

**МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ
ЗАПОРІЗЬКИЙ НАЦІОНАЛЬНИЙ УНІВЕРСИТЕТ**

Факультет фізичного виховання
Кафедра фізичної культури і спорту

Кваліфікаційна робота

Магістра

на тему: **Підвищення ефективності техніко-тактичних дій у системі управління змагальною діяльністю кваліфікованих футболістів**

Виконав: студент II курсу групи 8.0178-3с
спеціальність 017 фізична культура і спорт
освітньої програми спорт

Чоботенко Сергій Андрійович

Керівник к.пед.н., доцент Короленко К.В.

Рецензент к.пед.н., доцент Коваленко Ю.О.

Запоріжжя – 2020

**МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ
ЗАПОРІЗЬКИЙ НАЦІОНАЛЬНИЙ УНІВЕРСИТЕТ**

Факультет фізичного виховання
Рівень вищої освіти Магістр
Спеціальність 017 Фізична культура і спорт
Освітньої програми Спорт

ЗАТВЕРДЖУЮ
Завідувач кафедри
фізичної культури і спорту
проф. Свасьєв А.В. _____

« ____ » _____ 2019 року

З А В Д А Н Н Я

НА КВАЛІФІКАЦІЙНУ РОБОТУ СТУДЕНТОВІ

Чоботенку Сергію Андрійовичу

1. Тема роботи (проекту) «Підвищення ефективності техніко-тактичних дій у системі управління змагальною діяльністю кваліфікованих футболістів керівник роботи (проекту) к.пед.н., доцент Короленко К.В. затверджені наказом ЗНУ від «31» травня 2019 року № 832-с
2. Строк подання студентом роботи (проекту) 2 грудня 2019 року
3. Вихідні дані до роботи (проекту): дослідження особливостей підвищення ефективності техніко-тактичних дій кваліфікованих футболістів.
4. Зміст розрахунково-пояснювальної записки (перелік питань, які потрібно розробити): Провести аналіз наявної науково-методичної літератури з питань проблеми підвищення ефективності техніко-тактичних дій в системі управління змагальною діяльністю кваліфікованих футболістів. Провести дослідження параметрів техніко-тактичної діяльності кваліфікованих футболістів у контрольній та експериментальній іграх. Визначити ефективність програми техніко-тактичної підготовки з урахуванням інтегрованого впливу навантаження на організм футболістів.
5. Перелік графічного матеріалу (з точним зазначенням обов'язкових креслень) 2 таблиці, 5 рисунків.

6. Консультанти розділів роботи (проекту)

Розділ	Прізвище, ініціали та посада консультанта	Підпис, дата	
		завдання видав	завдання прийняв
I	к.пед.н., доцент Короленко К.В.		
II	к.пед.н., доцент Короленко К.В.		
III	к.пед.н., доцент Короленко К.В.		

7. Дата видачі завдання _____

КАЛЕНДАРНИЙ ПЛАН

№ з/п	Назва етапів дипломного проекту (роботи)	Строк виконання етапів проекту (роботи)	Примітка
1	Аналіз та обробка літературних джерел за темою дипломної роботи	Вересень 2018 р. - жовтень 2018 р.	<i>виконано</i>
2	Проведення власних експериментальних досліджень	Грудень 2018 р. – Грудень 2019 р.	<i>виконано</i>
3	Обробка отриманих даних та оформлення результатів дипломної роботи	Листопад 2019 р. - грудень 2019 р.	<i>виконано</i>

Студент _____ **С.А. Чоботенко**
(підпис) (ініціали та прізвище)

Керівник роботи (проекту) _____ **К.В. Короленко**
(підпис) (ініціали та прізвище)

Нормоконтроль пройдено

Нормоконтролер _____
(підпис) (ініціали та прізвище)

ЗМІСТ

Зміст	4
Реферат	5
Abstract	6
Перелік умовних позначень, символів, одиниць, скорочень і термінів ..	7
Вступ	8
1 Огляд літератури	10
1.1 Теоретико-методичні аспекти управління техніко-тактичною діяльністю в командних спортивних іграх	10
1.2 Компоненти управління тренувальним і змагальним процесами в командних спортивних іграх.....	19
1.3 Особливості вдосконалення техніко-тактичної майстерності в командних спортивних іграх (на матеріалі футболу)	28
1.4 Управління техніко-тактичною діяльністю в командних спортивних іграх у змагальній практиці	35
2 Завдання, методи і організація дослідження	40
2.1 Завдання досліджень	40
2.2 Методи досліджень	40
2.3 Організація досліджень	39
3 Результати досліджень	41
Висновки	42
Перелік посилань	51

РЕФЕРАТ

Кваліфікаційна робота: 58 сторінок, 2 таблиці, 5 рисунків, 65 літературних джерел.

Об'єкт дослідження – техніко-тактичні дії у системі управління змагальною діяльністю кваліфікованих футболістів.

Мета роботи – дослідження особливостей підвищення ефективності техніко-тактичних дій кваліфікованих футболістів.

Методи дослідження: аналіз джерел літератури; педагогічні спостереження; педагогічний експеримент; методики для визначення параметрів техніко-тактичної діяльності.

Представлена програма техніко-тактичної підготовки з урахуванням інтегрованого впливу навантаження на організм футболістів дозволяє підбирати комплекси тренувальних занять на підставі оптимізації поєданого впливу зовнішніх і внутрішніх параметрів навантаження. Це дозволяє сформувати систему тренувальних впливів, спрямовану на вирішення конкретних завдань змагального періоду підготовки, в даному випадку, спрямовану на вдосконалення ТТД футболістів.

Проведений аналіз в цілому свідчить про досягнення позитивних змін в результаті впровадження програми розвитку техніко-тактичні дії у системі управління змагальною діяльністю кваліфікованих футболістів

ТЕХНІКО-ТАКТИЧНІ ДІЇ, СИСТЕМА УПРАВЛІННЯ, ЗМАГАЛЬНА ДІЯЛЬНІСТЬ, КВАЛІФІКОВАНІ ФУТБОЛІСТИ, КОМПОНЕНТИ

ABSTRACT

Qualification work: 56 pages, 2 tables, 5 figures, 66 references.

The object of the research is technical and tactical actions in the system of management of competitive activity of qualified football players.

The aim of the work is to study the peculiarities of improving the efficiency of technical and tactical actions of qualified players.

Research methods: analysis of literature sources; pedagogical observations; pedagogical experiment; methods for determining the parameters of technical and tactical activities.

The program of technical and tactical training, taking into account the integrated effect of loading on the body of players allows you to choose the complexes of training sessions based on the optimization of the combined effects of external and internal load parameters. This makes it possible to form a system of training actions aimed at solving specific problems of the competitive period of training, in this case, aimed at improving the TTD of football players.

The analysis as a whole testifies to achievement of positive changes as a result of introduction of the program of development of technical and tactical actions in system of management of competitive activity of qualified football players

**TECHNICAL AND TACTICAL ACTIONS, MANAGEMENT SYSTEM,
COMPETITIVE ACTIVITIES, QUALIFIED PLAYERS, COMPONENTS**

ПЕРЕЛІК УМОВНИХ ПОЗНАЧЕНЬ, СИМВОЛІВ, ОДИНИЦЬ, СКОРОЧЕНЬ
І ТЕРМІНІВ

БШ – блок-шот;

ДЮСШ – дитячо-юнацька спортивна школа;

РП – результативні передачі;

ТТД – техніко-тактичні дії;

ЗД – змагальна діяльність;

СМ – спортивне майстерство;

уд·мин⁻¹ – удари на хвилину;

у.о. – умовні одиниці;

ФК – футбольний клуб;

ЧСС – частота серцевих скорочень;

ШТРФ – штрафні кидки;

% - процент;

n – число вибірки;

Σ – сума;

ВСТУП

Актуальним напрямком вдосконалення системи спортивної підготовки є її орієнтація на формування оптимальної структури змагальної діяльності. Це передбачає вдосконалення всіх компонентів системи, значимих на етапі максимальної реалізації індивідуальних можливостей спортсменів. Вдосконалення системи спортивної підготовки в цьому напрямку має значення для командних ігрових видів спорту, де змагальна діяльність має складну структуру. Високий рівень престижності спортивних результатів національного і міжнародного рангу вимагає постійного вдосконалення компонентів структури змагальної діяльності з урахуванням зростаючої конкуренції, і як наслідок напруженості змагальної боротьби в командних спортивних іграх.

Добре відомо, що змагальна діяльність, у процесі якої досягнуто високий спортивний результат є логічним завершенням раціонально організованої системи спортивного тренування. Сучасні уявлення про побудову спортивного тренування в найбільш повному вигляді відображені в сучасній теорії періодизації, представленій В. Н. Платоновим. Відповідно до сучасної теорії періодизації, формування мікро-, мезо-, макро - і мегаструктур спортивного тренування здійснюється за умови їх взаємозв'язок компонентів управління тренувальним процесом - плануванням, контролем, моделюванням і прогнозуванням, відбором і оцінкою перспективних можливостей спортсменів. Важливу роль при цьому відіграють способи практичної реалізації позатренувальних і внесоревновательних факторів спортивної підготовки, врахування закономірностей формування адаптаційних процесів в структурах річної й багаторічної підготовки. Ці фактори інтегровані в єдину систему спортивного тренування таким чином, що вдосконалення одного з компонентів впливає на вдосконалення системи управління та спортивної підготовки в цілому. Процес вдосконалення системи спортивного тренування, на підставі взаємодії зазначених вище факторів, часто пов'язаний з

удосконаленням видів спортивної підготовки - тактичної, фізичної, технічної, психологічної, їх взаємним зв'язанням в єдину систему інтегральної підготовки стосовно до виду спорту.

У зв'язку з цим на сучасному етапі в теорії та практиці спортивної підготовки все частіше використовуються поняття, які характеризують інтегральні прояви спеціальної підготовленості і формують на цій основі цільові установки тренувального процесу. До них відносять техніко-тактичну діяльність спортсменів, яка у спорті вищих досягнень є керованим процесом, спрямованим на досягнення оптимального результату в офіційних змаганнях.

Мета роботи – дослідження особливостей підвищення ефективності техніко-тактичних дій кваліфікованих футболістів.

Об'єкт дослідження – техніко-тактичні дії у системі управління змагальною діяльністю кваліфікованих футболістів.

Суб'єкт дослідження – кваліфіковані футболісти.

1 ОГЛЯД ЛІТЕРАТУРИ

1.1 Теоретико-методичні аспекти управління техніко-тактичною діяльністю в командних спортивних іграх

Спортивні ігри – це складне соціальне явище, яке функціонує як багатокомпонентна частина олімпійського та професійного спорту. До її складу входять система управління, засоби, методи та методики підготовки до змагального процесу спортсменів, спортивні споруди, система професійної підготовки педагогічних кадрів, системи спортивних змагань і багаторічної підготовки гравців і команд різних вікових і статевих груп.

Управління багатокомпонентною системою підготовки і змагальним процесом в спортивних іграх вимагає розуміння основних закономірностей даного виду діяльності, які стали б базою для формування наукового обґрунтування багаторічної підготовки спортсменів в кожному конкретному виді спортивних ігор та підвищення ефективності змагального процесу, ефективного розвитку організаційних основ та матеріально-технічного забезпечення. Необхідність формування теорії спортивних ігор, виявлення закономірностей і особливостей, як специфічної групи видів спорту ґрунтується на тому, що згідно з концепцією теорії спорту загальна концепція спортивних ігор покликана стати узагальнюючим фактором щодо своїх приватних дисциплін (теорій окремих ігрових видів спорту).

В даний час інтенсивно розробляються окремі елементарні теорії управління в командних спортивних іграх: теорія управління в баскетболі; теорія управління у волейболі; теорія управління в гандболі; теорія управління в футболі.

Паралельним шляхом йде дослідження різних сторін системи управління навчально-тренувальної та змагальної діяльності у спортивних іграх [Ошибка! Источник ссылки не найден., Ошибка! Источник ссылки не найден., Ошибка! Источник ссылки не найден.]. Детальні

дослідження розкривають питання, що мають першорядне значення для формування і вдосконалення системи управління в спортивних іграх. Насамперед, це стосується таких напрямів:

- інформаційне забезпечення системи управління в процесі підготовки і змагальної діяльності;
- психолого-педагогічні аспекти управління в системі оптимізації навчально-тренувальної та змагальної діяльності;
- управлінські аспекти (організація, планування, моделювання, прогнозування, контроль і корекція) удосконалення навчально-тренувальної та змагальної діяльності;
- індивідуалізація в системі управління багаторічною підготовкою;
- управління процесом становлення і вдосконалення техніко-тактичної майстерності;
- управління тренувальними і змагальними навантаженнями;
- управління процесом адаптації організму в системі багаторічної підготовки і змагальної діяльності;
- організаційно-методичні та технологічні аспекти управління в системі підготовки і змагальної діяльності команд і гравців.

Окремі елементарні теорії спортивних ігор (баскетбол, волейбол і ін) ґрунтуються на певній кількості понять, положень, засобів і методів, властивих тільки цьому виду спортивних ігор. Це обумовлено, правилами і календарем змагань, техніко-тактичними прийомами, індивідуальними, груповими і командними техніко-тактичними взаємодіями та іншими факторами. Паралельно розвивається теорія спортивних ігор, узагальнюючи методологічний апарат, практичний інструментарій і теоретичні методи наукового дослідження, найбільш загальні принципи і методи підготовки команд та окремих спортсменів; управління навчально-тренувальним і змагальним процесами. Узагальнена теорія спортивних ігор не є математичною сумою знань окремих елементарних теорій її складових – баскетболу, волейболу, гандболу, футболу. Це складне ієрархічне

утворення, яке має свій ареал наукового знання, загальний термінологічний апарат, узагальнені засоби, методи і методики управління підготовкою та змагальним процесом кваліфікованих спортсменів.

Взаємне збагачення, зближення окремих елементарних теорій спортивних ігор призводить до формування загальної теорії спортивних ігор шляхом глибокої інтеграції наукових знань.

Виявлення загальних положень і закономірностей теорії спортивних ігор має передбачати розв'язання низки задач, які входять наступні:

- класифікація спортивних ігор, визначення теорії спортивних ігор як складової загальної теорії спорту та системи підготовки спортсменів;
- формулювання структурних компонентів та уніфікованого термінологічного апарату теорії спортивних ігор;
- дослідження напрямів підготовки (загальна і спеціальна фізична, техніко-тактична, психологічна, інтегральна та ін).

В спортивних іграх з метою виявлення загального необхідні:

- дослідження змагального процесу в спортивних іграх з метою виявлення загального;
- дослідження системи управління в теорії і практиці спортивних ігор з метою виявлення спільного.

Вищесказане дозволяє сформулювати структурні компоненти дослідження теорії спортивних ігор як наукової дисципліни:

- мета дослідження теорії спортивних ігор – обґрунтування, узагальнення та уніфікація системи понять, термінів, засобів, методів і методик, структурних компонентів, аналітичного простору теорії спортивних ігор як наукової дисципліни;
- об'єкт дослідження теорії спортивних ігор – теоретико-методичні основи навчально-тренувальної та змагальної діяльності у спортивних іграх;
- предмет дослідження теорії спортивних ігор – приватні методики та шляхи вирішення проблем удосконалення навчально-тренувального та

змагального процесів.

Створення узагальненої термінології теорії спортивних ігор переслідує рішення завдань, що сприяють розробці єдиного понятійного апарату для опису закономірностей та інших спільних завдань, які об'єднують спортивні ігри як спільну галузь, об'єкт наукового дослідження, як один з провідних компонентів системи фізичного виховання, тренування та спортивної підготовки в цілому.

У свою чергу, першочерговим завданням термінології теорії спортивних ігор є інтеграція подібних за значенням понять в єдине уніфіковане для спортивних ігор загальне поняття. Це дозволить термінологічному апарату теорії спортивних ігор об'єктивно описувати як загальні і приватні закономірності спортивних ігор, так і загальну методичку побудови педагогічного процесу (навчання, виховання, спортивного тренування і змагального процесу). Це природним чином приведе до інтеграції наукового знання про спортивні ігри, дозволить переносити ефективні шляхи навчання і тренування, знайдені в області однієї гри, на інші спортивні ігри.

Уніфіковані поняття, що входять в термінологію теорії спортивних ігор, звичайно, не претендують на остаточність формулювань. Наступні терміни є спробою складання сукупності різних понять, які створені довільним узагальненням емпіричних спадщини в розвитку кожної гри в нашій країні і за кордоном, і деякою обмеженістю спеціальних теоретичних досліджень цього питання [**Ошибка! Источник ссылки не найден.**].

«Спортивна гра» - це засіб спортивного змагання, яке функціонує за певними правилами і має відповідний міжнародний статус.

Наведене визначення є, на наш погляд, адекватною і достатньою підставою для побудови загальної термінології теорії спортивних ігор.

Близьким, але не ідентичним терміну «спортивна гра», є термін «ігрова діяльність» (або «процес гри»). Ці терміни позначають процес, який реально здійснюється гравцями під час офіційних змагань, спортивних

тренувань (контрольні, двосторонні, навчальні ігри).

«Ігрова діяльність» (процес гри) – це система ігрових дій партнерів і протистоянь суперників, метою яких є досягнення якомога більшої кількості приватних виграшів, при якомога меншій кількості приватних програшів. «Ігрова діяльність» (процес гри) є узагальнюючим для термінів, що безпосередньо входять до його визначення.

«Суперник» - це гравець або група гравців (команда), що мають право участі в грі у відповідності з певними правилами змагань з метою протидії.

«Партнер» - це гравець або група гравців, які мають право участі у грі відповідно з певними правилами змагань зі спільною метою.

«Гравець» - це член команди, який вирішує ігрові завдання протягом конкретних змагань.

«Основний склад» - це частина гравців команди, які вирішують ігрові завдання протягом конкретних змагань.

«Предмет ігри» - це предмет, що слугує засобом досягнення об'єкта атаки.

На прикладі визначення цього поняття зрозуміло, що термінологія теорії спортивних ігор повинна оперувати найбільш загальними термінами, що включають в себе поняття про всіх можливих видах обумовленого предмета (м'яч, шайба, волан та ін).

Визначення предмета ігри призвело до появи нового терміну «об'єкт атаки».

«Об'єкт атаки» - це обмежена у відповідності з правилами гри ділянка простору, в якій суперники прагнуть направити предмет гри з метою досягнення приватного виграшу.

«Приватний виграш» - це затверджений арбітром факт досягнення предметом гри об'єкта атаки або помилкової дії одного з суперників з предметом гри.

«Місце гри» - це обмежена частина простору для гри, що включає два об'єкта атаки.

«Техніка гри» - це сукупність найбільш раціональних прийомів, відібраних багаторічним досвідом розвитку гри, з допомогою яких гравці здійснюють протиборство.

При цьому відповідно до загальної теорії діяльності [**Ошибка! Источник ссылки не найден.**] під прийомом мається на увазі проста операція, що складається з одного або декількох рухів. Термін «техніка» набуває конкретизацію в понятті «техніка прийому».

«Індивідуальна спортивна майстерність» гравця - це вміння спортсмена засобами техніки гри проводити змагальний поєдинок з суперником, випереджаючи і супроводжуючи виконання кожного ігрового прийому оптимальним тактичним рішенням.

«Техніка виконання прийому гри» - це найбільш раціональні зовнішні і внутрішні структури, які забезпечують оптимальні динамічні і кінематичні параметри рухів гравців, що становлять руховий компонент техніко-тактичної дії.

«Тактика гри» - це обрані, узагальнені і систематизовані принципи, методи та засоби ведення спортивного поєдинку в рамках правил змагань з метою досягнення і реалізації попередніх переваг над суперником.

«Стратегія гри» - це оптимально-орієнтований вибір генеральних принципів, форм, методів і засобів багаторічної підготовки і змагального процесу команди протягом тривалого терміну.

Дослідження генезису спортивних ігор, їх сутності як виду діяльності і як частини культури суспільства, різноманітність форм рухової діяльності, складність тактики, підвищена конфліктність взаємодії суперників - все це переконує в тому, що спортивним іграм притаманні унікальні риси, які виводять їх за межі традиційних уявлень про структуру та зміст процесу підготовки.

Спортивні ігри мають певну специфіку - ігрову, що підкреслює необхідність розробки особливої концепції підготовки гравців і команд.

В основі досягнення командою запланованого спортивного результату

лежить досягнутий у процесі підготовки рівень підготовленості до змагань. Традиційно вважається, що підготовлена команда, якщо її гравці знаходяться в стані спортивної форми. При цьому в поняття «спортивна форма» включається також необхідний рівень майстерності гравців, їх психічна готовність до змагань (стан «психологічної готовності»). Згідно з цими поглядами, спортивна форма досягається вибіркоvim і сполученим застосуванням засобів фізичної, технічної, тактичної, психологічної і теоретичної підготовки на основі системи управління навчально-тренувальним процесом.

Структура спортивної підготовленості команди вимагає уточнення, яке пов'язане з більш адекватним осмисленням ролі ігрової майстерності окремих гравців і команди в цілому та їх психічної готовності до змагань.

Поняття «спортивне майстерність» і реальні якості спортсменів, які включаються в її складові багато в чому емпірично, займають важливе місце в запропонованій концепції.

Класифікація видів спортивних ігор зазначає, що в командних спортивних іграх, спортивна майстерність виступає в двох якостях - як командна і індивідуальна. В індивідуальних спортивних іграх майстерність - індивідуальне. З цієї точки зору слід відзначити спортивну майстерність команди (рівень спортивної майстерності гравців, загальний рівень майстерності команди, конкурентоспроможність протягом чемпіонату або турніру).

В основі спортивної майстерності окремого гравця лежить його техніко-тактична майстерність, володіння всім різноманіттям прийомів гри, вміння з'єднувати і вибірково застосовувати ці прийоми при послідовному або паралельному виконанні відповідно до вимог ігрової ситуації. Однак конфліктний, варіативний характер спортивних ігор, невизначеність результату взаємодії суперників у кожен момент гри висуває ще одну вимогу до індивідуальної майстерності спортсмена. Виконання прийомів гри відповідно до вимог ігрової ситуації переростає з супутньою в

самостійну складну задачу, вирішення якої можливе лише за умови обрання гравцем оптимального тактичного рішення. Дане рішення завжди базується на багажі тактичних знань, умінь, навичок гравця і на його вмінні швидко і точно орієнтуватися в реальній ситуації гри, в умовах ліміту часу та інформації.

Майстерність команди не є сумою індивідуальної майстерності групи спортсменів або її окремих гравців. Зв'язок між рівнями індивідуальної майстерності кожного спортсмена і майстерності команди - не кількісна, а якісна, системна.

Ігрова майстерність команди - це нова якість, яка побудована на майстерних якості окремих гравців у процесі ігрової діяльності. Основними елементами, які її детермінують, є рівень індивідуальної спортивної майстерності окремих гравців і їх зіграність.

Зіграність залежить від рівня тактичної підготовленості гравців, ступеня розвитку в них спеціальних психічних процесів (мислення, уваги, оперативного оцінювання і аналізу ігрової ситуації, прийняття рішення та ін) і морально-вольових якостей.

Вищезазначене дозволяє констатувати, що командне майстерність - це системна взаємозв'язок рівнів індивідуальної спортивної майстерності та зіграності гравців у змагальному процесі.

На основі визначень командного та індивідуальної спортивної майстерності, можна перейти до формулювання головної теоретичної передумови пропонованої концепції. Її основи полягають в тому, що в спортивних іграх рівень індивідуальної і командної спортивної майстерності спортсменів у досягненні результатів має не менше значення, ніж рівень їх тренуваності. Підтвердженням цьому може служити значна кількість прикладів змагальної діяльності багатьох видатних спортсменів, при цьому головним аргументом є рівень їх індивідуальної спортивної майстерності протягом тривалого вікового періоду. Це передбачає більш низький рівень загальних і спеціальних можливостей і тренуваності гравців

старше 30 років, ніж рівень, який досяжний молодими спортсменами. Отже, у спортивних іграх, індивідуальна спортивна майстерність є особливим і взаємопов'язаним з рівнем тренуваності стан гравця.

На принципах загальноприйнятої термінології [**Ошибка! Источник ссылки не найден., Ошибка! Источник ссылки не найден., Ошибка! Источник ссылки не найден.**] зазвичай виділяють три види стану тренуваності спортсменів (перманентний, поточний і терміновий). Можна охарактеризувати індивідуальну спортивну майстерність як близьке до оптимального (або субоптимального) рівня спортивної форми, який досягається в процесі багаторічної спеціалізації у конкретному виді спортивних ігор.

Основною відмінною особливістю субоптимального рівня спортивної форми є тривале накопичення його ознак і велика стійкість у часі порівняно з будь-яким станом тренуваності, навіть досягнутим шляхом спеціалізованої підготовки [**Ошибка! Источник ссылки не найден., Ошибка! Источник ссылки не найден.**].

Основою ігрової майстерності як субоптимального рівня спортивної форми є закладені з народження професійні здібності та комплекс спеціальних психологічних знань, довгостроково фіксованих в оперативній пам'яті, різних професійних умінь і спеціалізованих психомоторних навичок. Ефект згасання цих знань, умінь і навичок незрівнянно нижче, ніж аналогічний ефект втрати необхідного рівня розвитку основних і спеціальних рухових якостей, а також загальної тренуваності організму висококваліфікованих спортсменів.

Ступінь досконалості виконання гравцем спеціальних рухів (приймів гри) - це найбільш складний і уразливий компонент індивідуального спортивної майстерності, який пов'язаний з погіршенням рухових можливостей гравця у віковому аспекті. Рухові можливості гравців співіснують у нерозривній єдності з координаційними здібностями і спритністю. Зниження рівня тренуваності певною мірою негативно

позначається на просторово-часових і силових параметрів виконання рухового навичку і призводить до певного погіршення технічної складової майстерності. Тактичний же компонент майстерності, очевидно, практично не схильний часу. Вищезазначене дозволяє констатувати, що спортивну майстерність команди - менш стійке становище, ніж індивідуальна майстерність окремого гравця, оскільки вона залежить від великої кількості факторів соціального, психологічного, педагогічного та інших напрямків. Рівень індивідуальної спортивної майстерності росте повільно і повільно зменшується, а командна спортивна майстерність характеризується іншими факторами. Якщо гравці, що входять до складу команди, що мають високу індивідуальну майстерність, майстерність команди може сформуватися досить швидко. При стабільності складу команди її спортивну майстерність протягом тривалого часу, також може бути досить стабільним. При цьому зазначимо, що процес зміни поколінь у команді, як правило, означає втрату рівня спортивної майстерності або її тимчасове зниження. Якщо рівень індивідуальної спортивної майстерності гравців неравнозначен або приблизно однаковий, але невисокий, то формування командного майстерності може продовжуватися тривалий час і досить довго зберігатися на належному рівні. Внаслідок цього, командна спортивна майстерність може мати ознаки як оперативного, поточного, а іноді, навіть і термінового стану.

1.2 Компоненти управління тренувальним і змагальним процесами в командних спортивних іграх.

На сучасному етапі розвитку командних спортивних ігор, складові тренувального процесу досягли близькомежевих значень: неможливо безмежно збільшувати кількість тренувальних днів і годин, кількість пройдених кілометрів, кілограми піднятої ваги і т. д. Тому необхідний пошук резервів зростання спортивних досягнень за рахунок якісного

поліпшення тренувального процесу. В цих умовах одним з найважливіших факторів управління процесом багаторічного тренування стає визначення напрямів його вдосконалення. В цьому випадку в якості системного аналізу використовується метод прогнозування спортивних досягнень і функціонального стану організму спортсменів **[Ошибка! Источник ссылки не найден., Ошибка! Источник ссылки не найден.]**.

У теорії спорту виділяють надтривале, довгострокове, середньострокове та короткострокове прогнозування. У дослідженнях, присвячених прогнозуванню спортивних результатів протягом змагального періоду в командних спортивних іграх, автори акцентують увагу на два види прогнозу: середньостроковий (від одного до декількох місяців) і короткостроковий (менш 1 місяця) **[Ошибка! Источник ссылки не найден., Ошибка! Источник ссылки не найден.]**, вказують, що точність прогнозів тим вище, чим коротше період, на який вони складаються.

Вихідною передумовою для прогнозування росту спортивної майстерності в командних спортивних іграх служать стан функціональних систем спортсмена і його морфологічні особливості. Кінцева мета можливих прогностичних модельних узагальнень знаходиться на рівні змагального процесу (прогнозований спортивний результат, рівень технічної, фізичної, тактичної, психологічної підготовленості), що впливає з самого єства системного підходу до оцінки результатів змагального процесу та рівня спортивної підготовленості **[Ошибка! Источник ссылки не найден.]**.

Основою прогнозування в родинних групах видів спорту, якими є командні спортивні ігри, є метод екстраполяції - поширення ознак, факторів, показників, отриманих у результаті дослідження однієї частини якого-небудь явища, на інші його частини **[Ошибка! Источник ссылки не найден.]**, пошук і аналіз сталих закономірностей, заснованих на тенденції розвитку об'єкта або явища. Екстраполяцію доцільно використовувати в комплексі з методами моделювання і експертних оцінок: використання

суб'єктивних оцінок з питань, що вивчаються на основі попередніх знань і досвіду висококваліфікованих фахівців-експертів [Ошибка! Источник ссылки не найден., Ошибка! Источник ссылки не найден., Ошибка! Источник ссылки не найден.]. У процесі проведення експертизи на достовірність отриманих результатів можуть впливати ряд характерних особливостей експертних методів:

- відсутність необхідності наявності статистичного матеріалу для здійснення прогнозу;
- базування на тенденції розвитку процесу;
- значна суб'єктивність одержуваних прогнозних оцінок;
- вплив компетентності експертів на результат прогнозу;
- відсутність гарантій високої точності прогнозу, оскільки останній, не ґрунтується на прямих експериментальних даних;
- труднощі проведення аналізу причин, що обумовлюють отриманий прогноз;
- відсутність можливості досліджувати внутрішню структуру системи при прогнозуванні.

Незважаючи на ряд недоліків, застосування методу експертних оцінок має високе значення в командних спортивних іграх в силу високої варіативності умов змагального процесу і складнощів стандартизації умов тестових завдань. Звертає на себе увагу останній фактор. Відсутність прогнозу пов'язаного з оцінкою внутрішніх параметрів навантаження може істотним чином нівелювати загальний прогноз. Це видається особливо важливим у процесі короткострокового і середньострокового прогнозування в змагальному періоді підготовки, коли мова йде безпосередньо про спортивному результаті.

В основі екстраполяції узагальнених характеристик підготовленості лежать дані, отримані в результаті систематизації модельних характеристик тренувального та змагального процесів в командних спортивних іграх [Ошибка! Источник ссылки не найден.].

Методологія побудови модельних характеристик найсильніших спортсменів почала розроблятися в середині 70-х роках ХХ століття із залученням фахівців різного профілю, що працюють в галузі спортивної науки [**Ошибка! Источник ссылки не найден., Ошибка! Источник ссылки не найден.**]. В даний час, систематизація модельних характеристик будується на основі загальних (спільних для груп видів спорту) характеристик і їх ієрархічного розподілу в «моделі спортсмена».

В командних спортивних іграх проведено значну кількість досліджень у цьому напрямку [**Ошибка! Источник ссылки не найден., Ошибка! Источник ссылки не найден., Ошибка! Источник ссылки не найден.**]. Їх автори розглядають моделі кваліфікованих спортсменів відповідних ігрових спеціалізацій як необхідний компонент управління в змагальному та навчально-тренувальному процесах.

Провідним фактором, що визначає структуру і зміст процесу підготовки на кожному етапі спортивного вдосконалення, є модельні характеристики змагальної діяльності, з досягненням яких пов'язаний вихід спортсмена на рівень заданого спортивного результату [**Ошибка! Источник ссылки не найден., Ошибка! Источник ссылки не найден., Ошибка! Источник ссылки не найден.**]. Наприклад, в роботі [**Ошибка! Источник ссылки не найден.**], на прикладі результатів виступу жіночої збірної команди СРСР на найбільших міжнародних змаганнях показано взаємозв'язок досягнення показників змагальної діяльності модельного рівня і підсумкового результату виступу команди в тому чи іншому турнірі. За підсумками дослідження, виконаного на матеріалі баскетболу, були виділені параметри, що характеризують особливості змагального процесу гравців різних амплуа, що відображають внесок баскетболісток у досягнення загальнокомандного результату. Досягнення спортсменами показників змагальної діяльності модельного рівня робить можливим високий спортивний результат команди. Автори також звертають увагу на деяку умовність диференціації моделей, відзначаючи тенденції до

зменшення специфічних відмінностей між показниками техніко-тактичної діяльності гравців окремих амплуа в сучасному баскетболі.

У дослідженні, спираючись на результати факторного аналізу змагальної діяльності кваліфікованих гандболістів у нападі та захисті виділені провідні чинники досягнення перемоги в гандболі («результативна активність», «перехід від атаки до захисту», «активність», «успішність єдиноборства» та ін). Ці показники розглядалися як вузлові компоненти змагального процесу, а показники, які мали достовірні кореляційні зв'язки були включені автором у змагальну модель. Крім того, в дисертаційному дослідженні [**Ошибка! Источник ссылки не найден.**], розроблені і обґрунтовані модельні характеристики змагальної діяльності гандболістів високої кваліфікації з урахуванням ігрового амплуа. Для зручності використання при оцінці, а також в зв'язку з тим, що спортсмени проводять на майданчику не тільки різний час, але й різна кількість ігор, в модельних характеристиках наведено не абсолютні значення кожного виділеного параметра, а відносні, при грі в нападі або обороні.

Необхідно відзначити, що, для орієнтації і корекції тренувального процесу юних, а також дорослих, але недостатньо кваліфікованих спортсменів, особливо висока ефективність використання узагальнених і групових моделей змагальної діяльності. Для спортсменів високого класу, що мають яскраво виражені індивідуальні риси, свій стиль і манеру ведення гри, часто використовується переважна орієнтація не стільки на узагальнені модельні дані, скільки на розвиток індивідуальних показників, що супроводжується, у разі необхідності, усунення існуючих диспропорцій в різних сторонах підготовки. У зв'язку з цим, на етапі вищої спортивної майстерності, при підготовці спортсменів високої кваліфікації особливо актуальною є розробка індивідуальних модельних характеристик змагальної діяльності. До досліджень, які спрямовані на вирішення цих завдань, у командних спортивних іграх відноситься, зокрема, робота [**Ошибка! Источник ссылки не найден.**], виконана на матеріалі баскетболу.

Виявлення резервів досягнення планованих показників змагального процесу, визначення основних напрямів підвищення рівня спортивної підготовленості, встановлення оптимального рівня співвідношення її різних сторін сприяють моделі підготовленості. Ця група характеристик об'єднує два типи моделей **[Ошибка! Источник ссылки не найден.]**:

1) моделі, які сприяють вибору загальної стратегії процесу підготовки, що визначаються специфікою становлення спортивної майстерності в командних спортивних іграх;

2) моделі, які орієнтують на досягнення заданого рівня різних сторін підготовленості за рахунок визначення загального напрямку спортивного вдосконалення у відповідності зі значимістю різних характеристик для досягнення високих спортивних показників в обраному виді спортивних ігор.

Останні найбільш численні. До них відносять моделі підготовленості, що відповідають вимогам для включення спортсменів у збірні команди того чи іншого рівня, для перемоги над конкретним суперником, в конкретній грі або серії ігор **[Ошибка! Источник ссылки не найден.]**. У дослідженні розроблені модельні характеристики висококваліфікованих баскетболісток. Автор пов'язує можливість реалізації запланованого результату змагальної діяльності з необхідністю досягнення заданих параметрів підготовленості. В роботах **[Ошибка! Источник ссылки не найден., Ошибка! Источник ссылки не найден.]** на основі аналізу підготовленості найсильніших футболістів розроблені узагальнені моделі спеціальної фізичної підготовленості футболістів, які відповідають вимогам для включення в команду високої кваліфікації.

Показники, що входять до складу морфофункціональних моделей (або моделей спортивних можливостей), характеризують морфологічні особливості і функціональні можливості організму спортсмена **[Ошибка! Источник ссылки не найден.]**. Результати ряду досліджень свідчать, що в командних спортивних іграх ще немає чіткої спрямованої залежності між

антропометричними показниками спортсменів і демонстрованою спортивним результатом. Однак, специфіка правил ведення спортивної боротьби, розв'язуваних тактичних завдань, особливостей виконання основних технічних прийомів така, що недостатній рівень прояву морфометричних показників у ряді випадків є фактором, що лімітує досягнення високої спортивної майстерності. Досвід показує, що практично у всіх командних спортивних іграх (і в чоловічих, і в жіночих командах) певну перевагу отримують високорослі гравці. Більшість авторів відзначають, також, важливість урахування в цій групі видів спорту таких морфологічних показників, як весоростової індекс, розмах рук, склад ваги тіла (вага м'язової і жирової тканини) **[Ошибка! Источник ссылки не найден., Ошибка! Источник ссылки не найден.]**. Надійним і досить обґрунтованим орієнтиром у цьому відношенні можуть служити дані про антропометричних характеристик спортсменок і спортсменів, що входять найсильніші національні збірні команди світу. У більш тісному зв'язку з демонструються показниками змагальної діяльності (ефективністю і активністю) знаходяться параметри функціональної підготовленості спортсменів, що характеризують діяльність аналізаторів (рухового, вестибулярного, зорового, слухового), серцево-судинної та дихальних систем, що зумовлено самою специфікою ігрового процесу **[Ошибка! Источник ссылки не найден., Ошибка! Источник ссылки не найден.]**.

Звертає на себе увагу те, що, в більшості досліджень, говорячи про модельних характеристик, детермінуючих роботу функціональних систем, автори приділяють увагу переважно дослідженням показників фізичної працездатності, незважаючи на беззаперечність твердження про те, що психологічні показники мають особливе значення для командних спортивних ігор. Те ж саме відноситься і до особистісних особливостей представників командних спортивних ігор. Експериментальних робіт, в яких не тільки виявляється рівень цих показників у висококваліфікованих спортсменів, але і кількісно характеризується їх взаємозв'язок з

показниками ігрової ефективності, явно недостатньо [**Ошибка! Источник ссылки не найден.**].

В інших випадках орієнтиром, в основному, служать дані окремих наукових і науково-методичних публікацій про рівні тих чи інших особистісних і психофізіологічних показників спортсменів-гравців високого класу [**Ошибка! Источник ссылки не найден.**].

Отримання об'єктивної, своєчасної інформації про рівень спортивної підготовленості пов'язане з вибором адекватної системи контролю.

Враховуючи складну структуру спортивної підготовленості у командних ігрових видах спорту, фахівці пропонують комплексний підхід до оцінки підготовленості спортсменів, розуміючи під цим необхідність всебічного вивчення особистості та організму спортсмена з педагогічних, психологічних і медико-біологічних позицій [**Ошибка! Источник ссылки не найден., Ошибка! Источник ссылки не найден.**].

Аналіз спеціальної літератури показав, що під комплексним у спортивній науці традиційно розуміється контроль різних сторін підготовленості спортсменів у їх взаємозв'язку на основі застосування сукупності інформативних уніфікованих параметрів і методів [**Ошибка! Источник ссылки не найден.**], а система комплексного контролю в спорті є сукупністю впорядкованих, взаємопов'язаних і взаємодіючих підсистем педагогічного, медико-біологічного, біомеханічного, психологічного контролю, підсистем метрологічного забезпечення вимірювань, створення (моделювання) тестових завдань навантажень на спортсмена і автоматизованої математичної обробки отриманих результатів, з'єднаних загальною метою - об'єктивною оцінкою підготовленості спортсмена на різних етапах підготовки [**Ошибка! Источник ссылки не найден.**]. У той же час за допомогою системи комплексного контролю аналізується і оцінюється виконання програми підготовки спортсменів на різних етапах, виділяються можливі дисбаланси між модельним і реально досягнутим рівнем, на підставі чого вносяться необхідні корективи в програми, методи,

засоби підготовки.

Автори досліджень **[Ошибка! Источник ссылки не найден.]** відзначають, що процедура комплексної оцінки спортивної підготовленості має складний характер і є послідовністю певних операцій. До основним етапам автор відносить: 1) визначення мети проведення кількісної та якісної оцінки; 2) вибір показників і методів їх визначення; 3) складання ієрархічної структури показників рівня спортивної підготовленості; 4) визначення одиничних (елементарних) показників; 5) трансформація показників до єдиної метричної шкали; 6) обчислення комплексу оцінок; 7) висновок про рівень спортивної підготовленості.

Разом з тим у теорії спорту чітко виділені цільові установки та критерії оперативного поточного і етапного контролю **[Ошибка! Источник ссылки не найден.]**. Узагальнені вимоги, представлені вище, мають відношення до етапного контролю, де необхідна оцінка інтегральних компонентів підготовленості, при збереженні послідовності дій, що забезпечують достовірність отриманих результатів. Добре відомо, що забезпеченням якісного етапного обстеження спортсменів є строго детерміновані умови проведення тестування. Вони включають поглиблене медичне обстеження, комплексну функціональну діагностику, педагогічне тестування спеціальної витривалості. При цьому ключовою вимогою є стійкий функціональний стан організму спортсменів, високий рівень відновлення (надвідновлення) його функцій. Очевидно, що все це вимагає застосування особливих умов передбачають спеціальний відносно тривалий період спортивної підготовки (контрольно-підготовчий мікроцикл), який у змагальному мікроциклі застосувати надзвичайно складно.

У змагальному періоді, як правило, домінують засоби оперативного і поточного контролю. Засобами і методами оперативного і поточного контролю реєструють показники реакції організму на навантаження, динаміку процесів стомлення і відновлення. Автори сходяться на думці, що основною проблемою в цей період є збільшення спеціалізованої

спрямованості засобів стимуляції відновних реакцій і працездатності спортсменів, в умовах активно чергується змагальної діяльності. Значення контролю в таких умовах важко переоцінити, в силу того, що на його підставі оцінюється ключова здатність організму спортсменів до ефективної адаптації в змагальному періоді - його здатність швидко, адекватно і в повній мірі (реактивно) реагувати на навантаження, які чергуються **[Ошибка! Источник ссылки не найден.; Ошибка! Источник ссылки не найден.; Ошибка! Источник ссылки не найден.]**.

У цьому випадку вирішальне значення набуває підхід, в основі якого лежить комплексний показник реакції організму на навантаження в тренувальному занятті і змагальному процесі. Очевидно, реалізація такого підходу може бути заснована на виборі інформативних і одночасно доступних для вимірювання в природних умовах спортивної підготовки показників і методів їх реєстрації. Комплекс цих показників включає показники навантаження. У спортивному контролі присутні такого роду приклади. Разом з тим їх застосування орієнтоване на конкретних спортсменів і на конкретні умови підготовки. Як правило, їх складно інтерпретувати для інших видів спорту, особливо для командних спортивних ігор, які вимагають обліку командних, групових і індивідуальних особливостей функціональних можливостей спортсменів, складної структури змагальної діяльності, відмінностей ігрового амплуа і ін. компонентів спеціальної підготовленості спортсменів.

1.3 Особливості вдосконалення техніко-тактичної майстерності в командних спортивних іграх (на матеріалі футболу)

Удосконалення технології підготовки спортсменів високого класу засноване на формуванні комплексної системи, в основі якої лежить цілісність цієї системи і певний алгоритм дій, що забезпечує взаємодію компонентів системи і синхронізацію факторів вдосконалення, як її окремих компонентів, так і всієї системи в цілому.

Техніко-тактична майстерність спортсменів у командних спортивних іграх розглядається як цілісна система, що інтегрує всі види підготовленості спортсменів. Вдосконалення цієї системи-багатофакторний процес, який вимагає виділення основних компонентів, поліпшення функціонування яких забезпечить вдосконалення всієї системи і вплине на підвищення спортивного результату.

У зв'язку з цим, аналіз системи спортивної підготовки в командних спортивних іграх вимагає розгляду як узагальнюючого підходу, який дозволить виділити основні компоненти, що впливають на спортивний результат, так і структурних елементів, на які спрямований спеціальний аналіз і вироблені підходи до їх модифікації стосовно до мети вдосконалення техніко-тактичної майстерності кваліфікованих спортсменів.

Систематизація даних спеціальної літератури дозволило виділити чинники, які в сукупності формують умови для вдосконалення процесу спортивної підготовки і поліпшення рівня підготовленості футболістів **[Ошибка! Источник ссылки не найден.]**.

Чинники вдосконалення системи підготовки футболістів високого класу (узагальнені дані):

- високий інтелектуальний рівень, що забезпечує реалізацію тактичних умінь і ефективність дій в умовах значного обсягу змагальної роботи і дефіциту часу для прийняття оптимального тактичного рішення;

- антропометричні дані, де основним ефективним критерієм, є довжина тіла: середній зріст: 170-185 см (на підставі даних офіційної статистики чемпіонату світу 2002 року);

- рівень розвитку функцій забезпечують здатність організму до компенсації стомлення і ефективного відновленню (максимальне споживання кисню (МПК): усі гравці - 60-65 мл*хв-1*кг-1; захисники - 56-60 мл*хв-1*кг-1; півзахисники - 63-67 мл*хв-1*кг-1; нападники - 57-61 мл*хв-1*кг-1);

- фізичні кондиції футболістів, де домінуючим є здатність спортсменів виконувати руху з високою швидкістю протягом ігрового поєдинку;

- широкий діапазон рухових навичок, що забезпечують варіативність використання спеціального рухового потенціалу.

На підставі аналізу факторів спортивної майстерності більш детально проаналізовані компоненти підготовленості футболістів і визначені ключові напрямки педагогічного аналізу сторін підготовки, удосконалення яких забезпечить вдосконалення всієї системи. Значна кількість даних, обсяг дослідницької роботи в напрямку систематизації елементів спеціальної підготовленості дозволив визначити ті компоненти, які сформували структуру (модель) підготовленості, і, як наслідок, вказали напрями вдосконалення підготовки сучасних футболістів. При цьому, більшість авторів сходяться на думці, що ключовим (центральним) компонентом цього процесу є система засобів і методів спортивної підготовки, які збільшують здатність спортсменів до реалізації накопиченого потенціалу в процесі гри.

Одночасно виділяються два чинники, які збільшують здібності спортсменів до вдосконалення цього компонента **[Ошибка! Источник ссылки не найден.]**.

Перший фактор – це алгоритм, комплекс послідовних дій у процесі тренувальної роботи. У теорії спорту ці дії інтегровані в понятті «компонент забезпечення змагальної діяльності». Він включає комплекс перетворень

функціонального характеру, що впливають на збільшення функціональних можливостей, які лежать в основі спеціальної витривалості спортсменів.

Другий фактор – це спрямовані дії спортсменів, що забезпечують реалізацію накопиченого майстерності в процесі самої гри. У теорії спорту комплекс факторів, що забезпечують ефективність змагального процесу інтегрується в понятті «компонент реалізації змагальної діяльності». Він включає рівень розвитку спеціальних рухових якостей, вміння реалізувати накопичений потенціал у варіативних умовах змагального процесу.

Стає очевидною необхідність виділення ключового компонента підготовленості, що визначає спрямованість підготовки в змагальному періоді. В його основі лежать критерії ефективності навантаження, які в рівній мірі детермінують якісні і кількісні показники, що характеризують взаємодію компонентів забезпечення і реалізації змагальної діяльності. Це дає можливість впливати на процес спортивної підготовки з урахуванням спрямованого розвитку здібностей до реалізації потенціалу у самій грі **[Ошибка! Источник ссылки не найден.]**.

Спеціальна підготовленість, в основі якої лежить здатність спортсменів до реалізації накопиченого потенціалу є заключною ланкою в ланцюгу взаємопов'язаних компонентів системи підготовки, передбачає наявність сформованих критеріїв ефективності та взаємозв'язку з системоутворюючим фактором спортивної підготовки – спортивним результатом. В командних спортивних іграх критерієм здатності до ефективної реалізації наявного потенціалу є високий рівень техніко-тактичної майстерності.

Сучасні тенденції розвитку командних спортивних ігор такі, що саме рівень розвитку техніко-тактичної майстерності висуває вимоги до цілого ряду сторін підготовленості і прямо пов'язаний зі спортивним результатом. Здатність до реалізації техніко-тактичних вмінь, стосовно до сучасних вимог диктує необхідність спрямованого удосконалення ряду компонентів підготовки і досягнення необхідного рівня технічної, тактичної, фізичної,

функціональної підготовленості. У зв'язку з цим необхідний аналіз даних компонентів і визначення ступеня їх значущості для техніко-тактичної майстерності і досягнення спортивного результату.

Характер взаємозв'язку компонентів моделі спеціальної підготовленості дозволяє зробити висновки про наявність трьох напрямків техніко-тактичного удосконалення футболістів. Організаційний рівень вдосконалення залежить від педагогічної майстерності тренерського складу. До складу педагогічної майстерності тренера входить високий інтелектуальний рівень, організаторські вміння і комунікативні якості. За умови реалізації цих якостей в колективі будуть створені умови для впровадження методичних принципів вдосконалення системи спортивної підготовки, і, зокрема, техніко-тактичної підготовки.

При об'єктивній значущості першого і другого рівня вдосконалення процесу підготовки очевидний їх виражений специфічний характер. Розвиток цих компонентів процесу спортивної підготовки вимагає реалізації спеціальних підходів, наявності спеціальної наукової та методичної бази, залучення фахівців суміжних наук. Тому основні аспекти робіт орієнтовані на вивчення методичних факторів вдосконалення техніко-тактичної майстерності, де головним критерієм ефективності є активність і надійність ТТД в грі.

Активність і надійність дій в сучасному футболі має певні кількісні та якісні характеристики [**Ошибка! Источник ссылки не найден.**].

Активність конкретного гравця може бути визначена за модельним параметрам (за обсягом та інтенсивністю) змагальної діяльності:

- кількість матчів - 60-70 для гравців міжнародного рівня (клуб, збірна, товариські матчі), 50-60 матчів для гравців міжнародного рівня молодіжного віку (16-20 років), 35-40 матчів для гравців юнацького віку, які в перспективі можуть стати гравцями високого рівня;

- середня тривалість матчів (з доданим часом) - 93-98 хвилин, фактичний час гри (коли м'яч у грі) - 60 хвилин і більше (порівняно з 1990

роком збільшилося на 15 хвилин);

- відстань, яку гравець долає за матч - 10-13 км, центральні захисники - 8-10 км, захисники і флангові півзахисники - 9-12 км, півзахисники - 11-13 км, нападники - 9-10 км;

- інтенсивність рухових дій під час гри: повільний біг або ходьба по полю - 5-6 км (інтенсивність: 60-70% від максимальної ЧСС), біг від помірного до швидкого (інтенсивність: 80-90% від максимальної ЧСС) - 2,5-3,5 км, біг в зоні аеробно-анаеробного переходу (інтенсивність: 90-100% від максимальної ЧСС) - 1,5-2,5 км, прискорення (50-70 прискорень) - 600-1200 м, біг спиною вперед 300-400 м, індивідуальні дії - 100-150, стрибки - 15-30, єдиноборства 30-50, тривалість паузи між інтенсивними діями - 15-30 секунд, контакти з м'ячем 30-70 разів і більше (в залежності від амплуа).

Ефективним критерієм надійності дій в умовах гри виступає % успішних і шлюб техніко-тактичних дій (ТТД) гравця конкретного амплуа в змагальному процесі. Модельні показники % успішних і помилок при виконанні ТТД представлені нижче [473]:

- фланговий захисник - 80-95% ТТД, помилки 18-20%;
- центральний захисник - 70-90% ТТД, помилки 14-16%;
- фланговий півзахисник - 80-95% ТТД, помилки 20-22%;
- центральний півзахисник - 85-95% ТТД, помилки 20-25%;
- нападник - 60-80 ТТД, помилки 25-30%.

Сукупний вплив компонентів техніко-тактичної майстерності, які забезпечують реалізацію сучасних принципів організації гри, до яких відносять **[Ошибка! Источник ссылки не найден., Ошибка! Источник ссылки не найден.]**:

- швидкий перехід від оборони до атаки і навпаки;
- створення чисельної переваги, як у захисті, так і в атаці;
- висока ігрова активність всіх гравців;
- висока швидкість ігрових пересувань;
- раціональне використання технічних прийомів;

- висока ступінь універсализації гравців;
- розширення зон дії гравців;
- прояв високої психологічної стійкості;

Очевидно, що виконання зазначених вимог до реалізації сучасних принципів організації гри з урахуванням активності та надійності дій спортсменів вимагає наявності певних фізичних кондицій, технічної майстерності та тактичної підготовки.

Для процесу вдосконалення техніко-тактичної майстерності фізичні кондиції футболістів повинні бути розглянуті з точки зору формування динамічної структури функціональної підготовленості, варіативності навичок і умінь основних техніко-тактичних дій. Це пов'язано з необхідністю переважного залучення різних функціональних систем в рухові дії в залежності від вирішення тактичних завдань і ситуацій ігрової діяльності. Наприклад, збільшення впливу силового компонента потужності руху при активному пресингу або домінування швидкісного компоненту роботи в умовах швидких контратакуючих дій. На необхідність реалізації такого підходу вказують узагальнені дані літератури та дані, представлені FIFA.

Сучасні уявлення про фізичні кондиції спортсменів припускають облік спеціалізованих проявів витривалості і механізмів енергозабезпечення спеціальної працездатності. Реалізація такого підходу потребує спрямованого розгляду сторін функціональних можливостей, які лежать в основі фізичних кондицій футболістів. Узагальнені дані літератури дозволяють дати кількісну характеристику фізичним кондиціям і висувають загальні вимоги до функціональної підготовленості футболістів, необхідні для успішного вирішення завдань тренувального та змагального процесів[**Ошибка! Источник ссылки не найден., Ошибка! Источник ссылки не найден.**].

Таблиця 1.1.

Вимоги до фізичної підготовленості футболістів

Компоненти фізичної підготовленості	Тестове завдання	Результат
Стартова швидкість	біг 15 м з місця	2,30 сек. і менше
	біг 30 м з місця	4,0 сек. і менше
Дистанційна швидкість	біг 15 м з розбігу	1,70 сек. і менше
Швидкісно-силові якості	п'ятикратний стрибок у довжину	14,50 і більше
Швидкісна витривалість	біг 7 по 50 м	60,0 сек. і менше
Загальна витривалість	тест Купера	3 500 м і більше

Взаємозв'язок фізичних кондицій і технічного майстерності футболістів виразно простежується у процесі аналізу структури спеціалізованих технічних умінь і сформованих на їх основі здібностей до техніко-тактичного удосконалення.

Це пов'язано зі складною структурою змагального процесу в командних спортивних іграх, високою інтенсивністю і варіативністю змагальної боротьби, наявністю значної кількості елементів технічних і тактичних дій, що потребують не тільки високих техніко-тактичних вмінь, але і оптимального рівня розвитку функціональних механізмів, що забезпечують ефективність цих процесів.

Очевидно, що формування цієї структури залежить від оптимізації її компонентів, які в свою чергу мають структуру і, як наслідок, припускають аналіз і удосконалення кожного елемента.

Очевидним недоліком представленого підходу до оцінки системи техніко-тактичного удосконалення є відсутність критеріїв, що визначають ефективність змагальної боротьби в умовах перехідних ігрових ситуацій зокрема при переході від оборони до атаки або навпаки. При вираженості та значущості таких процесів під час гри конкретних критеріїв ефективності з точки зору структурної оцінки показано не було. Необхідність вироблення таких критеріїв очевидна. Вона диктується необхідністю вдосконалення тактичних умінь стосовно до мінливих умов змагальної боротьби. Тим не менш, проведений аналіз факторів, що впливають на процес вдосконалення техніко-тактичної майстерності передбачає виконання спеціальних умов. Ці умови взаємопов'язані, мають певну ієрархію і алгоритм дій, що забезпечує виконання цих умов.

Системні принципи спортивної підготовки спортсменів в олімпійському і професійному спорті передбачають виділення двох стратегічних напрямів у процесі формування техніко-тактичної майстерності як інтегруючого фактора види підготовленості і прямо впливає на спортивний результат. Перший напрямок це формування базових засад техніко-тактичної майстерності. Воно реалізується у процесі виконання завдань етапів багаторічної підготовки, що передбачають послідовне вдосконалення її видів, в тому числі технічної та тактичної підготовленості та збільшення на цій техніко-тактичної майстерності спортсменів. Це відноситься до процесу підготовки на початкових етапах багаторічного вдосконалення, в більшій мірі на етапі спеціалізованої базової підготовки. Це дозволяє забезпечити базові умови ефективної техніко-тактичної підготовки і націлити спортсменів на вирішення найбільш складних завдань на наступних етапах багаторічного вдосконалення, коли цільові установки спортивної підготовки детерміновані напруженістю змагального процесу спортсменів. Сформований фундамент технічної, тактичної, фізичної та ін. видів підготовленості дозволить інтегрувати, модернізувати і інтенсифікувати тренувальний процес з урахуванням цільових установок спортивної підготовки.

1.4 Управління техніко-тактичною діяльністю в командних спортивних іграх у змагальній практиці

Суттю проблеми, і це значно збільшує складність її вирішення, є те, що вдосконалення техніко-тактичних дій (ТТД) спортсменів у командних спортивних іграх передбачає облік високоспеціалізованих компонентів ігрової діяльності гравців, які визначають можливості досягнення перемоги в конкретному матчі. Добре відомо, що висока специфічність ТТД в ігрових видах спорту проявляється при якісній оцінці дій гравців різного амплуа на

майданчику. Також добре відомо, що ефективність ігрової діяльності у командних спортивних іграх пов'язана з інтеграцією високих спеціальних умінь гравців конкретного амплуа і ефективністю ТТД всієї команди. Системний принцип організації такої взаємодії проявляється в тому, що вдосконалення одного компонента ігрової діяльності веде до збільшення ефективності усього змагального процесу. Можливість та необхідність реалізації такого принципу в командних спортивних іграх чітко показали дослідження, проведені автором на матеріалі командних спортивних ігор **[Ошибка! Источник ссылки не найден., Ошибка! Источник ссылки не найден., Ошибка! Источник ссылки не найден.]**.

В таблиці 1.2. показано загальну кількість кидків і результативних кидків в різних компонентах атакуючих дій в іграх команд на XVII чемпіонаті світу з гандболу.

Представлені дані характеризують відмінності співвідношень загальних і ефективних дій гравців у різних атакуючих діях. Чітко видно, що розходження в ефективності ігрових дій в атаці багато в чому визначають необхідність цільової корекції тих або інших її компонентів. Очевидно, що такі відмінності з компонентів ігрової діяльності гравців кожного амплуа присутні в кожному вигляді командних спортивних ігор. Більш того, в деяких видах спортивних ігор (наприклад, у футболі), гравці певного амплуа можуть мати значні відмінності, зумовлені індивідуальними особливостями і тактичними побудовами. Ці дані підтверджені в дослідженнях автора, а також інших ігрових видів спорту **[Ошибка! Источник ссылки не найден., Ошибка! Источник ссылки не найден.]**.

Таким чином, можна зробити висновок, що оцінка ТТД спортсменів в ігрових видах спорту повинна враховувати не лише загальний набір і кількісні параметри ТТД, але і дві важливі ключові складові такого аналізу.

Перша складова – час, проведений гравцем на майданчику. Цей показник має принципове значення для ігрових видів спорту, де відсутній ліміт на проведення заміни під час гри. Друга складова – ефективність

варіативних дій спортсменів одного амплуа.

Загальна кількість кидків і результативних кидків в різних
компонентах атакуючих дій в іграх жіночих збірних команд на XVII
чемпіонаті світу з гандболу, n = 10

Місце, команда	Кидки, кількість	Результативні кидки, кількість	Результативні кидки, %
Позиційний напад – атака з центральної зони з 6-метрової лінії			
1, Росія	112	75	67
2, Румунія	91	60	67
3, Угорщина	71	53	74
10, Україна	83	51	61
Позиційний напад – атака з кутових зон			
1, Росія	43	27	62
2, Румунія	58	27	47
3, Угорщина	87	43	50
10, Україна	73	39	54
Позиційний напад – атака з 8-10 м			
1, Росія	207	94	46
2, Румунія	222	87	40
3, Угорщина	236	115	49
10, Україна	143	54	37
Швидкий перехід від оборони до атаки			
1, Росія	145	103	71
2, Румунія	142	111	78
3, Угорщина	107	85	80
10, Україна	75	59	79
7-метрові штрафні кидки			
1, Росія	35	29	83
2, Румунія	37	37	75
3, Угорщина	32	32	62
10, Україна	39	39	77

Примітка. n - кількість зіграних матчів

Аналіз ігрових дій, як правило, не враховує ці складові у системі інтегрованої оцінки ТТД команди. Необхідність вдосконалення такого підходу очевидна. Це дозволить визначити продуктивність гравця в грі з урахуванням його впливу на кінцевий результат і, що особливо важливо, сформувати спрямованість тренувального процесу з урахуванням корекції

індивідуальних та командних дій в обороні, атаці і інших компонентах гри.

Очевидно, і це підкреслено в спеціальній науковій і методичній літературі, а також підтверджено практикою, забезпечують перемогу спортсмени, які найбільш тривалий час мають високу продуктивність ігрової діяльності. Пошук таких спортсменів, і саме головне, забезпечення їх рівня підготовленості в цілому і конкретній грі є однією з найбільш важливих завдань спортивної підготовки. Очевидно, що наявність команди (стартового складу) відповідної таким стандартам може бути забезпечено вкрай рідко. Це вимагає наявності системи високоефективних організаційних (забезпечення команди висококваліфікованими гравцями) і методичних (спеціальна підготовка гравців і їх організація в процесі гри) заходів. Розуміння необхідності реалізації такого підходу формує цільові установки спеціального аналізу, який дозволить виробити ті критерії техніко-тактичної майстерності, які забезпечать високоспеціалізовану спрямованість тренувального процесу.

Управління техніко-тактичною діяльністю кваліфікованих спортсменів у командних спортивних іграх піддається змінам і корекції в зв'язку з особливостями змагального процесу, підвищенням конкуренції на рівні клубних та національних збірних команд. Аналіз стану проблем управління змагальним процесом та підготовкою спортсменів у командних спортивних іграх показує її обумовленість техніко-тактичними діями у змагальній практиці і тренувальному процесі. Розробка проблем управління техніко-тактичною діяльністю кваліфікованих спортсменів у командних спортивних іграх також обумовлена розвитком комерційної діяльності: залученням на стадіони значної кількості уболівальників, продажем прав на телевізійні трансляції найбільших змагань, клубну атрибутику, купівлею-продажем провідних клубів та спортсменів та ін. Вищезазначене дозволяє констатувати, що командні спортивні ігри перетворюються в потужну спортивну індустрію, яка збирає десятки тисяч вболівальників на стадіонах і багатомільйонні аудиторії телеглядачів, що, в свою чергу, значно збільшує

спортивну конкуренцію і видовищність змагань.

На основі аналізу літературних джерел виявлено:

теорія спортивних ігор у процесі формування – уточнюються її класифікація та ареал наукового знання, формулюється і уточнено термінологічний апарат, уточнюються структурні компоненти теорії спортивних ігор як наукової дисципліни - складової частини загальної теорії спорту.

Індивідуальна майстерність в командних спортивних іграх є особливим і взаємопов'язаним з рівнем підготовленості, станом гравця. Командне майстерність не є простою арифметичною сумою індивідуальної майстерності гравців, які складають команду.

Техніко-тактична діяльність в спортивних іграх є провідним компонентом змагального і тренувального процесів.

Теоретико-методичні основи системи управління техніко-тактичною діяльністю в спортивних іграх недостатньо досліджені у сучасній науковій літературі, недостатньо використовуються науково-технічні можливості і програмне комп'ютерне забезпечення.

Можливим шляхом вирішення проблеми є подальше формування і розвиток теорії спортивних ігор як галузі олімпійського і професійного спорту, вивчення основ системи управління техніко-тактичною діяльністю як провідного компонента змагального процесу і підготовки спортсменів, удосконалення методик оцінки та прогнозування рівня спортивної майстерності, аналізу, контролю та корекції показників техніко-тактичної діяльності.

2 ЗАВДАННЯ, МЕТОДИ І ОРГАНІЗАЦІЯ ДОСЛІДЖЕННЯ

2.1 Завдання досліджень

Метою роботи стало дослідження особливостей підвищення ефективності техніко-тактичних дій кваліфікованих футболістів.

У зв'язку із поставленою метою нами були сформульовані наступні завдання дослідження:

1. Провести аналіз наявної науково-методичної літератури з питань проблеми підвищення ефективності техніко-тактичних дій в системі управління змагальною діяльністю кваліфікованих футболістів.

2. Провести дослідження параметрів техніко-тактичної діяльності кваліфікованих футболістів у контрольній та експериментальній іграх.

3. Визначити ефективність програми техніко-тактичної підготовки з урахуванням інтегрованого впливу навантаження на організм футболістів.

2.2 Методи досліджень

Для вирішення поставленої мети і завдань дослідження нами використовувалися наступні методи дослідження:

1. Аналіз літературних джерел.
2. Природний експеримент.
3. Приватні методики.
4. Математичної статистики

Аналіз спеціальної літератури був орієнтований на зміст сучасних підходів до застосування і вдосконалення засобів, спрямованих на стимуляцію працездатності та відновлення спортсменів з урахуванням внутрішніх параметрів навантаження та вимог техніко-тактичної підготовленості спортсменів.

Дослідження параметрів техніко-тактичної діяльності здійснювалися з використанням відеозапису, диктофонного запису і хронометражу з подальшою обробкою даних і визначенням командних, групових та індивідуальних показників. Визначали кількість таких компонентів ТТД: перешкоди, перехоплення, відбір, єдиноборства вгорі, підбір, короткі, середні передачі, довгі передачі, гострі передачі, передачі назад, обведення, атака з флангу, удари по воротах.

Обробка показників техніко-тактичної діяльності кваліфікованих спортсменів у командних спортивних іграх здійснювалася за допомогою інтегрованих статистичних і графічних пакетів MS Excel-7, Statistica-7.0.

2.3 Організація дослідження

Дослідження було проведено на етапі безпосередньої підготовки до офіційних змагань - чемпіонату України з футболу (Прем'єр-ліга) сезону 2018-2019 рр. (молодіжні склади).

Експериментальна програма, запропонована нами для підвищення техніко-тактичних дій, складалася з основних та додаткових занять. Основні заняття включали техніко-тактичну підготовку, спрямовану на відпрацювання основних компонентів гри. Додаткові заняття включали вправи, спрямовані на розвиток рухових здібностей футболістів. Дана програма використовувалася протягом безпосередньої підготовки до II кола чемпіонату України з футболу серед молодіжних команд. Порівняльний аналіз проведено на підставі аналізу спортивних результатів і показників ефективності техніко-тактичної діяльності.

3 РЕЗУЛЬТАТИ ДОСЛІДЖЕННЯ

Для вдосконалення техніко-тактичної підготовленості футболістів була розроблена спеціальна програма. Її застосування в процесі підготовки кваліфікованих футболістів заснована на обліку системних принципів організації тренування, представлених у загальній теорії підготовки спортсменів [**Ошибка! Источник ссылки не найден.**]. До приватних положень забезпечення ефективного застосування програми відносять зміст і цільові установки етапу безпосередньої підготовки до змагань, а також, тренувальні комплекси, спрямовані на вдосконалення спеціалізованих компонентів функціональної підготовленості в змагальному періоді.

На підставі показників «доза-ефект» навантаження в тренувальних заняттях, спрямованих на розвиток рухових здібностей футболістів і вдосконалення основних компонентів гри, розроблена експериментальна програма, спрямована на удосконалення ТТД футболістів з урахуванням зовнішніх і внутрішніх параметрів навантаження. Для ефективного поєднання і забезпечення необхідного ефекту серії занять використані методичні положення, представлені в загальній теорії спорту [**Ошибка! Источник ссылки не найден.**]. В їх основі лежить застосування основних і додаткових тренувальних занять протягом дня, де додаткові заняття спрямовані на активізацію функціональних можливостей і стимуляцію ефектів основних тренувальних занять. Це передбачає посилення ефектів основних тренувальних занять і, як наслідок, сумарних ефектів тренувальної роботи протягом дня. У процесі моделювання циклу підготовки використані принципи побудови тренувального процесу з урахуванням раціонального поєднання навантажень різних за величиною і спрямованістю. При цьому враховувалися характер і глибина стомлення у заняттях, які передбачали виконання роботи на тлі втоми. Сумарна величина навантаження в заняттях не перевищувала значну (за часом відновлення ЧСС до $120 \text{ уд} \cdot \text{хв}^{-1}$ протягом 3 хвилин відновного періоду між серіями тренувальної роботи).

Аналіз отриманих експериментальних даних свідчить, що додаткові заняття забезпечували стимулюючий вплив протягом усього періоду експериментальної підготовки. Наведені дані дозволяють констатувати, що високі показники тренувального імпульсу, досягнуті в додаткових тренувальних заняттях забезпечують більш високу дозу впливу основного тренувального заняття і, як наслідок, необхідний сумарний ефект навантаження. Динамічний характер тренувального імпульсу протягом експериментального періоду підготовки і підвищення реактивності організму футболістів при односпрямованих навантаженнях свідчать про те, що підбір комплексів тренувальних занять на підставі комплексного впливу зовнішніх і внутрішніх параметрів навантаження дозволяє сформувати систему дій, спрямовану на вдосконалення ТТД кваліфікованих футболістів.

Експериментальна перевірка програми техніко-тактичної підготовки з урахуванням інтегрованого впливу навантаження на організм футболістів показала її ефективність на етапі безпосередньої підготовки до офіційних змагань - чемпіонату України з футболу (Прем'єр-ліга) сезону 2018-2019 рр. (молодіжні склади).

Контрольне та експериментальне вимірювання ефективності ТТД футболістів проведені у двосторонніх іграх з ФК «Олімпік» (Донецьк). Контрольне вимірювання проведено на підставі показників ТТД футболістів за 28 днів до початку офіційних ігор чемпіонату України, експериментальне через 7 днів до початку офіційних змагань. Між контрольною та експериментальною іграми футболістами молодіжного складу ФК «Металург» (Запоріжжя) реалізовано 3 мікроцикли програми техніко-тактичної підготовки з урахуванням інтегрованого впливу навантаження на організм. На рисунках 3.1. і 3.2. схематично представлені зміни кількості та браку ТТД в контрольному і експериментальному матчах.

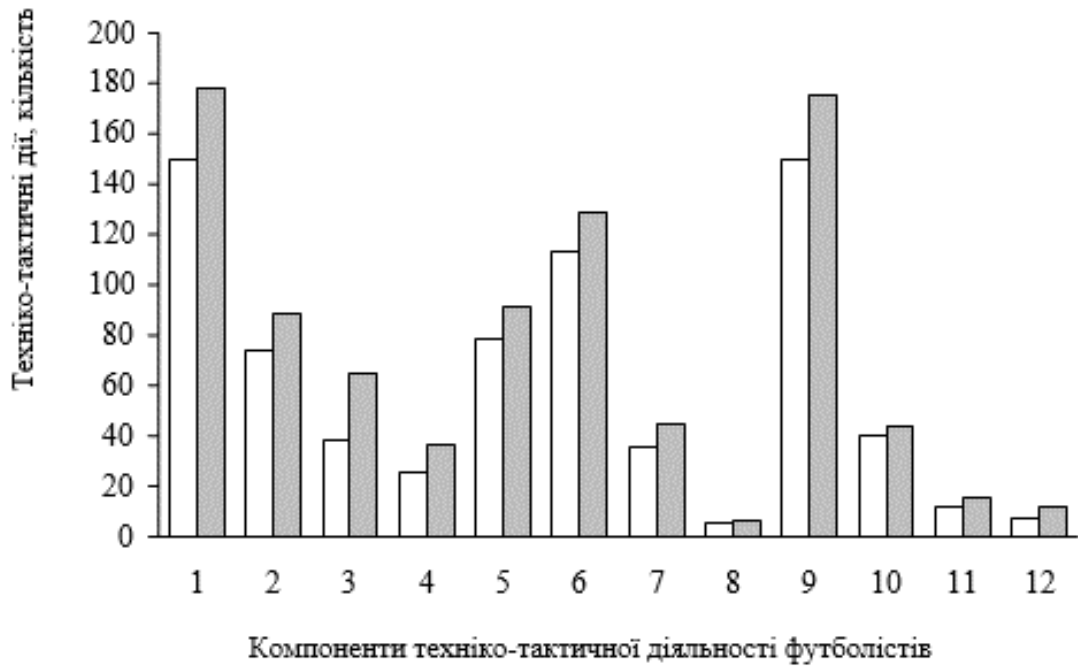


Рис. 3.1. Техніко-тактичні дії футболістів молодіжного складу ФК «Металург» (Запоріжжя) в контрольному і експериментальному матчах:

- ТТД в експериментальній грі, кількість;
- ТТД у контрольній грі, кількість;

1 - перешкоди, 2 - перехоплення, 3 - відбір, 4 - єдиноборства вгорі, 5 - підбір, 6 - короткі, середні передачі; 7 - довгі передачі, 8 - гострі передачі, 9 - передачі назад, 10 - обведення, 11 - атака з флангу, 12 - удари по воротах

Аналіз показників, представлених на рисунках, показує, що під впливом засобів експериментальної програми збільшилася кількість ТТД практично за всіма показниками. Це свідчить про збільшення інтенсивності виконання ТТД у змагальному процесі. Збільшення кількісних характеристик ТТД одночасно збільшило якість їх виконання в змагальному процесі. Звертає на себе увагу зниження кількості помилок при відборі м'яча і підвищення кількісних показників ТТД при виконанні атакуючих дій.

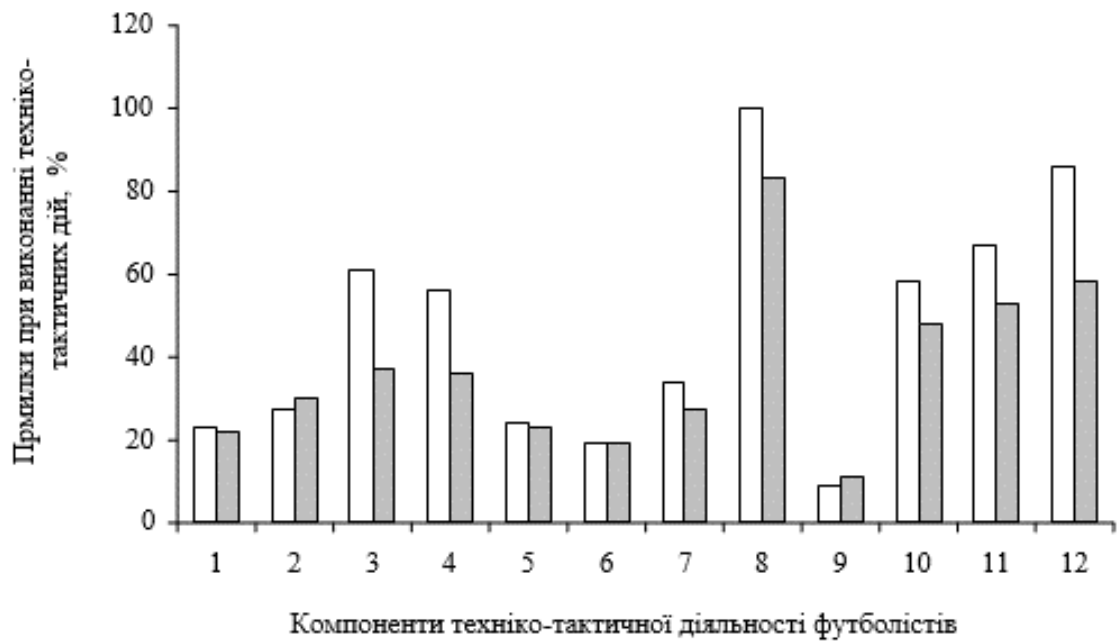


Рис. 3.2. Помилки у техніко-тактичних діях футболістів ФК «Металург» (Запоріжжя) в контрольній і експериментальній іграх, %:

■ - помилки при виконанні ТТД: експериментальна гра, %;

□ - помилки при виконанні ТТД: контрольна гра, %;

1 - перешкоди, 2 - перехоплення, 3 - відбір, 4 - єдиноборства вгорі, 5 - підбір, 6 - короткі, середні передачі; 7 - довгі передачі, 8 - гострі передачі, 9 - передачі назад, 10 - обведення, 11 - атака з флангу, 12 - удари по воротах

Позитивні зміни якісних характеристик ТТД футболістів молодіжного складу ФК «Металург» (Запоріжжя) показані при порівнянні сумарних обсягів ТТД у контрольній та експериментальній іграх з ФК «Олімпік» (Донецьк).

Схематично ці дані представлені на рисунку 3.3. Аналіз даних показників, показує, що в процесі експериментальних вимірювань достовірно збільшилася сумарна кількість ТТД, знизився відсоток помилок при виконанні ТТД.

З метою поглибленої перевірки ефективності експериментальної програми у системі спеціальної підготовки кваліфікованих футболістів проведено порівняльний аналіз ТТД у змагальному процесі (перший і другий круг чемпіонату України з футболу сезону 2018-2019 рр. (Прем'єр-ліга,

молодіжні команди)). Кількість ТТД і відсоток браку в кожному матчі аналізувався згідно з підсумковим результатом команди.

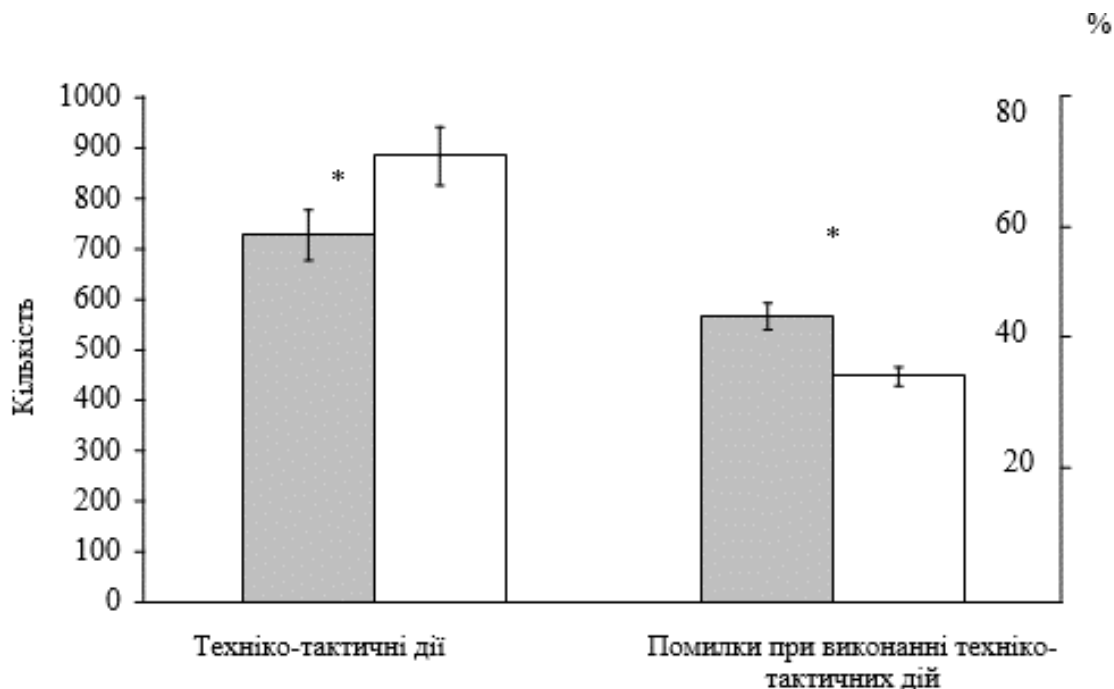


Рис. 3.3. Показники кількості і якості техніко-тактичних дій футболістів молодіжного складу ФК «Металург» (Запоріжжя):

□ – ТТД в експериментальній грі;

■ – ТТД в контрольній грі;

* – різниця достовірна при $p < 0,05$

На рисунку 3.4. схематично представлена динаміка результативності футболістів молодіжного складу команди «Металург» (Запоріжжя) протягом I та II кола чемпіонату України. Регламент чемпіонату передбачає проведення 30 ігор в 2 кола. Команди грають один з одним два рази в певній послідовності. Календар побудований таким чином, що перед кожним колом команди мали час для повноцінної підготовки.

У період безпосередньої підготовки до матчів першого кола футболісти не застосовували експериментальні засоби підготовки. Експериментальна програма була реалізована в період безпосередньої підготовки до матчів другого кола чемпіонату України.

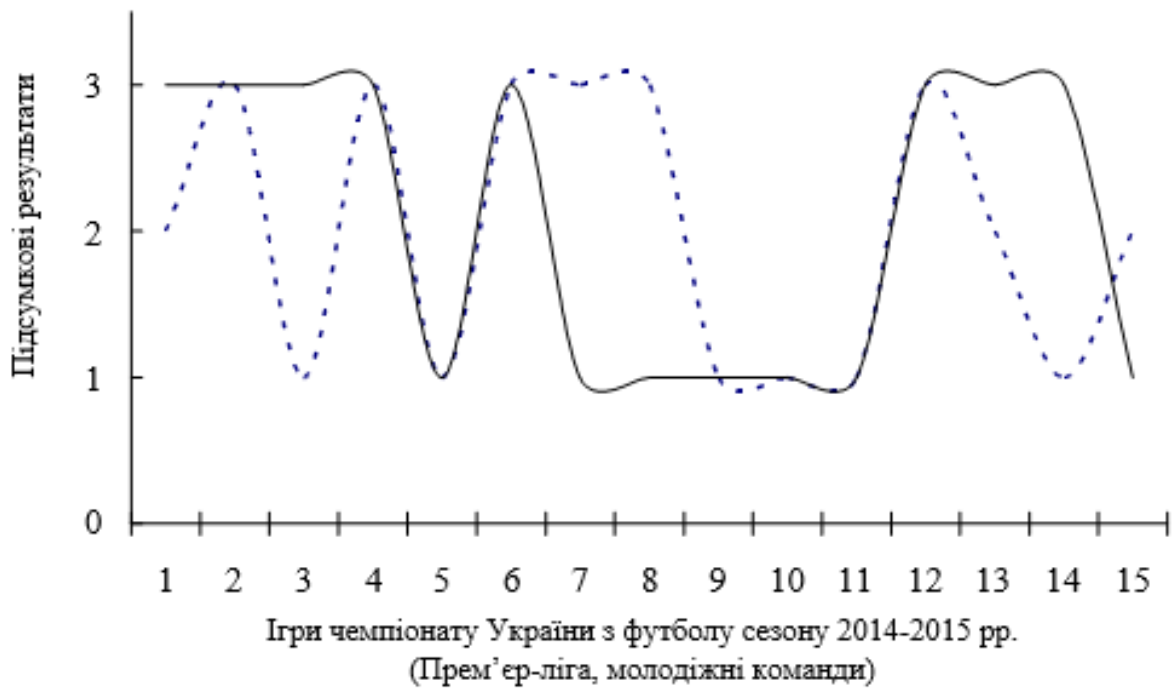


Рис. 3.4. Динаміка результатів ФК «Металург» (Запоріжжя) в чемпіонаті України з футболу:

----- – ігри I кола;
 ————— – ігри II кола;

«1» - поразки; «2» - нічий; «3» - перемоги

На рис. 3.4. виразно помітні відмінності динаміки результатів 1-15 ігор I кола та 1-15 ігор II кола. У першому колі ці відмінності були характерні для першого-п'ятого матчу, коли перемоги чергувалися з поразками. Протягом шостої-восьмої гри відзначалася фаза стійкої високої результативності: протягом трьох матчів було здобуто 3 перемоги. Після цього протягом семи матчів команда набрала лише 4 очки (одна перемога і одна нічия). У зв'язку з цим представляє інтерес оцінка ефективності змагального процесу у відповідності з характером змін техніко-тактичних дій футболістів протягом цього періоду.

На рисунку 3.5. представлено співвідношення кількості ТТД і відсотка браку, показана зміна співвідношення цих показників футболістів

молодіжного складу ФК «Металург» (Запоріжжя) в іграх першого кола чемпіонату України.

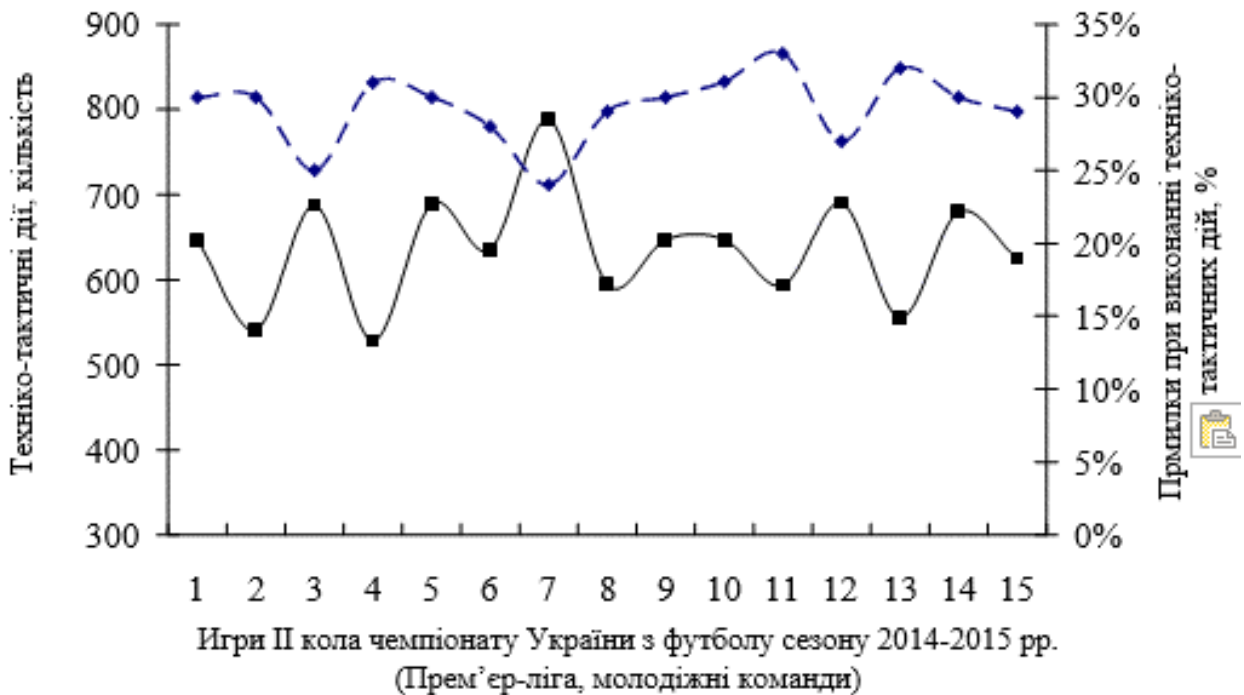


Рис. 3.5. Загальна динаміка та помилки при виконанні ТТД спортсменами ФК «Металург» (Запоріжжя) в іграх першого кола чемпіонату України:

- – помилки при виконанні ТТД, %;
- – техніко-тактичні дії, кількість

На рисунку видно, що протягом першого кола відзначалися відмінності показників кількості ТТД і відсотка помилок у ТТД, а також їх співвідношення. Помітна виразна тенденція, при якій в несприятливий період зменшувалася кількість ТТД, і збільшувався відсоток помилок при виконанні техніко-тактичних дій футболістів.

У процесі аналізу результативності змагального процесу і динаміки ТТД оцінювалося, якою мірою застосування експериментальної програми вплине на підвищення рівня техніко-тактичної підготовленості футболістів. Одночасно проводився аналіз можливості застосування окремих компонентів програми для корекції техніко-тактичної підготовленості протягом змагального циклу, в залежності від спортивного результату і якості ТТД.

На рисунку 3.6. представлено співвідношення кількості ТТД і відсотка браку, показана зміна співвідношення цих показників в іграх другого кола чемпіонату України.

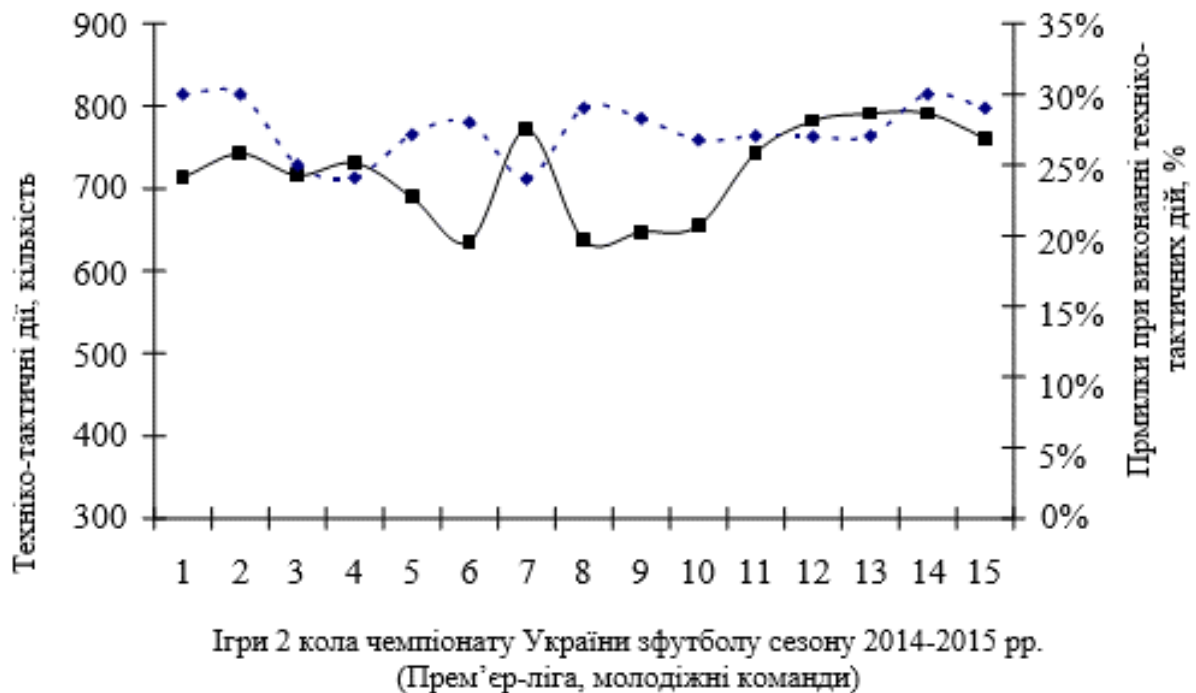


Рис. 3.6. Загальна динаміка та помилки при виконанні ТТД спортсменами ФК «Металург» (Запоріжжя) в іграх другого кола чемпіонату України:

- – помилки при виконанні ТТД, %;
- – техніко-тактичні дії, кількість

В процесі аналізу показників ТТД, представлених на рисунку 3.6 чітко видно два періоди сталого високоефективного змагального процесу. Одночасно необхідно відзначити високу ефективність змагального процесу в перших матчах другого кола, коли було виграно 5 матчів поспіль. Після цього протягом шести турів була здобута одна перемога (7 тур). Далі в серії ігор 12-14 турів були здобуті три найбільш важливі перемоги в чемпіонаті, які найбільшою мірою вплинули на досягнення високого результату.

Ефективний старт команди пов'язаний з реалізацією експериментальної програми підготовки. Зниження результативності змагального процесу в середині другого кола пов'язано з об'єктивними труднощами, які виникають у

процесі тривалого турніру: накопиченням втоми, травмами футболістів, недоліком змагального досвіду і т. п. Зниження ефективності і збільшення відсотка помилок в ТТД в цей період відображають необхідність корекції стану спортсменів, приведення рівня функціональної готовності та рівня техніко-тактичної майстерності у відповідність з цільовими установками змагального процесу.

ВИСНОВКИ

1. В рамках проведеного дослідження нами було вивчена можливість практичного використання програми техніко-тактичної підготовки з урахуванням інтегрованого впливу навантаження на організм кваліфікованих футболістів. Програма містить матеріал, що дозволяє підбирати режими вправ для розвитку рухових здібностей, які детерміновані характером змагального процесу у футболі, і тренувальні комплекси, спрямовані на вдосконалення ТТД.

2. Показано, що комплекс основних та додаткових занять запропонованої програми тренувань спрямований на вдосконалення техніко-тактичних дій футболістів. Вимоги поточного управління техніко-тактичною діяльністю футболістів реалізовані в спрямованості тренувального процесу в змагальних мікроциклах.

3. На підставі проведених досліджень можна констатувати, що представлена програма техніко-тактичної підготовки з урахуванням інтегрованого впливу навантаження на організм футболістів дозволяє підбирати комплекси тренувальних занять на підставі оптимізації поєднаного впливу зовнішніх і внутрішніх параметрів навантаження. Це дозволяє сформуванню системи тренувальних впливів, спрямовану на вирішення конкретних завдань змагального періоду підготовки, в даному випадку, спрямовану на вдосконалення ТТД футболістів.

ПЕРЕЛІК ПОСИЛАНЬ

1. Абалян А.Г. Особенности организации научно-методического обеспечения подготовки спортивных сборных команд. *Теория и практика физической культуры: тренер: журнал в журнале*. 2011. № 11. С. 66-70.
2. Акулич Л.И. Обоснование средств контроля физической подготовленности квалифицированных волейболистов. *Мир спорта*. 2010. № 1 (38). С. 11-16.
3. Алешин И.Н. Моделирование годичной подготовки в командных игровых видах спорта. *Теория и практика физической культуры*. 2007. № 10. С. 43-45.
4. Алешков И.А. О принципах выбора и информативности показателей, исследуемых в качестве модельных характеристик в спортивных играх. *Проблемы моделирования соревновательной деятельности*. М.: 1985. С.126-133.
5. Антипов А. В. Диагностика и тренировка двигательных способностей в детско-юношеском футболе: научно-методическое пособие. М.: Советский спорт, 2008. 152 с.
6. Антипов А.В. Направленность и содержание тренировочных нагрузок в практике подготовки юных футболистов. *Теория и практика физической культуры: тренер: журнал в журнале*. 2012. № 1. С. 68.
7. Антомонов М.Ю. Математическая обработка и анализ медико-биологических данных. К.: 2006. 558 с.
8. Ахметов Р.Ф. Современные подходы к совершенствованию спортивной техники. *Педагогіка, психологія та медико-біологічні проблеми фізичного виховання і спорту*. 2012. - № 4. С. 9-11.
9. Балан Б. Особливості відбору футболістів на етапі підготовки до вищих досягнень на основі комплексного тестування кандидатів у професійні команди. *Теорія і методика фізичного виховання і спорту*. 2012. № 1. С. 8-11.

10. Балан Б. Управління підготовкою футболістів віком 19 - 21 років на етапі переходу до команди майстрів. *Теорія і методика фізичного виховання і спорту*. 2010. № 3. С. 3-7.
11. Біомеханіка спорту: навчальний посібник. К.: Олімпійська література, 2005. 320 с.
12. Варюшин В.В. Тренировка юных футболистов: учебное пособие. М.: Физическая культура, 2007. 112 с.
13. Верхошанский Ю.В. Горизонты научной теории и методологии спортивной тренировки. *Теория и практика физической культуры*. 1998. № 7. С. 41-54.
14. Виноградов В.Е. Факторы совершенствования функциональных возможностей спортсменов в циклических видах спорта с проявлением выносливости. *Фізична активність, здоров'я і спорт*. Львів: ЛДУФК. 2013. № 3 (13). С. 48-59.
15. Волков Н.И. Биохимия мышечной деятельности. К.: Олимпийская литература, 2000. 504 с.
16. Годик М. А. Физическая подготовка футболистов. М.: Терра-Спорт, Олимпия Пресс, 2006. 272 с.
17. Годик М.А. Контроль в процессе спортивной тренировки. М.: ФиС, 2005. 150 с.
18. Годик М.А. Контроль тренировочных и соревновательных нагрузок. М.: Физкультура и спорт, 2003. 136 с.
19. Головков В.В. Факторы, обеспечивающие эффективность соревновательной деятельности квалифицированных спортсменов в футболе: автореф. дисс. ... канд. пед. наук: спец.: 13.00.04. СПб., 2002. 24 с.
20. Голомазов С. Субъективное прогнозирование как фактор, определяющий объем и эффективность действий футболистов с мячом в соревновательных играх. *Теория и практика футбола*. 2001. № 4. С. 14-17.
21. Голомазов С.В. Теория и методика футбола: Техника игры: Т. 1. М.: СпортАкадемПресс, 2005. 472 с.

22. Горчанюк Ю. Предпосылки выбора моделей, методов и критериев моделирования в исследовании техники движений в спорте. *Физическая культура и спорт в системе образования*. Красноярск: КГУ. 2003. С. 28-30.

23. Губа В.П. Интегральная оценка функционального состояния системы внешнего дыхания квалифицированных спортсменов, специализирующихся в мини-футболе (футзале). *Теория и практика физической культуры*. 2013. № 10. С. 21-25.

24. Губа В.П. Интегральная оценка функционального состояния системы внешнего дыхания квалифицированных спортсменов, специализирующихся в мини-футболе (футзале). *Теория и практика физической культуры*. 2013. № 10. С. 21-25.

25. Гурский А.В. Вариативность двигательного действия как фактор повышения уровня тренированности спортсмена. *Теория и практика физической культуры*. 2013. № 6. С. 66-69.

26. Гурский А.В. Вариативность двигательного действия как фактор повышения уровня тренированности спортсмена. *Теория и практика физической культуры*. 2013. № 6. С. 66-69.

27. Диас С.Б. Влияние статодинамической и динамической тренировки на точность ударов футболистов. *Теория и практика физической культуры*. 2011. № 9. С. 15.

28. Диас С.Б. Влияние статодинамической и динамической тренировки на точность ударов футболистов. *Теория и практика физической культуры*. 2011. № 9. С. 15.

29. Дорошенко Е.Ю. Аналіз параметрів техніко-тактичної діяльності кваліфікованих футболістів. *Вісник Чернігівського державного педагогічного університету імені Т.Г. Шевченка. Серія: Педагогічні науки. Фізичне виховання і спорт: Збірник*. 2009. № 64. С. 263-268.

30. Дорошенко Е.Ю. Аналіз параметрів техніко-тактичної діяльності кваліфікованих футболістів. *Вісник Чернігівського державного педагогічного*

університету імені Т.Г. Шевченка. Серія: Педагогічні науки. Фізичне виховання і спорт: Збірник. 2009. № 64. С. 263-268.

31. Дорошенко Е.Ю. Біомеханічні аспекти спортивної тактики як фактор управління змагальною діяльністю в командних спортивних іграх. Вісник Чернігівського державного педагогічного університету імені Т.Г. Шевченка. Випуск 54. Серія: Педагогічні науки. Фізичне виховання і спорт: Збірник. 2008. С. 86-89.

32. Дорошенко Е.Ю. Біомеханічні аспекти спортивної тактики як фактор управління змагальною діяльністю в командних спортивних іграх. Вісник Чернігівського державного педагогічного університету імені Т.Г. Шевченка. Випуск 54. Серія: Педагогічні науки. Фізичне виховання і спорт: Збірник. 2008. С. 86-89.

33. Дорошенко Е.Ю. Основні методичні принципи оцінювання спортивної майстерності кваліфікованих футболістів. Теорія і методика фізичного виховання та спорту. 2009. № 3. С. 7-11.

34. Дорошенко Е.Ю. Основні методичні принципи оцінювання спортивної майстерності кваліфікованих футболістів. Теорія і методика фізичного виховання та спорту. 2009. № 3. С. 7-11.

35. Дорошенко Э.Ю. Технология совершенствования технико-тактической подготовленности квалифицированных футболистов в микроциклах соревновательного периода. Физическое воспитание студентов. 2012. № 4. С. 47-54.

36. Дорошенко Э.Ю. Технология совершенствования технико-тактической подготовленности квалифицированных футболистов в микроциклах соревновательного периода. Физическое воспитание студентов. 2012. № 4. С. 47-54.

37. Дьячков В.И. Физическая подготовка спортсмена. М.: ФиС, 1967. 120 с.

38. Ежов П.Ф. Интегральный показатель величины тренировочной нагрузки специализированных упражнений в футболе. *Теория и практика физической культуры: тренер: журнал в журнале*. 2012. № 2. С. 72-73.
39. Ежов П.Ф. Интегральный показатель величины тренировочной нагрузки специализированных упражнений в футболе. *Теория и практика физической культуры: тренер: журнал в журнале*. 2012. № 2. С. 72-73.
40. Ермаков С.С. Модели биомеханических систем в организации эффективного действия спортсмена. *Педагогіка, психологія та медико-біологічні проблеми фізичного виховання і спорту*. 2001. № 12. С. 40.
41. Ермаков С.С. Модели биомеханических систем в организации эффективного действия спортсмена. *Педагогіка, психологія та медико-біологічні проблеми фізичного виховання і спорту*. 2001. № 12. С. 40.
42. Ефремов В.В. Возрастная физиология. М.: Наука, 2000. 294 с.
43. Єрмоленк П. Підготовка футболістів віком 11-15 років з урахуванням ігрового амплуа. *Теорія і методика фізичного виховання і спорту*. 2012. № 1. С. 16-21.
44. Железняк Ю.Д. Интеграция и системность как факторы эффективности физического воспитания, спортивной подготовки, физкультурного образования. *Теория и практика физической культуры*. 2011. № 3. С. 24-28.
45. Железняк Ю.Д. Интеграция и системность как факторы эффективности физического воспитания, спортивной подготовки, физкультурного образования. *Теория и практика физической культуры*. 2011. № 3. С. 24-28.
46. Журід С. Порівняльний аналіз показників креативності юних футболістів 15, 17 років і професійних гравців різних амплуа. *Слобожанський науково-спортивний вісник*. 2011. № 3. С. 57-61.
47. Журід С. Порівняльний аналіз показників креативності юних футболістів 15, 17 років і професійних гравців різних амплуа. *Слобожанський науково-спортивний вісник*. 2011. № 3. С. 57-61.

48. Запорожанов В.А. Основы управления в спортивной тренировке. Современная система спортивной подготовки. М.: СААМ, 1995. С. 213-225.
49. Запорожанов В.А. Основы управления в спортивной тренировке. Современная система спортивной подготовки. М.: СААМ, 1995. С. 213-225.
50. Захаркин И.В. Нетрадиционные средства тренировки кардиореспираторной выносливости в игровых видах спорта. *Теория и практика физической культуры: тренер: журнал в журнале*. 2012. № 6. С. 74-79.
51. Захаркин И.В. Нетрадиционные средства тренировки кардиореспираторной выносливости в игровых видах спорта. *Теория и практика физической культуры: тренер: журнал в журнале*. 2012. № 6. С. 74-79.
52. Зациорский В.И. Запорожанов В. А., Тер-Ованесян И. А. Вопросы теории и практики педагогического контроля в современном спорте. М.: ФиС, 2004. 179 с.
53. Зациорский В.М. Успешность приема мячей в зависимости от скорости, направления и длительности полета. *Теория и практика физической культуры*. 1984. № 8. С.12-14.
54. Зациорский В.М. Физические качества спортсмена. М.: Физкультура и спорт, 2005. 200 с.
55. Кашуба В. Автоматизированные системы анализа технико-тактических действий спортсменов в спортивных играх. *Спортивний вісник Придніпров'я*. 2013. № 1. С. 87-95.
56. Кук М. 101 упражнение для юных футболистов. Возраст 7-11 лет. М.: Астрель: Аст, 2003. 110 с.
57. Мухина В. С. Возрастная психология. Феноменология развития, детство, отрочество. М.: Академия, 2007. 456 с.
58. Новокщенов И.Н. Основы специальной физической подготовки футболистов различной игровой специализации. Волгоград: ВГАФК, 2003. 137 с.

59. Петровский В.В. Педагогический и организационно-педагогический контроль в спортивной тренировке. М., 1995. 215 с.
60. Платонов В.Н. Теория и методика спортивной тренировки. Киев, М., 2005. 320 с.
61. Платонов В.Н., Булатова М. М. Физическая подготовка спортсмена. М., 1995. 210 с.
62. Подготовка футболистов. М.: ФиС, 1978. с. 96.
63. Пшибыльский В. Программирование процесса тренировки футболистов. Индивидуализация в процессе спортивной тренировки: научный ежегодник. Гданьск: АWF, 2002. № 11. С. 109-118.
64. Савин С.А. Футболист в игре и тренировке. М.: ФиС, 1975. 115 с.
65. Стула А. Тесты для оценки специальной физической подготовленности футболистов-вратарей. *Теория и практика физической культуры: тренер: журнал в журнале*. 2011. № 1. С.83-86.