МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ
ЗАПОРІЗЬКИЙ НАЦІОНАЛЬНИЙ УНІВЕРСИТЕТ
ФАКУЛЬТЕТ ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ, ЗДОРОВ'Я ТА ТУРИЗМУ
КАФЕДРА ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ І СПОРТУ

КВАЛІФІКАЦІЙНА РОБОТА МАГІСТРА

з теми: Застосування ігрового методу у підготовці футболістів 10-12 років

Виконав: студент ІІ курсу, групи 8.0173-с-дн
Спеціальність 017 Фізична культура і спорт
Освітня програма Спорт
Алексєєнко Вадим Валентинович
Керівник: д.п.н., професор Сватьєв А.В.
Рецензент: к.п.н, доцент Омельяненко Г.А.

Запоріжжя – 2025 рік

МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ
ЗАПОРІЗЬКИЙ НАЦІОНАЛЬНИЙ УНІВЕРСИТЕТ

Факультет фізичного виховання, здоров'я та туризму
Рівень вищої освіти Магістр
Спеціальність 017 Фізична культура і спорт
Освітня програма Спорт

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

«____»_____202___ року

З А В Д А Н Н Я

НА КВАЛІФІКАЦІЙНУ РОБОТУ СТУДЕНТУ

Алексєєнко Вадиму Валентиновичу

1. Тема роботи (проекту) «Застосування ігрового методу у підготовці футболістів 10-12 років»
керівник роботи (проекту) д.п.н., професор Сватьєв А.В.
затверджені наказом ЗНУ від _____ _____року № _____
2. Строк подання студентом роботи (проекту) 16.01.2025 р.
3. Вихідні дані до роботи (проекту): розробка та обґрунтування ефективності застосування комплексу вправ з використанням ігрового методу у техніко-тактичній підготовці футболістів 10-12 років.
4. Зміст розрахунково-пояснювальної записки (перелік питань, які потрібно розробити):
1. На основі аналізу та узагальнення даних спеціальної науково-методичної літератури та передового досвіду дати оцінку різноманітним методам підвищення техніко-тактичної підготовленості юних футболістів
2. Розробити комплекс вправ із використанням ігрового методу тренування футболістів 10-12 років.
3. Перевірити та експериментально довести ефективність комплексу вправ з використанням ігрового методу тренування футболістів 10-12 років.
5. Перелік графічного матеріалу (з точним зазначенням обов'язкових креслень) 3 таблиці, 6 рисунків.

6. Консультанти розділів роботи (проекту)

Розділ	Прізвище, ініціали та посада консультанта	Підпис, дата	
		завдання видав	завдання прийняв
I	д.п.н., професор Сватьєв А.В.		
II	д.п.н., професор Сватьєв А.В.		
III	д.п.н., професор Сватьєв А.В.		

7. Дата видачі завдання _____

КАЛЕНДАРНИЙ ПЛАН

№ з/п	Назва етапів дипломного проекту (роботи)	Строк виконання етапів проекту (роботи)	Примітка
1.	Визначення напряму та теми кваліфікаційної роботи	вересень 2023 р.	*виконано*
2.	Аналіз та обробка літературних джерел за темою кваліфікаційної роботи	вересень 2023 р. – січень 2024 р.	*виконано*
3.	Визначення завдання та методів дослідження	вересень 2023 р. – листопад 2023р.	*виконано*
4.	Проведення власних експериментальних досліджень	вересень 2023 р. – травень 2024 р.	*виконано*
5.	Обробка отриманих даних та оформлення результатів кваліфікаційної роботи	березень 2024 р. – грудень 2024 р.	*виконано*
6.	Попередній захист кваліфікаційної роботи на кафедрі ФКіС	січень 2025 р.	*виконано*
7.	Остаточне оформлення кваліфікаційної роботи захист на ЕК.	лютий 2025 р.	*виконано*

Студент _____ **В.В. Алексєєнко**

Керівник роботи (проекту) _____ **А.В. Сватьєв**

Нормоконтроль пройдено _____ **А.В. Симонік**

ЗМІСТ

Зміст …… 4
Реферат …… 5
Abstract …… 7
Перелік умовних позначень, символів, одиниць, скорочень і термінів 8
Вступ ……..... 9
1 Огляд літератури …….. 11
1.1 Основи технічної підготовки футболістів..... 11
1.2 Основи тактичної підготовки футболістів..... 14
1.3 Використання ігрового методу у тренувальному процесі футболістів..... 20
2 Завдання, методи і організація дослідження 24
2.1 Завдання дослідження 24
2.2 Методи дослідження 24
2.3 Організація дослідження..... 26
3 Результати досліджень 28
Висновки ……..... 40
Перелік посилань ……..... 42

РЕФЕРАТ

Кваліфікаційна робота – 49 сторінок, 3 таблиці, 6 рисунків, 73 літературних джерела.

Об'єкт дослідження: техніко-тактична підготовка футболістів 10-12 років.

Предмет дослідження: техніко-тактична підготовка футболістів 10-12 років із використанням ігрового методу.

Мета дослідження: розробка та обґрунтування ефективності застосування комплексу вправ з використанням ігрового методу у техніко-тактичній підготовці футболістів 10-12 років.

Методи дослідження: аналіз наукової та навчально-методичної літератури; педагогічне тестування; педагогічний експеримент; методи математичної статистики.

В ході роботи на основі аналізу та узагальнення даних спеціальної науково-методичної літератури та передового досвіду надано оцінку різноманітним методам підвищення техніко-тактичної підготовленості юних футболістів.

Розроблено комплекс вправ із використанням ігрового методу тренування футболістів 10-12 років. Перевірено та експериментально доведено ефективність комплексу вправ з використанням ігрового методу тренування футболістів 10-12 років.

Отримані нами результати підтвердили ефективність запропонованого комплексу вправ з використанням ігрового методу та показали необхідність його застосування у тренувальному процесі техніко-тактичної підготовки футболістів 10-12 років.

Футболісти були більш сконцентровані на тренувальному процесі, виявляли більше старанності у досягненні результату, були мотивовані та повністю викладалися в кожному технічному елементі, а в тактично комбінаціях допрацьовували кожен епізод до самого кінця і ніколи не

вимикалися та не відволікалися від процесу.

ФУТБОЛ, ФУТБОЛІСТИ 10-12 РОКІВ, ТЕХНІКО-ТАКТИЧНІ ПІДГОТОВКА, ІГРОВИЙ МЕТОД, МЕТОДИКА, ТЕСТУВАННЯ

ABSTRACT

Qualification work - 49 pages, 3 tables, 6 figures, 73 literary sources.

Object of research: technical and tactical training of football players 10-12 years old.

The subject of the study: technical and tactical training of football players aged 10-12 using the game method.

The purpose of the research: development and justification of the effectiveness of the application of a set of exercises using the game method in the technical and tactical training of football players aged 10-12 years.

Research methods: analysis of scientific and educational and methodological literature; pedagogical testing; pedagogical experiment; methods of mathematical statistics.

In the course of the work, based on the analysis and generalization of data from special scientific and methodical literature and best practices, various methods of improving the technical and tactical preparedness of young football players were evaluated.

A complex of exercises was developed using the game method of training football players aged 10-12 years. The effectiveness of a complex of exercises using the game method of training football players 10-12 years old has been verified and experimentally proven.

The results we obtained confirmed the effectiveness of the proposed set of exercises using the game method and showed the need for its use in the training process of technical and tactical training of football players aged 10-12 years.

The football players were more focused on the training process, showed more diligence in achieving the result, were motivated and fully explained in each technical element, and in tactical combinations they worked out each episode until the very end and never switched off and were not distracted from the process.

FOOTBALL, FOOTBALL PLAYERS 10-12 YEARS OLD, TECHNICAL TACTICAL TRAINING, GAME METHOD, METHODOLOGY, TESTING

ПЕРЕЛІК УМОВНИХ ПОЗНАЧЕНЬ, СИМВОЛІВ, ОДИНИЦЬ, СКОРОЧЕНЬ І ТЕРМІНІВ

ДЮСШ – дитячо-юнацька спортивна школа;

Тест – певна система використання контрольної вправи;

ФП – фізична підготовленість;

СФП – спеціальна фізична підготовленість;

X~ – середнє арифметичне значення;

&X – приріст результатів;

t – критерій Стьюдента;

хв – хвилина;

с – секунда;

% – процентний зміст;

ЧСС – частота серцевих скорочень;

див. табл. – дивися таблицю.

ВСТУП

На сьогоднішній день футбол – це наймасовіший, найвідоміший і колективний вид спорту. Футбол – гра, яка проходить у складній обстановці колективної боротьби, в якій кожна команда докладає неймовірних старань та прагнень, умінь та навичок для досягнення успіху [12].

Будь-який футболіст, чи то професіонал чи любитель, зобов'язаний володіти технічними та тактичними навичками, вміти застосовувати їх в умовах гри. Рухова діяльність футболіста неймовірно різноманітна, оскільки у футболі руху у грі характеризується складністю та постійною зміною ситуації [7].

У футболі надзвичайно важка техніка гри. Її складність складається з того, що всі технічні прийоми доводиться виконувати в запеклій боротьбі з суперником.

Футболісту необхідні такі якості як точність руху, швидкість, спритність та координація, функціональна готовність та відмінна робота центральної нервової системи [4].

Під час постійних тренувань футболісти всебічно розвиваються, навчаються правильно використовувати своє тіло, юні футболісти звикають до роботи в колективі, виховують дисциплінованість. Тренування формують правила поведінки у колективі, почуття єдності та товариства, волю та характер особистості [5].

Юні футболісти повинні вміти приймати рішення за умов дуже обмеженого часу, виконувати різноманітні рухи та швидко реагувати на зміни ігрової ситуації. Особливу увагу у підготовці футболістів віком 10-12 років необхідно приділяти техніко-тактичній підготовці, використати сучасні методи тренування футболістів [10].

У такому віці дуже хорошим методом підготовки футболістів буде вважатися ігровий метод тренування, так як вік ще зовсім юний і використання строго регламентованих, потокових, кругових методів

пригнічуватиме і погіршуватиме емоційний стан дітей та емоційний фон всього тренування, це негативно позначиться на ефективності виконання вправ і призводити до того, що спортсмен приходитиме на тренування без достатньої емоційної енергії та бажання отримувати необхідні знання у тренувальному процесі, у такому віці необхідно більше гри у вправах та позитивних емоцій для мотивації футболістів [14].

Об'єкт дослідження: техніко-тактична підготовка футболістів 10-12 років.

Предмет дослідження: техніко-тактична підготовка футболістів 10-12 років із використанням ігрового методу.

Мета дослідження: розробка та обґрунтування ефективності застосування комплексу вправ з використанням ігрового методу у техніко-тактичній підготовці футболістів 10-12 років.

1 ОГЛЯД ЛІТЕРАТУРИ

1.1 Основи технічної підготовки футболістів

Техніка футболу - це сукупність вивчених прийомів під час тренувальної діяльності та застосування їх у грі в різних поєднаннях для досягнення результату. Те, наскільки добре футболіст володіє технічними навичками та всім різноманіттям технічної підготовки, то, наскільки ефективно та грамотно він застосовує отримані навички та грі, в умовах боротьби та обмеженого часу, а також при прогресуючому втомі, визначає клас гравця та досягнення результату та поставленої цілі [33]. При обговоренні технічної підготовки прийнято виділяти три найбільш значущі критерії:

1. Обсяг і різноманіття технічних прийомів, що застосовуються в грі, а також їх поєднання.

2. Ефективність, яка характеризується як безпомилковість та раціональність у застосуванні технічних прийомів.

3. Надійність, що визначається як постійне та ефективне виконання технічних прийомів.

За весь час футбол дуже багато разів змінювався, змінювалася і техніка гри, з'являлися нові способи та велика різноманітність прийомів. У сучасному футболі технічні прийоми одночасно та послідовно спрямовані на раціональну організацію гри. При цьому у кожного футболіста своя техніка гри, вона залежить від двох факторів: статура та функціональні можливості.

До статури відноситься: ріст, довжина, пропорції тіла, маса та її розподіл. До функціонального аспекту належить: сила, спритність, швидкість, витривалість. Вивчення та закріплення технічних прийомів повинно проводитись по можливості в умовах, наближених до ігрових моментів [6].

Тому найефективнішим буде вважатися вивчення технічних прийомів у

русі, причому досить добре поєднувати одні прийоми з іншими у вигляді певних комбінацій. При вивченні технічного прийому необхідно в першу чергу освоювати основні елементи прийомів, що вивчаються [8].

При прогресуванні оволодіння основними елементами можна переходити до освоєння деталей техніки прийому, що вивчається. Навчання повинно починатися з правильного і ясного уявлення про технічний прийом, що вивчається. Найбільш ефективним буде метод показу та оповідання.

Тренер повинен розповісти та пояснити, як треба правильно виконувати той чи інший прийом. Потім сам виконує прийом, після чого тренер вказує на помилки при виконанні технічного прийому і пояснює, як можна їх виправити. Істотне значення для навчання техніці мають форми організації цього процесу. У першому етапі групове навчання має домінувати над індивідуальним [25].

Найбільш доцільним буде навчання початковим, простим та основним навичкам, до них можна віднести: зупинка м'яча внутрішньою частиною стопи, підошвою, прийом м'яча грудьми, ведення м'яча, удари м'яча підйомом та внутрішньою частиною стопи.

За достатнього рівня оволодіння базовими навичками можна буде переходити до складніших технічних навичок. У віці 10-12 років технічна підготовка має найбільш ключове значення у підготовці футболістів, саме у віці відбувається формування всіх основних технічних навичок, які будуть використовуватися гравцем протягом усього футбольного шляху.

У цьому віці виділяють дві фази навчання, це початкове навчання, яке характеризується як початковий етап навчання технічним прийомам та його освоєння у процесі тренування.

Друга фаза, це вже поглиблене навчання, що означає вже закріплення початкових вивчених навичок, починається процес автоматизації навички, наприклад, прийому м'яча внутрішньою частиною стопи або ведення м'яча [18].

Також варто враховувати, що у футболі техніку ділять на два великі

розділи, це техніка гри воротаря та техніка гри польового гравця, по кожному розділу слідує виділення підрозділів, в яких описується техніка пересування та техніка гри з м'ячем. У кожному підрозділі виділяються певні технічні прийоми, способи та різновиди виконання, які відрізняються лише деякими деталями.

Техніку гри у футбол ділять на загальну, яку зобов'язані володіти всі гравці, незалежно від місця в команді, і спеціальну, яку гравець використовує з урахуванням його обов'язків у грі Так, наприклад, виконання технічних способів центральним захисником має своєрідні відмінні риси У порівнянні з виконанням прийомів, що застосовуються нападниками. Захист. Будь-який футболіст зобов'язаний володіти найбільшою кількістю прийомів і вміти підходяще використовувати їх у грі [19].

Основу футболу складають стійки та переміщення (біг, стрибки, повороти, зупинки). За гру футболіст володіє м'ячем близько трьох хвилин, решту часу грає без м'яча. Наголошуючи на значущості техніки гри без м'яча, було б помилково недооцінювати її значення.

Найвищий рівень та її правильне використання підвищують клас спортсмена. Маючи на увазі постійний розвиток футболу, неможливо не брати до уваги явища, які здаються іноді незначними. Внаслідок цього необхідно детальніше зупинитися на рухах без м'яча.

На заняттях слід звертати увагу на правильні рухи без м'яча. Разом з тим неправильно, посилаючись на окремі приклади, намагатися довести техніку бігу та стрибка футболіста до значення їх виконання легкоатлетами: це прагнення може призвести якраз до протилежного результату.

Особливо не варто вимагати цього від досвідчених гравців з технікою бігу і стрибків, що вже сформувалася [20].

Футбол, це дуже швидка і динамічна гра, в якій м'яч постійно перебуває в русі, щоб ним опанувати, гравцеві необхідно правильно навчиться його зупиняти, найкраще для цього підходять зупинка м'яча підошвою та внутрішньою частиною стопи, це найбільш ефективні прийоми

як для подальшої дії. так для можливості контролю ситуації.

Також м'яч можна зупиняти головою, тулубом, але це вже відноситься до складніших технічних прийомів. Також варто відзначити передачу м'яча як необхідний компонент технічної підготовки.

Передачі м'яча – це своєрідні нитки, які пов'язують дії футболістів та перетворюють гру на єдине ціле, об'єднують гравців на полі та всю команду загалом. Передачі визначають темп гри, саму суть гри команди, переходи із фази оборони у фазу атаки.

Важливим варто відзначити і якість передач, якість визначає точність та своєчасність передачі, передачі м'яча можна робити декількома способами, внутрішньою частиною стопи, такі передачі підходять для пасу на невелику дистанцію та передача м'яча внутрішньою та середньою частиною підйому, такі передачі виконуються на середню та далеку дистанції [24].

Також до необхідних якостей слід віднести удар, головним завданням під час навчання ударів є завдання поставити удар, тобто. навчити бити сильно і точно, з різних положень, а також навчити диференціювати силу удару в міру потреби. При ударах слід пам'ятати таке правило: спочатку подивитися на ціль, потім усю увагу на м'яч. Спочатку слід звертати увагу на техніку, потім на техніку та точність, потім на техніку, точність та силу.

Для того щоб удар вийшов сильним, необхідно, щоб постановка опорної ноги перед ударом була швидкою, а в сам удар вкласти швидкість розбігу, швидкість руху махової ноги, вага ноги, що б'є, і додатковий рух всього тіла. Тоді після удару б'юча нога разом з тілом збереже рух уперед у бік улара і може виникнути коротка беззаперечна фаза [22].

1.2 Основи тактичної підготовки футболістів

Тактична підготовка, це тренерсько-педагогічний процес, який спрямований на отримання та досягнення ефективності при застосуванні технічних прийомів у процесі швидкозмінного ритму гри та швидких змін

ігрового процесу за допомогою тактичних дій. Тактична підготовка розглядається ширше, ніж просто навчання тактики, оскільки можна неймовірно добре вивчити тактику, але у певних ігрових моментах діяти з вкрай низькою ефективністю.

Навіть якщо вивчити всі тактичні дії як командні, так і індивідуальні, це все одно не призведе до достатньої ефективності гри. Під час навчання тактиці дуже важливо добиватися єдності як технічної, і тактичної підготовки [34].

Якщо говорити простою мовою, то тактична підготовка, це рішення поставленого завдання за допомогою застосування певних комбінацій, саме комбінація, тому що вся тактична підготовка будується саме на застосуванні різних комбінацій, як командних так і індивідуальних, але для того, щоб застосовувати комбінації у гравця має бути хороша технічна підготовка, оскільки один неправильно виконаний технічний прийом може зіпсувати всю комбінацію, саме тому слід завжди розглядати техніку разом із тактикою і тактику разом із технікою, одне може бути відокремлено від іншого у процесі підготовки [37].

Успішність тактичних дій футболіста можна поділити на 3 пункти:

1. Це гарний рівень розвиненості уваги та його своєчасного перемикання, обсягу поля зору, швидкість реакції, орієнтованість, прийняття швидкого рішення, тактичного мислення та грамотного, своєчасного переміщення.

2. Під другим пунктом слід надійність виконання технічних прийомів як і певному ігровому моменті, і у цілому протягом всієї гри.

3. І останній пункт, це об'єднання перелічених вище пунктів, які виражаються в рівні володіння індивідуальними навичками [36].

Виходячи з цього, тактичну підготовку ніяк не можна прирівнювати лише до тактичного навчання . Основний успіх дій футболіста досягається при об'єднанні таких якостей і здібностей як, спостережливість, швидкість реакції, мислення, здатності оцінювати ігрову ситуацію та знаходити

правильні та грамотні рішення як з технічної, так і з тактичної точки зору [35].

Можна сказати, що тактичні дії, це форма організації певних дій футболіста як індивідуально, так і командно в ігровому процесі з опором суперника, це найбільш чітко та повною мірою допоможе втілити ті якості та вміння, які були досягнуті та розучені у процесі тренувальної діяльності.

Розглянувши тактичну підготовку з цього боку, можна виділити кілька етапів: Перший етап буде націлений на розвиток у юних футболістів необхідних якостей та здібностей, які становитимуть основу успіху при застосуванні тактичних дій та варіацій. Не буде великим відкриттям той факт, що тактика команди складається і втілюється насамперед за допомогою застосування грамотних та вірних індивідуальних дій футболіста.

Відштовхуючись від цього, вважатимуться, що індивідуалізовані тактичної підготовки це як засіб тактичний підготовки, а й перший етап навчання тактичним навичкам. Саме після цього тренер повинен переходити до навчання командних тактичних дій, ефективним методом підготовки тут вважатиметься ігровий, тому що при ігровому методі проявляються найбільш вищою мірою такі якості як швидкість реакції, орієнтування, швидкість відповідної реакції, кмітливість, спостережливість, перемикання з однієї дії на інше. І найсприятливіше, це розвивається саме в дитячому віці в період 8-12 років [20].

Другий етап є формування тактичних умінь у тренувальному процесі під час навчання технічним прийомам.

Тренувальний процес необхідно побудувати так, щоб була єдність техніки та тактики, досягти цього можна такими способами:

1. У міру розвитку навичок у футболіста та оволодіння технічними прийомами, потрібно поєднувати їх із здібностями та якостями, які впливають на успіх тактичних дій.

2. Під час етапу вивчення прийому у складних ситуаціях слід застосовувати систему вправ, яка сприятиме формуванню тактичних умінь

[23].

Саме так ми зможемо допомогти у розвитку тактичних умінь та технічних якостей юних футболістів. Все це виражатиметься в тому, що тренувальний процес протікатиме монолітно, цілеспрямовано і ті годинники, які дані для тренувальної сесії будуть найбільш грамотним чином використані та послужать найкращій підготовці футболістів.

У тих випадках, коли процес технічної підготовки протікає виключно за принципом "техніка для техніки", навіть досить технічно підготовлені гравці зі складу команди не можуть виконати у грі простих тактичних взаємодій [14].

Для того щоб скласти процес технічної підготовки ефективним, потрібно обов'язково кожному гравцеві пояснити роль технічних елементів у застосуванні тактичних дій. Тренування в техніці треба по можливості вести по різновидах тактичних варіантів, що зустрічаються в практиці, щоб тренуючі зуміли неодноразово спробувати застосовувати певні технічні елементи, даючи їм тактичний зміст.

Це підвищить практичні результати тренувального процесу [21]. Розвитку тактичної грамотності сприяє обмін досвідом з командами вищого класу з допомогою спільних тренувань. Дуже корисні для юнацьких команд спільні тренування із дорослими футболістами. На таких тренуваннях юнаки отримують можливість не тільки ознайомитися насправді з різними тактичними прийомами, а й бачити їх, сприймати та застосовувати на практиці.

Також варто відзначити, що важливим буде і той факт, що успіх у освоєнні тактичних навичок приходить до того, хто отримує хорошу підготовку в теорії. Юному футболісту необхідно знати основні системи гри та їх варіанти: 1. функції гравців певних амплуа у команді; 2. взаємодії гравців у різних фазах матчу; 3. характер впливу об'єктивних умов на перебіг гри та можливість використання зовнішніх факторів на користь команди [44].

Навчання футболіста починається з пояснення основ правил

футбольної гри, практичне оволодіння якими продовжується в ході виконання ігрових вправ та під час тренувальних ігор [49].

Потім слідує теоретична підготовка з вивченням індивідуальної та групової тактики гри в обороні та атаці. Кожне теоретичне заняття повинно мати конкретні цілі та завдання. Все те, що вивчається в теорії, повинно закріплюватися в наступних заняттях на практиці.

Основні методи навчання тактики:

1. Метод вправи (багаторазове повторення знайомих, що розучуються, вправі).

2. Метод демонстрації та показу.

3. Метод слова.

4. Цілісний і розчленований (перш ніж перейти до тактичних дій в цілому, освоюють основні частини кожного. До цілісного методу вдаються зазвичай для закріплення та вдосконалення тактичних дій).

5. Аналіз відеоматеріалів з тактики.

6. Аналіз своїх дій та дій суперника [51].

На початковому етапі оволодіння тактикою швидкість складних реакцій, орієнтування та кмітливість розвиваються у футболістів переважно у процесі фізичної та технічної підготовки.

Для цього вправи вводять додаткові умови:

- застосовують звукову та зорову сигналізацію (щоб гравці могли швидко змінювати ті чи інші дії з м'ячем та без м'яча);

- збільшують кількість м'ячів, предметних орієнтирів та обмежувачів;

- навчають складніших переміщень, у яких зміну місць займаються проводять залежно від напряму дій партнера;

- застосовують активний та пасивний опір умовного супротивника [48].

Особливо важливим варто відзначити те, щоб додаткові умови та ускладнення не позначалися негативно на розвитку фізичних якостей або формуванні рухових навичок, що лежать в основі технічних прийомів.

Наприклад, можна виконувати вправу в таких умовах, коли футболіст

повинен одночасно вибирати момент для початку дій та визначати напрямок удару або вести м'яч залежно від розташування та переміщення партнера [42].

У процесі тренувальної діяльності необхідно завжди підвищувати та ускладнювати елементи тренування для точно, щоб безперервно відбувався розвиток гнучкості мислення. Для цього можна додавати одного або двох суперників для тиску на футболіста під час виконання дії, тим самим ускладнюючи ситуацію для успішного виконання необхідного завдання.

Для покращення взаємодії з партнерами можна використовувати такі вправи:

1. Взаємодія двох або трьох гравців без зміни та зі зміною місць на полі, без опору з боку суперника.

2. Точно така ж вправа, але вже з умовним суперником, найбільш найкращим варіантом, буде використання манекена .

4. Те ж вправу, але з ускладненим завданням, наприклад обмежити кількість дотиків м'яча чи часу володіння м'яча [40].

Також необхідністю буде приділяти увагу вихованню вміння швидко перемикати увагу з одного руху на інший, від технічного прийому нападу, до технічного прийому захисної дії, від одних тактичних дій до інших.

Приступаючи до вивчення командних тактичних дій, потрібно пояснити розстановку гравців та функції кожного з них. На перших навчальних іграх тренери не ставлять складних завдань.

Головний засіб оволодіння командними діями – двостороння гра. Саме вона розвиває правильне тактичне мислення. Але тренер має керувати грою, не допускати, щоб вона протікала стихійно. Двосторонній грі має передувати попередня розмова тренера з гравцями, у ході якої знаходять застосування макет поля, схеми, малюнки тощо [13].

Гравці, ланки, лінії та команда загалом отримують конкретні завдання. Тренер може сам судити гру, роблячи футболістам зауваження під час її, або надати це право помічникові. Під час проведення двосторонньої гри слід

уникати частих зупинок. Зупиняти гру необхідно лише тоді, коли треба зробити загальні вказівки гравцям чи повторити комбінацію.

Переважно робити зауваження, не зупиняючи ходу гри [41]. При тактичній підготовці слід приділяти увагу і функцій гравців на полі, організованість команди у різних фазах гри досягається шляхом чіткого розподілу функцій та ролей кожного гравця.

Юних футболістів необхідно навчити перебувати на певних місцях та діях на обмеженій ділянці поля, основним критерієм для визначення місця на полі є оцінка тренера гравця за можливостями та навичками. Гравець повинен на протязі всієї гри знаходити найефективніші способи вирішення необхідної задачі в постійно мінливих умовах гри і ігрових моментів, що несподівано виникають.

Тактичні дії можна поділити на такі способи:

1. Ситуаційна оцінка ігрового моменту.

2. Вибір та прийняття певного рішення.

3. Застосування найбільш вірного та доцільного переміщення та технічного прийому в ігровому моменті [50].

1.3 Використання ігрового методу у тренувальному процесі футболістів

У тренувальному процесі футболістів ігровий метод представлений у вигляді виконання вправ в ігровій формі, які мають спільні та характерні ознаки для ігрової діяльності, проте відрізняються один від одного [52].

Компоненти ігрової діяльності взаємодіють із навчанням і завдяки цьому вважаються привабливішими для дітей. Роль у ігровій вправі надає на футболіста стимулюючі впливом геть виконання ігрового дії, цим спонукаючи у ньому інтерес цієї вправи [18]. Ігровий метод у тренувальному процесі можна розділити на такі пункти:

Сюжетно-рольова основа. Футболісти перебувають в умові гри, кожен гравець отримує свою роль, яка близька до тієї ролі, яка буде у гравця на полі

під час гри.

Відсутність жорсткої регламентації дій, імовірнісні умови їх виконання, широкі можливості самостійного прояви творчих начал. Виділяються лише правила ігрової вправи та загальні лінії поведінки граючих, не виділяється жорстких обмежувальних форм та дії гравця; допускається можливість широкого вибору та комбінування способів досягнення ігрових цілей, випливає самостійна імпровізація тих, хто займається відповідно до умов.

Моделювання емоційно насичених міжособистісних та міжгрупових відносин. У більшості ігор виділяються яскраві людські взаємини, співробітництва, взаємодопомоги, взаємовиручки, а й суперництва, протиборства.

Особливості регулювання факторів, що впливають, ігровий метод не надає тих можливостей для точної реалізації заздалегідь наміченої програми дій і нормування їх впливу на які займаються, які є в методах строго регламентованого вправи [3].

Розгляд питання про більш глибоке вивчення та педагогічну оцінку ігрових вправ, як засобу в процесі підготовки футболіста виник досить давно, проте останнім часом з урахуванням швидко мінливих підходів та тенденцій до навчання та планування тренувальної діяльності істотно зросла актуальність цього питання, це обумовлюється тим, що ігрові вправи часто недооцінюються у підготовці юних футболістів і не займають у системі тренувального процесу належного місця [39].

У сукупності з вирішенням загальних завдань, як підвищення емоційного характеру, зняття напруги, поліпшення загальної фізичної підготовки, ігрові вправи варто віднести до доцільних способів для вирішення спеціальних завдань у тренувальному процесі [15].

В умовах швидкозмінних ігрових моментів та ігрового ритму, ніякі інші засоби не можна вважати як повне моделювання характерної для футболу динамічної зміни зовнішніх ситуацій на тлі постійно змінного

емоційного стану футболістів, це є достатньо необхідною умовою реалізації важливого принципу спортивної підготовки – принципу відповідності [53].

При розгляді ігрового методу варто розглянути думки авторів про роль ігрових вправ у тренувальному процесі під час підготовки юних футболістів.

Вправи у бігу з м'ячем настільки приносять радість футболіста, що недооцінювати цього не можна. Юні футболісти охоче займаються м'ячем і отримують неймовірні емоції від тренувальної діяльності. Для цього необхідно створити на тренуванні такі умови, в яких переважав би ігровий елемент [32].

Одним з основних засобів навчання та тренування є фізичні вправи активного рухового характеру, під дією яких відбувається формування навичок та умінь. Підбираються вони з їхньої переважної дії. Велике значення тут мають ігрові вправи у навчально-тренувальному процесі.

Ігрові вправи у футболі, розвиваючи організм, збільшують його функціональні можливості та в результаті створюють стан тренованості. Застосування ігрових вправ займає більшу частину тренування. За характером вони наближаються до умов ігрових моментів [27].

Такі вправи , порушують монотонність тренувального процесу, дають чудовий ефект.

Виділяють застосування спеціальних ігрових вправ, динамічно відповідних рухової діяльності футболістів, найбільш ефективний компонент тренувальної діяльності, який сприятиме вирішенню завдань не тільки загальної, а й спеціальної фізичної підготовки [3].

Спортсмени вчаться самі розпоряджатися самотужки і можливостями, багато ігрові вправи вимагають суворого дотримання правил, що у своє чергу призводить до формування дисципліни [17].

Виділяють ігрову методику в процесі підготовки юних футболістів у технічному компоненті має займати чільне місце. Це сприяє найшвидшому зростанню технічної майстерності футболістів [24].

Ігрові вправи, це основа оволодіння технікою молодими футболістами. З її допомогою футболісти з найкращого боку засвоюють вправи. У юних футболістів виробляються міцні навички виконання всього різноманіття технічних процесів і формуються вміння комплексно та ефективно застосовувати ці навички за умов гри [18].

В ігрових вправах опановують техніку і тактику гри. Застосовуються ігрові вправи, що включають елементи техніки, їх стан, індивідуальні та командні дії.

Починаючи від найпростіших комбінацій, що розігруються двома-трьома і більше гравцями, і закінчуючи тактичними системами гри, до навчально-тренувальних занять із юними футболістами слід включати вправи з тактики [2].

Виділяють ігрові вправи як сприяють грамотному формуванню ігрових рухових навичок, оскільки вони виконуються за умов опору з реальним суперником, що у свою чергу наближає такі ігрові вправи до реальних ігрових ситуацій [25] .

Таким чином можна сказати, що техніко-тактична підготовка важлива саме в єдиному цілому, не можна тренувати одне без іншого, оскільки це буде не ефективним і не правильним підходом у техніко-тактичній підготовці футболістів, побудова тренувального процесу в об'єднувальній формі як технічних елементів, так і тактичною комбінацією дасть найкращий результат у підготовці футболістів.

Ігровий метод дозволить засвоїти це у найкращій формі та надасть футболістам мотивації до досягнення та показу найкращого результату, ігровий метод тренування дозволить футболістам розкрити свої можливості та у найкращій формі підготує їх до ігрового процесу.

2 ЗАВДАННЯ, МЕТОДИ ТА ОРГАНІЗАЦІЯ ДОСЛІДЖЕННЯ

2.1 Завдання дослідження

Мета дослідження: розробка та обґрунтування ефективності застосування комплексу вправ з використанням ігрового методу у техніко-тактичній підготовці футболістів 10-12 років.

Завдання дослідження:

1. На основі аналізу та узагальнення даних спеціальної науково-методичної літератури та передового досвіду дати оцінку різноманітним методам підвищення техніко-тактичної підготовленості юних футболістів

2. Розробити комплекс вправ із використанням ігрового методу тренування футболістів 10-12 років.

3. Перевірити та експериментально довести ефективність комплексу вправ з використанням ігрового методу тренування футболістів 10-12 років.

2.2 Методи дослідження

Для реалізації поставлених завдань ми застосоуввали наступні мтоди дослідження:

1. Аналіз наукової та навчально-методичної літератури.

2. Педагогічне тестування.

3. Педагогічний експеримент.

4. Методи математичної статистики.

Аналіз наукової та навчально-методичної літератури – це найдоступніший і водночас трудомісткий метод дослідження, оскільки він вимагає від виконавця високої працездатності та вміння критично оцінювати прочитане з урахуванням обраної теми дослідження.

Потребує навичок роботи з літературою: вміння робити виписки, конспектувати, групувати матеріал відповідно до плану роботи. Вивчення

літератури необхідне чіткішого уявлення методології дослідження та визначення загальних теоретичних позицій.

Педагогічне тестування – це форма виміру навичок футболістів, заснована на застосуванні педагогічних тестів. Включає підготовку тестів, проведення тестування та подальшу обробку результатів, яка дає оцінку навченості тестованих.

Педагогічний експеримент – це спеціальна організація педагогічної діяльності з метою перевірки та обґрунтування заздалегідь розроблених теоретичних припущень, гіпотез.

Метод математичної статистики – це математичні прийоми, формули, способи кількісних розрахунків, з допомогою яких кількісні показники, одержувані під час експерименту, можна узагальнювати, приводити у систему, виявляючи приховані у яких закономірності.

Обробка результатів дослідження проводилася за основними статистичними параметрами, а саме:

1. Обчислення середньої арифметичної величини () – характеризує середнє значення вибіркової сукупності, її групові властивості.

Середнє арифметичне можна знайти за формулою

$$\overline{x} = \frac{\sum x_i}{n},$$, (1)

де − результат вибірки, n – кількість вибірок.

2. Обчислення дисперсії (D) – середній квадрат відхилення значень ознаки від середньої арифметичної. Обчислюється за формулою

$$D = \frac{\sum x_i^2 - \frac{(\sum x)^2}{n}}{n-1},$$, (2)

де $x\ i$ − результат вибірки, n – кількість вибірок.

3. Обчислення стандартного відхилення (σ) – корінь квадратний із дисперсії, формула наведена нижче.

$\sigma = \sqrt{D}$, (3)

де D – дисперсія.

4. Обчислення стандартної помилки середньої арифметичної. Стандартна помилка середньої арифметичної характеризує ступінь відхилення вибіркової середньої арифметичної від середньої генеральної арифметичної сукупності.

$$m = \frac{\sigma}{\sqrt{n-1}},$$, (4)

де σ – стандартне відхилення, n – кількість вибірок.

5. Достовірність відмінностей (p) визначалася за t-критерієм Стьюдента за рівня значимості 5%.

2.3 Організація дослідження

Дослідження проводилося у кілька етапів з лютого 2024 року по червень 2024 року. У дослідженні брали участь футболісти 10-12 років у кількості 16 осіб, 8 в експериментальній та 8 у контрольній групі.

Перший етап дослідження (лютий-березень 2024р.) включав вивчення наукової та науково-методичної літератури, в результаті чого було виявлено стан досліджуваного питання і сформульовано тему дослідження, визначено основні положення роботи, а також підібрано методи дослідження та проведено збір інформації для подальшого дослідження.

На другому (березень-квітень 2024 року) проводилося педагогічне тестування футболістів, а також було визначено контрольну та експериментальні групи.

На третьому етапі (квітень – травень 2024 року) проводився педагогічний експеримент. У педагогічному експерименті брали участь дві групи юнаків, які займаються футболом. Експериментальна група розпочала роботу за запропонованим нами методом, а контрольна група продовжили займатися за раніше використовуваною програмою підготовки. Необхідно уточнити, що КГ і ЭГ були розділені окремі заняття, вони як займалися до

експерименту разом, і продовжили, просто змінили методи тренування в тренувальному процесі в ЭГ.

На четвертому етапі (червень 2024 року) проводилося узагальнення отриманих результатів, підбиття підсумків та оформлення роботи. Перед початком експерименту ми провели організаційні збори з футболістами, де розповіли, чим займатимуться хлопці та побажали успішних та плідних занять.

3 РЕЗУЛЬТАТИ ДОСЛІДЖЕННЯ

Розробка вправ на основі ігрового методу необхідна тому, що в даному віці дуже хорошим методом підготовки футболістів буде вважатися ігровий тренування, оскільки вік ще зовсім молодий і використання строго регламентованих, потокових, кругових методів пригнічуватиме і погіршуватиме емоційний стан дітей та емоційний фон всього тренування.

Це негативно позначиться на виконанні вправ і призведе до того, що спортсмен прийде на тренування без достатньої емоційної енергії і без бажання отримати нові знання, необхідні в тренувальному процесі. У цьому віці він буде більше грати. вправи та позитивні емоції необхідні для мотивації футболістів.

Для проведення навчально-тренувального процесу з футболістами 10-12 років експериментальної групи розроблено комплекс вправ на основі ігрового методу підготовки, в якому особливу увагу приділено формуванню навичок ігрових дій у футболі.

На тренуваннях використовувалися різні вправи для формування та закріплення навичок. Основною формою тренувального процесу були тренування у футбольному манежі.

У ході тренування ставилися завдання навчання та оволодіння технічними та тактичними навичками. Тренувальні заходи проводилися 3 рази на тиждень по 1,5 год.

До експериментальної групи входило 8 футболістів, до контрольної групи входило також 8 футболістів. Тренувальні заходи були структуровані та складалися з трьох частин: підготовчої, основної, заключної.

Підготовча частина складалася з розминки та загальнорозвиваючих вправ для розігріву опорно-рухового апарату та підготовка організму до тренувальної сесії.

Основна частина була заснована на виконанні технічних та тактичних елементів: ведення м'яча по прямій, ведення м'яча між стійками, передачі

м'яча на відстані 15 метрів протягом 30 секунд, удари по воротах, тактична комбінація «1 в 1», тактична комбінація «2 в 1».

Заключна частина складалася з затримки, відновлювальних заходів, підбиття підсумків та розбору помилкових дій під час виконання технічних та тактичних елементів. В експериментальній групі тренування проходили з використанням ігрового методу, у кожній вправі 8 футболістів, задіяних в експериментальній групі, ділилися на 2 команди для виконання вправи. Усі елементи були розподілені на такі групи: технічні та тактичні.

Перед початком навчального експерименту футболісти проходять тестування в загальній групі, після отримання результатів поділяються на експериментальну та контрольну групи. При проведенні тренінгової діяльності за ігровим методом ЕГ була поділена на дві команди по 4 особи. Перший елемент стосувався технічних дій.

1. Ведення м'яча. 1.1 Ведення м'яча – це технічний елемент необхідний просування м'яча футболістом шляхом багаторазового торкання ногами. На початку педагогічного експерименту ЕГ і КГ виконали в єдиному порядку дану вправу, після чого ЕГ почала виконувати вправу запропонованим нами методом, а КГ продовжувала виконувати вправу в тій формації, в якій і виконувала.

Опис вправи: Дві команди знаходяться на фішках, що позначають старт, проти них, на відстані 15 метрів знаходиться лінія, за яку необхідно завести м'яч, хто швидше завів м'яч отримує 1 бал для своєї команди. Результатом вправи було виміряний час виконання вправи. Для ознайомлення з вправою пропонуємо поглянути на рисунок 3.1.

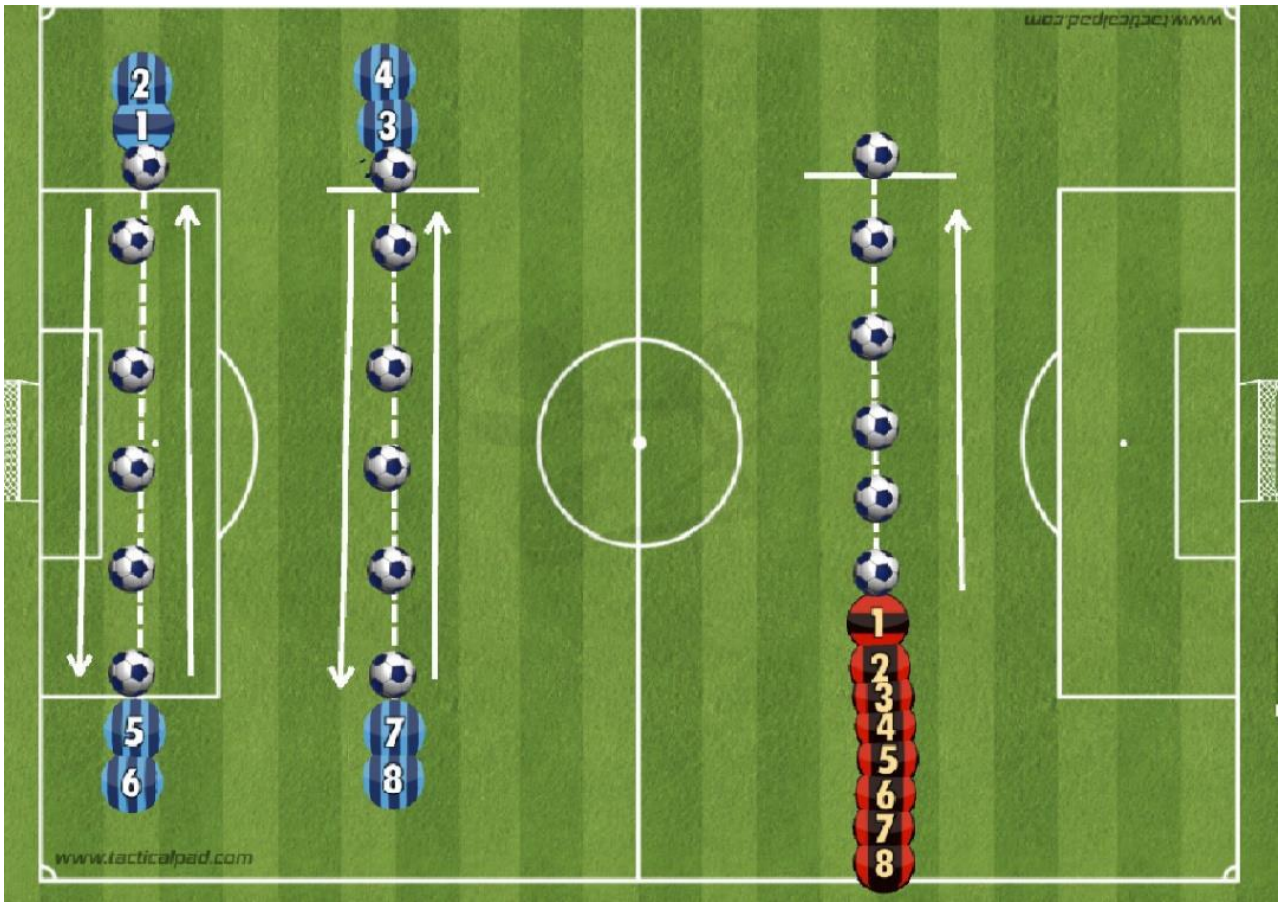


Рисунок 3.1 Ведення м'яча по прямій

2. Ведення м'яча між стійками – технічний елемент спрямований на ведення м'яча зі зміною напрямку. Опис вправи: Футболісти ЕГ (синій колір) поділяються на дві команди по 4 особи, навпроти кожної команди знаходиться по 6 стійок на відстані 2 метрів, завдання гравця пройти всі стійки та поставити м'яч за лінію, хто швидше виконав вправу, заробляє 1 бал для своєї команди. Гравці КГ (червоний колір) виконують вправу потоком. Результатом вправи було виміряний час виконання вправи. Для кращого сприйняття вправи пропонуємо подивитися рисунок 3.2

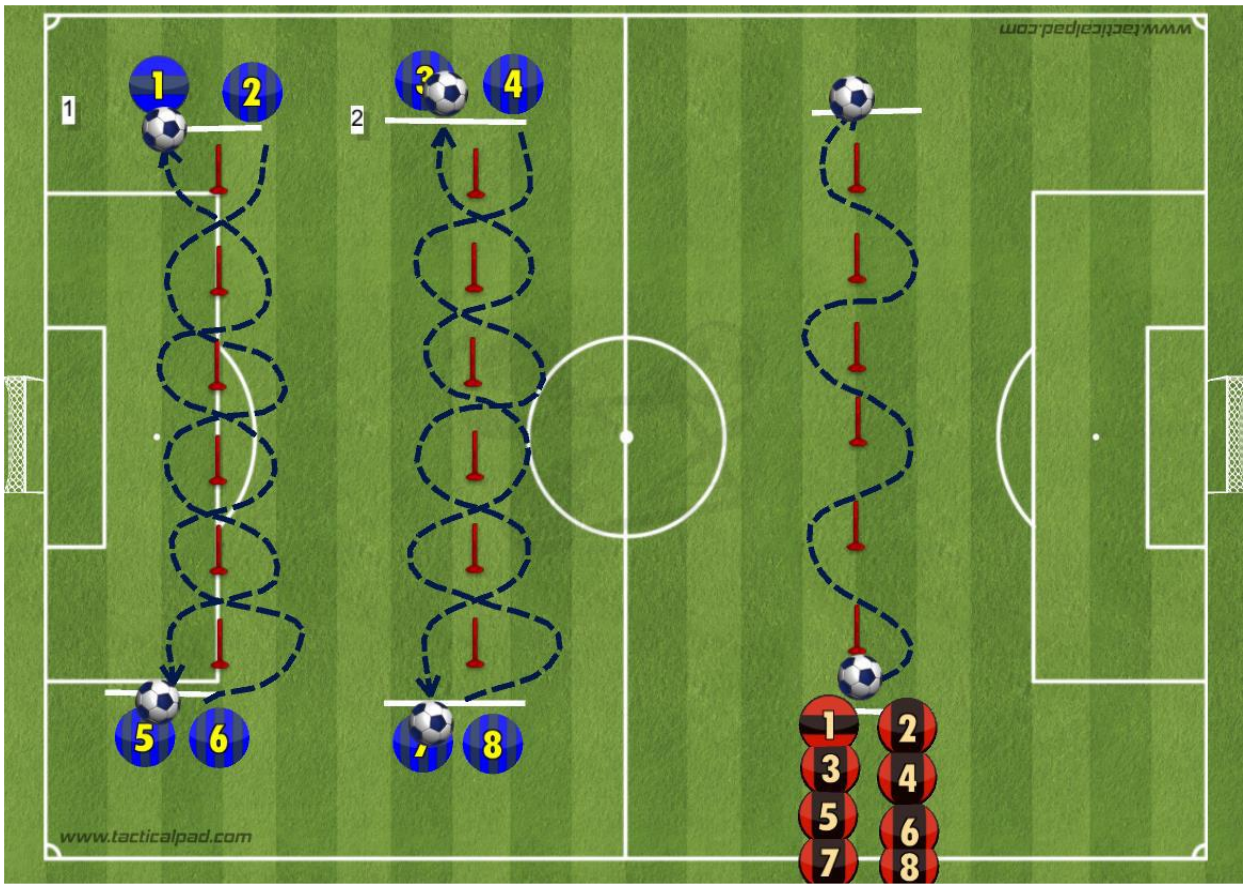


Рисунок 3.2 Ведення м'яча між стійок

3. Передача м'яча (пас) – цілеспрямована передача м'яча від одного гравця команди іншому гравцю цієї команди. Опис вправи: Передачі м'яча виконувались у парах, передачі необхідно було виконати в два торкання, першим торканням необхідно зупинити м'яч, другим торканням потрібно віддати точну передачу. Футболісти ЕГ (синій колір) розділені на дві команди по 4 особи на відстані 15 метрів один від одного, завдання гравців виконати максимальну кількість точних передач протягом 30 секунд, після завершення 30 секунд, команда, яка виконала більшу кількість точних передач, заробляє 1 бал. Футболісти КГ (червоний колір) виконували вправу у звичній формі. Результатом вправи було кількість точних передач. Для ознайомлення з вправою подивимося на рисунок 3.3.

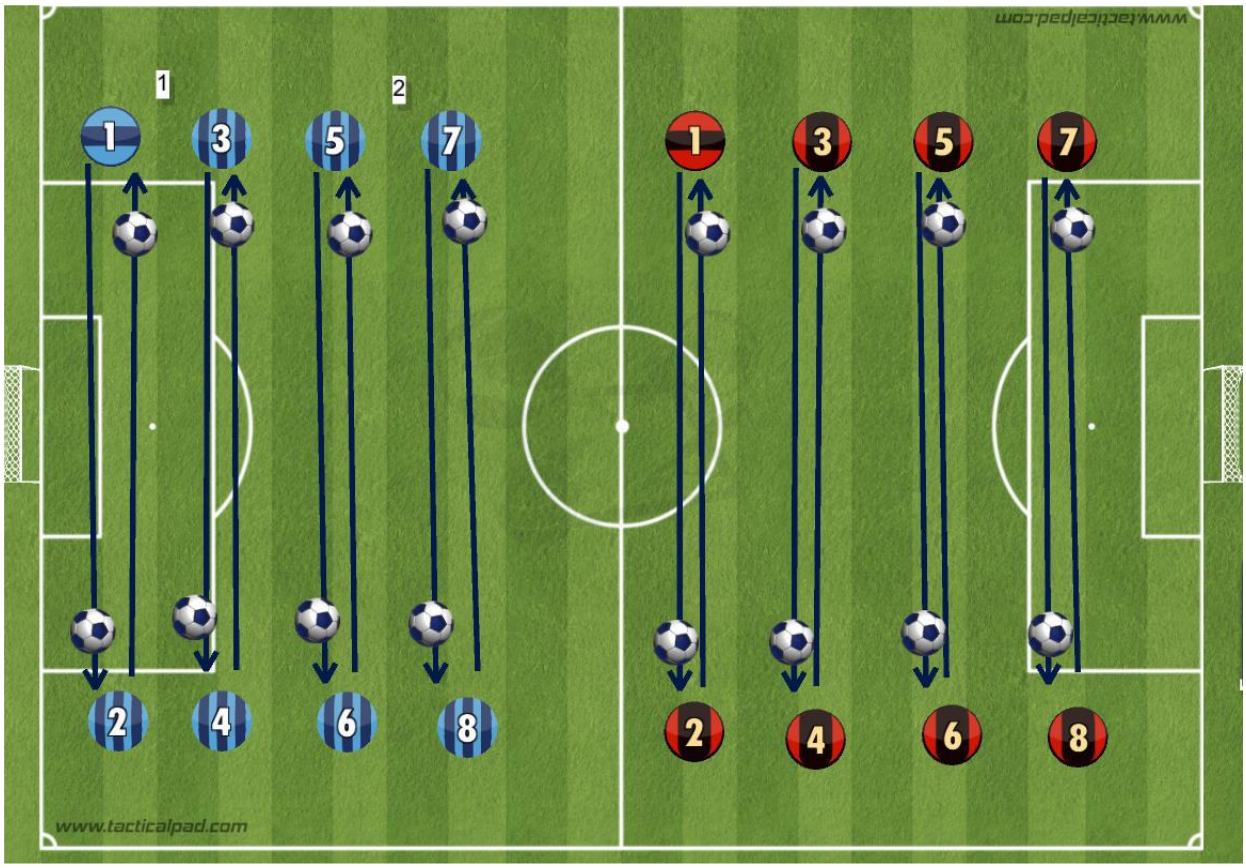


Рисунок 3.3 Передачі м'яча

3. Удари по воротах

3.1 Удари по воротах- удари частинами тіла, що наносять частинами тіла більшою мірою ногою без використання рук, для ураження воріт, основний спосіб для реалізації моментів і забивання голів. Опис вправи: Футболісти ЕГ розташовані на одній половині поля, футболісти КГ розташована на іншій половині поля, в ЕГ футболісти розділені на дві команди та виконують завдання в ігровій формі.

Завдання футболістів ЕГ вести м'яч поруч із фішками зробити плавний поворот у напрямку фішок і забити м'яч у ворота від білої лінії, хто забив, той приносить своїй команді 1 бал, хто не влучив у ворота отримує 0 балів, після 10 хвилин вправи гравці змінюються місцями, команда 1 переходить на місце команди 2, відповідно команда 2 переходить на місце команди 1, перемагає та команда, яка забила найбільше голів.

Кількість балів дорівнює кількості голів. Футболісти КГ виконують

завдання тільки без поділу на команди і зміни методу тренування.

Футболісти КГ після 10 хвилин переходять на інший бік та продовжую виконувати завдання у звичній формі. Для детальнішого ознайомлення з вправою розглянемо рисунок 3.4.

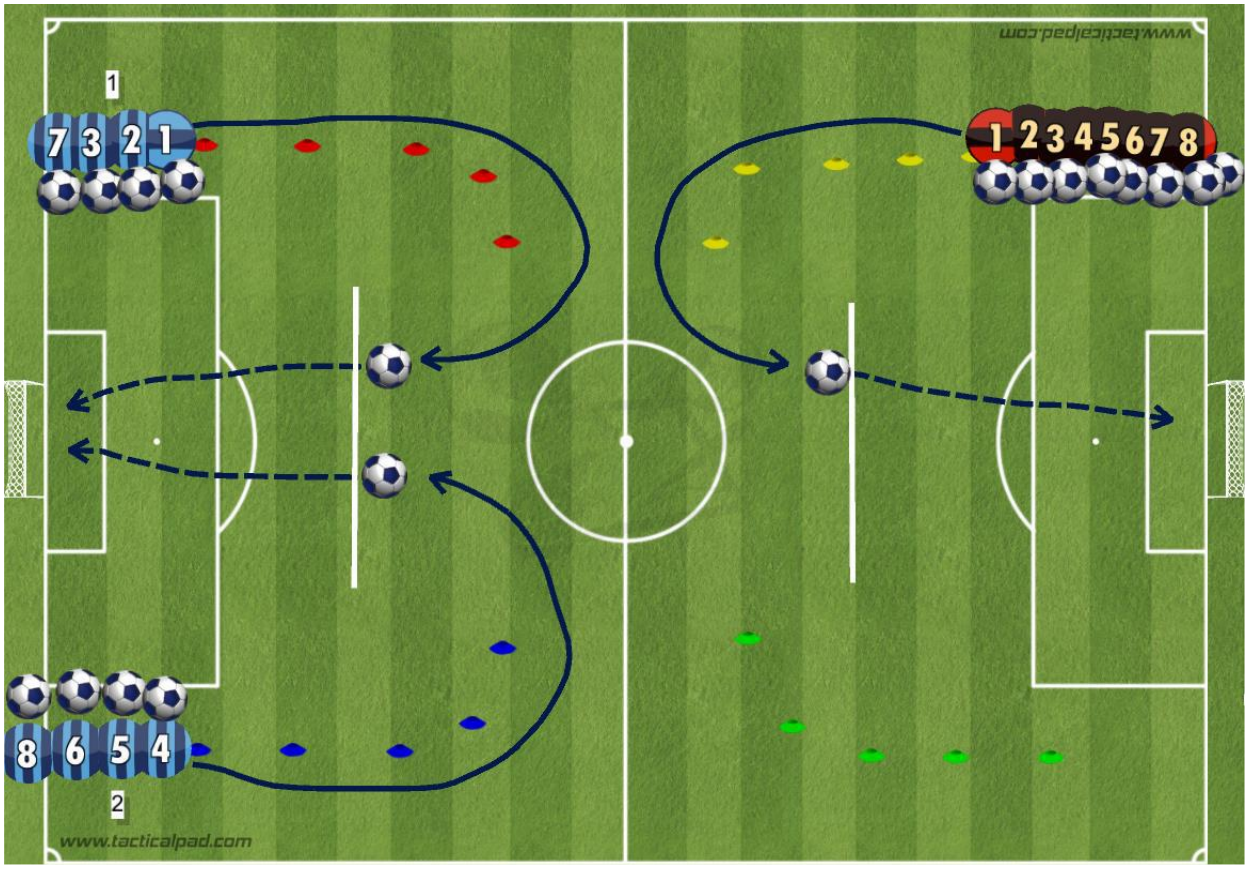


Рисунок 3.4 Удари по воротам

Завершивши розгляд вправ для технічної підготовки, переходимо до тактичних комбінацій. Першою тактичною комбінацією буде вправа «1 в 1». Опис вправи: У цій комбінації діють два гравці, один захисник, інший нападник, завдання нападаючого забити гол, завдання захисника забрати м'яч. ЕГ виконувала вправу в ігровій формі, група була поділена на 2 команди, нападнику необхідно обіграти захисника та забити гол у великі ворота, захиснику необхідно забрати м'яч та забити у маленькі ворота. Команда 1 була захисниками, команда 2 нападаючими, якщо нападник обіграв гравця і забив гол, його команда заробляє 1 бал, якщо захисник відібрав м'яч і забив гол у маленькі ворота, то вже команда захисника

заробляє 1 бал, після завершення комбінації, гравці змінюються в кожній команді. Потім команди змінюються ролями. Наприкінці вправи підраховуємо кількість балів, чия команда набрала більшу кількість балів, та й перемогла.

У КГ було завдання у звичній потоковій формі, також був нападник і захисник, завдання нападника не змінюється, завдання захисника тільки забрати м'яч, якщо захисник взяв м'яч або якщо нападник не забив гол, або м'яч вийшов в аут, потім вони міняються місцями і завдання починається так само, після чого обидва гравці обмінюються іншими гравцями. Для детального вивчення вправи подивимося рисунок 3.5.

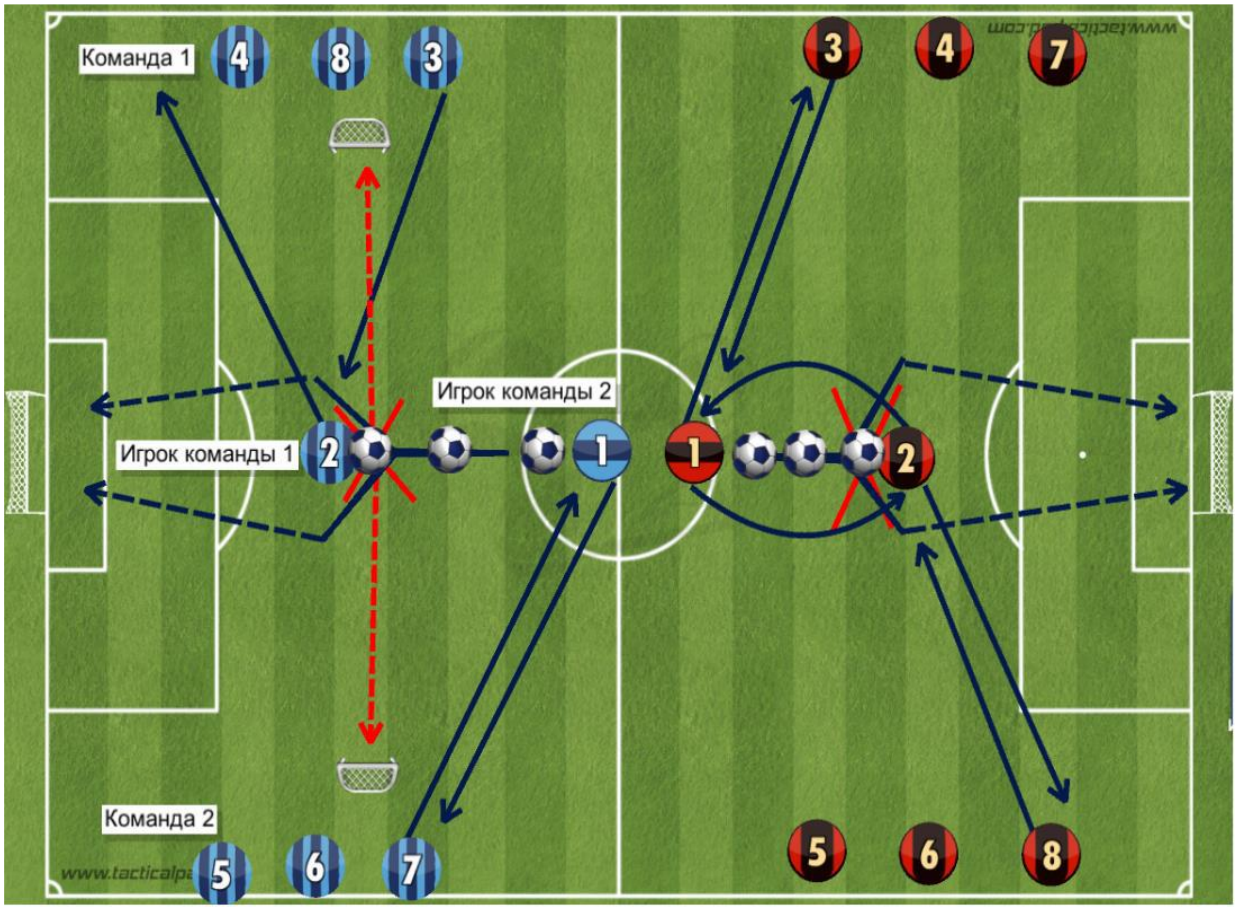


Рисунок 3.5 Тактична комбінація «1 в 1»

Переходимо до наступної тактичної комбінації «2 в 1», ця комбінація передбачає розташування вже 2 нападаючих і одного захисника. Спрямована на покращення взаємодії між гравцями, розуміння структури комбінаційної гри при розіграші. Опис вправи: В ЕГ було визначено дві команди по 4

особи, команда 1 була у ролі нападаючих, команда 2 у ролі захисників. Завдання команди 1 полягало в розіграші комбінації без строго регламентованих обмежень, тобто гравці не мали певних обмежень, могли розігрувати м'яч у вільній формі, рухатися в різних напрямках, метою команди було забити гол, 1 гол дорівнював 1 балу, завданням команди 2 було захистити ворота , забрати м'яч і забити у маленькі ворота, якщо гравець команди 2 при відборі забив гол у маленькі ворота, його команда також отримує 1 бал. Команда, яка набрала до кінця вправи найбільше балів, вважалася перемогою.

У КГ гравці виконували вправу в строго регламентованій формі, тобто гравець, який віддав пас, повинен був рухатися в штрафну площу для отримання м'яча і забити гол, гравець, який отримав м'яч, повинен був віддати пас гравцеві, який знаходився в штрафній площі на дальній штанзі, після завершення розіграшу гравці змінюються місцями по колу та продовжують виконувати вправу до його завершення (рисунок 3.6).

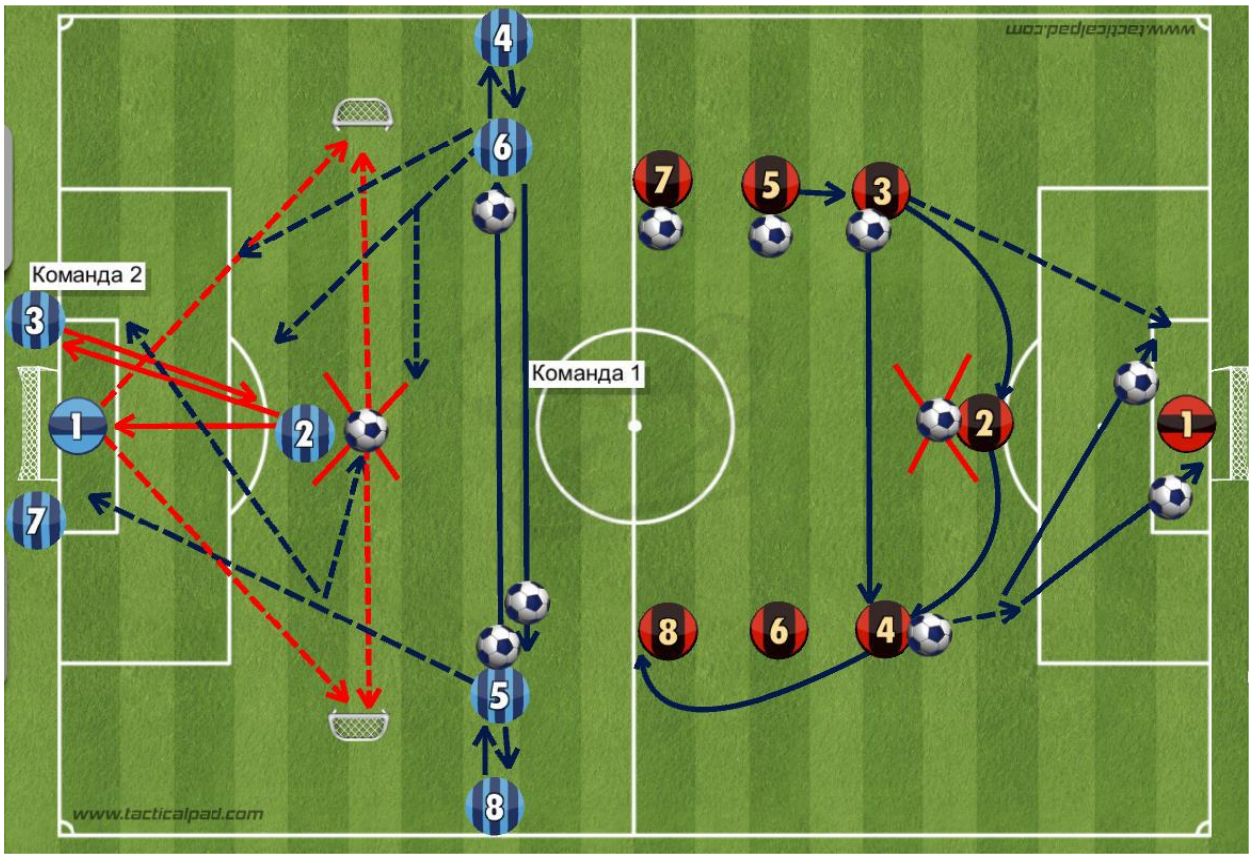


Рисунок 3.6 Тактична комбінація «2 в 1»

Розглянувши розроблений комплекс вправ, що складається з описаних вище вправ і комбінацій, переходимо безпосередньо до підвищення техніко-тактичної підготовленості футболістів при застосуванні способу гри.

Давайте познайомимося з тим, як наш експеримент вплинув на гравців, які результати були отримані в контрольній і експериментальній групах, а також подивимося, наскільки покращилися результати експериментальної групи порівняно з контрольною.

Завдяки постійним тренуванням футболісти всебічно розвиваються, вчаться правильно користуватися своїм тілом, молоді футболісти звикають працювати в команді, розвивають дисципліну. Навчання формує правила поведінки в колективі, почуття єдності і товариськості, волю і характер особистості [5].

Юні футболісти повинні вміти приймати рішення в умовах дуже обмеженого часу, виконувати різноманітні рухи і швидко реагувати на зміни ігрової ситуації та використовувати сучасні методи підготовки футболістів [10].

Перед початком проведення педагогічного експерименту ми сформували загальну групу гравців, для проведення тестування та фіксування результату кожного гравця в окремо взятій вправі чисельність групи становила 16 футболістів, після чого відбувався розподіл на дві групи ЕГ та КГ для проведення педагогічного експерименту.

Після проведення загального тестування ми розділили одну загальну групу футболістів на дві групи, експериментальну та контрольну, у кожній групі було по 8 футболістів, до ЕГ входили футболісти з номером від 1 до 8, а до КГ входили футболісти з номером від 9 до 16.

Також ми розділили ці групи по половинам поля, експериментальна група займалася на одній половині поля, контрольна на іншій. Також було визначено методи тренування, ЕГ займалася за запропонованим нами ігровим методом, а КГ займалася звичайно використовуючи потоковий метод.

Після завершення обробки отриманих результатів у ході педагогічного

експерименту, ми розпочали підбиття підсумків нашого експерименту шляхом математичної статистики. Результати математичної статистики технічних елементів до проведення педагогічного експерименту можна розглянути в таблиці 3.1.

Таблиця 3.1

Результати тестування технічних елементів до проведення педагогічного експерименту

Тест	ЕГ	КГ	$T_{розр.}$	$T_{табл.}$	P
Ведення м'яча по прямій (с)	2,09±0,20	2,86±0,16	0,4	2,45	<
Ведення м'яча між стійками (с)	7,77±0,29	7,77±0,31	0,0	2,45	<
Передачі (раз)	16,00±2,26	16,75±2,12	0,7	2,45	<
Удари по воротах	15,50±2,18	15,37±2,26	0,1	2,45	<

Розглянувши отримані результати, ми дійшли висновку, що результати тестування технічних елементів перед експериментом показали, що ЕГ і КГ істотно не відрізняються. Після вивчення результатів математичної статистики технічних елементів переходимо до вивчення результатів математичної статистики тактичних комбінацій. Результати математичної статистики тактичних комбінацій до проведення педагогічного експерименту можна побачити у таблиці 3.2.

Таблиця 3.2

Результати тестування тактичних комбінацій до проведення педагогічного експерименту

Тест	ЕГ	КГ	$T_{розр.}$	$T_{табл.}$	P
Тактична комбінація «1 в 1» (голи, кількість)	5,37±1,76	5,62±1,30	0,3	2,45	<
Тактична комбінація «2 в 1» (голи, кількість)	5,75±1,48	6±1,85	0,2	2,45	<

Розглянувши отримані результати, ми також дійшли висновку, що результати тактичних комбінацій до експерименту показали, що ЕГ та КГ суттєво не відрізняються. Після розгляду результатів математичної статистики до проведення педагогічного експерименту переходимо до розгляду результатів після проведення педагогічного експерименту.

Результати математичної статистики після проведення педагогічного експерименту в технічних елементах та тактичних комбінацій можна спостерігати у таблиці 3.3.

Таблиця 3.3

Результати тестування після проведення педагогічного експерименту у технічних елементах та тактичних комбінаціях

Тест	ЕГ	КГ	$T_{розр.}$	$T_{табл.}$	P
Ведення м'яча по прямій (с)	2,65±0,12	2,86±0,25	2,5	2,45	>
Ведення м'яча між стійками (с)	7,56±0,29	7,92±0,21	2,8	2,45	>
Передачі (раз)	18,75±1,98	15,50±2,20	3,6	2,45	>
Удари по воротах	18,12±1,64	15,50±1,45	3,9	2,45	>
Тактична комбінація «1 в 1» (голи, кількість)	7,25±1,48	5,51±0,92	2,9	2,45	>
Тактична комбінація «2 в 1» (голи, кількість)	7,37±1,18	5,50±1,19	3,2	2,45	>

Розглянувши отримані результати, ми дійшли висновку, що результати тестів з технічних елементів і тактичних комбінацій після експерименту, показали, що ЕГ і КГ істотно відрізняються, зміни виявилися значущими, отже використання ігрового методу в техніко-тактичній підготовці, ефективно, таким чином гіпотеза є доведеною, виконана робота є успішним результатом для застосування та впровадження у тренувальний процес техніко-тактичної підготовки футболістів 10-12 років, оскільки показала свою ефективність.

Аналіз отриманих результатів показав, що за час проведення педагогічного експерименту показники обох груп, експериментальної та контрольної суттєво змінилися що підтверджує ефективність запропонованого нами комплексу вправ з використанням ігрового методу.

ВИСНОВКИ

1. Встановлено, що процес техніко-тактичної підготовки футболістів 10-12 років є комплексною системою підготовки юних футболістів, яка дозволить оволодіти базовими та необхідними навичками для виконання вдалих технічних елементів і тактичних комбінацій. .

Техніка футболіста є найважливішим елементом у підготовці гравця до швидко мінливих умов гри. Володіння технічними елементами достатньо хорошого рівня дозволить гравцеві бути ефективним і впливати на хід гри, а також дозволить зменшити кількість пропущених втрат. кидків і втрат час водіння

Встановлено, що тактична підготовка також важлива, оскільки вона допомагає футболісту приймати правильне рішення на полі в ігрових ситуаціях, дає уявлення про правильне розігрування тактичних комбінацій, їх успішність і дозволяє досягти найкращого результату як команді, так і команді. і до себе самого. гравцеві. Ігровий метод необхідно використовувати в системі тренувального процесу, оскільки він благотворно впливає на емоційний фон гравців і команди в цілому, що дає можливість показувати найкращі результати.

2. Ігровим методом розроблено комплекс вправ, який включав як технічні елементи, так і тактичні комбінації. Технічні елементи включали: ведення м’яча по прямій лінії, ведення м’яча між стійками, передача м’яча, кидок по воротах, тактичні комбінації включали такі комбінації: «1 в 1» та «2 в 1», всі вправи складалися. в ігровій формі.

3. Виправдано застосування вправ з використанням ігрового методу. Таким чином, розроблені нами під час навчального експерименту вправи показали свою ефективність: у вправі ведення м’яча по прямій футболісти експериментальної групи підвищили показники на 0,25 секунди, у вправі ведення м’яча між повідомленнями 0,21 секунди, передача м’яча за 30 секунд, результат покращився на 3 передачі, в ударах по воротах покращення

результату склало 3 додатково забиті м’ячі, у тактичній комбінації «1 в 1» результат 2 більше пропущених м’ячів, у тактичній комбінації «2 в 1» результат також кращий на 2 забиті м’ячі. Усі зміни вірогідні ($p < 0,05$).

Отримані нами результати підтвердили ефективність запропонованого комплексу вправ з використанням ігрового методу та показали необхідність його використання в процесі техніко - тактичної підготовки футболістів 10-12 років. Футболісти були більш зосереджені на тренувальному процесі, виявляли більшу старанність у досягненні результату, були вмотивовані та детально роз’яснені в кожному технічному елементі, а в тактичних комбінаціях відпрацьовували кожен епізод до кінця, не відключаючись і не відволікаючись від процесу.

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. Абдула А. Б., Перцухов А. А., Шаленко В. В. Аналіз атакуючих техніко-тактичних дій провідних футбольних клубів Європи. *Спортивні ігри*. 2023. № 2. С. 4-14.

3. Акулич Л.И. Обоснование средств контроля физической подготовленности квалифицированных волейболистов. *Мир спорта*. 2010. № 1 (38). С. 11-16.

4. 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.

5. Антомонов М.Ю. Математическая обработка и анализ медико-биологических данных. Киев: 2006. 558 с.

6. 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.

7. 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.

8. Вихров К.Л. Футбол в школе: учебно-методическое пособие. Киев: Радянська школа, 1990. 189 с.

9. Войтенко В.П. Здоровье здоровых: Введение в санологию. Киев: Здоров`я, 1991. 248 с.

10. 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.

11. Костюкевич, В. М. Теорія і методика викладання футболу:

навчальний посібник. Київ: КНТ, 2017 310 с.

12. Сивохоп Е.М., Маріонда І.І., Шкірта М.І. Футбол і методика викладання: навчально-методичні рекомендації . Ужгород, 2023. 66 с.

13. 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.

14. 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.

15. 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.

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

17. 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.

18. 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.

19. Єрмоленко П. Підготовка футболістів віком 11-15 років з урахуванням ігрового амплуа. *Теорія і методика фізичного виховання і спорту.* 2012. № 1. С. 16-21.

20. Жлобо Т., Жлобо В. Ефективність функціонального тренування для розвитку рухових якостей учнів старшої школи у процесі занять міні-

футболом . *Вісник Національного університету "Чернігівський колегіум" імені Т. Г. Шевченка. Серія : Педагогічні науки*. 2023. Вип. 20. С. 26-31.

21. 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.

22. 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.

23. Овчаренко С.В., Матяш В.В., Соловей Д.О., Яковенко А.В. Футбол: історія розвитку, правила гри, методика навчання. Дніпро: «Інновація», 2017. 150 с.

24. Зациорский В.М. Успешность приема мячей в зависимости от скорости, направления и длительности полета. *Теория и практика физической культуры.* 1984. № 8. С.12-14.

25. Ищенко В., Лисенчук Г. Сравнительный анализ физической подготовленности футболистов команд разной квалификации. *Наука в олимпийском спорте*. 2003. №1. С. 50-56.

26. Кашуба В. Автоматизированные системы анализа технико-тактических действий спортсменов в спортивных играх. *Спортивний вісник Придніпров'я.* 2013. № 1. С. 87-95.

27. Козина Ж.Л. Теоретико-методические основы индивидуализации учебно-тренировочного процесса спортсменов в игровых видах спорта: автореф. дисс. … докт. наук по ФВиС: спец. 24.00.01 / Ж.Л. Козина. К.: 2010. 45 с.

28. Крушинська Н., Матвєєв С., Кириченко Р. Футбол як засіб соціалізації учасників бойових дій: стан, проблеми, перспективи. *Теорія і методика фізичного виховання і спорту*. 2023. № 3. С. 69-72.

29. Курок О. І., Хлус Н. О. Розвиток фізичних якостей у дітей старшого дошкільного віку засобом спортивної гри футбол. *Спортивні ігри*.

2022. № 4. С. 4-15.

30. Лісенчук Г., Лелека В., Богатирьов К. та ін. Легкоатлетичні засоби у підготовці юних кваліфікованих футбольних півзахисників 13-14 років. *Теорія і методика фізичного виховання і спорту.* 2023. № 2. С. 16-23.

31. Маликов Н.В. Адаптация: проблемы, гипотезы, эксперименты. Запорожье: Изд-во Запорожского госуниверситета, 2001. 370 с.

32. Маліков М.В., Богдановська Н.В., Сватьєв А.В. Функціональна діагностика у фізичному вихованні і спорту. Запоріжжя: ЗНУ, 2006. 246 с.

33. Соломонко В. В. Футбол: підруч. для студ. вищ. навч. закл. Київ : Олімпійська література, 2014. 304 с.

34. Ніколаєнко В. В. Практичні аспекти вдосконалення тренувальної діяльності та системи проведення змагань на етапі підготовки до вищих досягнень у футболі. *Теорія і методика фізичного виховання і спорту*. 2013. № 2. С. 23–27.

35. Овчаренко С.В., Матяш В.В., Яковенко А.В. Планування тренувального процесу футболістів в підготовчому періоді. *Спортивний вісник Придніпров'я. Науково-практичний журнал*. Дніпропетровськ: ДДІФКіС. №1. 2012. С. 166–169.

36. Овчаренко С.В., Мітова О.О. Проблеми контролю у футболі в зв'язку з сучасними тенденціями його розвитку. *Фізична культура спорт та здоров'я нації*: *зб. наукових праць: Вінницький держ. пед. ун-тет ім. М.Коцюбинського,* Житомирський держ. ун-тет і м. І.Франка / п ід ред. В.М. Костюкевича. Вінниця: ТОВ «Планер», 2017. Випуск №3 (22). С.371–377.

37. Базилевич О.П. Организация игры при подготовке футболистов высокой квалификации: метод. пособие. Киев: Украинский писатель, 2011. 71с.

38. Платонов В. Н. Система подготовки спортсменов в олимпийском спорте : учеб. тренера высшей квалификации. Киев : Олимпийская литература, 2004. 808 с.

39. Платонов В. Теория периодизации спортивной тренировки и ее практические приложения. Киев : Олимп. литтература, 2013. 624 с.

40. Платонов В.Н. Периодизация спортивной тренировки. Общая теория и ее практическое применение. Киев: Олимпийская литература, 2013. 624 с.

41. Платонов В.Н. Теория периодизации подготовки спортсменов в течение года: предпосылки, формирование, критика. *Наука в олимпийском спорте.* 2008. № 1. С. 3-23.

42. Пшибыльский В. Программирование процесса тренировки футболистов. *Индивидуализация в процессе спортивной тренировки: научный ежегодник.* Гданьск: AWF, 2002. № 11. С. 109-118.

43. Пшибыльский В. Физическая подготовленность квалифицированных футболистов разных игровых амплуа. *Теория и практика физической культуры*. 2003. С. 52–55.

44. Ринус Михалес. Построение команды : путь к успеху: [книга переклад. с англ. языка междунар. департаментом ФК „Шахтар” Донецк]. Київ, 2006. С. 167–168.

45. Сапрун С. , Корнієнко С., Кузь Ю., Машталер І. Теоретико-організаційні основи інтеграції секції футболу у загальноосвітні навчальні. *Теорія і практика фізичної культури і спорту*. 2023. № 1. С. 103-109.

46. Сахновский К. П. Теоретико-методические основы системы многолетней подготовки : автореф. дис. на соискание ученой степени д-ра пед. наук : спец. 13.00.04 «Теория и методика физического воспитания, спортивной тренировки, оздоровительной и адаптивной физической культуры». Киев, 1997. 48 с.

47. Сивохоп Е.М., Шкірта М.І., Маріонда І.І. Теорія і методика викладання футболу підготували: методична розробка виховання. Ужгород, 2013. 52с.

48. Сивохоп Е.М., Шкірта М.І., Маріонда І.І. Теорія і методика

викладання футболу : методична розробка виховання. Ужгород, 2013. 52с.

49. Соломонко В. В. Футбол : підручник. Київ : Олімпійська література, 2005. 296 с.

50. Соломонко В.В., Соломонко О.В. Организация и методика индивидуальной тренировки футболистов. *Всеукраїнський науково-практичний журнал ,,Футбол-Профі”.* Донецьк, 2007. С. 4–15.

51. Стасюк В. А. Структура і зміст тренувального процесу студентських футбольних команд протягом річного макроциклу. *Актуальні проблеми фізичного виховання та методики спортивного тренування.* 2017. №1. 65-71.

52. Степаненко В., Погребний В., Коробко К. та ін. Вікові особливості взаємозв’язків показників спеціальної фізичної підготовленості з ефективністю захисних тактичних дій юних футболістів 11-15 років. *Теорія і практика фізичної культури і спорту.* 2023. № 1. С. 29-35

53. Теоретико-методичні основи управління процесом підготовки спортсменів різної кваліфікації: колективна монографія / за заг. ред. В.М. Костюкевича. Вінниця : ТОВ Планер, 2018. 418 с.

54. Терещенко Т. О. Оптимізація рівня гідратації організму футбольних арбітрів під час тренувань та змагань. *Спортивна медицина, фізична терапія та ерготерапія*. 2023. № 1. С. 24-27.

55. Товт В. А., Маріонда І. І. Теорія і технології оздоровчо-рекреаційної рухової активності: навчальний посібник. Ужгород : ДВНЗ «УжНУ», «Говерла». 2015. 88 с

56. Третилова Т.А. Некоторые вопросы оценки функционального состояния организма юных футболистов. *Теория и практика физической культуры* 2010. №4. С. 25-26.

57. Уилмор Д., Костилл Д. Физиология спорта и двигательной активности. К.: Олимпийская литература, 1997. 503 с.

58. Уилмор Дж.Х., Костилл Д.Л. Физиология спорта и двигательная

активность. Київ : Олимпийская література, 2003. 390 с.

59. Физическая культура, обучение и здоровье : основы самостоятельной тренировки студентов вузов : учеб.пособие для вузов. [авт.: С. М. Ашкинази и др.]. СПб. : СПбГУП, 2008. 156 с.

60. Футбол : навч. прогр. для дитячо-юнацьких спорт. шк., спеціалізованих дитячо-юнацьких шк. олімп. резерву та шк. вищ. спорт. майстерності / В. Г. Авраменко, В. І. Гончаренко, О. М. Джус [та ін.]. Київ : Наук.-метод. ком. ФФУ, 2003. 106 с.

61. Хлус Н. О. Педагогічна технологія спеціальної фізичної підготовки юних гравців у міні-футболі. *Спортивні ігри*. 2023. № 1. С. 74-83.

62. Хоули Э.Т. Руководство инструктора оздоровительного фитнеса. Київ : “Олимпийская литература”, 2004. 375с.

63. Христова Т.Є. Тестування рухових здібностей школярів: курс лекцій для студентів вищих навчальних закладів спеціальності «Фізична культура». Мелітополь: ФОП Силаева О.В., 2017. 48 с.

64. Шаленко В.В., Перцухов А.А. Порівняльний аналіз показників фізичної підготовленості футболістів професійних команд різного рівня. *Проблеми фізичного виховання і спорту*. 2010. URL : http://www.nbuv.gov.ua.

65. Шамардин В. Н. Моделирование подготовленности высококвалифицированных футболистов : учеб. пособие. Днепропетровск : Пороги, 2002. 201 с.

66. Шамардин В., Тенцзюнь Тянь Структура тренировочных нагрузок юных футболистов 16-17 лет различных игровых амплуа в соревновательном периоде. *Спортивний вісник Придніпров’я*. 2010. №1. С. 54–55.

67. Шамардин В.Н. Зависимость результата игры от структуры технико-тактической деятельности и физической подготовленности футбольной команды высшей квалификации. *Слобожанський науково-спортивний вісник.* 2011. № 2. С. 66-70.

68. Шамардин В.Н. Система подготовки юных футболистов: учеб.

метод. пособ. Днепропетровск, 2001. С. 34–53.

69. Шамардин В.Н. Технология подготовки футбольной команды высшей квалификации: монография. Днепропетровск : Инновация, 2012. 351с.

70. Шамардін В. М. Технологія управління системою багаторічної підготовки футбольних команд вищої кваліфікації: автореф. дис. ... докт. наук з фіз. вих. і спорту: спец. 24.00.01 «Олімпійський і професійний спорт». Львів. 2013. 39.

71. Шиян Б. М., Папуша В. Г. Методика викладання спортивно-педагогічних дисциплін у вищих навчальних закладах фізичного виховання і спорту : навч. посібник. Б. М. Шиян,. Харків : "ОВС", 2005. 208 с.

72. Borysiuk Z. The level of coordination parameters compared with the effort profile of footballers - an analysis of a single case. *Sports kinetics*. 2003. P. 35-38.

73. Briskin Y. The differentiation of technical and tactical training of sportsmen in team sports a direction of scientific research. *Фізична активність, здоров'я і спо*рт. 2012. № 3 (9). С. 16-22.