

**ЛЬВІВСЬКИЙ ДЕРЖАВНИЙ УНІВЕРСИТЕТ ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ
ІМ. ІВАНА БОБЕРСЬКОГО**

Кафедра футболу

Карпа І. Я.

ЛЕКЦІЯ

ОСОБЛИВОСТІ ПОБУДОВИ ТАКТИЧНОЇ ПІДГОТОВКИ У ФУТБОЛІ

з навчальної дисципліни
«Теорія і методика обраного виду спорту (спеціалізація – футбол)»
для студентів 2 курсу
факультету педагогічної освіти

План

1. Загальні поняття про тактичну підготовку у футболі..... 2
2. Основні завдання тактичної підготовки футболістів.....5
3. Основні напрямки навчання тактичних дій у футболі.....6
4. Етапи тактичної підготовки футболістів.....8

1. Загальні поняття про тактичну підготовку у футболі

Особливе місце в процесі підготовки футболістів має бути відведено навчанню тактичної грамотності. Володіння тактикою поряд з досконалою технікою створює передумови для досягнення високих результатів. Високий рівень тактичної підготовленості створює сприятливі передумови для максимального використання в грі технічного потенціалу як команди в цілому, так і індивідуальних особливостей кожного гравця.

У теоретичному аспекті *тактична діяльність футболістів* це рішення оперативних завдань, що виникають в процесі взаємодії з партнером і протиборства з супротивником. *Тактична майстерність* проявляється в умінні приймати рішення, які дозволяють найбільш раціонально використовувати наявні у команди можливості для досягнення перемоги.

Високий рівень тактичної майстерності передбачає єдність наявних у спортсменів теоретичних знань і умінь застосовувати їх при вирішенні конкретних тактичних завдань, що виникають в процесі гри. Досягається цей рівень в ході цілеспрямованої тактичної підготовки.

Тактична підготовка - це педагогічний процес, спрямований на досягнення ефективного застосування технічних прийомів на тлі безперервних змін ігрових умов за допомогою тактичних дій, які являють собою раціональну форму організації діяльності футболістів в грі для забезпечення перемоги над противником.

Тактичні знання є сукупністю уявлень про засоби, види і форми спортивної тактики і особливості їх застосування в тренувальній і змаганні діяльності.

Тактичні навички - це завчені тактичні дії, комбінації індивідуальних і колективних дій. Тактичні навички завжди виступають у вигляді цілісної, закінченої тактичної дії в конкретній ситуації змагань або тренування.

Тактичне мислення - це мислення спортсмена в процесі спортивної діяльності в умовах дефіциту часу і психічної напруги, безпосередньо спрямоване на рішення конкретних тактичних задач.

Поняття «тактична підготовка» ширше поняття «навчання тактиці». Можна добре вивчити тактику футболу теоретично, але в грі в тактичному плані діяти малоефективна. Вивчення навіть всіх тактичних дій (індивідуальних, групових і командних) недостатньо для досягнення високої результативності в грі. В процесі навчання тактиці необхідно домагатися органічної єдності тактики і техніки.

Тому успішність тактичних дій футболіста в грі визначається двома факторами:

1) високим рівнем розвитку спеціальних якостей в сфері інтелекту, перцепції і психомоторики (обсягу і переключення уваги, обсягу поля зору, швидкості складних реакцій і дій у відповідь, орієнтування, швидкості вибору і рішення, тактичного мислення, швидкості переміщення та інше), забезпечують орієнтування футболістів в складних умовах ігрових ситуацій і правильність вибору рішення даної ситуації;

2) високим ступенем надійності технічних прийомів в складних умовах гри, досконале володіння основними прийомами техніки.

Отже, тактичну підготовку не можна зводити лише до навчання тактичним діям. Основу успішних дій футболіста в грі складають спеціальні якості і здатності (спостережливість, швидкість реакції, мислення та ін.). Також уміння гнучко використовувати технічні прийоми. Власне ж тактичні дії служать своєрідною формою організації дій гравців індивідуально, в групах і командою в умовах єдиноборства з противником, що дозволяє найбільш повно реалізувати якості, вміння і навички, які були придбані в процесі тренувальних занять.

Тому під тактичною підготовкою необхідно мати на увазі не тільки вдосконалення раціональних прийомів вирішення завдань, що виникають в процесі змагання, а й розвиток спеціальних здібностей, що визначають ефективність вирішення цих завдань.

Дане визначення дозволяє розглядати тактичну підготовку в **двох аспектах**: і як процес навчання і вдосконалення (придбання знань, умінь і

навичок), і як процес розвитку якостей, які в комплексі визначають спеціальні тактичні здібності.

У змісті тактичної підготовки необхідно включати основний арсенал тактичних дій, оволодіння яким дозволило б футболістам максимально використовувати в грі свою технічну оснащеність, спеціальні якості і здібності, теоретичні знання і т. д.

Тактична підготовка повинна бути органічно пов'язана з іншими видами підготовки. Зв'язок з фізичною підготовкою (загальної та спеціальної) виражається в застосуванні рухливих і спортивних ігор, в розвитку спеціальних якостей, у сприянні (в загальних рисах) оволодіння прийнятими у футболі груповими і командними діями (наприклад, з набивними м'ячами - розташування займаються, напрямок передач м'яча і переміщень гравців).

З технічною підготовкою зв'язок тактичної проявляється у виборі дій у відповідь на сигнал (ситуацію), у взаємодії займаються при виконанні, як підвідних вправ, так і вправ з техніки, а також технічних прийомів в рамках тактичних дій.

2. Основні завдання тактичної підготовки

Як всякий цілеспрямований педагогічний процес, тактична підготовка вирішує конкретні педагогічні завдання:

1. Створити передумови для успішного навчання тактиці гри (розвинути відповідні здібності і якості).

2. В процесі навчання технічним прийомам сформувати тактичні вміння.

3. Забезпечити високий ступінь надійності технічних прийомів гри в складній обстановці на полі.

4. Оволодіти основою індивідуальних, групових і командних тактичних дій в нападі та у захисті.

5. Удосконалювати тактичні вміння з урахуванням ігрового амплуа футболіста.

6. Сформувати вміння ефективного використання технічних прийомів і тактичних дій в залежності від умов (від партнерів і противника, від зовнішніх факторів).

7. Розвивати здатності до швидких перемикань від нападу до захисту і від захисту до нападу.

8. Вивчати технічний арсенал, тактичну і вольову підготовленість противника.

9. Вивчати тактику провідних команд країни і найсильніших зарубіжних клубів і збірних.

3. Основні напрямки навчання тактичних дій у футболі.

Вивчення тактичних дій і варіантів має протікати в двох напрямках:

- вдосконалення індивідуальної тактичної підготовленості;
- вдосконалення групової і командної тактичної підготовленості.

На основі *індивідуальної тактичної підготовленості* створюються міцні групові та командні взаємодії. З навичок тактичної підготовленості окремих гравців створюються командні (як захисні, так і наступальні) взаємодії. Інакше кажучи, сама по собі тактика означає одночасні взаємодії кількох гравців, спрямованих на успішне вирішення конкретної ігрової задачі.

Коли вирішується завдання індивідуально-тактичної підготовленості, мова більше повинна йти про тактичному розвитку індивідуума, особистості (гравця), яка зуміє в потрібний час використовувати індивідуальні тактичні знання та вміння в інтересах команди і гармонійно взаємодіяти з колективом.

Тактична підготовка сама по собі творчий процес. Гравець, маючи необхідне тактичне мислення, повинен завжди вміти пристосуватися до створилося умов, незважаючи на те, що противник протягом гри завжди буде прагнути до протидії.

Як би успішно не використовувалися численні засоби для розвитку тактичного мислення і психічних якостей, основним засобом тактичної підготовки залишається тренування *групових і командних взаємодій*. Навчання таким взаємодій треба починати в міру того, як гравці оволодіють основними технічними прийомами (з розрахунком, щоб у міру поглиблення в футбол у хлопців закріплювалися необхідні якості, і щоб кожен отримав можливість в процесі гри зробити свої дії цілеспрямованими, що впливають із загальних інтересів команди) .

Якщо спортсмен не звикає з раннього віку до тактичних взаємодій з партнерами, не розвиває в собі тактичне мислення, то в подальшому, навіть маючи необхідну технічну підготовленість, в насичених тактичними взаємодіями ігрових ситуаціях буде діяти нераціонально.

Вивчення групових і командних взаємодій важливо і в тому сенсі, що воно сприяє правильному сприйняттю дій противника в процесі гри. Це, в свою чергу, дає можливість в ході матчу перебудувати без зривів і особливих зусиль план ведення гри.

Розвитку тактичної грамотності сприяє і обмін досвідом з кращими командами однолітків на спільних тренуваннях. Дуже корисні для юнацьких команд спільні тренування з дорослими командами. На таких тренуваннях юнакам отримують можливість не тільки в справі ознайомитися з різними тактичними прийомами, а й, копіюючи дії старших колег, застосовувати на практиці все те, що було розібрано теоретично.

Не менш важливе значення мають перегляди гри кращих вітчизняних і зарубіжних команд: і як спосіб засвоєння індивідуальних, групових і командних тактичних взаємодій, і як можливість ознайомлення з усіма тактичними варіантами, які застосовуються в заздалегідь запланованому вигляді. Щоб зробити ці перегляди більш цілеспрямованими, тренерам необхідно зафіксувати в тій чи іншій формі (на спеціальних макетах, відеозаписом та інше.).

Вивчати тактичні дії доцільно паралельно з вивченням техніки гри. Дуже важливо з перших же занять виховувати у футболістів самостійність, швидкість орієнтування і творчу активність. Слід підбирати вправи, при виконанні яких займаються змушені осмислювати обстановку, приймати певні рішення, оцінювати і узагальнювати свої дії. При використанні сполученого методу на перший план виступає тактика, однак умови виконання та дозування вправ сприяє вдосконаленню техніки гри.

Ключові компоненти тактичної підготовки у футболі є :

- розвиток спеціальних здібностей і якостей;
- виховання вміння реалізовувати розвиваються якості та здібності (тактичного характеру) в процесі виконання технічних прийомів;

- формування тактичних умінь в процесі навчання технічно прийомам;
- вивчення тактичних дій (індивідуальних, групових і командних) в нападі і в захисті в урахуванням раціональної послідовності вивчення технічних прийомів в атаці і в обороні;
- вдосконалення навичок тактичних дій в процесі інтегральної підготовки (взаємозв'язок тактичної підготовки з технічної, система завдань в навчальних іграх, установка в контрольних іграх і змаганнях).

Тактичну підготовку з урахуванням завдань і змісту можна умовно поділити на дві взаємопов'язані частини:

- теоретичну підготовку, зокрема засвоєння спеціальних знань з тактики;
- практичну підготовку - оволодіння індивідуальними, груповими і командними діями, а також розвиток творчих здібностей гравців.

Практика показує: успіх в освоєнні тактичних навичок приходить до тих, хто попередньо отримує хорошу підготовку в теорії.

Теоретичні знання допомагають правильно орієнтуватися в складних ігрових ситуаціях, оцінювати і аналізувати можливі рішення, вибирати з них найефективніший на той чи інший момент зустрічі.

Футболістові необхідно знати основні системи гри і їх варіанти, функції гравців певних амплуа в команді, взаємодії ланок в різних фазах матчу, характер впливу об'єктивних умов на хід гри і можливість використання зовнішніх факторів (погоди, ґрунти майданчика, розмірів поля) в інтересах команди. Все це необхідно враховувати в кожній дії. З ростом тактичної майстерності неухильно підвищується вплив знань на процес гри.

3. Етапи тактичної підготовки

Тактичну підготовку як педагогічний процес можна умовно розділити на кілька етапів.

Перший етап тактичної підготовки повинен бути спрямований на розвиток у футболістів якостей і здібностей, що лежать в основі успішних тактичних дій. Тактика команди складається, перш за все, з розумних

індивідуальних дій окремих гравців. У зв'язку з цим доцільно вважати, що індивідуалізація тактичної підготовки не тільки одна з умов спортивного вдосконалення, а й перший етап навчання тактиці. Тільки після проходження цього етапу тренер повинен переходити до навчання груповий і командній тактиці гри.

Іншими словами, в процесі становлення тактичної майстерності для вдосконалення групової і командної тактики тренеру необхідно в кожному гравцеві виховувати і розвивати комплекс психічних якостей, який дозволяв би послідовно вирішувати завдання тактичної підготовки. Як засіб вирішення цього завдання найбільш ефективні різні вправи, рухливі ігри та естафети, які вимагають прояву швидкості реакції, орієнтування і дій у відповідь, а також кмітливості і спостережливості, вміння переключатися з одних дій на інші. Найбільш сприятливі можливості для розвитку цих цінних якостей в дитячому віці.

Другий етап є формування тактичних умінь в процесі навчання гравців технічно прийомам. Навчання слід будувати так, щоб в ігрових вправах і іграх проявлялося єдність техніки і тактики. Досягається це двома шляхами.

По-перше, під час оволодіння технічним прийомом його «поєднують» з якостями і здібностями, що зумовлюють успіх тактичних дій.

По-друге, на етапі вивчення прийому доцільно ускладнювати вправи, щоб вони сприяли формуванню тактичних умінь. Такий підхід сприяє розвитку тактичних здібностей і вдосконалення технічних навичок спортсмена.

Ця обставина важливо і в тому сенсі, що подібних випадках технічна і тактична підготовка проходять монолітно і цілеспрямовано.

Третій етап тактичної підготовки - вивчення власне тактичних дій (індивідуальних, групових і командних) в нападі і в захисті. На перший план тут виступають вправи з тактики, ігрові вправи і двостороння гра.

У процесі підвищення тактичної підготовленості повинні удосконалюватися як захисні, так і наступальні варіанти. Велику увагу слід приділяти вихованню вміння швидко перемикатися (від одного руху до іншого, від технічного прийому нападу до технічного прийому захисту, від одних

тактичних дій до інших). Тренер повинен навчати гравців тактичним діям і варіантів по загальновідомим зразкам, виходячи з можливостей команди. Однак механічне засвоєння тактичних дій і їх варіантів може затримати прояв творчої думки гравців і команди.

Питання для самоконтролю

1. Характеристика тактичної підготовки.
2. Характеристика тактичних знань, навиків та тактичного мислення у футболі.
3. Фактори успішності тактичних дій футболістів у матчі.
4. Основні завдання тактичної підготовки.
5. Напрямки навчання тактичних дій у футболі.
6. Ключові компоненти тактичної підготовки у футболі.
7. Етапи тактичної підготовки у футболі.

Рекомендована література

Основна:

1. Вихров К. Педагогический контроль в процессе тренировки / К. Вихров, В. Догадайло. – К., 2004. – 65 с.
2. Зеленцов А. М. Моделирование тренировки в футболе / А. М. Зеленцов, В. В. Лобановський. – 2-е изд. перераб. и доп. – К. : Альтерпресс, 1998. – 215с.
3. Максименко И. Г. Соревновательная и тренировочная деятельность футболистов : монография / И. Г. Максименко. – Луганск : Знание, 2009.– 258 с.
4. Матвеев Л. П. Общая теория спорта и её прикладные аспекты / Л. П. Матвеев. – М. : Известия, 2001. – 333 с.
5. Костюкевич В. М. Управление тренировочным процессом футболистов в годичном цикле подготовки : монография / В. М. Костюкевич. – Винница : Планер, 2006. – 683 с. – ISBN 966-22.22.0
6. Лисенчук Г. А. Теоретико-методичні основи керування підготовкою футболістів : автореф. дис. ... д-ра наук з фіз. виховання і спорту : спец. 24.00.01 „Олімпійський і професійний спорт” / Лисенчук Геннадій Анатолійович ; Нац. ун-т фіз. виховання і спорту. – К., 2004. – 34 с.
7. Соломонко В. В. Побудова тренувальних занять з футболу : метод. рек. / В. В. Соломонко, О. В. Соломонко. – К. : Федерація футболу України, 2005. – 40 с.
8. Przybylski W. Kontrola treningu i obciążeń treningowych w piłce nożnej /

Wojciech Przybylski. – Gdańsk : AWF, 1997. – 163 s.

9. Szyngier W. Monitorowanie treningu piłkarzy nożnych o różnym poziomie zaawansowania sportowego / Szyngier W., Gumola W. // Teoretyczne i praktyczne aspekty nowoczesnej gry w piłkę nożną. – Opole, 2009. – S. 177 – 192.

10. Szwarc A. Metody oceny techniczno-taktycznych działań piłkarzy nożnych / Andrzej Szwarc. – Gdańsk : AWFIS, 2003. – 158 s.

11. Khorkavyu B. Gargula L. Szkolenie młodzieży na Ukrainie. Nowoczesna Piłka Nożna // Teoria i Praktyka. Współczesne koncepcje szkolenia młodych piłkarzy nożnych.– Opole, 2016.– S. 70–86.

12. Talada J. Trening piłki nożnej / Jerzy Talada. – Warszawa : Eserella, 1997. – 270 s.

Допоміжна:

1. Гриньків М. Я. Морфологічні прояви адаптації організму до фізичних навантажень : лекція з дисципліни "Спортивна морфологія" / Гриньків М. Я., Куцериб Т. М. – Львів, 2020. – 13 с.

2. Карпа И. Я. Выполнение технико-тактических действий квалифицированными футболистами разных амплуа в игровых зонах поля / Карпа И. Я. // Pedagogy of Physical Culture and Sports. – 2013. - № 7. – С. 23–27.

3. Карпа І. Я. Дослідження тестів контролю технічної підготовленості юних футболістів / Карпа І. Я. // Фізична культура, спорт та здоров'я нації : зб. наук. пр. – Вінниця, 2011. – Вип. 13. – С. 124–127.

4. Карпа І. Я. Особливості виконання техніко-тактичних дій кваліфікованими футболістами в різних ігрових зонах поля / Карпа І. Я. // Вісник Запорізького національного університету : зб. наук. пр. – Запоріжжя, 2012. – № 3. – С. 180–188.

5. Карпа І. Показники техніко-тактичної підготовки футболістів високої кваліфікації в динаміці ігрового часу / Ігор Карпа // Спортивний вісник Придніпров'я. – 2010. – № 3. – С. 41–45.

6. Карпа И. Я. Структура физической подготовленности квалифицированных футболистов на этапе подготовки к высшим достижениям / Карпа И. Я. // Pedagogy of Physical Culture and Sports. – 2011. – № 9. – С. 53–56.

7. Карпа І. Структура атаквальних дій команди ФК "Карпати" (Львів) у матчах Ліги Європи / Ігор Карпа // Молода спортивна наука України : зб. наук. пр. з галузі фіз. виховання, спорту і здоров'я людини / за заг. ред. Євгена Приступи. - Л., 2011. - Вип. 15, т. 1. - С. 105 - 109.
8. Карпа І. Я. Удосконалення техніко-тактичних дій кваліфікованих футболістів різного ігрового амплуа в окремих зонах ігрового поля : автореф. дис. ... канд. наук з фіз. виховання та спорту : [спец.] 24.00.01 "Олімпійський і професійний спорт" / Карпа Ігор Ярославович ; Львів. держ. ун-т фіз. культури. - Львів, 2013. - 20 с.
9. Карпа І. Характеристика структури техніко-тактичних дій кваліфікованих футболістів в окремих зонах ігрового поля / Карпа Ігор, Когут Тарас, Альфавіцький Іван // Фізична культура, спорт та здоров'я нації : зб. наук. пр. - Вінниця, 2017. - Вип. 3(22). - С. 310-314.
10. Куцериб Т. М. М'язова система : лекція / Куцериб Т. М. - Львів, 2020. - 10 с.
11. Морфологічні прояви адаптації організму до фізичних навантажень : лекція / уклад. Куцериб. Т. М. - Львів, 2020. - 14 с.
12. Ріпак І. Засоби відновлення працездатності та загартування дорослих чоловіків / Ігор Ріпак // Педагогіка, психологія та медико-біологічні проблеми фізичного виховання і спорту : зб. наук. пр. / за ред. С. С. Єрмакова. – Харків : ХДАДМ, 2003. – № 16. – С. 91–96.
13. Ріпак І. Рухова активність як чинник зміцнення здоров'я чоловіків першого зрілого віку / Ігор Ріпак, Євген Приступа, Євгеніуш Болях // Концепція розвитку галузі фізичного виховання і спорту в Україні : зб. наук. пр. – Рівне, 2003. – Вип. 3, ч. 2. – С. 74–77.
14. Ріпак І. Структура виконання техніко-тактичних дій кваліфікованих футболістів в окремих зонах ігрового поля / Ріпак І., Карпа І. // Науковий часопис Нац. пед. ун-ту ім. М. П. Драгоманова. Серія 15, Науковопедагогічні проблеми фізичної культури (фізична культура і спорт) : [зб. наук. пр.]. – Київ, 2017. – Вип. 5К(86) 17. – С. 275–279.
15. Приступа Є. Н. Методика кількісних вимірів рухової активності людини /

Приступа Є. Н., Ріпак І. М., Соколовський В. М. // Педагогіка, психологія та медико-біологічні проблеми фізичного виховання і спорту : зб. наук. пр. / за ред. С. С. Єрмакова. – Харків : ХХІІІ, 1999. – № 7. – С. 10–13.

16. Приступа Є. Параметри рухової активності чоловіків першого зрілого віку / Євген Приступа, Ігор Ріпак // Фізична культура, спорт та здоров'я нації : зб. наук. пр. ВДПУ. – К. ; Вінниця, 2001. – С. 48–52.

17. Серцево-судинна система : лекція / уклад. Музика Ф. В. - Львів, 2020. - 12 с.

18. Система скелета та система з'єднань : лекція / уклад. Музика Ф. В. - Львів, 2020. - 10 с.

19. Чорнобай І. М. Вдосконалення навчання індивідуальним тактичним діям у захисті юних футболістів 11–12 років / Чорнобай І. М., Ріпак І. М. // Педагогіка, психологія та медико-біологічні проблеми фізичного виховання і спорту. – 2009. – № 11. – С. 55–59.