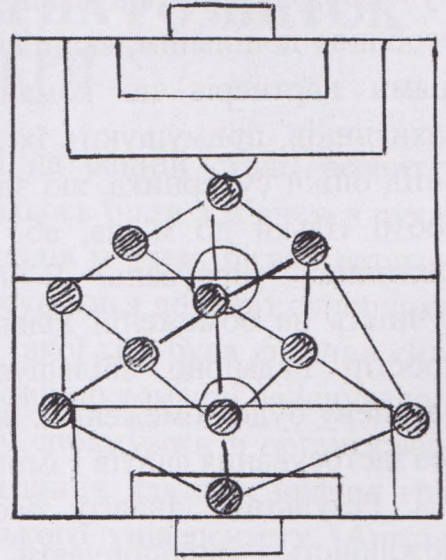


Рис. 22.
Розташування гравців
при захисті.

Безперервне і швидке переміщення м'яча повинно забезпечуватися відповідним рухом гравців в ланцюгу різних за формою трикутників з врахуванням ситуацій, що створюються під час гри. Доцільні рухи і правильне використання простору і дій на ньому у команди, яка володіє м'ячем, підсилюється впевненістю.

Щоб звільнитися з під опіки суперника гравець рухається до м'яча і від м'яча. Однак такі дії залежать від орієнтації гравця в просторі, від інтенсивності виконання дій та скоординованія їх з діями партнерів по команді.

Наведені фактори дозволяють передбачити що закритий гравець може звільнитися з-під опіки суперника наступним чином:

- виходити з різних напрямків і під різними кутами в напрямку до партнера, який володіє м'ячем;
- в напрямку від партнера, який володіє м'ячем з метою звільнитися з-під опіки суперника самому або звільнити простір для партнера;
- змінюючи напрямки пересувань до м'яча, а потім від м'яча.

Рух спрямований на звільнення гравця з-під опіки суперника є особливо доцільним, якщо виконується своєчасно і скоординовано з діями партнерів по команді. Такі пересування обмежують дії захисників, примушують їх допускати помилки. Звільнення гравців з-під опіки суперника, які здійснюються тільки в одному напрямку, тобто тільки до м'яча, або тільки від м'яча буде недоцільним з тактичних міркувань. В першому випадку гравці створюють кучність на обмеженій ділянці поля, а в другому навпаки ігровий простір надмірно збільшується і вибір спрямування передачі партнеру буде обмеженим. Звільнення гравця з-під опіки суперника без застосування фінтів і зміни напрямків рухів є мало ефективним.

Результати аналізу особливостей гри без м'яча дали нам можливість запропонувати декілька порад для тренувального процесу футболістів:

1. Для покращення якості гри без м'яча в тренувальний процес доцільно включати засоби, які сприяють зміцненню навички безперервного руху, тобто ігрові вправи в яких після кожної передачі настає обов'язкове пересування гравця на нове місце (звільнення себе з-під опіки суперника).

2. Ігри з рівночисельними складами гравців (3х3, 4х4, 5х5 та інші) приділивши особливу увагу пересуванню гравців в трикутнику та скоординованим рухам від м'яча і до м'яча у взаємодії з більшістю партнерів по команді.

3. В тренувальний процес включати фрагменти гри (з переходом від оборони в атаку, атаки по лівій, правій стороні, по центру поля) з підключенням до атаки гравців різних ліній, з повторним вирішенням ігрових ситуацій та інші.

Таким чином відбувається взаємодія між гравцями в окремих комбінаціях з завданням виходу на вільні простори (зони): на основі рішень розвивати у гравців творчі здібності під час рішень ігрових ситуацій.

ВПЛИВ ЗМІНИ ПРАВИЛ НА РОЗВИТОК ТАКТИКИ ГРИ

Історичні факти засвідчують, що на ранній стадії розвитку футболу (до 1823 року), гравцям дозволялось бігти з м'ячем в руках необмежений час. За гравцем, який володів м'ячем, бігали ватагою всі інші учасники гри, намагаючись просунути до воріт суперника. Зрозуміло, що важливим компонентом такої гри була фізична сила гравців, оскільки взаємодій між партнерами по команді не існувало.

Щоб подальший розвиток футболу спрямувати в організоване русло виникла необхідність розробки єдиних для всіх правил гри. Так, у 1862 році ректором Нотінгемського університету (Англія) були розроблені і видані перші для загального користування правила гри. Вони містили вісім параграфів. Це, зокрема:

1. М'яч зараховувався, якщо перетнув лінію воріт. Нести м'яч в руках, заносити або закидувати його руками за лінію воріт заборонялось.
2. Після ловлі м'яча руками гравець повинен опустити його до ніг.
3. Дозволялось штовхати м'яч ногами вперед і назад.
4. Зупинити м'яч ногою, що летить по повітрю, заборонялось.
5. Після виходу за межі поля м'яч вводив у гру гравець, що сприяв перетину м'ячем бічної лінії або лінії воріт.
6. Якщо м'яч потрапив у ворота, його вводять у гру команда, лінію якої він перетнув.
7. Всі гравці повинні перебувати на відстані шести метрів від суперника, який володіє м'ячем.
8. Гравець перебував в положенні "поза грою", якщо знаходився ближче до воріт, ніж м'яч.

Подальші зміни та уточнення, що вносились до окремих параграфів правил, суттєво вплинули на тактику гри.

Перші офіційні правила гри у футбол встановлювали розміри поля та кількісний склад команд. Вони були опубліковані у 1863 році.

Переворот у тактику футболу внесли дві команди міста Глазго,

гравці яких у 1870 році під час гри вперше в історії футболу застосували передачу м'яча. З тих пір футбол став командною грою. Саме з передачі розпочалась взаємодія між партнерами по команді, і одночасно здійснювалась побудова тактики гри з врахуванням особливостей дій суперника. Таким чином передача м'яча призвела не тільки до взаємозв'язків між партнерами, але і до пошуків техніко-тактичних протидій цьому прийому гри. Зароджувалась тактика гри, спрямована на збереження недоторканості власних воріт.

На розвиток тактики суттєво вплинула еволюція окремих параграфів правил гри. Зокрема: зміна правила гри про положення "поза грою", введення м'яча у гру з початкового, вільного, штрафного удару, де не доводиться очікувати аж поки м'яч зробить повний оберт навколо своєї осі. Досить тільки зрушити м'яч з місця щоб він знаходився у грі. Корективи, внесені в правило про положення "поза грою", суттєво змінили тактичні дії команд як в нападі, так і в захисті, і особливо в розташуванні гравців на полі, тобто на систему гри.

З 1880 року для проведення змагань офіційно призначався суддя.

Офіційні змагання з футболу проводились з 1868 року серед команд першої ліги Англії. Це сприяло бурхливому розвитку футболу і вже у 1878 проведено перший у світі міжнародний матч між командами Англії та Шотландії, який відвідало 43000 глядачів.

11-ти метровий удар в правила гри включено у 1874 році. Нові правила гри видані у 1895 році, які з незначними змінами збереглись до наших днів.

В наступні роки в правила гри внесено багато важливих змін, які мали неабиякий вплив на тактику гри. Так, наприклад, воротареві дозволялось передавати м'яч будь-якому вільному гравцеві власної команди і повертати його знову в руки воротаря необмежену кількість разів. Така тактика застосовувалась командою, яка мала перевагу в забитих м'ячах, або яку, влаштовував рахунок гри. Таким чином навмисно збивався темп гри, команда затягувала час гри, тобто штучно знижувалась інтенсивність, гравці одержували можливість відпочивати і т.д.

Щоб гра стала захоплюючою і для того щоб активізувати дії гравців в кінці 70-тих років минулого століття було змінено правило, згідно якого воротар з м'ячем в руках міг пересуватися по

штрафному майданчику тільки чотири кроки, після чого зробити удар в землю і зробити ще чотири кроки, а далі змушений вибити м'яч ногою або викинути партнеру рукою.

Ця зміна правила введення м'яча у гру воротарем після ловлі позбавила його можливості штучно затягувати час гри.

У 2001 році правило чотирьох кроків з м'ячем в руках було відмінено і введено нове, згідно якого воротар одержав право пересуватися в межах штрафного майданчика з м'ячем в руках (без ведення ударами в землю) не більше шести секунд, після чого змушений ввести його в гру вибиванням ногою, або викидуванням партнеру рукою.

За порушення воротарем цього правила команда каралась вільним ударом.

З метою боротьби з затягуванням часу гри воротареві було заборонено ловити м'яч руками, переданий партнером по команді в штрафний майданчик ногою. М'яч дозволялось передавати воротареві будь-якою частиною тіла, окрім стопи.

Внесення таких змін та уточнень в правила гри суттєво вплинуло на активізацію дій гравців, оскільки воротар був позбавлений можливості навмисного затягування тривалості гри, особливо в умовах, коли суперник мав ігрову перевагу.

До кінця п'ятидесятих років минулого століття в міжнародних змаганнях правилами гри заборонялось здійснювати заміну навіть травмованого гравця. Якщо такий випадок мав місце, то команда змушена продовжувати гру в меншості, що суттєво впливало на кінцевий результат. Зрозуміло, що в таких випадках команда змушена змінювати тактику гри, а перш за все розташування гравців на полі.

Згодом це жорстоке правило було замінено і протягом гри дозволялось здійснювати заміну одного гравця, який одержав травму, або на думку тренера не справлявся з одержаним завданням. Це дало мінімальні можливості тренерам маневрувати складом команди, в потрібних ситуаціях підсилювати ту чи іншу лінію або ланку команди.

Зараз правилами гри дозволена заміна трьох гравців, що дало можливість тренерам вносити необхідні корективи в тактику гри

окремих ліній та команди в цілому з врахуванням результату гри, турнірного положення та ін.

Позитивно вплинули на інтенсифікацію гри зміни і уточнення правила про положення “поза грою”. За правилами, які раніше існували, гравець перебував в положенні “поза грою”, якщо опинявся ближче до воріт суперника ніж м'яч, не маючи перед собою воротаря та двох гравців команди, яка захищається, і, незалежно в якому напрямку переміщувався м'яч.

Це правило було змінено в такий спосіб, що гравець команди, яка атакує, перебуває в положенні “поза грою”, якщо має перед собою менше двох гравців команди, яка захищається, і незалежно від того м'яч адресований саме йому, чи просто спрямований в бік воріт суперника.

Сьогодні згідно уточненого і зміненого правила про положення “поза грою” гравець атакуючої команди перебуває в положенні “поза грою” тільки у випадку, якщо м'яч адресований безпосередньо йому.

Гравець, який перебуває в положенні “поза грою”, а партнер виходить з глибини поля і перехоплює м'яч порушення правил гри немає, оскільки партнер перебував в пасивному положенні “поза грою”.

Таким чином, будь-яке уточнення або зміна того чи іншого параграфу правил гри вносились з метою активізації дій гравців і що особливо важливо, інтенсифікувало гру, вносило відповідні зміни в дії гравців як в нападі, так і в захисті.

Якщо гравець одержав травму, — він може ввійти в поле з будь-якого місця, якщо м'яч покинув межі поля. Раніше вхід гравця в поле дозволявся тільки біля центральної лінії.

Якщо м'яч перебуває у грі, гравець з дозволу арбітра може ввійти в поле із-за бічної лінії поля в будь-якому місці.

У випадку явної затримки або тримання суперника руками гравець карається вільним ударом, а якщо порушення відбулося в межах штрафного майданчика - призначається 11-ти метровий удар, а гравець повинен одержати попередження (жовту картку) за недисципліновану поведінку.

На заміни та надання медичної допомоги травмованим гравцям, навмисну затяжку часу гри та з будь-яких інших причин арбітр надає

компенсований час після закінчення кожного тайму гри.

Гравці одержують попередження за зняття футболки після забитого голу, що кваліфікується як недисциплінована поведінка, і якщо святкування носить провокаційний характер, або спрямовано на образу, або приниження суперників та їх вболівальників. Гравці, за затримку часу гри після забитого гола, також повинні одержувати попередження.

Правила дозволяють проводити ігри на полях зі штучним покриттям, навіть відбіркові матчі чемпіонатів Європи та світу.

Важливим елементом тактики гри воротаря та захисників є зміна правила гри, яке одержало назву “фол останньої надії”. Згідно цього правила, якщо гравець суперника виходить на ворота, а захисник або воротар при цьому порушили правила гри, арбітр вилучає винного з поля, а якщо подія відбулася в межах штрафного майданчика, то призначається ще й 11-ти метровий удар. Якщо порушення відбулося за межами штрафного майданчика, то призначається штрафний удар, а винний гравець карається жовтою картою.

Якщо гравець з м'ячем просувався в бік від воріт і при цьому захисник порушив правила гри, - тоді призначається штрафний удар, а винний одержує попередження, тобто жовту картку.

Всі інші наведені зміни та уточнення правил гри суттєво вплинули на тактичні дії гравців та їх розташування на полі, тобто на системи гри.

ОРІЄНТУВАННЯ ФУТБОЛІСТА В УМОВАХ СКЛАДНОЇ РУХОВОЇ ДІЯЛЬНОСТІ

Зорова орієнтація під час гри, тобто оцінка ситуацій, дозволяє приймати правильні рішення і виконувати їх, що дуже важливо для футболіста, особливо в момент прийому, ведення, передачі м'яча, завершального удару по воротах.

На думку Г.М.Гагаєвої процес орієнтації в оточуючих умовах включає два основні моменти.

1. Одержання взаємно повної і точної інформації.

2. Її переробка на основі аналізу одержаних даних, оцінка ситуації з метою виконання найбільш суттєвого.

В.В.Медведев (1970), який у висококваліфікованих волейболістів досліджував об'єм поля зору, швидкість зорового сприйняття і точність глибинного зору, виявив покращення показників цих особливостей зорового сприйняття в стані високої тренуваності. Так, підвищення точності глибинного зору покращилось на 43,2%, скорочення латентного періоду складних реакцій з 378,1 до 351,2 м/сек.

В. Васильєва та Є. Макуни (1955) відмічають збільшення поля зору після проведеної гри на 2%.

Значний інтерес представляє робота Ю.Сєдова (1967). Він, шляхом включення в тренування футболістів передач м'яча на конкретно визначену відстань, в метрах, виявив покращення глибинного зору.

Детальна розробка орієнтаційної діяльності в футболі перевірена Ю.Іллічовим (1964), А.Семикопом (1970). Вони виявили, що вибір доцільних ефективних способів та прийомів ведення гри залежить, з одного боку, від того, як правильно спортсмен орієнтується в ігровій ситуації, що склалася, з іншого боку — від наявних у них знань, досвіду, а також фізичної підготовленості.

Як орієнтація, так і вибір дій, пов'язані з цілим рядом психічних процесів: сприйняття, спостереження, уваги, мислення, пам'яті, представлення і творчої уяви. В швидкій і правильній орієнтації футболіста на полі провідна роль належить зоровому сприйняттю. Для того щоб тактично правильно діяти у грі, футболіст

повинен безперервно слідкувати за полем, тобто за розташуванням суперників і партнерів, відстань між ними в ширину і глибину, їх пересуванням, швидкістю і напрямком переміщення м'яча — все це необхідні дані для правильної оцінки ігрової ситуації.

Б.Баляєв (1963) досліджував спостереження футболістів за ситуацією на полі і визначив, що велика складність спостереження визначається різним характером ситуацій під час обробки м'яча, що котиться, летить, опускається зверху, в передачах м'яча партнеру, відборі, ударах по воротах.

А.Пуні (1970) пише, що сукупність інформації, одержаної на підставі орієнтувальних функцій свідомості, служить основою для прийняття ситуативних рішень. Надзвичайна мінливість об'єктивних умов діяльності, а також великий арсенал техніко-тактичних прийомів і дій призводить до того, що всі ці вивчені дії при збереженні стабільності основної структури рухів відрізняється високою варіативністю. Розумова діяльність футболіста відбувається в дуже складній ситуації (наявність різних емоцій, більша чи менша ступінь втоми, силова напруженість). Вона залежить від цілого ряду факторів, в тому числі від досвіду участі в змаганнях та вміння керувати своєю увагою (розподіляти, концентрувати, переключати).

Практика показує, що гравці, які вміють при виконанні індивідуальних тактичних дій з м'ячем бачити поле — ігрову ситуацію, допускають значно менше помилок. Їх гра, як у технічному, так і у тактичному відношенні, стає цікавою і змістовною.

Дослідження, проведені над представниками різних спортивних ігор, дозволили А.Шиманські (1968), Х.Ауніну (1969), Е.Івахіну (1970), зробити заключення про те, що високий рівень вміння спортсменів орієнтуватися в умовах складної ігрової діяльності характеризується швидким, точним сприйняттям і правильним аналізом постійної зміни простору і часу ситуацій, що забезпечують своєчасне виконання доцільних дій. Наведені літературні дані доказують, що найбільша складність орієнтуватися в умовах рухової діяльності обумовлює виникнення різних ситуацій під час виконання індивідуальних тактичних дій з м'ячем.

Тактика футболу є результатом теоретичного і тактичного мислення гравців і тренерів, результатом швидких оцінок ігрової

ситуації, математичної точності реагування і внутрішньої дисципліни.

Інтенсифікація сучасного футболу вимагає необхідності вдосконалення швидкості мислення гравців. Вирішальне значення придбаває вміння швидко оцінювати ситуацію і приймати рішення в обмежені відрізки часу. Швидкість мислення пред'являє підвищені вимоги до покращення якості технічного виконання дій в складних ігрових умовах. Аналогічні думки висловлювали спеціалісти футболу Качалін Г. (1969), Глебов (1970).

Інтенсифікація висунула підвищені вимоги до фізичної підготовки і швидкості мислення гравців.

Під тактичним мисленням И.Кунц-Германеску (1968) вбачав здібність гравців швидко орієнтуватися у виборі ефективного способу боротьби з суперником.

Центральне місце в діяльності футболіста займає вирішення тих чи інших ігрових ситуацій, що виникають під час гри. Футболіст має справу з проблемними ситуаціями, які він повинен виявити, обміркувати і в кінцевому рахунку вирішити. При цьому він часто обмежений часом, оскільки запізнення призводить до тактичного браку або до ще більшого ускладнення ситуацій, що виникають. В процесі гри футболіст змушений розв'язувати складні завдання з використанням всього арсеналу раніше вивчених тактичних дій. Вирішення задачі пов'язане з особливою формою інтелектуальної діяльності, яка одержала назву оперативного мислення.

Проблема оперативного мислення вперше була розкрита Б.М.Тепловим (1944) на прикладі діяльності полководця. Він довів, що для розвинутого тактичного інтелекту характерним є вміння швидко розбиратися в складній ситуації і майже миттєво знаходити правильне рішення.

Психологічними дослідженнями Н.Н.Леонтьєва (1964), В.Н.Пушкіна (1964), Д.А.Завалишина (1965), Б.Ф.Ломова (1966) було доведено, що оперативне мислення, як специфічний процес вирішення практичних завдань, що здійснюється на основі моделювання людиною об'єктів трудової діяльності, яка призводить до формування в даній ситуації моделі передбачуваній (план операції), сукупності дій з реальними об'єктами і процесами, дійшли

висновку, що складності людського мислення в достатній мірі відображають моделі переробки інформації.

Тактичне мислення завжди здійснюється при участі першої та другої сигнальної системи. Сприйняття і представлення, як наочні взірці першої сигнальної системи, аналізуються, систематизуються, узагальнюються і порівнюються за допомогою другої сигнальної системи. Особливістю тактичного мислення футболіста є наочно діючий характер мислення. Футболіст оцінює ігрову ситуацію, приймає рішення і одночасно виконує їх в процесі активної діяльності.

Згідно І.П.Павлова мислення включає в себе два основних процеси встановлення нових тимчасових зв'язків: синтез і процес диференціації – аналіз, що дає можливість все більшого і більшого уточнення часових зв'язків. Поєднання синтезуючої та аналізуючої діяльності забезпечує орієнтацію в оточуючій дійсності. Чим вище є аналіз, тим точнішою є реакція на вплив зовнішнього середовища.

Встановлення зв'язку між елементами завдання пов'язане з формуванням оперативного плану, а оптимальність вирішень тієї чи іншої проблеми залежить від того, як піддослідний її елемент зв'язав між собою (В.Н.Пушкін, 1964). Тому, щоб вираз уявної і необхідної дії на полі був чітким, це цілеспрямована дослідна діяльність з акцентуванням на значимих її елементах та ознаках. Це і є те головне, що допомагає гравцеві створити адекватну модель мислення досліджуваного ігрового об'єкту і своїх рухів.

Д.Харре (1971) психо-моторний процес тактичної дії підрозділяє на три фази:

1. Сприйняття та аналіз змагальної ситуації.
2. Мисленне рішення ситуації.
3. Рухове рішення тактичної завдання.

В дійсності, ігрова ситуація не залишає часу для вибору одного із можливих рішень. Необхідне рішення повинно знаходитися відразу. Швидкому своєчасному прийняттю рішення сприяє оперативне рішення. Розгляд ігрових завдань в аспекті оперативного мислення по новому ставить питання про взаємовідносини інтелектуальної та рухової діяльності футболістів.

В основі вирішення рухових задач лежать психологічні

механізми, які є багаторівневою співвідлеглою системою, в якій рухові акти виступають тільки як кінцева афекторна ланка дій, а інтелектуальні процеси виконують роль вищого регулювання. А це означає, що розгляд структури рухових навичок, виконаних ізольовано від змісту завдань, на вирішення яких вони спрямовані, є одностороннім і недостатнім для забезпечення їх ефективного використання (Н.А.Бернштейн, 1947). Із викладеного вище виходить, що оперативне мислення базується перш за все на орієнтовні здібності футболіста.

Швидкість прийняття рішень пов'язаних з виконанням індивідуальних дій знаходиться у відповідній залежності від складності ігрової ситуації, що виникла.

Футболісту під час гри доводиться швидко реагувати на всі сигнали, що подаються як в центральну, так і в периферичну область зору.

На думку Ю.Портних, В.А.Портних, В.А.Алова, В.І.Агишева (1971) важливими є визначення часу специфічних рухових реакцій у футболістів різної кваліфікації та віку на сигнали з периферії, що дозволило б точно характеризувати функціональний стан зорового аналізатора і визначити ступінь їх взаємозв'язку з тактичною підготовленістю футболіста.

Надзвичайно важливими є дані про особливості розподілу переключення уваги футболіста під час оцінки ситуації.

На думку К.М.Гуревича (1967) спостереженість в поєднанні з розподілом уваги – одна із важливих якостей спортсмена. Н.К.Меншиков, Ю.М.Портнов, Ю.А.Морозов (1968) підкреслюють, що успішність тактичних дій гравця на полі знаходиться в прямій залежності від його здібності широко розподіляти і швидко переключати увагу.

На основі досліджень А.Шиманські (1968), К.Манукьяна (1967) зроблено висновок, що добре розвинена увага дозволяє вільно виконувати прийоми техніки не зупиняючи спостережень за грою. Завдяки таким здібностям у грі можна ефективно застосовувати тактичні дії з м'ячем. Найбільший коефіцієнт кореляції встановлено між латентним періодом зорово-моторної реакції і числом перехватів або торкань до м'яча в діапазоні 5 градусів по нижньому меридіану

($\varphi=0,582$).

Дослідження, проведені Г.М. Гагаєвою (1967) на футболістах, виявили у них високі показники властивостей уваги. Гравці, що допускали у грі тактичні помилки, дали низькі показники інтенсивності, стійкості, переключення.

М.Л.Міні (1968), Х.К.Аунін (1969), В.З.Бабушкін (1971) в своїх дослідженнях дійшли висновку, що розвинений периферичний зір і здібність до широкого розподілу уваги від 3 до 7 об'єктів забезпечують ефективність ігрових дій.

Високі показники властивостей уваги показали футболісти що вирізняються в іграх великою увагою і ефективністю ігрових дій. Гравці, які допускали у грі тактичні помилки і недостатньо обмірковані дії, показали низькі результати в інтенсивності, стійкості і переключенні уваги. У грі найскладнішим є контроль за м'ячем з одночасним сприйняттям ситуації, що склалася. Розподіл уваги не вичерпується тільки одним сприйняттям об'єктів, а пов'язаний з наступними діями.

Говорячи про важливість властивостей уваги і її впливу на ефективність ігрових дій спортсмена необхідно відзначити, що в доступній нам літературі не виявлено методики оцінки переключення уваги в природних умовах у футболістів, а саме на м'яч та на ігрову ситуацію під час виконання індивідуальних дій з м'ячем, що виявилось складним в процесі ігрової діяльності.

Індивідуальні дії окремих гравців вирішують часткові завдання, створені діями всієї команди. Хоча індивідуальні дії і закладені в основу успіху всієї команди або групи гравців, вони можуть здійснюватися і поза командними та груповими діями в єдиноборстві з суперником для загострення гри.

На думку Е.Гуревича (1958) основу індивідуальних тактичних дій складає свідомий аналіз ситуації, що склалася під час гри в даний момент, вміння обрати і застосувати раціональні засоби. В цілому це і створює тактичну майстерність.

А.Кубинський (1959) на підставі проведених досліджень дійшов висновку, що чим більше контроль за точністю виконання рухів переходить в область пропріоцептивної чутливості, тим в більшій мірі зоровий контроль та увага гравця набуває творчої

спрямованості. Тактична майстерність залежить від технічної підготовленості гравців, оскільки тактику не вдається виконати дотепно без володіння досконалою технікою (М.Фабрикант, 1945, С.С.Грошенков, И.Н.Преображенський, 1958, Н.Н.Ейнгорн, 1958).

ВПЛИВ НАУКОВИХ ДОСЛІДЖЕНЬ НА РОЗВИТОК ТАКТИКИ ФУТБОЛУ

Значні темпи розвитку науки і застосування наукових знань здобули широке розповсюдження і в футболі. Зокрема, тренувальний процес з футболу поступово переходить на наукову основу, оскільки особливо гостро точиться боротьба навколо практицизму та консерватизму в роботі тренерів.

Ці два важливих моменти тісно переплітаються з виховною та тренувальною роботою. На жаль футбольні клуби та федерація футболу України поки що в недостатній мірі забезпечують необхідні умови для проведення тренувального процесу на рівні сучасних знань, особливо з висококваліфікованими командами.

Враховуючи результати наукових досліджень з футболу, предметом подальшого вивчення тренувального процесу висококваліфікованих футболістів висунуло на порядок денний вивчення:

- впливу функціональних навантажень на футболістів (подальший розвиток рухових можливостей).
- питання розвитку рухових якостей (вдосконалення рухових здібностей і спритності).
- шляхів підвищення виконавчої майстерності футболістів (вдосконалення тактичного виконання).
- формування і спрямованості розвитку особистості футболіста (виховання і поведінки).

Всі наведені аспекти реалізуються в процесі тренувань.

Для успішної реалізації тренувального процесу необхідно мати:

- інформацію про закономірності гри (дій футболістів);
- інформацію про те наскільки той чи інший футболіст відповідає вимогам гри;
- інформацію про вплив на організм футболіста засобів, форм та методів тренування;
- інформацію про індивідуальні особливості окремих гравців;
- інформацію про тренувальний ефект (наскільки стимулюється вплив на організм гравця);
- інформацію про якість виконаних дій, як окремим гравцем,

так і всією командою.

- аналіз гри окремих висококваліфікованих команд з метою прогнозу напрямку розвитку гри.

Індивідуальні особливості гравців виявляються за допомогою проведення педагогічних спостережень, різноманітного тестування та іншими методами. Шляхом порівняння гравців між собою, ми маємо можливість визначати ступінь відхилення від так званої ідеальної моделі. Однак, береться до уваги структура окремих систем організму кожного гравця і схильність до ігрової спеціалізації.

Інформацію про вплив на організм засобів, форм та методів тренування одержимо як шляхом лабораторних досліджень, так і при виконанні вправ в різних умовах, періодах тренувань та інші.

Тренувальний ефект залежить не тільки від стану організму гравця, відношення до навантажень, але і від інших факторів, і перш за все від режиму регенерації фізичних і психічних сил, вітамінізації і т.д.

Вирішальним комплексним показником подальшої побудови тренувального процесу є результат, показаний гравцем-командою.

Окрім тренувального процесу, на стан гравця впливають і інші фактори, зокрема: соціальний, громадський, співвідношення між успіхами і невдачами, степінь намагань, можливість реабілітувати себе та інші.

В сучасному тренувальному процесі і далі існують відповідні недоліки. Це, перш за все, лікарсько-реабілітаційні консультації, аудіовізуальні (наочні) посібники, необхідна для тестування апаратура, недостатні знання тренерів, гравців, керівників, що проявляється в консерватизмі поглядів та інші.

Щоб тренувальний процес поставити на сучасний рівень, необхідна колективна праця тренерів, лікарів, вчених.

Одним із важливих шляхів в дослідженні впливу навантажень на стан футболіста є телеметричні дослідження. Однак, ці питання у футбольних командах поки що вирішуються надзвичайно повільно, або не проводяться взагалі.

До найважливіших питань, які очікують свого вирішення, є:

- визначення факторів, що лімітують виконавчу майстерність

футболістів, і на цій основі розробка моделі матчу та моделі підготовки футболістів;

- вдосконалення системи термінової інформації про вплив тренувальних засобів і педагогічно-виховного впливу на гравців та інші.

Система тренувального процесу повинна бути відкритою і безперервно поповнюватися новими даними.

Не дивлячись на те, що наші тренери здійснили відповідний крок вперед, однак справи в футбольних клубах поки що далекі від ідеалу.

Нині стан справ є таким:

1. Наукова організація тренувального процесу реалізується тільки частково.

2. Тренувальна діяльність поки що не відповідає науково обґрунтованим моделям підготовки, тобто моделі ще не відповідають рівню сучасних досягнень науки і тенденціям розвитку футболу.

3. Концепції підготовки команд окремими тренерами не базуються на наукових даних, їх реалізація залежна від засобів і миттєвих ситуацій, що складаються в тій чи іншій лізі.

4. В недостатній степені використовуються індивідуальні якості гравців, як в стадії розвитку молодих талантів, так і в стадії підготовки кваліфікованих футболістів.

Шлях до стійких успіхів лежить через ідейну і наукову єдність, побудовану на прогресивних принципах, вироблених на реалізації тренувальних концепцій, забезпечених науковим обґрунтуванням. Тільки таким шляхом можна досягти бажаних успіхів.

ВИКОРИСТАННЯ ДОСЯГНЕНЬ НАУКИ В ПІДГОТОВЦІ ФУТБОЛІСТІВ

Перші роботи, які висвітлювали питання підготовки футболістів до змагань належать кінцю ХІХ початку ХХ віку. В них викладені основні прийоми техніки і рухові дії (ходьба, біг, зупинки, удари по м'ячу в різних умовах та поєднаннях). Для розвитку сили м'язів і витривалості рекомендованими були вправи з булавами, обтяженнями, скакалкою, різноманітні бігові вправи та інші. На думку авторів вони сприяли збереженню свіжості сил протягом 90 хв. (Ph.Heineken, 1898, H.Shell, 1900, В.Лаврінський, 1900, Е.Сенар, 1901, Е.Ріасекі, 1902, F.Shmall, 1905, І.Боберський, 1906 та інші).

Це означає, що вже з появою спеціальної літератури з футболу тренерам та гравцям пропонується включати в тренувальні заняття дії, максимально наближені до умов змагань, що повинно сприяти підвищенню техніко-тактичної майстерності.

Оскільки в команді футболісти виконували різні ігрові функції, то деякі характерні прийоми техніки для них набули особливу цінність, які у змаганнях повинні проявлятися на високому рівні надійності їх виконання.

У.Palfai (1959) запропонував збільшити в тренуваннях об'єм специфічних вправ в порівнянні з загальними для всіх прийомами техніки. Звідси багато гравців і тренерів зробили висновок, згідно якого специфічні дії (по різним амплуа) вміти виконувати в однаковій мірі не обов'язково. Це означає, що багато прийомів техніки розглядались як другорядні для гравця даного амплуа (наприклад: обводка та фінти для захисника, удари по воротах захисниками, відбір м'яча нападаючими і таке інше).

Такий підхід до проблеми підготовки футболістів обмежував темпи підвищення їх рухової активності, а відповідно і техніко-тактичної майстерності.

Важливо підкреслити, що в багатьох командах тренери почали застосовувати навчаючу апаратуру для вирішення тактичних дій в конкретних ігрових умовах, тобто гравцям даються вправи спеціалізованих дій з виконанням розумових завдань.

Оцінити рівень ігрового мислення гравця неможливо, оскільки тактична майстерність визначається успішністю ігрових дій, а це явище як відомо є багатofакторним.

В практиці футболу поки що не існує об'єктивних методів діагностики інтелектуального фактора гравців. Їх створення і є важливим завданням футбольної науки.

В основі вирішення ігрових завдань, визначеною є багаторівнева співпідлегла система, в якій рухові акти виступають тільки як кінцева ланка дій, а інтелектуальні процеси виконують роль вищого регулювання.

Вміння бачити поле полягає у визнанні провідної ролі психічних процесів зорового контролю, що пов'язане з оціночними операціями мислення і перцептивними діями.

Бачення поля — це процес ймовірності прогнозування екстраполяції подій, що містить в собі систему згорнутих інтелектуальних операцій.

Поки що діагностика і формування ігрового мислення знаходяться в стадії теоретичного і експериментального пошуку.

Навчання тактиці гри переважно починається із комбінацій, як можливих способів дій, залишаючи саму проблему регулювання дій в залежності від ситуації, що складається в процесі гри.

Ігрова ситуація, як самостійне явище тактичної категорії, не розглядається. Це означає, що навчають вмінню обирати прийоми техніки в уже заданій, фактично вирішеній задачі.

Відсутність конкретних правил тактичних дій і спеціальних вправ спрямованих на вибір вирішення процесу формування ситуативного мислення гравців відбувається стихійно, що негативно відбивається на його розвитку.

Дуже важливим є те, що вперше в практиці футболу була застосована навчальна апаратура, для вирішення тактичних дій в конкретних умовах.

Ведеться розробка методики застосування технічних засобів навчання у виконанні розумових дій у вправах спеціалізованої спрямованості.

Оцінити рівень ігрового мислення можливо так само як і тактичну майстерність, яка складається із успішних ігрових дій, а

останнє явище є багатофакторним. Створення ігрових дій і є важливішим завданням футбольної науки.

Ведення м'яча — це процес ймовірнісного прогнозування екстраполяції подій, що містять в собі систему звернутих інтелектуальних операцій.

Діагностика і формування ігрового мислення знаходиться в стадії теоретичного та експериментального пошуку.

Збільшення обсягу рухової активності футболістів в змаганнях здійснювалось за рахунок збільшення в тренувальному процесі частки загальної та спеціальної фізичної підготовки.

На думку L.Varoti, B.Valentik (1961) та інших фізична підготовка має значний вплив на помітне відставання футболістів в техніці і тактиці гри. Вважалося, що фізична підготовка в футбольних командах проводиться у збиток іншим компонентам гри.

Згадані автори засвідчують, що в країнах Центральної Європи (Австрії, Чехії, Угорщині) тренерів, які займалися розвитком фізичних якостей гравців обвинувачували в переході на силовий футбол і відмови від техніки.

Тому вправи з м'ячем, тренувальні, товариські ігри розглядалися як найкращий засіб, що сприяє збільшенню обсягу специфічних дій футболістів.

В той же час значна група фахівців розглядала фізичну підготовку як фундамент підвищення техніко-тактичної майстерності гравців С.А.Савин, W.Winterbotton, A.Zalka, M.Choutka, M.Navara, F.Matoušek, E.Talaga та інші.

Деяка універсалізація гравців всіх ліній команди збільшила об'єм та змінила характер техніко-тактичних і рухових дій. Тому значення надавалося вмінню успішно виконувати специфічні дії в ситуаціях, які безперервно висували перед гравцями нові завдання, що майже зрівнювали величину змагальних навантажень гравців, різних ліній команди (E.Errera, 1986).

З метою визначення обсягу і характеру техніко-тактичних дій в змаганнях проводились спеціальні дослідження. Так за даними А.Крестовнікова 1951, W.Winterbottom 1961, Y.Pálfai 1962, F.Matoušvek 1964, M.Choutka 1964, С.Савина 1966, Н.Люкшинова, Ю.Морозова 1968 та інших, футболіст за матч пробігає від 4,5 до

17 км.

Цікаво підкреслити, що у кількості ривків та прискорень виконаних футболістами різного амплуа за один матч виявлені незначні розбіжності (різниця складає 8 ривків та прискорень).

Найбільшу кількість ривків та прискорень в матчі виконували гравці середини поля (150 разів).

Про необхідність подальшого вдосконалення специфічних дій футболістів та їх варіативності свідчить невисока ефективність атак кращих футбольних команд.

Протягом гри м'яч перебуває в розпорядженні команди до 190 разів, тобто команда стільки ж разів може розпочати атаку. Однак, для атаки команда використовує із них тільки 24 %, і тільки 18 % закінчується ударом по воротах суперника (Sz. Petrov 1968, Ю.Морозов 1970, Z.Kolarz 1970, W.Klysejko, H.Stachnik 1971) та інші.

Більшість тактичних комбінацій зривається суперником вже після другої передачі (до 60%).

Найважливішою причиною низької результативності атакуючих дій визнано недостатній рівень техніки, особливо в передачах на середні та великі відстані, широке застосування коротких передач, надлишок захоплення веденням та обводкою, затримка м'яча в середній частині поля, намагання пробитися до воріт через центр штрафного майданчика та інші.

Кращі футболісти світу за час гри володіють м'ячем від 89 до 96 разів, що складає 150,9 сек. - 221,9 сек. Решту часу гри футболіст опікає або контролює дії суперника, пересуваючись намагається зайняти вигідну позицію, виконує багаточисельні старти, прискорення, зупинки після бігу, багато зусиль прикладає на зміну напрямку бігу, підскоків, веде безпосередньо боротьбу з суперником, переносить значні нервові навантаження. Найбільше часу (60%) м'яч перебуває в розпорядженні півзахисників та нападників (N.Hidegkuti 1968, Y.Csaknady 1954, A.Kozmin 1968 та інші).

В розпорядженні наших кращих футболістів м'яч перебуває менше часу ніж у зарубіжних гравців (С.Савин 1966, Ю.Седов 1968, Н.Люкшинов, Ю.Морозов 1968 та інші).

Короткочасність володіння м'ячем висунула перед гравцями

задачу навчитися ефективно розпоряджатися ним. Це вимагало пристосування техніки і тактики гри до умов швидких рухів футболістів.

Швидкісна техніка в поєднанні зі швидкістю пересувань призвела майже до повного зникнення деяких прийомів (повна зупинка м'яча) та підвищення значущості нових (скрита передача м'яча та інші).

Різними авторами здійснювались спроби оцінювати змагальні навантаження футболістів по інтенсивності виконаних ними рухових дій.

Так короткі дистанції, які футболіст пробігає за 5с-8с складають 10% матчу. Це максимальне навантаження. Відрізки, які футболіст долає за 15с складають 20% матчу, що по потужності належать до роботи середньої інтенсивності. 70% бігу за гру футболіст виконує з малою інтенсивністю (V.Zelenko 1966, Н.Люкшинов 1968, A.Wade, R.Small 1966, F. Matoušek 1964 та інші).

Узагальнюючи дані досліджень багатьох фахівців футболу Y.Pálfai 1968 дійшов висновку, що у кількості виконаних швидкісних рухів за матч кращі футболісти світу досягли межі.

В підтвердження наведеної ним тези наводяться дані згідно яких кількість ривків та прискорень з 1955 по 1965 роки збільшилось на 40 %, а з 1966 року по даний час майже не прогресує і на думку спеціалістів подальший прогрес практично неможливий.

Таким чином, збільшення обсягу і швидкості виконання техніко-тактичних та рухових дій в змаганнях досягалось за рахунок включення в тренування різноманітних вправ, в тому числі із інших видів спорту, якими забезпечується підготовка футболістів (плавання, лижі, акробатика, гімнастика, легка атлетика та інші).

Спроби спеціалістів футболу (Н.Люкшинов, W.Winterbattom, L.Antal, Cr.Petrov, V.Angelov, 1968) оцінювати змагальні навантаження шляхом підрахунку відрізків і відстані яку гравці долають за матч, базуючись на візуальних спостереженнях, носять суб'єктивний характер.

Оцінка змагальних навантажень може здійснюватися тільки шляхом співставлення техніко-тактичних та рухових дій з функціональними змінами, які відбуваються в організмі футболіста

(V.Seliger, M.Choutka, 1965, Novakova, 1967 та інші).

Значна частина часу занять у всіх періодах тренувального циклу відводиться вдосконаленню прийомів техніки. Тренувальні вправи ускладнюються за рахунок поєднання різноманітних прийомів техніки. Створення багаточисельних поєднань базується на класифікації прийомів техніки.

Погляди авторів на класифікацію ударів по м'ячу є розбіжними по способу ударів по м'ячу (в залежності від частини стопи, п'яти, носка, коліна). Автори Б.Апухтін 1958, С.Савин, М.Сушков 1955, М.Вukovi, Y.Y.Csaknady, 1954, A.Darvas, 1963, A.Zalka, 1964 та інші) розробляли класифікацію прийомів техніки.

На їх думку футболіст повинен вміти виконувати удари-передачі м'яча низом, напіввисоко, високо, сильно, на короткі, середні, довгі дистанції.

Удари по м'ячу, що летить, котиться, стрибає з урахуванням обертів доповнили класифікацію Y.Pálfai, 1959, A.Csanádi, 1960, Y.Talada, 1970, A.Wade, 1971 та інші.

Автори які досліджували проблеми тактики гри у футбол Б.Аркадьєв 1962, Г.Качалін 1956, А.Калінін 1964 та інші класифікують удари-передачі в залежності від спрямованості переміщення м'яча (поперечна, коса, діагональна, повздовжна). По відношенню до партнера по команді їх класифікація передбачає удари-передачі в ноги, на хід, на вільний простір, недодачу.

М.Choutka (1968) запропонував класифікувати передачі м'яча з врахуванням розташування партнерів по відношенню до гравців команди суперника (відкритий гравець відкритому партнеру, відкритий гравець закритому партнеру, закритий гравець відкритому партнеру, і на кінець, закритий гравець закритому партнеру).

Аналіз показав, що класифікація ударів-передач м'яча складається із двох самостійних розділів. Один розділ характеризує способи виконання ударів-передач. Другий відображає тактичне призначення їх застосування в умовах змагань.

Необхідність спрощення вибору засобів тренування висунула перед фахівцями завдання уточнити класифікацію ударів по м'ячу в футболі і зробити її єдиною.

На оволодіння техніко-тактичними прийомами гри в

тренувальному процесі витрачається багато часу. Це пов'язано зі змістом значної кількості навичок, які належить вивчити, засвоїти з метою їх широкої варіативності, швидкості рухів і стійкості навантажень, які необхідно безпомилково демонструвати в умовах змагань (Г.Гагаєва 1969, Б.Новиков 1971, Ю.Каликинський 1971, Д.Харре 1971 та інші).

Підвищення швидкості і ускладнення прийомів техніки в процесі тренувань сприяє підвищенню рухової активності футболістів.

Методи що сприяють підвищенню рівня фізичної підготовленості, техніко-тактичної майстерності і зміцненню вольової підготовки радили застосовувати Y.Pálfai, 1962, R.Ilovski, K.Lakat, K.Sóos та інші, але конкретних методів тренування не запропонували.

Для інтенсифікації процесу тренувань застосовувались методи, запозичені із циклічних видів спорту (інтервальний, коловий, ударний). Для виконання тренувальних вправ в умовах дефіциту часу застосовувався метод під натиском. Для вдосконалення техніко-тактичних прийомів гри створювались умови максимально наближені до змагальних, тобто застосовувався ігровий метод, де футболістам доводилось долати одночасно фізичне і психічне навантаження (M.Choutka, 1968). Наведені методи тренування на думку A.Wade, A.Small 1967 в найбільшій мірі сприяє підвищенню рухової активності, оскільки всі дії футболістам доводиться виконувати в умовах дефіциту часу.

В тренувальних заняттях з техніко-тактичної підготовки підвищення навантаження висуває високі вимоги до координації рухів, що сприяє розвитку координаційних і фізичних здібностей футболіста (Д.Харре 1971). Тому для інтенсифікації процесу тренувань M.Bukovi, Y.Y.Csaknádú, які рекомендували виконувати вправи індивідуально, з партнером (одним, кількома), з суперником, на швидкість обробки м'яча, ігрові вправи, ігри, естафети. На їх думку в умовах змагань це буде зберігати енергію, відсувати появу втоми гравця, сприяти раціональному використанню техніки і правильних рухів на максимальній швидкості.

Із наведених даних відомо, що багато авторів робило спроби застосувати в тренувальному процесі специфічні методи. Однак,

вирішити питання вдалося тільки частково.

Значний вплив на інтенсифікацію рухових дій здійснила зміна правил гри (про положення поза грою, відміна правила 4-ох кроків для воротарів та інші) та нові системи гри, змінили не тільки розташування гравців на полі, а і характер взаємодій між ними (С.Савин 1957, W.Winterbattom, R.Koncevicz, 1972 та інші).

Застосування персональної опіки нападаючих по всьому полі збільшило рухову активність футболістів всіх ліній команди. Це вимагало від гравців переходу від дій за принципом “зупини-подивись-віддай м’яч” до виконання прийомів техніки в русі.

В змаганнях безперервно змінюється не тільки інтенсивність, але і структура техніко-тактичних і рухових дій футболістів. Рухова структура в кожному ігровому епізоді виконується в різних рухових ритмах, що диктується умовами тактичних завдань окремих гравців і всієї команди, та ін. Це означає, що вдосконалювати в тренуванні необхідно рухові структури, які найчастіше зустрічаються в змаганнях покращуючи швидкість, точність, координацію рухів футболістів. В такому випадку правильний вибір засобів тренування буде сприяти підвищенню емоційного фону, умов для прояву вольових зусиль під час виконання техніко-тактичних прийомів і підвищенню інтенсивності процесу тренувань.

Найбільше навантаження під час гри (за показниками збудженості серцево-судинної системи) відчувають півзахисники.

Дослідження, проведені за допомогою біотелеметрії суттєвих розбіжностей в динаміці частоти серцевих скорочень футболістів різних ігрових амплуа не виявили (В.Селігер, М.Хоутка 1965, И.Наварова, М.Навара 1967, Ю.Морозов 1968, В.Келлер, В.Соломонко 1969 та інші). Це свідчить про деяке нивелювання фізіологічного навантаження футболістів різних ігрових амплуа.

Деяка універсалізація, що намітилась в більшості команд, змінила завдання і умови техніко-тактичних та рухових дій футболістів в змаганнях. Активна участь в захисті і нападі збільшила обсяг дій гравців з м’ячем і без м’яча.

Інтенсифікація ігрових дій незначно вплинула на характер тренувального процесу, особливо в техніці гри. Вдосконалення техніки в значній мірі проводилось шляхом повторення давно

опанованих прийомів у швидкому темпі. Тому в змаганнях футболістам доводилося пристосовуватися до дій в умовах дефіциту часу, на фоні втоми та ін., допускаючи багато браку в техніко-тактичних прийомах гри (L. Antal, 1968).

Для збільшення тренувального навантаження було запропоновано поступово ускладнювати вправи з техніки, пристосовуючи їх до умов змагань (M. Bukovi, Y. Y. Csaknádý, 1954).

Дії футболістів в сучасній тактиці “всі в захисті, всі в нападі” можуть бути ефективними тільки за умови добре розвиненої швидкості, швидкісної витривалості, здібності до невтомних ігрових зусиль та вмінні витримувати високий темп гри протягом всього матчу.

Х. Штуденер, В. Вольф 1968 та інші пропонують побудову тренувального процесу з врахуванням тенденцій подальшого розвитку футболу, тобто націлювати підготовку гравців на майбутнє.

Аналіз спеціальної літератури показує, що тренери та спеціалісти футболу намагались опрацювати методику тренування, яка би дала можливість футболістам успішно виступати в змаганнях. Краща спортивна форма гравців досягалась за рахунок підвищення фізичної підготовленості і збільшення обсягу специфічних дій футболістів всіх ігрових амплуа. Рівень підготовленості команди до змагань визначався по кількості виконаних гравцями дій з м'ячем і без м'яча.

В підготовці футболістів вирішальне значення має не кількість, а якість виконаних гравцями дій з м'ячем і без м'яча. Для того, щоб футболіст був здатен до безперервних рухів, міг правильно оцінювати, вирішувати і ефективно використовувати різноманітні ігрові ситуації, покращити швидкість реагування (Nocker, 1959, Reindell, Roskamm, Матвеев, 1961 та ін.) запропонували чергувати значні тренувальні навантаження з малими.

Короткочасні навантаження такої інтенсивності з правильним чергуванням відпочинку між вправами, окремими спробами і т.д., сприяє покращенню фізіологічних і психічних функцій організму спортсмена. Однак, застосування специфічних і змагальних навантажень з великим обсягом може привести до швидкої вичерпаності робочих потенціалів футболіста.

В тренуванні футболістів тренери застосовували методи

запозичені із індивідуальних видів спорту, в яких неповністю відображені умови специфічних рухових і техніко-тактичних дій в змаганнях.

На практиці, тренери, для вдосконалення прийомів і дій футболістів використовують різноманітні вправи специфічного характеру (індивідуально, з партнером, додатковим обладнанням, з суперником з рівночисельними складами гравців, чисельною перевагою захисників або нападаючих та інші). Однак, в існуючій літературі не вдалося знайти теоретичного обґрунтування і систематизованого викладення специфічних методів тренування футболістів.

З метою врегулювання величини навантаження в процесі тренувань пропонується змінити кількість повторень, тривалість виконання вправ, тривалість інтервалів відпочинку, величину зусиль, координаційну складність рухів та психічну напруженість (Н.Г.Озолин 1970, В.С.Келлер, В.В.Соломонко 1973 та інші).

Інтенсифікація рухової активності футболіста в змаганнях вимагала нових прогресивних методів тренування.

Спроби створити класифікацію здійснювались різними спеціалістами, однак вони звелись тільки до систематики різноманітних способів ударів по м'ячу та їх тактичного застосування в умовах змагань.

Класифікація, яка би акумулювала в собі всі варіанти ударів по м'ячу в різноманітних умовах, не розроблена.

Таким чином, питання характеру специфічних і неспецифічних дій інтенсифікація процесу тренування футболістів обґрунтована недостатньо.

В кінці 50-тих-60-тих років минулого століття бурхливо розвивається науково-технічний процес. Науковцями створено різноманітну наукову апаратуру, яка дала можливість фізіологам, психологам вивчати вплив тренувальних занять і змагань на окремі органи і системи організму, на фізичну, техніко-тактичну, функціональну і психологічну підготовленість футболістів, що дозволило тренерам розробити нові засоби і методи тренувань.

Ігри чемпіонатів Європи та Світу показали, що футбол стає інтелектуальним, швидшим і складнішим. Гравця, який володіє

м'ячем, суперник негайно обмежує в часі і просторі, потрапляючи в цейтнот він повинен максимально швидко знаходити вирішення як діяти далі.

Для провідних команд характерним є високий рівень фізичної підготовленості і, перш за все, швидкісної витривалості.

При загальній тенденції деякого обмеження у володінні технічним арсеналом, більшість футболістів озброєна переважно основними прийомами, і їх якість доведена до досконалості.

Високий рівень гравця характеризує точність, швидкість і вміння маскувати виконання прийомів техніки.

Гра насичена ігровими і стандартними комбінаціями, що робить атаку міцною і результативною. Спостерігається творче вирішення різних тактичних завдань, що не знижує темпу і не погіршує їх стройності. До речі, провідні команди віддають перевагу нагнітальному темпу гри, а в захисті застосовують пресинг в зоні знаходження м'яча та в зоні обстрілу власних воріт, не порушуючи принципу підстраховки.

Природньо, що підвищений темп гри вимагає від футболістів високого рівня тактичного мислення.

Схоплювати прогресивні тенденції розвитку футболу, швидко впроваджувати їх в практику, зберігаючи при цьому все цінне, визначити правильний курс на подальше підвищення результативності гри, сьогодні є важливим завданням науковців і тренерів.

Проблем багато. Зупинимось на тих, у вирішенні яких головна роль належить тренерам і самим футболістам. Підвищення якості гри та росту спортивної майстерності гравців можна домогтися тільки якщо робота в командах буде носити комплексний характер. Перш за все футболісти повинні керуватися почуттям патріотизму, зокрема обов'язку, совісті, честності, скромності, відповідальності перед клубом, містом, державою за свою підготовку та гру.

Проблема може вирішуватися тільки спільними зусиллями федерації футболу, керівників клубів та тренерів команд. Тренер повинен бути однією із головних постатей. За допомогою добре організованого навчально-тренувального процесу і змагань, він може прищепити своїм вихованцям важливі і необхідні морально-вольові якості, яких бракує багатьом нашим гравцям, особливо у

відповідальних іграх.

Зараз у гравців більшості команд професійної ліги виникли проблеми в фізичній підготовці. Досвід тренерів, спортивна наука, робота груп науково - методичного забезпечення при командах вищої та першої професійної ліги дають підставу сподіватися, що в цьому компоненті гри ми завжди будемо на відповідному рівні.

Однак, вирішення проблеми технічної підготовки вимагає відповідної уваги. Ми просто зобов'язані підвищити якість виконання основних прийомів техніки, приділивши особливу увагу якості і швидкості, інакше технічний брак у грі буде нас підводити і в майбутньому.

Першорядне завдання полягає в тому, щоб домогтися швидкого росту тактичної майстерності. З її допомогою ми зможемо швидко підняти майстерність футболістів, клас і результати команд в змаганнях тому, що тактика є головним компонентом футболу.

Тренерам і гравцям слід знати передові тактичні системи і методи гри, основні тактичні завдання та обов'язки футболістів при веденні атаки або контратаки, а в діях в обороні, принципи складання тактичного плану на гру (командного та індивідуального), форми та методи аналізу гри.

Оскільки умов для якісної підготовки до Чемпіонату у нас немає, тому і не дивно, що основний акцент тренери роблять на функціональну підготовку. В контрольних, товариських і перших календарних іграх гравці перебувають в недостатньому фізичному стані, хоча досить успішно виконують складні нормативи з фізичної підготовки.

Однак, два найважливіших компоненти футболу (техніка і тактика) на навчально-тренувальних зборах підміняються звичайними тренуваннями та контрольними і товариськими іграми, що звичайно є ненормальним явищем. Вести розмову про докорінні зміни у підвищенні майстерності в таких умовах не доводиться. Не випадково в іграх Чемпіонату вирішальне слово часто було не за майстерністю, а за кращою фізичною підготовкою і вольовими якостями гравців.

Високий рівень тактичної майстерності багато в чому залежить від теоретичних знань футболістів.

На установках і розборах проведених ігор на жаль говорять тільки тренери. Гравці, як правило, мовчать, хоча де ще краще можна проаналізувати свою гру, гру партнерів, ланок команди, зробити деякі співставлення, посперечатися і завдяки тому підвищити свої теоретичні знання, виробити єдину думку про гру команди, щоб пізніше свідомо виконувати свої тактичні завдання.

Надзвичайно рідко проводяться і тематичні заняття з теорії. Все це звичайно гальмує ріст тактичної майстерності футболістів.

Метод гри в нападі вимагає від гравців відповідних знань при проведенні таких комбінацій як вихід на вільне місце, “стінка” з різними варіантами “схрещування”, “пропуск м’яча”, “зміна місцями”, “прихований маневр”. Існують багаточисельні комбінації при розиграші стандартних положень. Чи володіють наші футболісти такими знаннями? Можна з впевненістю сказати, що не всі впевнено володіють такими знаннями в повному обсязі.

Однак, знати — це ще не означає вміти, хоча футболіст повинен трансформувати знання у вміння. Гравець стає творцем гри тільки якщо він в будь-якій ігровій ситуації знаходить оптимальний варіант і вміло вирішує завдання, що виникло. Тільки при цьому гравець знайде спільну мову з тренерами і здатний успішно взаємодіяти з партнерами на полі.

Досвід наших тренерів в напрямку тактики не відображений в достатній мірі в методичній літературі. Обширна зарубіжна література з тактики, переведена на українську або російську мову, не розкриває всієї суті питання, особливостей притаманних нашій школі футболу. В той же час тренувальні вправи з тактики носять універсальний характер. З їх допомогою вирішуються завдання як спеціальної фізичної підготовки, так і вдосконалення техніки із одночасним вихованням і морально-вольових якостей. Кожна така вправа має відповідний сенс, оскільки сприяє росту майстерності.

Тут важливо визначити її ефективність. Наприклад, відома вправа “квадрат”, якою захоплюються і тренери і футболісти, тільки тому, що тут присутній елемент гри, змагання. Такі вправи проводяться на обмежених майданчиках з різними умовностями і правилами. Існує в них і своя тренувальна спрямованість. Але у більшості “квадратів” є великий недолік - в них немає головного

завдання - забити м'яч у ворота, що і повинно диктувати гравцям спрямованість їх дій. Якщо ввести в квадрат мету забивати м'яч, тоді це буде сприяти покращенню результативності гравців.

Цінність фізичних і техніко-тактичних вправ, особливо тих, які сприяють взаєморозумінню, узгодженості дій гравців під час вирішення тактичних завдань, головним чином в завершальній стадії атаки і оборони. Вони наближені до гри, до її кульмінаційних ситуацій і цікаві для гравців, оскільки тут присутній характер змагання. Такі вправи сприяють розвитку у футболістів ряду психологічних властивостей і якостей, концентрації і розподілу уваги, здібності швидкої переробки одержаної інформації, вибору оптимального варіанту узгодженої з партнером ситуації, ініціативи, сміливості, наполегливості і волі.

Різноманітними умовами, обмеженнями, правилами можна зробити вправу, спрямовану на вдосконалення того чи іншого прийому або комбінації. Навантаження можна регулювати виконанням вправи в тренуванні в заданому темпі.

Склад учасників в парах і групах підбирається в поєднанні в якому їм доводиться діяти у грі, що буде сприяти зміцненню взаєморозуміння.

Головним є багаторазове повторення різно-манітних тактичних ходів, комбінацій, що в змаганнях здійснити не вдається. Користуючись різними прийомами техніки футболісти підвищують свій загальний рівень тактичної майстерності.

Вивченню і вдосконаленню тактики сприяють тренувальна та ігрова дисципліна і культура та вибір найбільш прогресивної тактичної системи.

Фахівці доводять, що існують два методи підготовки команд до змагань.

Перший — “через гру-до гри”. Цей метод фахівці називають бразильським. Тут тижневий цикл підготовки є таким: вівторок-гімнастична або легкоатлетична розминка під керівництвом тренера з фізичної підготовки (15-20 хв.), потім двостороння гра складами 11x11, 13x13 та інші варіанти. Середа, четвер, п'ятниця теж саме, субота-розминка, неділя-календарна гра.

Наш метод є характерним і для європейської школи футболу –

“через тренування — до гри”.

У нас під час тренувань передбачена робота з усіх компонентів футболу.

Останнім часом у багатьох тренерів помітна тенденція відходу від нашого традиційного методу і наближена до бразильської. В планах підготовки наших команд в графі кількість ігор заплановано 65 і навіть 70. Зрозуміло, що тут виникає питання — коли ж тренуватися, якщо врахувати, що напередодні і після матчу повноцінне тренування провести неможливо, як за обсягом, так і за інтенсивністю. Необхідно звернути увагу, що календарі ігор передбачають як короткі, так і тривалі інтервали між іграми, що не створює сприятливих умов для підвищення спортивної майстерності гравців.

В наших умовах метод “через тренування до гри” повинен залишатися головним, а навчально-тренувальний процес на всіх рівнях повинен носити не тільки характер тренувань спрямованих головним чином на вдосконалені вже засвоєного, але і навчання нового.

Велика група команд різних країн залишилась на старих позиціях, тобто не просунулись вперед. Надмірно довго комбінують, нерішуче б'ють по воротах, застосовують короткі передачі на малих просторах.

Невпевненість у власних силах, нестача особистої ініціативи, уповільнений біг і мислення футболістів, особливо під час оволодіння м'ячем, велика кількість неточних і повільних передач яскраво проявляється в іграх з кваліфікованими командами, саме у вирішальні моменти.

Застигше, стереотипне застосування тактичних систем (1+4+4+2, 1+4+3+3) без врахування того, що відбувається на полі, з обмеженою сміливістю, прямолінійністю і недостатньою впевненістю в можливість проникнення до воріт суперника, відсутність готовності без коливань нанести удар по воротах, хитрості, відповідальності - все це залишається відчутною слабкістю нашого футболу.

Діємо без притаманної гри легкості, проявляючи перш за все турботу про надійність в обороні. Захисники недостатньо спритні і гнучкі. Зонний захист в інтерпретації наших команд виявився з

помітними тріщинами. У футболі відбуваються і як видно далі відбуватимуться значні зміни зі своїми типовими ознаками і поправками характерними для даного періоду розвитку.

В сучасному футболі, в інтерпретації наших гравців, привабливості мало, він став жорстким, безпощадним в боротьбі за м'яч і результат, за перемогу. Хто хоче крокувати в ногу з темпами розвитку футболу - той повинен пристосуватися до цього курсу.

В сучасному футболі провідні команди Європи не практикують безкорисного збільшення числа нападаючих. Він побудований на швидких контратаках з обдуманим їх завершенням.

Сучасна гра вимагає гравців здібних виконувати завдання як в захисті, так і в нападі. Зникла концепція спеціалізації гравців на окремих позиціях.

Щоб стати провідною командою гравцям необхідно досконало володіти як зонним, так і персональним захистом, оскільки саме це є прогресивним, бойовим і підвищує відповідальність гравців. Наприклад, сучасний "ліберо" вже активно підключається до гри, якщо його команда атакує. В цій фазі гри він стає небезпечним завершувачем атак.

Значний діапазон дій притаманний всім гравцям незалежно від того, які функції вони виконують в команді. Така гра вимагає підвищеного рівня фізичної підготовленості від кожного гравця.

На жаль, як і раніше, у тренерів і гравців продовжує існувати думка "якщо не пропустимо гола — виграємо одне очко, якщо заб'ємо гол - виграємо 3 очка". Їм навіть в голову не приходить, що суперник також не здатний забити більше одного гола. Гравці і тренери вважають, що м'яч, забитий у грі проти сильного суперника, підвищує увагу всіх гравців і бажання в будь-який спосіб зберегти перевагу.

В сучасному футболі між захистом і нападом відбувається безперервна і безкомпромісна боротьба. Якість гри команди залежить від того наскільки вона володіє обидвома функціями. Важливо щоб в будь-якому випадку гравці перебували у грі.

Кращою командою є та, яка чудово володіє захистом і нападом, побудована з врахуванням індивідуальних здібностей гравців. Її гра значно підсилюється якщо футболісти найкращим чином

використовують свої здібності в ускладнених умовах і підтримують високий темп протягом всієї гри.

В сучасному футболі важливе значення надається гравцям середньої лінії. Вирішальним у їх гри є відчуття коли потримати м'яч, а коли здійснити передачу на 30-40 м.

Яскравими представниками цієї лінії команди є Недвед, Роналдіно, Зідан, Кака, Бекхем та інші.

Єдиноборства програні в середині поля, можуть призвести до небезпечних ситуацій проти яких важко захищатися, оскільки контратаки, як правило, проводяться на максимальній швидкості. Боротьба за м'яч в центрі поля набуває особливу важливість. Команді, що володіє м'ячем, відкриваються чудові можливості для атаки, а атака, в свою чергу, забезпечує результат. Програні особисті єдиноборства - чекайте контратаки суперника.

Це дуже переконливий доказ необхідності вдосконалення в тренувальному процесі особистих єдиноборств.

Крайній захисник безперервно підключається до нападу і активно бере участь в завершенні атак. Натиск суперника змушує нападаючих брати на себе функції захисників. Їх часто можна побачити і у власному штрафному майданчику.

В сучасному футболі створення і завершення атак відбувається таким чином, що суперник концентрує увагу на одному, двох висунутих вперед гравцях. Тому неочікуване підключення гравця на вістрі атаки і передачі м'яча на вільне місце, за лінію захисту, надзвичайно небезпечні.

В кращих командах опорою є гравці, які надають гри відповідний характер. Ці особистості є носіями гри своєї команди, виконуючи в ній відповідні функції. Їх гра стає вражаючою якщо вони все своє вміння ставлять на службу команді.

Достатньо нагадати, що яскраві індивідуальності в атакуючій фазі гри значно різняться один від одного, тобто представляють самих себе.

В сучасному футболі ігрова імпровізація перемогла силу і тактичні догми. Атакувати по сучасному — це означає безперервно вести боротьбу за м'яч, обігрувати суперника в умовах щільного прикривання за рахунок швидкості рухів. Такі атаки одночасно є і психологічною зброєю команди оскільки безперервний тиск змушує

суперника переходити в стан невизначеності, стверджує в ньому почуття, що його ворота знаходяться в безперервній небезпеці, що виводить гравців, які захищаються із рівноваги і змушує їх допускатися помилок.

Кращі гравці Європи володіють чудовим орієнтуванням, оглядовістю поля, достатньою силою, що у штрафному майданчику завжди вносить дезорганізованність. Такі футболісти здатні перемагати будь-які захисні системи гри, успішно діяти як проти щільного, так і проти комбінованого захисту.

Спостерігаючи за грою таких футболістів переконуєшся в думці, що всі гравці команди однаково мислять, володіють однаковим футбольним чуттям і однаково розуміють все, що відбувається на полі. Вони не тренуються більше, ніж наші футболісти. Кількість тренувальних занять не визначає їх інтенсивність. Однак, виконавча майстерність наших кращих гравців є поки що далекою від вимог сучасного футболу, тобто ми здійснили тільки незначний крок вперед. Відстаємо не тільки у фізичній підготовці, але і в розумінні (читанні) самої гри. З такою якістю гри ми поки що не можемо претендувати на провідні ролі у Європейському футболі.

Нам не вистачає сили, жорсткості і відсутнє намагання переробити все на краще, що надбано в сучасному футболі.

Нині кращими в Європі є футболісти Англії, Італії, Іспанії, Німеччини, Франції та інші. Нашим завданням є наблизитися до них якнайшвидше. Гаслом сучасної гри є високий рівень володіння м'ячем.

Сьогодні жоден тренер вже не вимагає від гравців, щоб вони догматично дотримувались тактичних обов'язків, обираючи для того найлегший шлях. Гравці в процесі матчу самі повинні обирати тактичні вирішення в ситуаціях, які зустрічаються, але так, щоб досягти успіху.

Нашим гравцям, якщо тренер і дає свободу дій, він все-таки дає вказівки як вирішувати різноманітні ситуації, які заздалегідь передбачити не можливо.

Слабким місцем наших гравців є атака суперника після втрати м'яча, як на своїй, так і на чужій половині поля. Атака суперника повинна бути жорсткою і безкомпромісною, сконцентрованою

тільки на оволодінні м'ячем, чим змусить суперника помилятися, не надаючи йому можливості швидко і точно передати м'яч за рахунок зменшення простору на його половині поля та часу для вільного оволодіння м'ячем. Для цього необхідні активні дії гравців без м'яча. Команда, гравці якої не пересуваються без м'яча, не може грати позитивно навіть коли розпоряджається ним.

Немає потреби комбінувати заради комбінування, а є необхідність, щоб з кожної комбінації одержати максимальну можливість для завершального удару. Комбінації, які не завершуються ударом по воротах, безкорисні. Важливим є не те хто нанесе удар, а те, як він буде нанесений.

В сучасному футболі жорсткість часто переходить за рамки правил. Нажаль грати в жорсткий футбол поки що ми не вміємо, впадаємо в крайнощі, тобто, або боїмося, або порушуємо правила гри. Звичайно жорсткість вбиває красу футболу і багато команд застосовують її як крайність.

Завданням тренерів є виховати у наших гравців здатність робити опір, навчити їх грати жорстко, але без показу арбітрами жовтих та червоних карток.

Переконані, що нашим футболістам відомо як вриватися в штрафний майданчик, у вільні зони, як відірватися від суперника, знаходитися у безперервному русі. А якщо вже гравці бачать вільні зони і не входять в них, коли зауважують, що можливо здійснити швидко комбінацію, вони надто захоплюються обводкою, партнери в той час, замість необхідних пересувань очікують передачі стоячи на місці, тоді в повній мірі причини невдач необхідно шукати тільки у самих гравців.

В європейському футболі тактика вже визначилась. Всі гравці вміло виконують захисні і атакуючі функції, а наші футболісти з такими функціями справляються з великими труднощами або напруженням.

Таким чином, перед гравцями необхідно ставити завдання з врахуванням їх здібностей, які в матчі можуть бути реалізовані.

Методи, які застосовуються в тренуванні, не відповідають вимогам гри. Сучасному футболісту необхідний високий рівень фізичної підготовленості, досконала гнучкість, спритність і

швидкість мислення. Для досягнення успіху ці вимоги повинні виконуватися в повному обсязі. Це означає, що тренери зобов'язані вміти робити все, чого вимагає гра. Потрібне, правильне, цілеспрямоване, інтенсивне тренування. Застосовувати спосіб гри, який приносить результат. Будь-яку випадковість необхідно виключити, інакше якість гри покращити неможливо.

Не існує жодного відомого фінансового допінгу за допомогою якого футболіст міг би навчитися боротися, мислити, одним словом грати. Метою гри є забитий гол, але без жорсткого, безкомпромісного тренування це нездійснена мрія. Потрібно, щоб 11 гравців грали в унісон. Адже будь-яка тактична система це тільки вихідне розташування гравців, яка безперервно змінюється.

Оскільки сучасний футбол, побудований на атаці, неможна допускати, щоб захист був неорганізованим.

Основою будь-якої тактики є те, щоб в зонах найбільшої небезпеки бути сильнішими, ніж суперник. Звичайно, що в футболі цієї небезпеки доводиться очікувати звідти, де знаходиться м'яч. Адже хто володіє м'ячем — той і диктує умови гри. Таким чином організація захисту повинна бути такою, щоб дозволяла використовувати найменшу можливість для контратаки, а гравці вміти блискавично змінювати свої функції із захисних в атакуючі, і навпаки. Сьогодні практикуються способи гри що визначають тільки задум захисних і атакуючих комбінацій. Самі комбінації виконують гравці у відповідності до їх ігрової зрілості, тактичної маневреності і психологічної підготовки.

Техніко-тактичне чуття гравців будується на науковій основі, тобто повинне містити універсальність дій, передбачення можливих змін, вміння виконувати різноманітні завдання, що впливають із вимог сучасної гри. Самі футболісти повинні навчитися робити правильні висновки з кожної ситуації, вміти комбінувати і передбачати подальшу плинність гри. Тренер знаходиться за межами футбольного поля, тому будь-які питання, що виникають під час гри, гравці повинні вирішувати самі.

Гравців необхідно навчити думати про футбол не тільки протягом 90 хв. матчу. Вони повинні цікавитися сильними і слабкими сторонами суперника, чудово розбиратися в недоліках і

кваліфікації гравців, особливо тих, які “творять” гру, або є небезпечними перед воротами, б'ють по воротах, тобто спільно з тренером необхідно приймати тактичні заходи, щоб відвести небезпеку від своїх воріт.

Відомо, що “великі” команди створюють “великі” гравці. Ми поки що такими гравцями не володіємо.

Такі гравці є великими індивідуальностями, які вміють все робити неочікувано і їх дуже складно примусити діяти тільки у відповідних обмежених рамках. Саме із-за відсутності таких гравців нам не вдається створювати добрі команди, їх належить виховувати, але такими, щоб бути здатними поєднувати свою ігрову творчість з вимогами колективної дисципліни.

Більш ніж коли-небудь надається значення моральній і вольовій підготовці, які представляють важливі елементи підготовки футболістів.

Сьогодні, і в майбутньому, вирішальним у футболі буде не система гри, а вміння грати. Майбутнє у футболі належить інтелектуальним, творчо мислячим гравцям здатним діяти всі 90 хв. гри майже у спринтерському темпі.

В тактичному відношенні майбутнє належить команді збалансованій в нападі і захисті, достатньо еластичній, здібній однаково добре пересуватися, як з м'ячем, так і без м'яча.

Жорсткі, бойові ігри між провідними національними і клубними командами Європи виявились не тільки перевіркою вміння гравців, але і великою школою для тренерів. На майбутнє нам ще доведеться поставити відповідні завдання. Найважливішими із них є вирішити в якому напрямку буде розвиватися футбол і як спрямувати підготовку футболістів на майбутнє.

Відповідним гальмом в розвитку українського професійного футболу є і часті реформи в проведенні чемпіонату. Не виправдано була зменшена кількість команд вищої ліги до 14, що вплинуло на зниження ігрової практики команд.

В наших професійних лігах рівень команд часто змінюється, деякі з них через сезон-два просто зникають з карти України, що пов'язано з відсутністю необхідних фінансово-економічних засобів їх існування.

Дитячо-юнацькі змагання нажалі не дають очікуваного ефекту тому, що перед тренерами керівництво шкіл, клубів ставить завдання обов'язково перемогти, що і вимагало необхідного підходу їх підготовки до змагань, а не виховання талановитих гравців для професійного футболу. Працюючи на знос вони зупиняються в рості і часто навіть зникають з футбольного горизонту.

В індивідуальних видах спорту, де результат визначається кілограмами, секундами, сантиметрами спортсмен повністю відтворює вивчені рухи та навички, які повністю формуються під час навчально-тренувальних занять, які носять яскраво виражений індивідуальний характер незалежно від його кваліфікації.

В футболі подібного явища не існує. Тут гра відбувається в складних умовах, які безперервно змінюються в різноманітних умовах спортивної боротьби, тому і ігрові навички є вивченими і поєднуються з вмінням футболіста. Такі вміння формуються і вдосконалюються переважно в тренуваннях, навчальних, товариських та календарних іграх.

Відомо, що багато футболістів, наших провідних команд, не вирізняються високою технікою володіння м'ячем під час зустрічей з закордонними командами.

Вагомою причиною відставання наших футболістів в технічній підготовці від кращих заркордонних гравців є використання в навчально-тренувальних заняттях переважно групового методу тренування, де гравці оволодівають і вдосконалюють різні варіанти гри, не турбуючись про техніку і розвиток рухових якостей. В той же час відомо, що в світі немає такого футболіста, який не потребував би усунення деяких недоліків і вдосконалення окремих рухових та ігрових якостей.

Оцінка стану фізичної і технічної підготовленості футболістів на різних етапах річного циклу тренувань здійснюється шляхом виконання спеціальних контрольних нормативів розроблених федерацією футболу України. Але відомо, що відставання в фізичній підготовці можливо ліквідувати за короткий час, а для піднесення технічного рівня гравця потрібні роки, і основним засобом тут повинен бути метод індивідуального тренування.

На жалі в планах підготовки команд індивідуальне тренування

тренери передбачають рідко і в основному це торкається тільки гравців, які приступили до тренувань після одержання травми, або після тривалої хвороби.

Наші підручники та посібники з футболу рекомендують призначати індивідуальні тренування тільки у випадках:

- при відставанні гравця в підготовці від загальної групи;
- після перерв в тренуваннях у зв'язку з хворобою, або травмою;
- у випадках необхідності змінити напрямок підготовки.

Хоча відомо, що майже в кожній команді є гравці з неправильно вивченими раніше прийомами техніки. Як правило всі футболісти потребують подальшого вдосконалення прийомів техніки, розвитку фізичних якостей, удосконаленні так званих "коронних" прийомів, що без сумніву позитивно вплине на вирішення тактичних завдань команди.

Всім тренерам добре відомо, що не існує двох гравців з однаковим характером, тому і необхідний індивідуальний підхід, щоб правильно визначити вправи і тренувальне навантаження, зміст та інтенсивність групового або командного тренування.

Звичайно, що в індивідуальних видах спорту тренеру легше виявити причини недоліків, оскільки тут спортсмен виконує вивчені рухи свого виду програми у відповідному темпі і ритмі, завжди в одному напрямку і суворій послідовності без втручання суперника, що не зустрічається в практиці гри в футбол.

В сучасному футболі високих спортивних результатів досягає команда, укомплектована гравцями з різносторонньою фізичною підготовкою, які безпомилково володіють всіма прийомами техніки на високому рівні і в умовах єдиноборств з суперником, є тактично правильними, з яскраво вираженою манерою гри.

Важливо підкреслити, що командні тренування корисні тільки тоді, коли мова йде про техніко-тактичну підготовку команди (взаємодії, різноманітні комбінації, тактичні схеми і таке інше). Однак вони мало сприяють розвитку рухових якостей і підвищенню індивідуальної тактичної майстерності.

Відомо, що кращі футболісти світу - це яскраві індивідуальності тільки тому, що найкращим чином застосовують свої якості на користь колективу.

Талант футболіста - це здібності, які сигналять про своєрідність, яка краще піддається розвитку у відповідному напрямку.

У фізичній підготовці талановитий гравець повинен бути швидким, спритним, витривалим. В техніці досконало володіти м'ячем двома ногами, швидко виконувати прийоми. В тактиці повинен бути універсальним в тактичному мисленні та орієнтуванні.

Яскрава індивідуальність виділяється однією або кількома якостями. Сума різних якостей кожного гравця визначається його техніко-тактичними можливостями. В будь-якому колективі більшість гравців об'єднуються навколо талантів, яких тренери використовують в інтересах команди Але питання розвитку талановитих футболістів поки що вирішується погано.

Багато тренерів та фахівців вважають, що здібності гравця можуть розвиватися тільки в оточенні кращих ніж він сам, досвідчених гравців. Це повинно змушувати футболістів працювати над собою, збагачувати своє вміння, ліквідувати помилки, беручи приклад з його партнерів.

В роботі тренера важливим є вміння якнайкраще розвивати індивідуальні здібності гравців і раціонально застосовувати їх в колективі. Чим більшим є ігровий досвід футболіста, тим вища його кваліфікація, тим доцільніше враховувати його індивідуальні особливості, тобто індивідуалізувати його підготовку.

В процесі індивідуального тренування гравців пропонуємо користуватися методами:

- гравець тренується самостійно згідно одержаного від тренера домашнього завдання (користуючись рекомендаціями тренера);
- група гравців /2-3/ тренується разом (у них залежні між собою помилки);
- група гравців /2-3/ тренується разом, вивчаючи і вдосконалюючи одну і ту ж саму дію (наприклад удари по воротах);
- група гравців тренується разом (у них однакові помилки) безперервно рухаючись (наприклад один виконує удари головою, а другий здійснює пасивний опір, а потім гравці міняються місцями);
- гравці, які відстають в рівні підготовленості, тренуються разом з кваліфікованими, тобто досвідчені гравці беруть шефство над партнерами;

- кваліфікований гравець допомагає партнеру оволодівати відповідним прийомом за визначений тренером час;
- гравця, який працює над усуненням помилок і недоліків, час від часу контролює тренер, вносячи відповідні корективи в його дії;
- гравці тренуються групами (захисники, гравці середини поля, нападаючі) відпрацьовуючи одержані від тренера завдання;
- в навчальних, тренувальних, товариських іграх гравець одержує від тренера конкретні завдання вирішень ігрових ситуацій.

ВПЛИВ ЯКІСНОГО ВИКОНАННЯ ТЕХНІКО-ТАКТИЧНИХ ДІЙ НА ТЕНДЕНЦІЇ РОЗВИТКУ ФУТБОЛУ

Тема футболу завжди викликає гарячі суперечки на конференціях, симпозіумах, сторінках засобів масової інформації. Однак, зовсім не привертається увага до проблеми, яка має значний вплив на виконавчий рівень гравця в матчі, у зв'язку з чим і виникла необхідність розглянути теоретичні питання.

В тактиці гри у футбол розрізняють: індивідуальні, групові і командні дії. Але всі вони базуються саме на індивідуальних діях окремих гравців, які поєднуються з діями всієї команди, тобто підкоряються їх взаємному регулюванню. На виконавчий рівень дій команди впливає і її внутрішня структура, тобто загальна система функцій всіх гравців в матчі. Одже рівень гри визначається не тільки поєднанням ігрових дій одинадцяти гравців команди.

Командні дії необхідно розглядати як інтегровану складову індивідуального виконання ігрових дій, які завжди проявляються в майстерності гравців. Сама майстерність набувається в процесі тренувань і змагань.

Таким чином, ігрова діяльність окремих гравців детермінована соматично, біомеханічно, біоенергетично і психологічно. Всі наведені детермінанти є складовими частинами індивідуального виконання дій, завдяки чому і маємо можливість під час тренувань цілеспрямовано впливати на розвиток ігрових здібностей і зокрема на ті їх ланки, які відіграють вирішальну роль в конкретних умовах гри.

Під час гри різноманітні тактичні завдання вирішуються в залежності від рівня виконавчої майстерності футболістів і розгортання ігрових подій. Спостереження за техніко-тактичними діями під час гри та їх аналіз є важливою складовою, як індивідуальної, так і командної виконавчої майстерності гравців. За показниками спостережень в тренувальному процесі ведеться робота по усуненню виявлених у гравців вад та недоліків.

На тенденції розвитку футболу помітним є вплив змагань

найвищого рангу (Чемпіонати світу, Європи, Олімпійських ігор, ігри Ліги Чемпіонів, Кубка УЕФА та інші). На таких змаганнях перемагають команди, які застосовують різноманітні варіанти гри в захисті і нападі, що є оригінально, незвичайно і неочікувано для суперника. Тут створюється єдність у взаємодіях гравців, що також впливає на підвищення рівня якості гри. Науковцями напрацьована умовна піраміда якостей, що впливає на тенденції розвитку гри. Але вичленувати з неї окремі частини є надзвичайно важко і тому запропоновано з'єднати їх у вигляді ступеневості, наведеної на рис.23.

Основою піраміди є функціональний стан організму гравця. Цей показник є вирішальним в його діяльності в цілому. Оскільки функціональний стан тісно пов'язаний з регулюючою функцією центральної нервової системи (ЦНС), системою дихання, кровообігу та іншими він повинен покращуватися комплексно. Однак вирішальним фактором, який забезпечує можливість повторення гравцем техніко-тактичних та інших дій з максимальною інтенсивністю протягом всього матчу залишається рівень біоенергетичних показників.

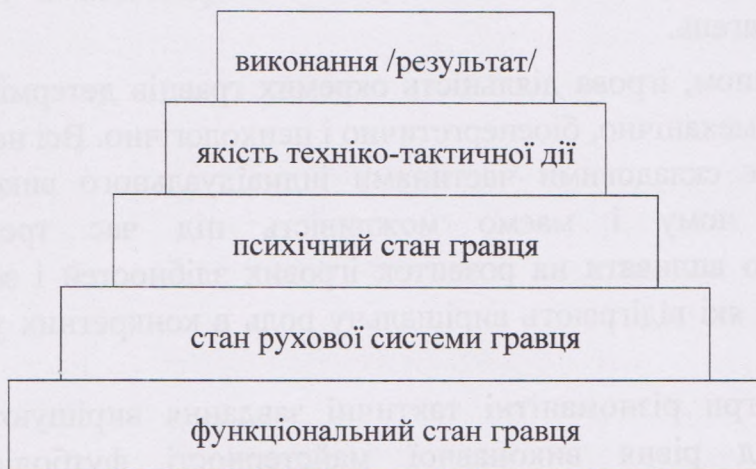


Рис. 23.

Під час матчу техніко-тактичні дії з максимальною інтенсивністю і складністю постійно чергуються з відповідним характером інтервалів відпочинку.

Алактатне навантаження з максимальною інтенсивністю дій здійснюється за рахунок креатинфосфату, ресинтез якого прискорюється у так званих червоних (швидких) м'язевих волокнах. Для того, щоб після виконання рухових і техніко-тактичних дій з максимальною інтенсивністю повернути організм до вихідного стану, вирішальним значенням є спосіб окислення енергетичного поповнення, але тільки при наявності високого порогу метаболічного поповнення, неокислюваної, алактатної потужності.

Під час гри в ситуаціях з тривалою максимальною інтенсивністю футболіст потрапляє в лактатну зону, яка вимагає метаболічного поповнення. Такий стан зумовлений включенням в тренувальні заняття навантажень, які носять лактатний неоксидативний характер. Після таких навантажень доцільно виконувати дії на точність, швидкість і бездоганність. Це важливий засіб підготовки організму до точного і швидкого вирішення складних ігрових ситуацій протягом матчу при наявності в крові гравця відповідної кількості лактату. Якщо більшість тренувальної роботи з лактатною складовою неадекватна, тобто є мінливою, тоді на регенерацію (зниження) аеробних, алактатних можливостей організму гравця необхідно відводити більше часу.

Ця проблема взаємозалежна з комплексним функціональним станом гравця, оскільки саме в таких умовах досягається підвищення рівня рухових і техніко-тактичних дій гравця. Тому перевага тут надається кількісним аспектам, тобто обсягу загальних дій, які в різних фазах тренувального циклу призводять до зменшення спеціальних засобів тренування, особливо в підготовчому періоді. Саме ця проблема і покликана вирішувати якість змагальної діяльності гравця і забезпечувати оптимальні пропорції основних енергетичних витрат у співвідношенні з пропорціями загально-розвиваючих і специфічних засобів.

Наступною сходинкою піраміди є стан рухової системи гравця, яка забезпечує моторне виконання техніко-тактичних дій. Вона є єдиним об'єктивним показником всіх попередніх і паралельно плинних психологічних процесів, чим відповідає законам і принципам біомеханіки.

Протягом матчу, особливо в ситуаціях зі складною ациклічною

руховою діяльністю, гравцям доводиться виконувати дії в неповторних мінливих умовах. Щоб гравець швидко оволодів складними руховими структурами та їх комбінаціями (поєднаннями) без м'яча і з м'ячем їх необхідно повторювати точно, економно і координовано з прикладанням необхідного рівня зусиль. Такий взаємозв'язок є важливим, оскільки для подальшого розвитку рухового рівня гравця необхідно застосовувати можливості біомеханічних принципів і законів. Весь надбаний досвід, що взаємопов'язаний з розвитком рухових здібностей, у грі не завжди доводиться використовувати. Мова йде про координаційні, швидкісні і силові якості (здібності).

Всі наведені якості за характером мають спеціальну спрямованість і конкретно впливають на рухові структури, необхідні для якісного виконання прийомів техніки гри.

Тому тут важливо розпізнавати наявність відповідних резервів як по вікових так і кваліфікаційних рівнях. Переважна більшість футболістів не наділена необхідними координаційними здібностями, особливо швидкістю і достатньою вибуховою силою, без яких підвищити рівень техніко-тактичної діяльності неможливо. Вирішення цієї проблеми вимагає багато часу і серйозного підходу на всіх рівнях нашого футболу.

Безумовно знання біомеханіки, антропомоторики впливають на якість виконання прийомів техніки гри. Адже на успішне вирішення ігрової ситуації гравцем, або групою гравців, крім техніки, впливає і тактичний компонент гри. Тому, щоб оптимально вирішити одну конкретну ігрову дію, або цілого ланцюга дій, необхідно обрати спосіб її виконання. У зв'язку з наведеним, необхідною складовою представленої нами піраміди є психічний стан гравця. Тут тісно взаємопов'язані величини тренувальних навантажень з тактичною діяльністю гравця. Рівень психічного стану гравця є важливою передумовою для здійснення особливо складної техніко-тактичної дії.

Останнім часом ведуться розмови про пізнавальні процеси творчості, тактичного мислення, колективного, інтегрованого мислення, спосіб вибору вирішення ігрових ситуацій, про дефіцит часу, антиципації і про мотивацію вольових і емоційних факторів, як

про вирішальні якості техніко-тактичної діяльності. Ймовірно, що всі ці психічні компоненти створюють відповідну мозаїку діяльності гравця, але їх значення змінюється в залежності від розвитку плинності і складності ігрової ситуації. Для оптимального вирішення конкретних складних ігрових ситуацій важливе значення має рівень тактичної підготовки та ігрового досвіду гравця.

До вирішення цієї проблеми необхідно підходити диференційовано, оскільки в окремих випадках ключові психічні процеси проявляються в комплексі на високому рівні і здійснюють вплив як на індивідуальне так і на командне виконання дій.

В більшості випадків футболісти вирішують завдання на оптимальному рівні, особливо якщо це стосується пізнавальних процесів, які впливають на орієнтування гравця в складних ігрових ситуаціях. Але для цього необхідно володіти відповідною ситуацією, антиципацією, яка взаємозалежна з передбаченням не тільки розвитку даної, але і наступної ігрової ситуації. Такого швидкого вирішення, часто з ризиком, не вистачає багатьом навіть висококваліфікованим гравцям. Причиною такого явища є недостатній рівень мотиваційних, вольових і емоційних компонентів в загальному підході до гри.

Щоб досягти необхідного індивідуального і командного виконання дій гравець застосовує техніко-тактичні дії.

З терміну техніко-тактична діяльність чітко впливає поєднання двох компонентів, які є неподільними і в єдності створюють неформальне, але в цілому основне змістовне ціле.

Основною формою техніко-тактичних дій гравця є його ігрова діяльність, яка під час гри проявляється ізольовано. Техніко-тактична діяльність гравця це створення ланцюгів з неменше ніж з двох ігрових дій. Це і є вищою формою здійснення ігрових вмінь гравця. Зміст і об'єм цих елементів залежить від індивідуальних здібностей гравця.

При сучасних тенденціях розвитку футболу висока ефективність техніко-тактичної діяльності гравця буде завжди корисною. Умови, в яких гравцям доводиться діяти в матчі, постійно ускладнюються, змінюється і вирішення ігрових ситуацій, тому техніка не може бути постійною, а повинна змінюватися і

вдосконалюватися якісно з врахуванням простору активності суперника, самого способу проведення дій. Існує багато впливових факторів, які ускладнюють виконання технічних дій. Це, перш за все, інтенсивність, швидкість рухів, вибуховість та інші, тому тут можна застосувати термін динамічна техніка, але ми сприймаємо її у комплексі з тактикою. У зв'язку з цим можна визначити зв'язок між технікою і тактикою.

Динамічна техніка є необхідним засобом тактичного вирішення у відповідності до розвитку ігрових ситуацій. Навіть при умові високого рівня тактичного мислення гравця для вирішення складних ігрових ситуацій динамічна техніка повинна бути варіативною і гнучкою. Досконале володіння динамічною технікою дає можливість гравцеві орієнтуватися в ігрових ситуаціях що виникають знаходити час і обирати єдине правильне рішення з подальшим розвитком наступної ігрової ситуації. Чим багатшим є техніко-тактичний фонд гравця, тим вищою буде і здатність використовувати його з максимальною інтенсивністю, тим багатшою буде і варіативність вирішень як окремих ігрових дій, так і цілого їх ланцюга, а гравець буде мати більше можливості проявляти свої здібності у мінливих умовах гри.

Виконання прийомів техніки висуває досить високі вимоги до центральної нервової системи гравця, до діяльності аналізаторів, вимагає залучення психічних і особливо пізнавальних процесів. Висококваліфікований гравець відрізняється від інших високим рівнем здатності до імпровізації, тобто до неочікуваних, результативних вирішень ігрових ситуацій, що вимагає знання власних можливостей, можливостей суперника, здатності швидко аналізувати конкретні ігрові ситуації (тут мова йде про швидкість складних реакцій з вибором). Вибір єдино правильного розв'язання ігрової ситуації з застосуванням неочікуваних засобів свідчить про творчий підхід, впевненість у власних здібностях в поєднанні з відвагою, особливо під час вибору ризикованого вирішення ігрової ситуації, передбачення (антиципація) подальшого розвитку ігрової ситуації з урахуванням можливих дій і протидій суперника.

Наведені аспекти тісно взаємозалежні з інтегральним (колективним) мисленням зіграного колективу, які залучають до

подібних дій і інших гравців команди.

Якщо брати до уваги оцінку техніко-тактичної діяльності гравця, то до сучасного тренування необхідно підходити з врахуванням особливостей всіх вікових категорій гравців.

В розрізі викладеного матеріалу ми намагаємося визначити завдання які, необхідно вирішувати в навчальному процесі.

1. Оволодівати техніко-тактичною діяльністю у найскладніших ситуаціях, які виникають в захисті і нападі без огляду на виконання ним функцій в команді.

2. Збільшити і спростити проведення техніко-тактичних дій під час проведення і закінчення атак.

3. Продовжити виконувати ігрові дії і їх ланцюгів з максимальною інтенсивністю.

4. Частіше включати в тренувальний процес вправи зі складними діями, з обведенням суперника з метою створення позицій для завершальних ударів по воротах.

5. В тренуваннях вимогливо ставитись до виконання дій з односкладових елементів.

6. В ситуаціях 1x1 при завершенні атаки, особливо в штрафному майданчику, фінальна (заклучна) діяльність повинна бути максимально активною.

7. Як в нападі, так і в захисті вести жорсткі єдиноборства від яких гравець не повинен ухилятися.

8. У відборі м'яча діяти конструктивно і виразно чисто, без порушень правил гри.

9. Обирати і аналізувати ланцюги рухових структур без м'яча і з м'ячем кращих футболістів світу, і створювати з них моделі як основу подальших новітніх техніко-тактичних дій гравця.

10. Для навчання молоді моторним діям створюємо ланцюги з ігрових ситуацій

11. В тренувальних навантаженнях орієнтуватись на оксидативний спосіб біоенергетичного забезпечення, з розробленням моделей вправ, за допомогою яких відбувається розвиток зон індивідуального анаеробного порогу гравця.

12. Для більш чіткішої об'єктивізації визначення величин

трену-вальних навантажень у всіх гравців необхідним є визначення пропорції наявності швидких і повільних м'язевих волокон (червоних і білих).

13. В навантаженнях з максимальною інтенсивністю, яка триває до 60 сек., досягти підвищеної лактацидемії з негайним включенням вправ на точність, швидкість і здатність до комбінування. Мова йде про якісну діяльність в умовах наявності підвищеного лактату в організмі гравця.

14. Моделювати ігрові вправи із застосуванням динамічної техніки та виконанням дій з високою інтенсивністю алактатного навантаження. Такі вправи включаються до тренувань в основному періоді підготовки.

СУЧАСНА ТАКТИКА ГРИ У ФУТБОЛ

Складається із:

- вітчизняної школи футболу;
- захисного і атакуючого футболу;
- інтенсифікації гри;
- універсалізації і спеціалізації гравців;
- контактів в колективі.

За останні роки часто ведуться розмови про різні зарубіжні школи футболу (європейська, латино-американська та інші), а про свою просто промовчуємо, хоча вона існує, і приносить багато радості гравцям, тренерам, любителям футболу. Вона закладена на принципах нашої держави. Це, перш за все, колективність дій гравців, патріотизм, високий рівень фізичної підготовленості, широкий маневр, взаємозамінимість гравців та інші.

Однак у 1958 році успіх збірної команди Бразилії на чемпіонаті світу в Швеції затьмарив очі всьому світові.

Всі рухались в їх фарватері, всі хотіли одягнути бразильський мундир, що призвело до появи захисного та атакуючого футболу.

Для відродження, атакуючого футболу необхідний вибір нападників, які би грали не оглядаючись назад.

Підбір гравців, які розрушають, більше тяжіють до захисного футболу. Адже атакувати означає організовувати свою тактичну спрямованість.

Інтенсифікація гри розпочалась на чемпіонаті світу у 1966 році особливо з боку збірної команди Англії. Цей спосіб ведення гри виражався в перерозподілі обов'язків між гравцями, що і розвантажило гравців захисних ліній. Інтенсифікація має пряме відношення до тактики футболу. До 1968 року навантаження між гравцями розподілялось нераціонально, тобто, центральні захисники та інші гравці перебували в статиці.

Перейшовши на методи притаманні бразильському футболу ми загубили свою особливість, що нас завжди відрізняло від інших команд, тобто грати у виснажливому для суперника темпі.

Нам всіляко необхідно підвищувати рівень техніки гри, але не за рахунок зниження рівня розвитку рухових якостей.

Універсалізація збіднює футбол. Це шлях до якогось стандарту, одноманітності, тобто спроба зробити всіх гравців однаковими.

В кожній лінії є гравці, які нічим не схожі один на одного, вони здатні проявляти себе з кращого боку. Це дасть можливість футболу зберегти свою неповторність (свою палітру).

Гравці це не солдати, розташовані на макеті, а живі люди. Тому часто можуть виникати розбіжності з установкою тренера. Якщо все буде не так, — тоді зусилля гравця сковуються. Гравці не можуть грати і під підказки тренера. Гравці часто скаржаться на втому під час тренувань. Але з втомою вони повинні боротися, а не тільки скаржитися. Тут з боку гравців повинна існувати жертвенність.

Імпровізація у грі це заслуга самих гравців, і в той же час наіграні комбінації є заслугою тренера. Саме це і сприяє розвитку тактичного мислення футболістів.

Універсалізація практично і породила інтенсифікацію. Завданням тренерів є активізувати роботу флангів. Адже один тільки відхід назад для розвитку атаки не завжди є виправданим і доцільним. Резерв тактичних дій на флангах ще до кінця не вичерпаний.

Сучасний футбол характеризується:

- високою швидкістю оцінки ігрових ситуацій;
- швидкістю переробки інформації;
- швидкістю рухових дій гравців;
- високим рівнем спеціальної витривалості;
- швидкістю бігу та стрибучістю гравців;
- тонким координаційним диференціюванням;
- складністю техніко-тактичних прийомів ведення гри.

Все це вимагає цілеспрямованого розвитку якостей, забезпечення гравця необхідним рівнем функціональної підготовленості.

Однак, тут важливо зберігати відповідне співвідношення.

Щоб перевести організм із вихідного стану в потрібний, процес підготовки футболіста необхідно програмувати. В іншому випадку одні і тіж самі засоби, методи підготовки можуть давати як сприятливий, так і негативний вплив. Наприклад, захоплення двосторонніми іграми може добре розвинути спеціальні якості, але вони негативно відіб'ються на техніці і тактиці, при яких

покращується рухова координація та переробка різноманітної, багаточисельної інформації і таке інше.

Для правильного вирішення наведених завдань необхідний комплексний підхід, тобто розвивати так необхідних якостей у відповідний час, та зберігати кількісні і якісні значення перелічених факторів. Тому в підготовці висококваліфікованих футболістів вирішальним фактором є якість тренувального процесу, його структура, зміст і методи, які повинні бути взаємопов'язані з тенденціями розвитку самої гри.

Вирішальним фактором в правильній побудові тренувального процесу є досконале знання вимог, які покладає на футболіста сама гра, знання рівня загального навантаження, яке гравець переносить під час матчу, тобто основних компонентів навантаження які складаються з:

- об'сягу;
- інтенсивності;
- складності.

Основою кількісної характеристики рухового змісту є величина навантаження, яка визначається сукупністю тривалості і повторів всіх дій (рухових і техніко-тактичних) протягом матчу (пробігання відстані, різні способи бігу, старту, стрибки, падіння та ігрові дії футболіста).

Так, наприклад, гравець середини поля за матч долає дистанцію в 6820 м, 122 рази біжить вперед, 50 разів назад, 44 рази боком, виконав 44 старту з місця, 42 рази в русі, 11 стартів після падіння, 12 стрибків відштовхуючись двома ногами, 9 стрибків відштовхуючись однією ногою, 15 падінь (із них 5 не навмисних.) Крім того виконав 45 передач, 29 разів прийняв м'яч і наніс 2 удари по воротах.

Це обсяг роботи гравця середини поля в одному матчі. Звичайно показники не стабільні їх може бути більше, менше. Все залежить від характеру гри та багатьох інших чинників.

Компонентом, який визначає якісну сторону навантаження, є інтенсивність. В процесі гри інтенсивність характеризується чергуванням відрізків, які футболіст пробігає з максимальною, субмаксимальною інтенсивністю, середнім, малим навантаженням.

Так, наприклад, крайній захисник за матч пробігає 67 відрізків з

малою та субмаксимальною інтенсивністю, центральний захисник 52 відрізки, гравець середини поля 92, крайній нападник 84 рази, центральний нападник 80 відрізків. Відстань відрізків складає 15-16 м. Відрізки можуть бути короткими, довгими і виконуватися, як по прямій, так і зі зміною напрямків.

Типовим показником сучасної гри є безперервний ріст вимог до виконання ігрових дій в умовах дефіциту часу, простору, дій суперника, тобто гравцеві доводиться виконувати більшість дій з високою інтенсивністю.

Максимальна та субмаксимальна ступінь інтенсивності в передачах м'яча визначалась по безпосередній передачі, пов'язувалась з попередньою діяльністю, що впливала на інтенсивність самої передачі.

Під час прийому м'яча критерієм визначення величини навантаження служить характер пересування гравця, простір, відстань, суперник і звичайно складність виконання передачі.

Під час ведення та обводки, крім швидкості, враховувалась і складність ігрових ситуацій, що є важливим якісним показником навантаження. Саме цей показник, разом з обсягом та інтенсивністю, визначає характер навантаження. Сама складність навантаження виходить із загальної діяльності футболіста в матчі, всієї суті ігрових дій. Типовим для складності є безперервне сприйняття ігрових ситуацій та їх вирішення.

Наші футболісти як у попередній, у фазі розвитку, так і у фінальній фазі атаки поки що, поступаються зарубіжним гравцям в кількості довгих передач, передач в ускладнених умовах, головою, передач для переходу команди в атаку, або швидко контратаку, точності і вигідності для партнера фінальних передач.

Складність визначається і в залежності від передачі яка передувала діям гравця.

Згідно існуючих прогресивних оцінок ігрової діяльності футболіста складність навантаження повинна бути вирішальним фактором, оскільки вона охоплює зміст техніки і тактики в кожній ігровій ситуації.

Для оцінки ігрових дій можна застосувати чотириступеневу систему, тобто: відмінно, добре, задовільно, погано.

Наприклад футболіст "Х" виконав в матчі 44 передачі:

- на відмінно - 6
- на добре - 12
- на задовільно - 18
- на погано - 8

Всі атакуючі дії футболіста практично пов'язані з передачею та прийомом (обробкою) м'яча. Сучасна гра до цих прийомів техніки висуває надзвичайно високі вимоги.

Зазвичай під час аналізу матчу особливу увагу приділяють основним способам дій з м'ячем і діям гравця по звільненню себе від м'яча.

Кульмінацією атакуючих дій в футболі є удари по воротах.

Команда за матч наносить 17-22 удари по воротах.

Кульмінацією захисних дій є відбір м'яча у суперника.

В одному матчі команда відбирає м'яч:

- підкатом - 20 разів,
- попереду - 28 разів,
- збоку - 6 разів,
- в падінні зпереду - 8 разів,
- збоку - 4 рази,

Складність навантаження в процесі матчу визначається не тільки за кількістю виконаних ігрових дій, але і діями, за допомогою яких гравець вирішує різноманітні ігрові ситуації, тобто поєднання кількох ігрових дій, викликаних об'єктивною необхідністю вирішувати ігрову ситуацію, що виникла. Таким чином, ланцюг ігрових дій футболіста в окремих ситуаціях створює суттєвий вплив на характер загального навантаження на організм гравця. Саме вони і є вищою формою прояву гравцем ігрових вмінь під час виконання основних завдань в процесі гри.

При оцінці навантаження важливе значення має співвідношення в матчі кількості виконаних командою ланцюгів з однієї, двох, трьох, чотирьох і більше передач. Так:

- односкладова діяльність складає 200-210,
- двоскладовий ланцюг - 183,
- трискладовий ланцюг - 82,
- чотирискладовий - 10.

При визначенні навантаження гравця враховується і характер гри в фазі атаки та захисту, їх кількості, швидкості, плинності, результативності.

В одному матчі команда атакує від 106 до 137 разів. Однак, в атаках бере участь різна кількість гравців.

Цікаво відмітити, що в завершальній фазі атаки футболісти допускають багато помилок, особливо під час прийому м'яча, при обведенні суперника, при веденні та інші.

Кульмінацією захисних дій є:

- відбір м'яча, його прийом під свій контроль;
- припинення атакуючих дій суперника.

Якщо м'яч залишається у команди, вона продовжує атаку, то такі дії прийнято називати конструктивними.

Коли атаку перервано за допомогою відбору м'яча, вільного чи відбивного удару, — такі дії прийнято називати деструктивними.

Так в матчі конструктивних захисних дій з переходом в атаку, в одному матчі буває до 75 випадків, а деструктивних до 45.

Всі викладені дані є важливою підставою для визначення компонентів навантаження гравця.

Вважаємо, що показниками обсягу навантаження в матчі є:

- рухові дії без м'яча;
- відстань яку долає гравець;
- ігрові дії футболіста та інші, що не є вирішальними для визначення якості тренувального процесу.

Значно більші можливості приховуються в інтенсивності навантаження.

Саме цей показник складає не більше 70-75% від показника кращих футболістів світу.

Рівень працездатності організму футболіста залежить від аеробної потужності, яка є основою спеціалізованої діяльності гравця. Відомо, що оптимальним засобом підвищення анаеробної потужності організму є перемінний метод тренування, побудований на неправильному чергуванні навантажень. Саме це найкраще сприяє підвищенню спеціальної витривалості.

Застосовуючи цей метод тренування тренери досить часто допускаються помилок:

- вправи виконуються з недостатньою інтенсивністю;
- не завжди правильно визначається обсяг навантаження (воно повинно виходити із спеціальної діяльності гравця в матчі);
- в недостатній кількості самого тренування.

Тільки збільшивши тривалість занять перемінним методом наші футболісти будуть здатні долати бар'єр, який гравець не в стані подолати в матчі. На жаль цей бар'єр вже багато років тому стабілізувався на недостатньому рівні. Ця проблема обмежує подальшу інтенсифікацію гри.

Необхідно додати, що тільки незначна кількість календарних матчів відповідає цим вимогам.

Складність навантаження також є визначальною проблемою, оскільки тут важливе значення надається вмінню вирішувати відповідні ігрові ситуації. Ця проблема повинна базуватися на основі тенденцій розвитку футболу.

Конкретні результати аналізу дій гравця виражені в кількісних і якісних показниках навантаження сприяє одержанню необхідних теоретичних відомостей, що дозволяють об'єктивізувати стан і напрямок дій у грі як окремого гравця, так і всієї команди. Такі відомості точніше визначають спрямованість тренувального процесу та його окремих частин, правильно визначають пропорції, оптимізують його структуру та об'єктивізують дозування.

АНАЛІЗ ТАКТИКИ СВІТОВОГО ФУТБОЛУ

Футбол складається із чотирьох основних компонентів, які є вирішальними для будь-якої команди. Це техніка, тактика, фізична (функціональна) та вольова (психологічна) підготовка. За часів класичної системи (3-х захисників) техніка переважала над всіма іншими компонентами, тобто була вирішальною. У якої із команд рівень техніки був вище, та і перемогала.

Згодом відбувся перехід від класичної системи до системи "Дубль-ве (WM)", де вирішальним компонентом вже стала фізична (функціональна) підготовка. Високий рівень фізичної підготовленості створював умови для результативного футболу.

Сучасний футбол досяг такого рівня, коли всі чотири компоненти знаходяться приблизно на однаковому рівні. Правда сьогодні футбол підійшов до так званого критичного рівня, який вимагає вирішення в якому саме напрямку буде розвиватися далі і той, хто прогавить цей період (момент) в тактичному відношенні, відстане від кращих команд світу на кілька років.

Найчастіше при переході з однієї системи, з одного методу або з одної концепції гри на іншу тренери допускають помилки, які полягають в копіюванні відповідної системи і тільки згодом створюють передумови для техніки, функціональної підготовки, для того щоб команда стала здатною грати по тій системі, яку механічно перейняли, а необхідних передумов не створили. Тільки з часом ведеться пошук різних уточнень у вигляді: "Це нам не підходить, у нас інший спосіб мислення" і тому подібне.

Будь-яка концепція і спосіб гри вимагає відповідної техніки, фізичної і функціональної підготовки, як основи. Однак, кількісний і якісний спосіб техніки, фізичної та функціональної підготовки по суті і є важливою стороною тактики.

Наступною помилкою при переході на іншу нову систему гри є формування одного із компонентів гри, який відставав у гравців. Ця помилка повторюється і надалі. Вважається в порядку, якщо перевага віддається фізичній підготовці, але в такому випадку не можна допускати, щоб інші компоненти відставали, оскільки всі вони в футболі є однаково важливими.

Сама по собі система гри хоч і була вирішальною тривалий час і визначала спосіб гри, сьогодні вже нічого не значить. Сьогодні вже немає значення в якому розташуванні команда грає, тобто за системою 1+4+2+4, 1+4+3+3, або 1+4+4+2, а важливим є те, що команда здатна створити перебуваючи в тому чи іншому розташуванні.

Щоб відібрати все найкраще, що є у світовому футболі, необхідно звернути увагу на деякі важливі тактичні елементи гри кращих команд світу, які повсюдно застосовуються і сьогодні.

Італія – всі кращі команди грають за системою 1+4+4+2. Два висунутих вперед нападаючі, чотири гравці середньої лінії, один із яких виконує функції “ліберо”, звільнений від будь-яких захисних функцій. Як правило це кращий гравець команди. В захисті застосовують персональну опіку по всьому полю. Передні захисники діють за зонним принципом і без м'яча повертаються на власну третину поля (захисту) і навіть якщо поле не поділяється між ними на третини (частини поля). Саме тут розпочинаються їх захисні дії. В захисті беруть участь всі гравці команди за виключенням одного-двох. При проведенні недостатньо швидких атак суперник завжди нашоувхується на компактний захист. Характерним у грі італійців є те, що два гравці завжди залишаються в центрі поля і діють широко, біля бічних ліній поля, безперервно виходять на вільні місця і провокують суперника, щоб атакував, чим створюють умови для забігів (відривів) з-під опіки захисників, змушуючи їх виконувати передачі від бічних ліній в центр штрафного майданчика, що не сприяє створенню гольових ситуацій. Простіше кажучи, в останній фазі застосовується персональна опіка, а всі інші гравці дотримуються зонного принципу.

Німеччина — всі команди без виключення застосовують персональну опіку по всьому полю. Кожен гравець має свого підопічного, як і при системі “Дубль-ве”. Характерним є те, що після втрати м'яча, якщо сам гравець не повернеться, його підопічного ніхто не прикриє. У кожного гравця свій підопічний, за яким він невідступно пересувається протягом всієї гри. Чи вистачить у нього фізичних сил до кінця гри, а правильність визначення типу гравця для виконання завдань тренера покаже матч.

Англія — останнім часом, команди застосовують зонний принцип захисту з чотирма гравцями, з двома центральними, тобто мають двох рівноцінних стоперів, які міняються місцями. Такий спосіб гри застосовується і нападаючими. Це означає, що шість нападаючих хвилями два та чотири або три і три діють в такому розташуванні протягом всього матчу, і тому у англійців неможливо визначити хто висунутий вперед, а хто з гравців відтягнутий. На полі шість рівноцінних нападників безперервно міняються місцями.

Характерним є те, що майже всі команди не мають крайнього нападника, хоча грають по краях. Це означає, що центральний гравець, а іноді захисник або гравець, що діє на вістрі атаки безперервно використовує простір на краях. В нашому розумінні, крайніх нападаючих у них немає.

Нідерланди — представником універсальних гравців здатних орієнтуватися і грати на будь-якій посаді в команді є “Аякс”. Характерним є те, що захисник володіє навичками гри нападника і навпаки. Чітко визначених нападаючих та гравців середини поля не існує, але обов’язки між ними визначені правильно і максимально наближені до ідеального стану, де кожен гравець здатний діяти на кількох ігрових місцях.

В цьому напрямку в розвитку гри відстали угорці, австрійці та деякі інші країни Європи. Справа в тому, що команди цих країн якщо і побажали би зіграти застосовуючи персональний спосіб тримання суперника, то у них на даний час кваліфікованих виконавців немає. Адже при щільному методі утримування суперника, наприклад лівому захиснику, часто доводилось би грати правим або центральним, хоча грою на цих посадах він не оволодів. Це особливо погано для збірної команди, яка взагалі не зможе використати деяких гравців, оскільки їм доводиться виконувати функції, яким вони не навчені і тому з завданням не справляться.

Перевагою італійців, німців, англійців, нідерландців, французів є те, що всі гравці діють рівно і здатні прикрити гравця з будь-якої команди, який виконає поставлену перед ним задачу. Адже одна справа, коли грає типовий крайній і інша, коли грає центральний нападаючий, проти якого буде діяти захисник іншого плану. В одному випадку необхідний захисник, а в іншому навпаки гравець

атакуючого плану середньої лінії, який частково зможе виконувати і захисні функції. Ідеальним є коли в команді є два-три гравці, що здатні пристосовуватися до суперника.

В сучасному футболі середньої лінії продовжує панувати тенденція до збільшення кількості гравців, які виконують захисні функції. Це зумовлено тим, що в сучасному футболі гравці середньої лінії повинні виконувати не тільки захисні функції, але й атакуючі функції. Це означає, що гравці середньої лінії повинні бути гнучкими і здатними виконувати різні функції залежно від ситуації на полі.

В сучасному футболі середньої лінії продовжує панувати тенденція до збільшення кількості гравців, які виконують захисні функції. Це зумовлено тим, що в сучасному футболі гравці середньої лінії повинні виконувати не тільки захисні функції, але й атакуючі функції. Це означає, що гравці середньої лінії повинні бути гнучкими і здатними виконувати різні функції залежно від ситуації на полі.

Сьогодні кращою командою є та, яка краще пристосовується до суперника. Це означає, що команда повинна бути гнучкою і здатною виконувати різні функції залежно від ситуації на полі. Це означає, що команда повинна бути здатною виконувати захисні функції, атакуючі функції та функції середньої лінії.

СУЧАСНИЙ СТАН ТА ПРОГНОЗИ РОЗВИТКУ УКРАЇНСЬКОГО ФУТБОЛУ З ТОЧКИ ЗОРУ ТАКТИКИ ГРИ

Можна з впевненістю сказати, що наш футбол є спадкоємцем старих футбольних традицій. Надто довго комбінуємо, не наважуємось наносити удари по воротах, передачі виконуємо переважно на короткі і середні відстані та інше.

Невпевненість у власних силах, недостача особистої ініціативи і винахідливості, повільний біг, тривале осмислення подальших дій при оволодінні м'ячем, багато неточних і повільних передач – все це яскраво проявляється саме під час зустрічей з іноземними командами.

Стереотипне, закостеніле застосування системи 1+4+3+3 або 1+4+4+2 без врахування того, що відбувається на полі. Проявляємо недостатню сміливість, прямолінійність, а під час проникнення до воріт суперника діємо не впевнено, не готові без коливань нанести удар по воротах, немає хитрості, щоб взяти на себе відповідальність.

Захисники наших команд є недостатньо спритними і гнучкими. Зонний захист, яким ми користуємося сьогодні, вже має значні тріщини. Футбол потерпає і буде потерпати значними змінами в своєму розвитку зі своїми типовими ознаками і змінами.

Сучасний футбол переважно жорсткий, з великою кількістю єдиноборств, безжалісний — бій за результат, за перемогу. А той, хто йде в ногу з розвитком, повинен діяти саме в цьому напрямку. Це має пряме відношення до нас, хоча і суперечить традиціям слави українського футболу.

В сучасному футболі провідні команди світу не практикують безкорисного збільшення числа нападаючих, а будують гру на швидких контрактах і безбоязно їх завершають. Сучасна гра вимагає взаємодій між захистом і нападом, щоб кожен гравець був однаково підготовленим для виконання двох завдань, до гри тобто в нападі і захисті. Сучасна концепція спеціалізації окремих гравців на окремих ігрових позиціях в команді поступово зникає. Крім того зберігається ще й спеціалізація між окремими позиціями гравців, що, на нашу

думку, залишається як традиція.

Система “Дубль-ве” вже давно забута. На її зміну прийшли нові. Це 1+4+2+4, 1+4+3+3, 1+4+4+2 та їх варіанти. Це, перш за все, досвід, здобутий на попередніх чемпіонатах Європи та світу. Із цього можна зробити висновок, що будь-яка провідна команда сьогодні досконало володіє і захистом простору, тобто зони. Все стало прогресивнішим, бойовим, а головне відповідальнішим.

Сучасний “ліберо”, виконуючи свої функції не стоїть бездіяльно позаду, а включається в гру коли його команда переходить від захисту до атаки. Тут він стає найнебезпечним в завершальній стадії атаки.

Така значна рухливість і спритність притаманна всім гравцям команди і вимагає високого рівня фізичної підготовленості.

В сучасному футбольному світі продовжує існувати впевненість, про яку всі тренери говорять своїм гравцям: “Якщо не пропустимо гола – одержимо одне очко, а якщо заб’ємо – одержимо три очки”. На їх думку суперник не зможе забити більше одного м’яча і тоді перевага в один м’яч, забитий проти сильного суперника, вся команда з підвищеною увагою і бажанням повинна її зберегти.

Якщо суперник володіє м’ячем, тоді наш захист повинен представляти мобільну форму своєї тактики.

В сучасній грі відбувається безперервна боротьба між нападом і захистом. Візитною карткою кращих команд світу є досконале володіння обома функціями, тобто захистом і нападом. Важливим є те, щоб гравці постійно знаходились у грі. Якщо вся команда захищається, то в зручний момент повинна атакувати таким же числом гравців, хоча необхідно не забувати і про організацію оборони. Сьогодні кращою командою є та, яка чудово оволоділа діями в захисті і нападі, яка базується на здібностях своїх гравців, які відповідним чином підсилюють гру і здатні використовувати свої здібності у найскладніших умовах і витримують високий темп гри протягом 90 хвилин.

В сучасному футболі найбільше значення надається гравцям середньої лінії. Відчуття коли потримати м’яч, а коли спрямувати його партнеру на 30-40м є вирішальним. Програні єдиноборства в середині поля у високому темпі, які сьогодні стали звичайним

явищем, можуть стати причиною появи небезпечних дій, проти яких дуже важко захищатися, оскільки контратаки суперник проводить на максимальній швидкості. Боротьба за м'яч в центрі поля набуває надзвичайну важливість. Команді, яка володіє м'ячем, відкриваються безмежні можливості для атаки, яка в свою чергу створює умови для досягнення результату. Програє вона єдиноборство, очікує контратаки суперника. Про це завжди слід пам'ятати і переконуватися наскільки особисті протиборства необхідно вдосконалювати в тренувальному процесі.

Вже стало традиційним явищем коли крайній захисник грає не тільки так званого “фальшивого края”, але і разом з партнерами бере участь в завершенні атаки. Натиск суперника заставляє нападаючих брати на себе функції захисників, яких часто можна побачити навіть у своєму штрафному майданчику. В кращих командах розгортання і завершення атак відбувається так, що суперник в стані сконцентрувати увагу тільки на одному-двох гравцях. Неочікувані підключення гравця на вістрі атаки і передачі на вільний простір для захисників є виключно небезпечним.

Якщо мова йде про кращі команди, то необхідно пам'ятати і про кращих гравців, які є стержнем команди і надають їй відповідний характер. Такі футбольні особистості є носіями гри своєї команди і, як правило, виконують в ній функції лідера. Їх гра стає виразною тільки при умові, що всі свої знання залучають на службу команди. Нам залишається тільки сподіватися, що і у нас з'являться гравці такого класу.

Згадайте індивідуальності світового футболу Роландіньо, Зідана, які в межах своїх атакуючих можливостей представлені самим собі. Ці два футболісти привабливі тим, що їх можна побачити і у власному штрафному майданчику з метою закривання атакуючих захисників суперника.

За останні роки провідні збірні та клубні команди Європи демонструють футбол, насичений атаками. Знову імпровізація перемогла силу і тактичні догми. Атакувати по сучасному — означає безперервно вести боротьбу за м'яч і в умовах щільного захисту обіграти суперника за рахунок швидкості рухів. Такі атаки одночасно є психологічною зброєю, а за рахунок безперервного тиску по-

винно підтримувати суперника в безперервній напрузі, підтримувати в ньому відчуття, що ворота знаходяться у постійній небезпеці, чим суперник виводиться з рівноваги і буде допускати помилки.

Кращі гравці володіють чудовою орієнтацією, оглядом поля і достатньою силою, і тому у штрафному майданчику завжди вносять напругу. Такі гравці завдяки своїй здібності перемагати можуть успішно діяти як проти щільного, так і проти комбінованого захисту в різних системах гри.

Кращі клуби Європи тренуються стільки ж як і наші команди. Однак, нам важливо пам'ятати, що кількість тренувальних занять не означає їх інтенсивність, і тому немає підстави припускати, що вони є недостатньо вимогливими.

Нам доводиться визнати, що виконавча майстерність наших кращих гравців не відповідає вимогам сучасного футболу. Це означає, що відстали на крок, в порівнянні з кращими командами світу. Відстаємо не тільки у фізичній підготовці, а, головне, в розумінні гри. З такою якістю футболу ми не можемо претендувати на провідні позиції в європейському футболі. Нам не вистачає сили, жорсткості і прагнення до перетворення у грі всього кращого, що є в сучасному футболі.

Як країна з багатолітніми футбольними традиціями, ми повинні порівнювати клас своєї гри з класом кращих команд, інакше прогресувати не будемо.

Сьогодні гра проводиться у високому темпі, де ми поки що досягли мінімальних успіхів. Якщо гравець оволодів м'ячем і не знає які можливості перед ним відкриваються, - тоді він не здатний створити чогось неочікуваного.

Не можна допускати, щоб тренер вимагав догматично виконувати тактичні задуми, оскільки в такому випадку гравці, як правило, обирають найлегший шлях. Із тактичних вказівок тренера гравці повинні обирати ті, які можуть зустрітися під час гри і вміти вирішувати яким чином необхідно досягти успіху.

Найбільшим недоліком наших футболістів є атака суперника після втрати м'яча, як на власній половині поля, так і на половині поля суперника. Атака повинна бути жорсткою, безкомпромісною, сконцентрованою тільки на оволодіння м'ячем. Із цього виходить,

що суперник може допустити помилку, помилково виконати передачу, не даємо йому можливості швидко і точно передати м'яч, зменшуємо його простір на його власній половині поля і не залишаємо йому часу на вільне оволодіння м'ячем. Все це тісно пов'язано з діями гравців без м'яча. Команда не може грати добре, якщо її гравці не пересуваються без м'яча навіть в умовах, коли суперник володіє м'ячем.

Комбінувати необхідно не тільки заради комбінування, а для того щоби з комбінацій одержати максимальну можливість для нанесення завершального удару по воротах. Інакше такі комбінації безперспективні. Не має значення хто наносить удар, важливо як він нанесений.

Сучасний футбол важко уявити без жорсткої боротьби, яка часто переходить за рамки правил гри. Жорсткість стає найважливішим фактором. Наші гравці в жорсткий футбол поки що грати не вміють і тому порушують правила. Деякі команди застосовують жорстку гру, як вимушену міру і тим самим нищать красу гри.

У наших футболістів необхідно виховати вміння здійснювати опір, а головне навчити їх грати жорстко, так, щоб судді не показували червоних та жовтих карток. Сьогодні в футбол грають сміливі чоловіки, які йому безмежно віддані.

Не можна сказати, що нашим футболістам не відомо, як входити у вільні зони, що не вміють в потрібний час відірватися і звільнитися від суперника, знаходитися у безперервному русі, мінятися місцями і таке інше. А якщо бачать вільні зони і не входять в них щоб розіграти швидко комбінацію, надмірно захоплюються обводкою, а партнери в той час чекають передачі не рухаючись, тоді причину невдач необхідно шукати тільки у самих гравців.

В світовому футболі тактика вже визначилась. Всі гравці вирішують як захисні, так і атакуючі завдання. Однак наші футболісти ці завдання виконують тільки приблизно і то з великими труднощами, оскільки вони в тренуваннях використовуються нецілеспрямовано.

Виходячи з вищенаведеного, перед гравцями можна ставити завдання, які відповідають їх здібностям і які вони здатні реалізувати

під час гри.

Методи тренувань не відповідають вимогам гри. Вимоги до їх вибору виявились підвищеними в порівнянні з тими, що були кілька років тому. Вимагається високий рівень фізичної підготовленості, досконала гнучкість, спритність, швидкість мислення. Якщо хочемо досягти успіхів, тоді вимоги необхідно виконувати в повному обсязі. Цього можливо досягти тільки при умові правильних, цілеспрямованих, інтенсивних тренувань, що може покращити якість гри, яка приносить результат. Сьогодні не має значення яким чином грати, — важливо щоб всі гравці команди грали подібним чином. Будь-яка система є тільки вихідним розташуванням гравців, формацією, яка під впливом розвитку гри безперервно змінюється.

Не існує жодного фінансового допінгу, який навчив би футболістів грати, боротися, думати. Основою гри є гол.

Сучасний футбол вимагає атакувати і тому не можна ухилятися від наявності організованого захисту. В основі будь-якої тактики лежить вимога, де в місцях найбільшої небезпеки завжди необхідно бути сильнішими, ніж суперник. Така небезпека в футболі є там, де знаходиться м'яч. Хто володіє м'ячем, той і диктує умови гри. При цьому ми змушені переконувати гравців, що при організації захисту повинні використовуватися всі можливості для контратаки; повинні навчити гравців блискавично змінювати свої функції від захисних до атакуючих і навпаки. Кожен спосіб гри визначає задум захисних і атакуючих комбінацій. Їх зміст залежить від ігрової зрілості, тактичної маневреності і, на кінець, психологічної підготовки гравців.

Техніко-тактичне відчуття повинні будуватись на науковій основі. Ми повинні вміти робити правильні висновки з кожної ситуації, вміти комбінувати і передбачати як буде відбуватися гра. Тренер перебуває за межами футбольного поля і тому всі питання на полі гравці повинні вирішувати самі.

Гравців необхідно навчити думати про гру. Вони повинні цікавитися сильними і слабкими сторонами суперника, чудово розбиратися в недоліках і кваліфікації гравців, зокрема тих, які творять гру або є небезпечними перед воротами, тобто якісно наносять удари по воротах. Таким чином у співпраці з тренером визначи-

ти прийняти у грі необхідні тактичні заходи, щоб захистити ворота.

Сильні команди створюють великі гравці. Ми такими гравцями поки не володіємо навіть у збірній команді України. Відомо, що такі гравці є індивідуальностями, вміють все виконувати чітко, неочікувано і тому змусити їх діяти у відповідних обмежених рамках дуже складно. Із-за відсутності таких гравців нам не вдається створити висококваліфікованої команди.

Обов'язком наших тренерів є знайти і виховати гравців, які змогли би поєднати свою ігрову творчість з жорсткими вимогами колективної дисципліни. Більше ніж коли-небудь необхідно турбуватися про моральну і вольову сторону, які сьогодні представляють важливі елементи підготовки футболістів. Майбутнє в футболі буде належати інтелігентним і творчим гравцям, які здатні грати всі 90 хвилин майже у спринтерському темпі.

Майбутнє в тактичному відношенні належить командам, гравці яких будуть: ефективно діяти в захисті і нападі, достатньо егоїстичними, які пересуваються з м'ячем так же впевнено, як і без м'яча.

На допомогу в іграх наших команд з'явилися і важливі методи аналізу техніко-тактичних та рухових дій. Зокрема:

- телевізійні записи ігор;
- відео записи та інші.

Чемпіонати Світу, Європи, ігри Ліги Чемпіонів це не тільки перевірка вміння збірних національних команд, але і незамінна школа для тренерів.

Нам необхідно визначити відповідні задачі і на майбутнє. Найважливішим є визначення напрямку в якому буде розвиватися футбол наших суперників і в якому напрямку спрямувати підготовку власних команд до наступних чемпіонатів Європи і Світу.

Беручи участь у вправах з тактики, футболіст зникає до команди, дисципліни, одержаної на установці на гру, взаємопідтримки, самопожертви в інтересах команди. У цих вправах вдається спостерігати хто і як із гравців переносить поразку, яку радість переживає у випадку перемоги, хто грає мужньо, а хто боязливо.

Якщо вправа з тактики гравцеві відома заздалегідь і він знає, що належить робити, тоді вона перестає бути вправою з тактики, а стає тільки вправою з техніки. Наприклад граючи в квадраті гравець

очікує коли суперник почне його атакувати і після того віддає м'яч ближньому партнеру, з м'ячем не пересувається і взагалі йому все одно в якому напрямку рухатися. В інших ігрових вправах існує боротьба за простір, намагання просунути в бік воріт суперника, що природно є більш кориснішим, ніж квадрат.

Необхідно знайти такі форми і методи, при яких гравець при тих же можливостях, але з меншою витратою енергії може досягти високого рівня техніки.

Переходячи на виконання різноманітних рухів розвиваються чуттєві аналізатори, одночасно підвищуються психічні функції, які вимагають від футболіста збереження емоційної рівноваги і до максимально швидкого і цілеспрямованого орієнтування, та реакції на дії гравців власної команди і гравців суперника, що сприяє розвитку вольових якостей. Наприклад, гравець одержує задоволення від виконаного завдання, перемоги над суперником. При виконанні ще невідомого тактичного завдання гравець мобілізує свої емоційні відчуття.

Досить нагадати тільки про деталь, якої в процесі виконання вправи з тактики гравець зобов'язаний дотримуватися, це правил на витримку, на що суттєво впливає емоційна ситуація.

Тренер концентрує свою увагу на тій чи іншій фазі конкретного елемента аж поки так не буде засвоєним. Наприклад біг з бар'єрами одночасно є його технікою, оскільки техніка тут виступає по суті, а не в змінних умовах. В той же час техніка гри у футбол складається із вмінь, пов'язаних з обробки м'яча, та взаємодій з партнерами та гравцями суперника. Це означає, що у вправах з тактики існує емоційний фон. Кожна вправа пов'язана з прийняттям рішень по вибору способу дій, взаємодій з партнером і виключенням суперника (позбавити його оперативного простору, м'яча і т.д.).

Крім того, якщо втручання вдаль, тоді суперник втрачає впевненість і допускає помилки, а відібраний м'яч надає сміливості, впевненості, змушує суперника вишукувати інші шляхи продовження ведення боротьби, де часто доходять до конфлікту, тобто до недозволених прийомів і т.д. Якщо гравець, котрий відбирає м'яч втручається у гру, тоді суперник змушений приймати рішення в умовах дефіциту часу і швидше помиляється.

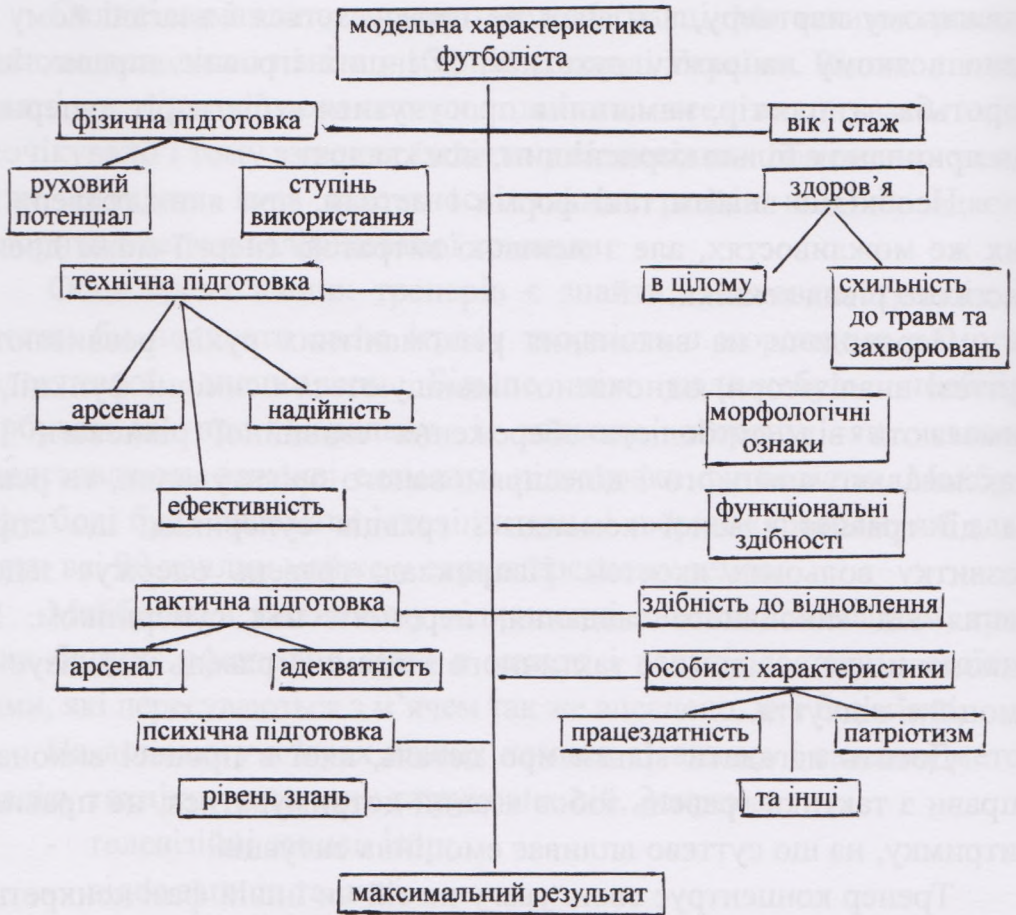


Рис. 24. Модельна характеристика футболіста.

В модельній характеристиці футболіста (рис. 24) з правого боку викладено функціональні можливості, в лівій частині генетичні можливості показників підготовленості.

Якщо є модель, тоді можна приступати до відбору футболістів.

ПЛАНУВАННЯ ТРЕНУВАЛЬНОГО ПРОЦЕСУ

Принципи планування:

1. Принцип цілеспрямованості.
2. Принцип наочності.
3. Принцип перспективності та послідовності.
4. Принцип конкретності.

Розглянемо принципи планування за порядком.

1. Визначення відповідності нормативів і вимог Єдиної спортивної класифікації.
2. Це облік принципів дидактики і спортивного тренування (циклічність, хвилеподібність в плануванні навантажень і т.д.).
3. Багаторічне планування і послідовність кожного циклу.
4. Що (засоби), як (методи), скільки (дозування), (див. рис. 25).

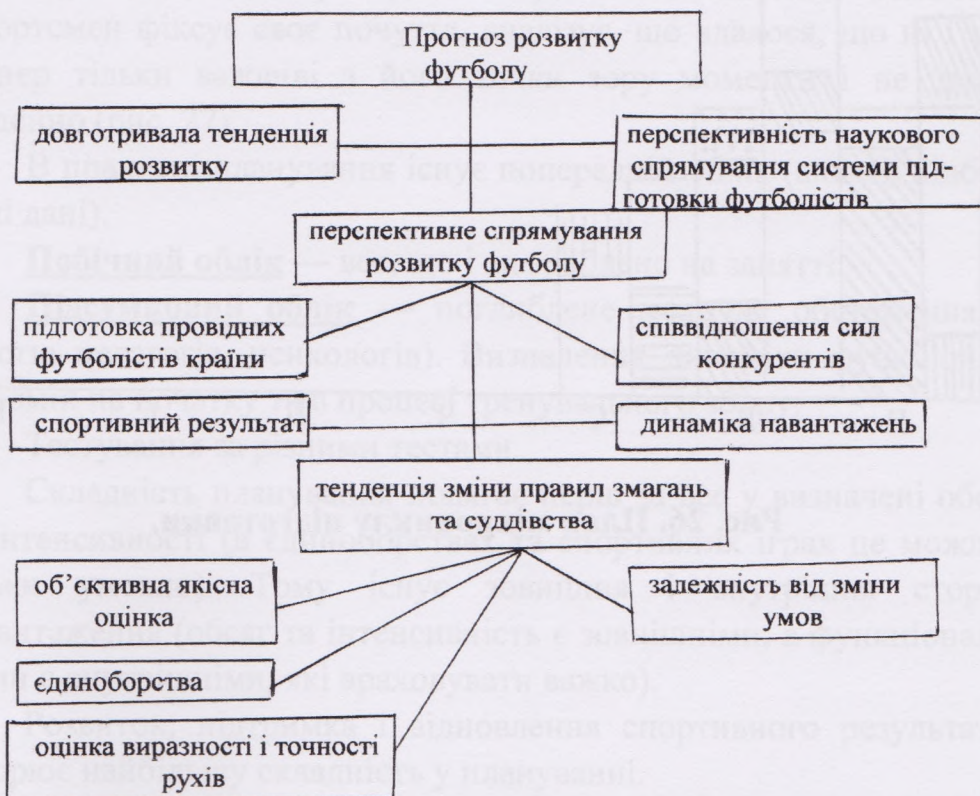


Рис. 25. Планування тренувального процесу.

Які плани необхідно складати?

Багаторічний на 4 і більше років. Планування передбачає результат, в тому числі передбачуваний по розділах тренування.

Дані, що представляють етапи тренувань з постановкою цілей:

- попередній етап;
- етап поглибленої спеціалізації;
- етап спеціального спортивного тренування;

На основі перспективного плану складається план на рік.

Потім планування по циклах (1-2 цикли на рік).

Потім складається план на період з циклами (базовим, втягуючим, перед ігровим і т.д.).

Потім складається детальний план мікроцикла по днях і на кінець завдання на один день (на 1-2 і більше занять в день).

В річному плані (на етап, період) види підготовки можна визначити у вигляді кубиків по годинах (рис 26).



Рис. 26. План мікроциклу підготовки.

Як скласти план?

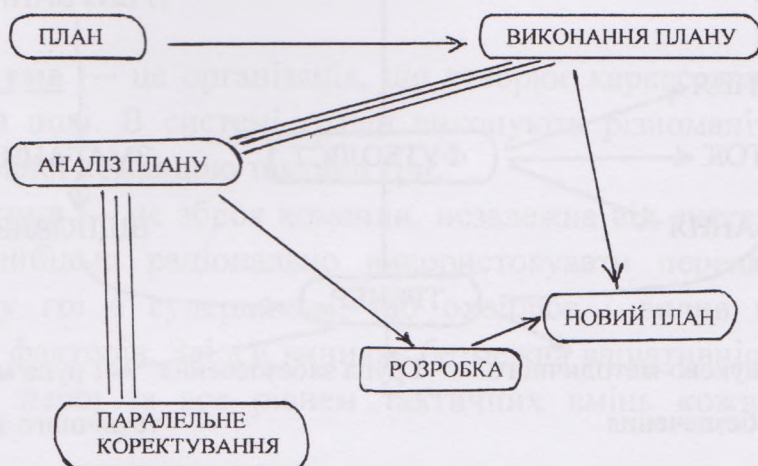


Рис. 27. Планування та контроль за виконанням плану.

Без щоденника тренера і спортсмена планувати неможливо (спортсмен фіксує своє почуття, аналізує, що вдалося, що ні і т.д.), тренер тільки важливі з його точки зору моменти і не завжди щоденно (рис. 27).

В практиці планування існує попередній облік (анкети відбору, інші дані).

Побічний облік — все, що і як зроблено на занятті.

Підсумковий облік — поглиблене медичне обстеження (за участю педагогів, психологів). Визначення динаміки функціональних змін на початку та в процесі тренувального збору.

Тестування за різними тестами.

Складність планування полягає перш за все у визначенні обсягу та інтенсивності (в єдиноборствах та спортивних іграх це можливо тільки умовно). Тому існує зовнішня і внутрішня сторони навантаження (обсяг та інтенсивність є зовнішніми, а функціональні зміни є внутрішніми, які враховувати важко).

Розвиток, підтримка і відновлення спортивного результату і створює найбільшу складність у плануванні.

Головною частиною планування є конкретність, особливо величин, обсягів навантажень та інші з врахуванням конкретних кількісних одиниць (див. рис.28).



Рис. 28. Схема виховної моделі в футболі.

Сьогодні тренування проводяться вже по кілька разів на день. В суботу, неділю виступи в змаганнях, іноді два і більше разів на тиждень. Адже для досягнення високих спортивних результатів необхідно відмовляти собі у всьому, від відвідування друзів, вечірок, на що здатний не кожен.

Відомий футболіст відзначається хорошою поведінкою, адже є прикладом для інших (молодих колег по команді).

ВПЛИВ РІЗНОМАНІТНИХ ФАКТОРІВ НА ВИБІР ТРЕНЕРОМ ТАКТИКИ ГРИ

Система — це організація, що створює каркас для діяльності гравців на полі. В системі гравці виконують різноманітні функції згідно обраної командою тактики гри.

Тактика — це зброя команди, незалежна від системи гри, яка сприяє найбільш раціонально використовувати переваги власної команди у грі з суперником, що охоплює і вплив конкретних зовнішніх факторів. Звідси виникає безмежна варіативність тактики, підсилена перш за все рівнем тактичних вмінь кожного гравця команди.

Найкращий тактичний план неспроможний привести до успіху, якщо не базується на реальних можливостях кожного гравця.

У великій кількості тактичних варіантів існують відповідні принципи, які висувають відповідні вимоги до гри в різних умовах. Можливості команди не визначають якостей окремих гравців та їх інтеграцію. Це означає, що загальний рівень гри команди вищий, ніж загальна якість всієї команди.

Вибір тактики залежить від наступних умов:

- гра календарна, товариська, міжнародна, на власному полі, на виїзді і т.д.;
- система розиграння: з вибуванням, кругова;
- де буде проводитись гра: на власному полі, на виїзді, нейтральному полі, підтримка глядачів та інші;
- оптимальний результат, сприятливий для команди: поразка з мінімальним рахунком, нічия, перемога, перемога з необхідним рахунком та інше.

Далі звертається увага на фактори, серед яких важливими є: суперник та його кваліфікація. Знання особливостей гри суперника дозволить визначити яким способом нам грати (правильно обрати тактику).

Тактика гри проти краще фізично підготовленого суперника. Такий суперник буде свою гру на швидкості, бойовитості, упорстві, жорсткості і безперервному русі. В захисті сподівається на

свою фізичну перевагу, в нападі — на швидкість і безперервний рух.

Проти підготовленого суперника доцільно протиставити техніку, кмітливість та хитрість. Основною передумовою успіху у грі з таким суперником є уповільнення атак, щільне тримання та енергійні атаки гравців в момент прийому м'яча, та інтенсивний вибір місця в фазі атаки, що полегшує прийом м'яча і дозволяє вести комбінаційну гру. Є сенс ухилятися від боротьби за м'яч, оскільки це на руку супернику, де навіть під час бігу, як правило, опір є безуспішним. Вигідно перейти на технічну гру, своєчасні передачі вільному гравцеві. Оправдовуються гравці, які вміють тримати м'яч, обвести суперника за допомогою фінта, чим створюється чисельна перевага, важлива зброя проти краще фізично підготовленого суперника. В атаці перевага надається цікавим комбінаціям, а не швидкісним виходам. Ситуації для удару по воротах повинні створюватися обмірковано. В таких умовах виправдовує себе передача в ноги або гра в "стінку".

Якщо суперник краще підготовлений в техніко-тактичному відношенні — він переважно буде свою гру на комбінаційному принципі, щоб використати свою перевагу, як індивідуально (в єдиноборствах), так і колективно (на взаємодіях, особливо в фазі атаки). Такому супернику доцільно протиставляти розсудливість, а не грубу силу, послідовність і винахідливість. Основною зброєю тут повинна стати гра без багаточисельних помилок, як в захисті, так і в нападі.

В захисті доцільно застосовувати персональний принцип, що не дозволить супернику використовувати у повній мірі перевагу в техніці.

Основним принципом повинна стати атака суперника в момент прийому м'яча. Однак тут не варто ризикувати, щоб суперник не обійшов його.

Важливим є і взаємострахування. Вигідним є комбінований захист, який дозволяє прикривати суперника персонально і підстраховувати один одного.

В нападі найдієвішою є спокійна, точна, продумана гра, якщо можливо без помилок. Її основою є безперервний вибір місця всіма гравцями, які повинні звільнитися для прийому м'яча і виконання передач. Своєчасна передача м'яча та зарядженість на удар є

основною зброєю при завершенні атак.

Крім різниці в рівні підготовки суперника для вибору тактики мають значення і способи ведення гри.

Якщо суперник користується швидкими атаками — він сподівається на зненацьке захоплення, використовуючи слабкість та недостатню організованість в захисті. Тому необхідно забезпечити себе від таких атак вже в самому їх зародку шляхом атаки суперника, який володіє м'ячем. Цим їм завадимо спокійно і правильно розігравати м'яч і уповільнимо їх контратаку. Після переходу від атаки до оборони необхідно дотримуватися глибинного розчленованого захисту. Це означає, що гравці повинні розташуватися так, щоб в будь-який момент могли підстрахувати один одного.

Глибинне розташування захисників необхідне і при захисті взагалі, тому що взаємострахування значно ускладнює проникнення гравців суперника у небезпечні зони і створює передумови для ліквідації атакуючих дій. Крім того для захисників важливим є бачення поля, послідовність, дисциплінованість.

Швидкі атаки можна здійснювати тільки проти недостатньо організованого захисту, або який допускається грубих помилок. Тому гра в захисті і повинна бути безпомилковою.

Якщо суперник атакує переважно за допомогою комбінаційних дій — з великою кількістю передач, тобто просувається вперед повільно, що для захисту є менш небезпечним. Перш за все тому, що уповільнена плинність атаки дозволяє гравцям організовано повертатися в захист і полегшує контроль за грою. Тому проти команд, що практикують такий спосіб гри, активна оборона будується за зонним принципом, що дозволяє закривати окремих гравців суперника, особливо у випадках помилкових передач. Однак, неправильним буде, якщо повільна гра суперника приведе захист до пасивних дій. Чим активнішою є гра кожного гравця в фазі захисту, тим швидше можна знешкодити атаку суперника. Це повинно на нього подіяти депресивно, що послабить його гру в цілому.

Якщо суперник грає за допомогою концентрованого (скупченого) захисту — тоді створювати реальну загрозу воротам складно. Для таких випадків прийняті на озброєння три основних моменти.

Перший полягає в проникненні в тил захисникам по краях поля і ні в якому разі до воріт. Захист реагує на дії нападаючих відтягуючись безпосередньо до воріт, чим звільняє простір в районі штрафного майданчика. Передача м'яча атакуючим гравцем в район (штрафного майданчика) як правило знаходить адресата, що перебуває у вигідній ситуації, і дозволить йому відносно спокійно нанести удар по воротах.

Другий полягає в нанесенні ударів по воротах з дальніх дистанцій, тобто з простору, звідки захисники відтягувались назад. Така зброя ефективно діє при наявності сильних і точних ударів у півзахисників та захисників.

Третій – це індивідуальні проходи концентрованого захисту. Якщо здібний гравець виконує індивідуальні проходи достатньо енергійно, - тоді він створює безпосередню загрозу воротам, оскільки захисники змушені його збивати або вибити м'яч на кутовий. Проти концентрованого захисту користуються заманюванням захисту суперника, і швидкою контратакою.

Гра проти зміцненого захисту суперника. По суті створюється ситуація, подібна до концентрованого захисту, тобто простір в безпосередній близькості до воріт блокований захисним валом, зміцненим “чистильником” (вільним захисником), який створює захисний резерв в напрямку атаки.

Зміцнений захист вимагає відтягування назад хоча би одного із гравців нападу, якого можна використовувати по-різному. В такому випадку із захисту або півзахисту для участі в атаках може бути вивільнений один із гравців, який повинен відігравати вирішальну роль у створенні рівноваги гравців або чисельної переваги на окремих ділянках поля перед воротами суперника.

Використання перелічених умов є основним критерієм в боротьбі проти зміцненого захисту.

Оскільки зміцнений захист не є концентрованим, з причин достатньої відстані між гравцями, це означає що можна успішно вести гру по ширині поля. При чисельній перевазі нападаючих, за допомогою комбінацій (стілки) не складно пробитися по центру і загрожувати воротам, особливо якщо захисники здвоєні, тобто з вільним захисником.

Різна кваліфікація команд суперника є основною умовою вибору тактики. Крім згаданого важливу роль у виборі тактики можуть відігравати і зовнішні фактори, залежність від розмірів і стану поля, вплив атмосферних умов та інші. Зовнішні фактори також можуть бути використані на користь команди.

Розміри футбольного поля також впливають на результат. Наскільки правильно гравці скористаються цим фактором, настільки буде вагомий результат.

Велике поле (довге та широке) — вигідне для технічно і фізично добре підготовленої команди.

На великому полі вигідно користуватися довгими передачами, особливо вперед, оскільки вони прискорюють атакуючі дії і надають перевагу набігаючому гравцеві.

Мале поле (коротке та вузьке) — вигідне для технічних але малорухливих гравців. Стиснуті простори, короткі відстані між гравцями вимагають своєчасних і дуже точних передач. На малому полі важливим є вміння гравців обвести одного або кількох суперників. Застосовується обміркована комбінаційна гра, часті фінти і швидкість реакції.

Якщо поле довге але вузьке — вимагає частого використання навісних або різаних передач на великі відстані тому, що це сприяє прискоренню атакуючих дій. Так дезорганізовується захист суперника, який не встигає створювати страхування. Довгі навісні передачі особливо перед воротами суперника вимагають готовності вистрибувати, неочікувано стартувати і швидких спринтів, якими нападаючі досягають переваги для ударів по воротах. Організований захист вже сам по собі виявляється концентрованим, що є перешкодою в повільних комбінаційних атакуючих діях.

Якщо поле коротке але широке — не придатне для довгих навісних передач, оскільки цьому заважає розташування гравців в глибині поля. Вигідними є передачі в ширину, завдяки чому вдається розтягнути захист, розширити простір між гравцями і створити можливість для проникнення на небезпечні для воріт позиції шляхом застосування навісних передач. Захищатися на широкому просторі не вигідно, оскільки захисники змушені збільшити рух по ширині. В таких ситуаціях підстраховувати партнера складніше.

Якість покриття поля — також має важливе значення. Відомо, що гра на щільному трав'яному покритті вимагає досконалої техніки, що в значній мірі полегшує контроль над м'ячем. Гравці, які звикли грати на траві при переході на менш зручні поля губляться. І навпаки, ті, які грають і тренуються на поганих полях, при переході на траву значно швидше пристосовуються до нових умов.

Якщо поле мокре — створюються труднощі при прийомі м'яча, тому що торкнувшись трави м'яч ковзить. Швидкість його польоту збільшується, кут відскоку є значно меншим кута падіння. Саме цим пояснюється те, що м'яч часто прослизає у гравця під ногою, і тому втрачається контроль над ним. Тому під час гри на мокрому полі важливо підготуватися до прийому м'яча дещо випереджаючи його, тобто все виконувати дещо раніше, ніж у гри на полі стандартних розмірів. Тут перевага дається передачам в ноги, а не на вільний простір.

Якщо поле без трави — надзвичайно важко грати, якщо частина поля покрита травою, а частина піском або землею. Тверді поля ускладнюють контроль над м'ячем, оскільки на них відскок м'яча високий, тому гравці з великим бажанням надають перевагу передачам м'яча по повітрю (з льоту). Прийом м'яча здійснюється головним чином за допомогою зупинок з льоту, щоб запобігти торканню м'яча землі. Отже гра на твердому ґрунті вимагає високої технічної підготовки. І навпаки, м'яке поле полегшує прийом м'яча, оскільки вже сам ґрунт пом'якшує падіння. З іншого боку м'який ґрунт суттєво впливає на швидкість і напрямок низьких передач. Тому футболісти з задоволенням виконують передачі так, щоб м'яч опускався біля партнера. Цим практично і обмежується вплив м'якого ґрунту. Адже м'який ґрунт створює несприятливий вплив на рухливість гравця і, зокрема, на енергійні старти та зупинки. Передачі необхідно спрямовувати недалеко від гравця, оскільки реакція на неточну передачу достатньо ускладнена.

Зовсім інші фактори впливають на гру на заболоченому полі. Такі умови обумовлюють підвищені вимоги не тільки до фізичної підготовки гравців. На такому полі рухи та прийоми м'яча дуже ускладнені під впливом вологості та болота м'яч стає слизьким. Оволодіння м'ячем відволікає увагу гравців. Прийом і передачі

сильно ускладнені ще й тому, що після торкання до мокрого ґрунту відскок м'яча неочікувано змінюється. Наприклад дуже м'яка та заболочена поверхня поля або бруд сприяють зупинці м'яча на місці, без руху або відскок буде мінімальним. Якщо м'яч торкнеться твердої поверхні, відскочить у невизначеному напрямку і з невідомою швидкістю. Тому виникає багато непорозумінь: оволодіє гравець м'ячем, чи узгодить свої рухи з переміщенням м'яча та інші.

На мокрому полі передавати м'яч рекомендується прямо на гравця або так, щоб гравець міг ним оволодіти будь-якою частиною тіла. Передачу на вільне місце рекомендується виконувати дуже рідко за виключенням таких. Вигідні напіввисокі передачі, які опускаються на землю недалеко від партнера.

В захисті необхідно уникати ризикованих передач і відбоїв м'яча у безпосередній близькості від воріт. Краще все виконувати з льоту.

Важливо й максимально обмежити обробку м'яча, а якщо це вкрай необхідно, то краще не даючи м'ячу торкнутися землі.

В нападі необхідно звертати увагу гравців на виконання завершальних дій, оскільки брудне, заболочене поле може сприяти зміні ситуації, яку успішно можна використати. Тому у всіх випадках є сенс йти на гравця з м'ячем, воротаря, де під впливом брудного поля суперник неочікувано може помилитися.

Наступним фактором, що впливає на характер вибору тактики, є вітер, що дує в бік суперника, збоку або назустріч. Це завжди впливає на характер передач і обробку м'яча. Основною вимогою до гри в таку погоду є гра низом, особливо якщо доводиться грати проти вітру.

Кожне підняття м'яча в повітря означає непередбачене відхилення льоту, що в результаті призводить до його втрати. Під час гри за вітром можна користуватися швидкими контратаками та довгими високими передачами. При ударах по воротах вітер прискорює політ напіввисоких м'ячів. Тому під час гри за вітром доцільно застосовувати удари по воротах з далеких дистанцій.

Не менш важливим фактором є і сонце. В іграх, коли сонце стоїть низько, воно світить воротарю і гравцям в очі, ускладнює контроль за польотом м'яча. В таких випадках захисники та півзахисники не повинні дозволяти супернику наносити удари по

воротах за рахунок щільного прикривання суперника. Під час єдиноборств за високі м'ячі гравці повинні діяти обережно і ще уважніше підстраховувати один одного.

Коли сонце засліплює суперника, - необхідно спрямовувати високі м'ячі в бік його воріт і енергійними діями досягати переваги.

Таким чином вибір тактики гри в наведених умовах залежить від здібності тренера та гравців, їх здатості пристосуватись до мінливих умов.

РОЛЬ КОНТРОЛЬНИХ, ТРЕНУВАЛЬНИХ ТА ТОВАРИСЬКИХ ІГОР В РОЗВИТКУ ТАКТИКИ ФУТБОЛУ

Система підготовки футболістів до ігор Чемпіонатів України та міжнародних змагань зазнала суттєвих змін. Тренери, збагачені теоретичними знаннями та практичним досвідом, використовують форми і методи роботи, за допомогою яких можна максимально наблизити тренувальні заняття до умов гри.

Однак, в наших умовах тривалий підготовчий період є суттєвою перешкодою в планомірній підготовці футбольних команд до ігор Чемпіонату. Адже розміри спортивних залів, поля покриті снігом, різноманітні ігрові вправи в підготовчому періоді не можуть замінити контрольних, тренувальних та товариських ігор. Саме такі ігри є головним мірилом, що дає тренеру можливість визначати подальші шляхи в роботі з колективом, оцінювати ступінь тренуваності окремих гравців, ліній і всієї команди. З цих міркувань як тільки дозволяють метеорологічні умови футбольні команди виїжджали на чорноморське узбережжя, у закордонне турне, а зараз виїжджають в Туреччину, Іспанію, Кіпр та інші країни, де умови для проведення підготовки команд до Чемпіонату значно кращі.

Нині команди забезпечені різноманітною науковою паратурою, яка дає тренерам конкретні цифри, що полегшують правильно проводити планову роботу з гравцями. Однак жодна апаратура не здатна встановити наскільки той чи інший гравець є корисним для колективу, тому що кваліфікація команди залежить від індивідуальних та колективних дій гравців на полі. Тому в річному циклі тренування правильний розподіл навчального матеріалу неможливий без передбачення контрольних, тренувальних та товариських ігор.

Частота, послідовність таких ігор повинна бути достатньо обміркованою і проводитися з відповідною конкретною метою та у відповідний час. Найбільше увага контрольним, тренувальним та товариським іграм надається у підготовчому, та на початку змагального періодів, оскільки саме в цей період вони є важливим

інструментом в правильній підготовці команд до чемпіонату. В них тренер перевіряє ступінь тактичної підготовки команди, придатність окремих молодих або нових гравців та можливість їх використання у відповідальних іграх Чемпіонату. Такі ігри організуються з метою визначення наскільки вдасться реалізувати тактичні варіанти у грі окремих ліній, ланцюгів і всієї команди, а в змагальному періоді сприяє збереженню і підвищенню спортивної форми гравців.

Аналогічну мету передбачають і ігри в проміжках між календарними іграми чемпіонату.

Важко відповісти наскільки правильно тренери враховують підбір спарринг-партнерів. Спарринг-партнер повинен бути таким, щоб тренер мав гарантію, що поставлена ним мета перед кожною контрольною грою буде досягнута. Тому доцільно враховувати можливості суперника, його способи ведення гри і таке інше.

В кількох контрольних іграх тренер повинен одержати максимальну можливість встановити рівень фізичної та техніко-тактичної підготовленості колективу. В кожній грі доцільно мати щораз сильнішого суперника не надаючи значення результату гри, а концентруючи увагу на показниках різних її компонентів гри. Кожен гравець, лінія, ланка повинні одержувати від тренера конкретні завдання.

В контрольних, тренувальних та товариських іграх тренери перевіряють різноманітні варіанти. Наприклад в першій половині гри протягом 20 хвилин застосовувати щільне прикривання суперника (пресинг) по всьому полю, а 25 хвилин дотримуватися зонного способу захисту. В другій половині навпаки, 20 хвилин застосовувати зонний принцип дій в захисті, а останні 25 хвилин пресінг.

Однак, так розподіляти час гри і завдання доцільно тільки у випадках якщо тренер передбачає, що суперник сильний і більшу частину гри буде намагатися атакувати. Якщо зустріч проводиться зі слабким суперником, тоді гравцям дається установка як їм діяти у відповідних зонах поля, визначається кількість дотиків до м'яча та інші способи дій гравців.

В таких зустрічах тренер спільно з лікарем, а якщо є і група науково-методичного забезпечення мають можливість визначати і величини тренувальних навантажень. З цією метою у гравців

беруться показники частоти серцевих скорочень до гри, після першої половини гри та після її закінчення. Якщо є відповідна наукова апаратура, тоді ці показники можна фіксувати протягом всієї гри безперервно. Важливо одержувати такі показники з командами різного рівня підготовленості і на цій підставі хоча би приблизно визначати стан тренуваності всього колективу і більш об'єктивно і точно визначати і планувати тренувальні навантаження команди. При аналізі тренувальних навантажень важливим фактором є тривалість гри. В нормальних метеорологічних умовах м'яч перебуває у грі 60-65 хвилин, а на мокрому ґрунті і того менше.

В змагальному періоді вибір спаринг-партнера залежить від того з ким має відбутися календарний матч. Головна увага тут приділяється технічній, фізичній підготовці гравців суперника, їх стилю та системі гри.

Часто від вдало обраного спаринг-партнера залежить і результат гри за турнірні очки.

Невдало обраний суперник не змусить гравців мобілізувати свої зусилля і здібності. В результаті гра проходить повільно, не поспішаючи, а тому і користі не принесе. Важливим є і те, де необхідно проводити таку гру. Якщо календарний матч буде проводитись на своєму полі, то ми зобов'язані показати себе глядачам з кращого боку, а якщо гра проводиться на виїзді, — тоді краще освоїтися з атмосферою в якій буде проведена відповідальна календарна гра.

В змагальному періоді тільки в контрольній, тренувальній або товариській грі можна перевірити готовність гравця до календарного матчу, особливо після травми або хвороби.

Якщо гравець після тривалої перерви бере участь тільки в тренувальних заняттях то це ще не дає тренеру гарантії, що він зіграє добре, тому ставити такого гравця на відповідальні ігри ризиковано. Цю проблему контрольна гра вирішує об'єктивно.

Часто тренери для контрольних, тренувальних і товариських матчів шукають слабкого партнера. Робиться це з метою здійснення відпрацьованих на тренуваннях тактичних варіантів гри. Наприклад:

- перенос гри на половину поля суперника шляхом обмеженої кількості торкань до м'яча;

- удари по воротах наносити тільки із-за меж штрафного майданчика;
- завершувати атаки ударом по воротах тільки після подачі м'яча з краю в центр;
- гра з обмеженою кількістю торкань до м'яча на половині поля суперника;
- окремим гравцям не дозволяється вести м'яч, виконувати обведення суперника і таке інше.

Основним завданням таких ігор у підготовчому та змагальному періодах є при звичаєння організму футболіста до максимальних фізичних і психічних навантажень та наближення тренувальних занять до умов гри.

УСТАНОВКА НА ГРУ І РОЗБІР ПРОВЕДЕНОЇ ГРИ

Тренер зобов'язаний спілкуватися зі своїми гравцями, вивчати їх індивідуальні особливості, їх потреби, інтереси, нахили і таке інше.

Він повинен не тільки навчати своїх підлеглих грі, але і виховувати їх, а це означає, що не тільки забезпечувати фізичний розвиток гравців своєї команди, але і створювати у них відповідний світогляд, колективізм, наполегливість, сміливість, чесність, принциповість і разом з тим скромність.

Приклад тренера, його авторитет, зовнішній вигляд, знання своєї справи є переконливими якостями для своїх підлеглих.

Для успішного вирішення наведених завдань у розпорядженні тренера є достатньо засобів.

1. Тренування.
2. Організація дисципліни, дружба і товариство в колективі.
3. Бесіди різної спрямованості (спортивна, політична тематика, спортивне життя в провідних закордонних клубах та інші).
4. Колектив команди та інше.

Установка на гру. Змагання є перевіркою правильності побудови навчально-тренувального процесу в команді.

На кожну гру тренер розробляє план, який повинен містити повідомлення про команду суперника. Звернути увагу на позитивні та негативні сторони гравців команди-суперниці.

Що представляє собою суперник взагалі, час збору команди, початок гри, форма для гри.

Значення даної гри для команди, громадської думки про результат даної гри.

Склад команди, техніко-тактичні завдання, форми ведення гри командою суперника.

Тактика ведення гри власною командою, визначення системи гри.

Визначити персональні завдання гравцям:

- страхування партнера;
- щільний або зонний принцип прикривання суперника;
- вимагати коректної гри;
- роль капітана команди;

- перед грою не дозволяти перегляду попередніх матчів;
- розминка (зміст, якість, інтенсивність).

РОЗБІР ОСНОВНИХ ПОМИЛОК ДОПУЩЕНИХ ГРАВЦЯМИ В ПЕРШОМУ ТАЙМІ

П'ять хвилин надається для відпочинку, щоб заспокоїти гравців. Не дозволяти гравцям обговорювати перший тайм між собою.

В коректному тоні звернути увагу на основні помилки допущені окремими гравцями та ланками.

Наголосити на методах їх виправлення.

Перебудувати гру з врахуванням непередбачених дій суперника.

Особливу увагу звернути на виконання завдань окремими гравцями.

ДІЇ ТРЕНЕРА НА ВИПАДОК НЕСПОРТИВНОЇ АБО АМОРАЛЬНОЇ ПОВЕДІНКИ ГРАВЦІВ

Здійснюються тренером до початку гри по відношенню до гравців, схильних до навмисних порушень правил гри гравцями власної команди, команди суперника, глядачів, арбітрів і т.д.

РОЗБІР ПРОВЕДЕНОЇ ГРИ

Проводиться на наступному тренуванні або на наступний після гри день. Наголошується на виконанні обраного плану гри, причини, що викликали зміни розробленого на гру плану. Розбір відеозапису гри або на макеті. Аналіз гри капітаном та гравцями команди (критика і самокритика, акцентування уваги на вдалих діях). Розбір гри повинен спрямовуватися на підвищення спортивної майстерності гравців і стати невід'ємною частиною навчально-тренувального процесу, підвищення теоретичного рівня знань, мобілізувати гравців на подальше підвищення спортивної майстерності.

БЕСІДА ТРЕНЕРА ПІСЛЯ ПЕРЕМОГИ КОМАНДИ

Звертається увага на причини перемоги у грі, на позитивні і негативні сторони дій окремих гравців, заохочення гравців, які проявили ініціативу у грі, попередження про зазнайство та інші.

БЕСІДА ТРЕНЕРА ПІСЛЯ ПОРАЗКИ КОМАНДИ

Виявляються гравці, які стали причиною поразки та звертається

увага на дії всієї команди. Засуджуються аморальні вчинки якщо такі мали місце у грі та обговорення їх на зібранні всієї команди.

ОСНОВНІ ПИТАННЯ, ЯКІ РОЗГЛЯДАЮТЬСЯ ПІД ЧАС УСТАНОВКИ НА ГРУ ТА РОЗБОРІ ПРОВЕДЕНОЇ ЗУСТРІЧІ

Найважливішими серед них є:

- гра з відомим суперником;
- гра з невідомим суперником;
- суперник краще підготовлений фізично;
- суперник краще підготовлений технічно;
- гра на полі зменшених розмірів (коротке, вузьке);
- гра на полі без трав'яного покриття;
- гра на мокрому полі;
- гра на полі з трав'яними лисинами;
- гра у вітряну погоду та інші.

РОЗВИТОК АКТИВНОСТІ І МИСЛЕННЯ ЯК ЗАСІБ ПІДВИЩЕННЯ ЯКОСТІ ТАКТИЧНИХ ДІЙ ФУТБОЛІСТІВ

Сучасний футбол вимагає якісних змін у мисленні гравців. Однак, це довготривалий процес впливу на гравців і сьогодні є першорядним і найважливішим завданням тренера.

Процес мислення - це складний прояв вищої нервової діяльності людини. Знання про утворення механізмів фізіологічних і психологічних процесів є дуже важливою передумовою успішного проведення тренувального процесу.

Складовими теоретичних основ тактичної діяльності гравця є:

- сенсорно-інтелектуальна діяльність;
- моторна (рухова) діяльність.

Головними складовими чинниками тактичного мислення у футболі є:

- увага і аналіз ігрової ситуації (пізнання ігрової ситуації);
- мислене рішення ігрових задач (уява про рішення);
- моторне виконання обраного рішення (практична діяльність гравця).

Тактичне виконання дій є цілісним ланцюгом взаємообумовлених процесів, спрямованих на досягнення визначеної мети.

При вирішенні ігрової ситуації гравець має можливість широкого або навпаки, обмеженого вибору, що залежить від рівня підготовленості, що безпосередньо впливає на мислення. Для правильного вибору форм, методів засобів розвитку мислення гравця необхідне широке коло вирішення теоретичних питань. Тут існує пряма залежність між швидкістю уваги і швидкістю реагування, а також суттєве значення має вплив вольових та емоційних процесів на якість виконання операцій мислення, вплив наявних навичок, знань, досвіду, факторів, які створюють тактичний фонд гравця. Важливу роль відіграє оперативне мислення, особливо в питаннях взаємозалежних з антиципацією та закономірність впливу міжособових відносин на рівень прояву активності гравця під час матчу.

Виходячи з наведеного вважаємо за доцільним визначити суттєві питання даного явища:

1. Питання творчої активності, самостійності мислення з одного боку, і прояв індивідуальної імпровізації з іншого боку. Вміти розрізнити підхід до самостійного мислення в процесі рішення конкретної ігрової ситуації і знайти вихід з положення основної концепції гри. В оцінці якості мислення існує суттєва різниця. Наприклад, якщо гравець самостійно обрав завершення атакуючої комбінації, завжди користується іншим способом її виконання, або якщо перебуває поблизу власних воріт і дозволяє собі здійснювати серію фінтів або коротких передач м'яча з ризиком прямої загрози власним воротам і втрачає м'яч тільки тому, що в даний момент не було вільного партнера. Обидва гравці діяли самостійно, активно, але застосовували протилежні вирішення тактичної ситуації, тобто прискорювали і спрощували перехід до атаки.

2. Важливою вимогою є тактична дисципліна і прояв самостійності мислення і творчої активності в матчі. Ці два явища є протилежними сторонами тактичного мислення. Тут необхідно виходити з показників аналізу гри і дій гравців в часі і просторі в цих ситуаціях. Можна виділити відповідні типові ситуації, які повторюються і тому при їх вирішенні діють конкретні принципи. Чим більшим є прояв самостійного мислення і активності у гри, тим більшою повинна бути імпровізація, але тут важливою умовою є дотримання гравцями існуючих принципів при вирішенні таких ситуацій. Це і є виразом тактичної дисципліни. В концепції гри існує кілька характерних моментів. Це:

- зміна ритму гри. Тут існує суттєва різниця. У випадку необхідності збереження контролю над м'ячем, захисники на власній половині поля безцільно виконують передачі між собою уповільнено і навпаки. Навмисне уповільнення комбінацію поблизу воріт суперника може призвести до зриву атаки. На власній половині та середній частині поля всі дії необхідно виконувати швидко.

- перенос питомої ваги гри — після серії коротких передач виконується передача на середню або велику відстань. Воротар розпочинає дію викидуванням м'яча на протилежний бік поля, в зону, де суперник завершив атакуючу дію і таке інше.

- використання простору поля вздовж бічних ліній в атакуючій фазі гри — гравці, які діють в цьому просторі, повинні сприяти розвитку атакуючих комбінацій. У грі команди це повинно стати звичкою, складовою частиною тактики. Біля бічної лінії та в середині поля гравець, як правило, залишається не прикритим. В той же час гравці середини поля не використовують передач в той простір, а намагаються виконувати довгу передачу в зону перенасичену гравцями або здійснити індивідуальний прохід, що також може призвести до взяття воріт. Таке рішення з точки зору тактики є не правильним.

Цим способом дій можна користуватись при наявності рівноваги, якщо самостійним підходом до вирішення ігрової ситуації створюються передумови для досягнення високої якості у тактичній взаємодії всього колективу.

3. При виконанні наведених задач велике значення має дотримання педагогічних принципів, які відповідним чином співрозмірні з принципом поступовості. Стосовно гри і вимог тактичних принципів для всіх вікових категорій діє однакова концепція. Мова йде про створення однакових вимог щодо дотримання тактичної дисципліни, однак форми, методи, засоби, що використовуються в тренувальному процесі, повинні відповідати віковому цензу футболістів.

4. Принцип індивідуального підходу є складовою відповідної педагогічної роботи. В процесі розвитку мислення молодим футболістам необхідно дотримуватися деяких особливостей. В дитячо-юнацьких командах між талановитими гравцями існує різниця у виконанні дій. Це часто стає причиною незвичайних, оригінальних помилок. Якщо з талановитими гравцями робота занедбана, то з переходом до дорослої команди це стане проблемою в подальшому їх використанні (буде створюватися невідповідність до вирішень ситуацій, що виникають поблизу воріт, недооцінка власних недоліків, надмірно брудна гра у більшості єдиноборств). В такому випадку індивідуальна діяльність не повинна виглядати як наказ, що і як гравець повинен діяти, але слід наголосити, що саме ці гравці зробити не здатні.

5. Підвищені вимоги до якості мислення висунула на порядок

денний універсальність гравців. Тут необхідний підхід як до питання спеціалізації так і до універсальності, оскільки ці дві сторони характеризують гравця і між собою тісно взаємопов'язані. Найкращі футболісти сучасності (Рональдо, Рональдіньо, Роберто Карлос, Бекхем, Зідан, Шевченко та інші) здатні вирішувати різноманітні ситуації, як універсальні гравці, але кожен із них спирається і на свою специфіку, оригінальну здатність.

Розпізнавати цю властивість у гравців є важливим завданням тренера при роботі над розвитком самостійного мислення і активності у грі з врахуванням потреб універсальності. Талановитий гравець повинен володіти такими теоретичними знаннями, щоб бути здатним реально оцінювати свої переваги і вичленити з точки зору тактики на що спрямувати свій задум у грі, а що необхідно усунути щоб його виконання було дійсно ефективним.

Умови для підготовки футболістів команд професійної ліги суттєво відстають від вимог. Підвищити рівень гри у футбол можливо тільки при умові покращення якості тренувального процесу.

Творчість, активність, самостійність у виконанні гравцями дій в матчі сьогодні є важливими факторами при оцінці якості та ефективності гри. Вони відповідним чином характеризують сучасний, швидкий футбол. З залученням в тренувальний процес команд вищої, першої ліги юнаків помітний низький рівень їх творчого мислення і самостійності, що і стало однією із причин застою в розвитку таланту молодих футболістів.

Останній Чемпіонат Світу підтвердив, що питання розвитку рухових якостей вже достатньо опрацьовано і виразної різниці між командами не спостерігається. На перший план висувуються невідкладні питання використання тих якостей у грі, які є ефективними. Швидко стартувати сьогодні вже не досить, важливого значення набуває питання в який простір поля стартувати, або коли і як відштовхнутися для гри головою. Вирішальною є задача з якої позиції відштовхнутися найвище, вирішити нанести удар самому або передати м'яч назад і т.д. Сьогодні на передні позиції висунувся аспект універсалізму гравців. Гравець, який широко застосовує свої здібності у грі, повинен бути активнішим, самостійним в мисленні,

творчо виконувати всі ігрові дії.

Швидкий розвиток гри вимагає підвищених претензій до виховання нової генерації футболістів. Праця з молоддю є нелегкою. Тут доводиться усувати недоліки, допущені в процесі роботи з молоддю над розвитком основних рухових якостей, оскільки в школах цим питанням достатня увага не приділяється. Необхідно розвивати спеціальні якості і техніку, що відстають від необхідного рівня. Мова йде тільки про усунення недоліків в основному руховому фонді. Сучасний футбол вимагає підвищення якості мислення, але тут необхідно шукати подальші резерви в тренувальній роботі. Йдеться про зміни в мисленні, однак цього досягти за 2-3 сезони неможливо. Рішення цього завдання вимагає довготривалого впливу на мислення всієї молодшої генерації футболістів. Тут необхідно створювати оптимальні умови для якісного тренувального процесу, що для юних футболістів є першорядним і найважливішим завданням.

ЛІТЕРАТУРА

1. Аркадьев Б.А. Тактика футбольной игры. ФИС, 1952.
2. Апухтин Б.Т. Техника футбола. ФИС.М.1956.
3. Апухтин Б.Т. Тактическая подготовка футболистов. ФИС, 1961.
4. Ано Г. Техника и скорость. Ж.Спортивные игры, 1956, №8.
5. Айрапетьян А.Б. Динамика времени двигательных реакций и зрительного ощущения у спортсменов-игровиков. Материалы республиканской научно-методической конференции, посвященной 50-летию Советской Армении, 1970.
6. Баляев Б.А. О фронтальных и глубинных порогах различения хроматических об'ектов периферическим зрением в естественных условиях футбольного поля. Материалы конференции молодых научных работников за 1965 год ЦНИИФК, 1965.
7. Богуш Н.Р., Валигура Л.И. Влияние воображаемой соревновательной ситуации на эффективность действий и частоту пульса спортсменов. Сб.Проблемы психологии спорта. ФИС, вып.1, 1960
8. Бесков К. Игра нападающих. ФИС, 1956.
9. Боберський І. Копаний м'яч. Сокіл, Львів, 1906.
10. Васильева В.В., Макуни Е.П. Поле зрения у спортсменов. Ж.Теория и практика физической культуры, 1955, №9.
11. Витлачил Рудольф. Спорт за рубежом. №3, 1963.
12. Вихров К., Догадайло В. Педагогический контроль в процессе тренировки – Киев, 2004. – 65 с.
13. Генев Ф. Воздействие разминки и некоторых психологических факторов на состояние мобилизационной готовности спортсмена. Теория и практика физической культуры, 1966, №10.
14. Генев Ф. Психологические особенности мобилизационной готовности спортсмена. М., ФИС, 1971.
15. Гагаева Г.М. Психология футбола. ФИС., 1969.
16. Гагаева Г.М. Психологическая характеристика футбола. Сборник «Психология спорта». М.ФИС, 1959.
17. Граевская Н.Д. Футболист, тренер, врач. Ж.Спортивные игры, 1960, №7.
18. Граевская Н.Д., Кузьмина В.Н. Определение специальной

- выносливости футболистов методом повторных нагрузок. Теория и практика физической культуры. 1963, №1.
19. Геллерштейн С.Г. «Чувство времени и скорость двигательной реакции». Медгиз, 1958.
 20. Горянский Е. Пусть оживут схемы. Футбол-хоккей. Воскресное приложение к газете Советский спорт, 1970, №37.
 21. Дулібський А.В. Моделювання тактичних дій у процесі підготовки юнацьких команд з футболу. –Київ, 2004. – 130 с.
 22. Зеленцов А.И., Лобановський В.В. Моделирование тренировки в футболе. – Киев: “Здоровье”, 1985. – 136 с.
 23. Зимкин А.А. Изменение скрытого периода двигательных реакций под влиянием тренировок. Ж.Теория и практика физической культуры. 1958, №1.
 24. Зонин Г. Мысль и движение. Футбол-хоккей. Воскресное приложение к газете Советский спорт, 1971, №10.
 25. Конов И. Игра нападающих. ФИС, М., 1967.
 26. Калинин А. Игра защитников. ФИС, М., 1964.
 27. Качалин Г.Д. Тактика футбола. ФИС., 1957.
 28. Качалин Г. Тактическое перевооружение. Футбол. Воскресное приложение к газете «Советский спорт». 1968, №1.
 29. Келлер В.С., Соломонко В.В. Методические разработки. По проблемам подготовки сборных команд Украинской ССР к V Спартакиаде народов СССР. Киев, 1970.
 30. Келлер В.С., Соломонко В.В. Рекомендации по методам контроля за степенью тренировочных нагрузок футболистов с регистрацией ритма сердечной деятельности и степени психической напряженности (Методическое письмо).Москва, 1970.
 31. Козловский В. Ударная тренировка. Ж. Спортивные игры. 1968, №7.
 32. Каликинский Ю.А. Игровое мышление футболиста. М. 1970.
 33. Люкшинов Н. Игра диктует тренировку. Футбол. Воскресное приложение к газете «Советский спорт», 1966, №5.
 34. Люкшинов Н., Морозов Ю. Тренировку ближе к игре. Футбол-хоккей. Воскресное приложение к газете «Советский спорт», №12.
 35. Лаврінський.Копана після Осипа Клинки. Львів, 1900.
 36. Матоушек М. 10км с футбольным мячом. Информационный

бюллетень по футболу. Москва, март, 1965.

37. Медведев В. Чувство дистанции. Ж.Спортивные игры. №8, 1969.
38. Медведев В.В. Тренировка внимания. Ж.Спортивные игры, 1970, №2.
39. Мини И.Д. Игровая слепота – как от нее избавиться. Ж. Спортивные игры, №4, 1968.
40. Мармор В. Все увидеть. Ж. Спортивные игры. №6, 1968.
41. Маслов В. Мы говорим. Современный футбол. Футбол-хоккей. Воскресное приложение к газете «Советский спорт». №№ 47, 48, 49, 50, 51, 1966.
42. Морозов Ю. Для симфонии нужны ноты. Ж.Спортивные игры, №5, 1970.
43. Новиков Б. Мысль и скорость. Футбол-хоккей. Воскресное приложение к газете «Советский спорт», №17, 1971.
44. Под общей редакцией Нельга Н.А. Программированное обучение и технические средства в спортивной тренировке. Изд. «Полымя», Минск, 1969.
45. Осташев П.В. Роль переключений в работе над техническими приемами. Сб.Футбол сегодня и завтра. ФИС., М., 1965.
46. Парамонов А. Игра полузащитников. ФИС., М., 1967.
47. Парамонов А. Доколе будем вечными студентами? Советский спорт, №12, 1972.
48. Пуни А.Ц. Психологическая подготовка спортсменов различных видов спорта к соревнованиям. ФИС, 1968.
49. Рогальский Н., Дегель Э.Т. Футбол для юношей. ФИС, 1971.
50. Родионов А.В. Спортсмен прогнозирует решение. М., ФИС, 1971.
51. Савин С. Тренировка футболиста. ФИС., 1967.
52. Сарсания В.Н., Сарсания С.К., Сарсания К.С. Адаптация организма футболистов к моревновательной и тренировочной деятельности. Методические рекомендации. – Москва, 2003. – 90 с.
53. Селингер М., Хоутка М., Наварова Г., Навара М. Физические и педагогические показатели игры и некоторых средств тренировки в футболе. Материалы международной научно-методи-

ческой конференции социалистических стран по проблемам спортивной тренировки. Т.Ш., М., 1967.

54. Под общей редакцией Савина С.А. Проблемы высшего спортивного мастерства. Москва, М., 1969.
55. Седов Ю.С. О точности пространственной и силовой дифференцировок при ударах по мячу. Сб. Футбол сегодня и завтра., ФИС., 1965.
56. Сингаевский С. Как научить мыслить. Ж. Спортивные игры. №2, 1970.
57. Соломонко В.В. Методика педагогических наблюдений за двигательной активности футболистов в тренировочных занятиях и соревнованиях (Методические рекомендации) Управление футбола. Программно – методический отдел. Комитет по физической культуре и спорта при Совете Министров СССР. – Москва, 1975 . - 30 с.
58. Соломонко В.В., Лисенчук Г.А., Соломонко О.В. Техніко – тактична підготовка футболістів за ігровими функціями (посадами в команді). – Київ: “Олімпійська література”, 1995. – 43 с.
59. Соломонко В.В., Лисенчук Г.А., Соломонко О.В. Розвиток ігрової творчості у футболістів. Методичний посібник. – Київ: “Олімпійська література”, 1998. – 53 с.
60. Соломонко В.В., Соломонко О.В. Словник футбольної термінології (Методичний посібник). – Львів, 2009. – 35 с.
61. Соломонко В.В., Лисенчук Г.А., Соломонко О.В. Футбол. Підручник для фізкультурних вищих навчальних закладів. Друге видання. Київ. “Олімпійська література”.
62. Тимофеев Б. Тайное на поле зеленом. Ж. Спортивные игры. №6, 1968.
63. Тер-Ованесян А.А. Спорт., М., ФИС., 1967.
64. Хоутка М. Интервальная тренировка. Футбол. Воскресное приложение к газете «Советский спорт», №28, 1964.
65. Цирик Б.Я. Искусство видеть. Ж. «Спортивные игры», №1, 1969.
66. Черникова О.А. Эмоции в спорте. ФИС, 1962.
67. Якобсон Ю. Как тренировать вратаря. Футбол. Воскресное

- приложение к газете «Советский спорт», №12, 1962.
68. Astrond P.O. Experimental Studies of Physikal Working Capasity in Pelation to Lex and ape. Copengagen, 1952.
 69. Bukavi Márton. Hra bez mice v moderne kopane. Ж. Kopana, 1968, №8.
 70. Cenar E. Gry I zabawy ruchowe. Lwow, 1901.
 71. Csanadi Árpád / Labdarugás. Sport lapes konyv kiado, 1960.
 72. Vladimir Cermak, Jozef Pondelik. "Gol". № 4,5,6, 1970. Futbalovy a chokejovy tydenik.
 73. Ciszewski Jozef. Pilka nozna. Sport a turystika, 1965.
 74. Darvas Albert. Csapatjáték a korszerű labdorugásban. Sport. Budapest, 1963.
 75. Hoppe Laszló, Hoppe Pal. labdarugas világbajnokságok csillagai. Sport. Budapest, 1970.
 76. Heineken Ph. Das fussballspil und weise. Stuttgart, 1898.
 77. Choutka Miroslav. Moderni kopana. Olimpia, Praha, 1970.
 78. Ilovsky Rudolf. Bizalommal labdarugás, 1972, №3.
 79. Kačani Ladislav. Analiza složitej futbalovej techniki (modelavanie). Ж. Trener a cvicitel, 1968, № 8.
 80. Kozmin Adam. Rola osobnichzych tyfov temperamentalnych w procesie kstaltowania kondycji psychicznej druzyny. Ж. Pilka nozna, 1986, № 4.
 81. Lakat Károly. Az edzések es játékok kapcsolata. Ж. Labdarugas, 1969, № 7.
 82. Lakat Károly. Labdorugók edényi képzése. Ж. Labdarugás, 1961, №8; 1962 №1.
 83. Nyulas J. Figyelem a labdarugásban. Ж. Labdarugás. 1969, № 5.
 84. Pálfai János. Korszerű módszerek a labdarugó-edzésben. Sport. Budapest, 1972.
 85. Piaszecky E. Pilka nozna. Lwow, 1902.
 86. Pálfai János. Angol labdarugás ma es holnap. Ж. Labdarugás, 1967, № 4.
 87. Petrov Sztojan, Angelov, Vencislav, Pálfai János. A babdarugás időszerű kérdései. Medicina I fizkultura. Szofia, sport. Budapest, 1968.
 88. Richter Henrych. O tym jak szybko doskonali technike. Ж. Pilka

nozna, 1972. № 2.

89. Szymanski A. Analiza sensoryczno-motorycznej struktury ruchow przedmiotowych nazywanich technika gry. Ж. Pilka nozna, 1968, № 7.
90. Szymanski A. Rola widzenia srodkowego I obwodowego w czasie gry w pilke nozna. Ж. Pilka nozna. 1968. № 10-11.
91. Sebes Gustav. A Magyar labdarugás.
92. Sóos Károly. A korszeru labdarugásrol. Ж. Labdarugás, 1964, № 4.
93. Sóos Károly. Valogatott csapat kialakitasa es felkeszítése. 1968.
94. Shmall F. Fuszball. F. Beck Vien, 1905.
95. Schnell H. Das Fussballspiele. R. Voigtlander. Leipzig, 1900.
96. Talaga Yerzy. Pczyslosc w taktice. Ж. Pilka nozna. 1971, № 8.
97. The book of football. London, 1906.
98. Zalka András. Mi az igaz a technika es fizikai képesség körül. Ж. Labdarugás, 1968, № 4.

ЗМІСТ

Вступ	3
Історичні аспекти розвитку тактики футболу	6
Пресинг	41
Основні принципи зонного захисту по Стелбосу (Нідерланди).....	44
Взаємозв'язок між технікою і тактикою гри у футбол	55
Глумачення змісту слів що використовуються в тактиці футболу	69
Тактика гри без м'яча	84
Вплив зміни правил на розвиток тактики гри	88
Орієнтування футболіста в умовах складної рухової діяльності	93
Вплив наукових досліджень на розвиток тактики футболу	99
Використання досягнень науки в підготовці футболістів	102
Вплив якісного виконання техніко-тактичних дій на тенденції розвитку футболу	127
Сучасна тактика гри у футбол	134
Аналіз тактики світового футболу	141
Сучасний стан та прогнози розвитку українського футболу з точки зору тактики гри	144
Планування тренувального процесу	153
Вплив різноманітних факторів на вибір тренером тактики гри	156
Роль контрольних, тренувальних та товариських ігор в розвитку тактики футболу	164
Установка на гру і розбір проведеної гри	168
Розвиток активності і мислення як засіб підвищення якості тактичних дій футболістів	170
Література	175



СОЛОМОНКО ВАСИЛЬ ВАСИЛЬОВИЧ – професор кафедри теорії і методики фізичного виховання Львівського державного університету фізичної культури, Заслужений працівник фізичної культури і спорту України, Заслужений тренер України.



ЛИСЕНЧУК ГЕННАДІЙ АНАТОЛІЙОВИЧ – доктор наук з фізичного виховання і спорту, професор кафедри футболу Національного університету фізичного виховання і спорту, Заслужений працівник фізичної культури і спорту України, Заслужений тренер України, майстер спорту з футболу.



СОЛОМОНКО ОЛЕКСАНДР ВАСИЛЬОВИЧ – кандидат педагогічних наук, професор кафедри футболу Львівського державного університету фізичної культури, керівник комплексної науково-методичної групи ФК “Карпати” м. Львів.



МОЛНАР МИХАЙЛО ВАСИЛЬОВИЧ - кандидат наук з фізичного виховання і спорту, доцент кафедри педагогіки, психології та оздоровчих технологій Закарпатського державного університету, керівник комплексної науково-методичної групи ФК “Закарпаття” м. Ужгород.