

exercise regularly. Dynamics of spectral power density shows the differences in the brain activity of young men of experimental groups. In the group of athletes, the transition from the state of rest to the mental activity was registered more local growth of spectral power density in front associative areas of the cortex of the brain in comparison with a control group.

Key words: *electroencephalogram, power spectral density, mental activity, acyclic sports.*

УДК 796.332.071.5

Валерій Ніколаєнко

Технологія підвищення тактико-технічної майстерності на етапах багаторічної підготовки футболістів

Національний університет фізичного виховання і спорту України (Київ)

Постановка наукової проблеми та її значення. Актуальність питань, пов'язаних із підготовкою спортивного резерву для професійного футболу, в усі часи не викликала сумніву. Про це свідчить значна кількість досліджень, присвячених цій проблематиці (А. П. Золотарьов, 1997; А. А. Сучилін, 1997; Г. С. Лалаков, 1998; Н. Wein, 2001, 2004, 2007, 2009, 2011; В. М. Шамардін, 2001; Т. Reilly, D. Richardson, G. Stratton, 2004; А. А. Сучилін, А. П. Золотарьов, М. М. Шестаков, 2005; В. В. Варюшин, 2007; Г. В. Монаков, 2007; А. А. Шамардін, 2009; В. Beswick, 2010).

Цілком очевидний факт, що без кваліфікованих випускників спортивних шкіл та клубів жоден із видів спорту не має майбутнього (Г. А. Лисенчук, 2003; В. М. Платонов, 2004; М. М. Люкшинов, 2006).

Водочас зберігаються суперечності між тренувальною й змагальною діяльністю, відмінності в рівні спортивної майстерності між вітчизняними та зарубіжними футболістами, що засвідчує необхідність формування ефективної системи багаторічної підготовки спортсменів [4–6].

Зокрема, серед актуальних напрямів подальшого розвитку футболу одне з головних місць займає проблема вдосконалення методики багаторічної техніко-тактичної підготовки юних футболістів (Г. В. Монаков, 2000; В. В. Богданець, 2005; А. А. Сучилін, А. П. Золотарьов, М. М. Шестаков, 2005; А. В. Петухов 2006; В. В. Суворов, 2007; Б. Г. Чирва, 2008; М. Р. Григор'ян, 2009; А. В. Шамонін, 2010; М. Weber, 2010; Н. Х. Кудяшев, 2011; В. М. Селуянов, К. С. Сарсанія, В. А. Заборова, 2012; P. Hegen, W. Schöllhorn, 2012).

Дослідження проводили відповідно до Зведеного плану НДР у сфері фізичної культури й спорту на 2011–2015 рр. Міністерства у справах сім'ї, молоді та спорту за темою 2.3 «Науково-методичні засади вдосконалення системи підготовки спортсменів у футболі з урахуванням особливостей змагальної діяльності» (номер держреєстрації – 0111U001722).

Мета роботи – обґрунтувати технологію підвищення тактико-технічної майстерності юних футболістів.

Методи дослідження – аналіз спеціальної літератури, системний аналіз, метод порівняння й зіставлення.

Виклад основного матеріалу й обґрунтування отриманих результатів дослідження. Із розвитком і становленням «організованого» футболу, який прийшов на зміну «стихійному», дітей стали відбирати, а частіше – набирати спочатку з 10 років, потім з 8-ми, а зараз – із шестирічного віку. Основним став (і дотепер зберігається) підхід до змісту тренувального процесу, заснований на застосуванні одноманітних вправ з акцентом на фізичну підготовку, форсування тренувального процесу й зростання навантажень, що зумовлено націленістю наявної системи дитячо-юнацьких змагань на «перемогу будь-якою ціною».

Водночас раніше діти набували значного досвіду в природних умовах «вулично-дворового» футболу, що давало змогу кожній дитині досягти досить високого рівня техніко-тактичної майстерності, але найголовніше – стати креативною особистістю [7].

Футбол, як і все в природі, має свої закони розвитку. Професійний футбол не виникає з нічого, він починається з футбольних шкіл, а школи – із вулиці. Раніше вулиці «сіяли», школи «вирощували», професійні команди «збирали врожай». Зник «дикий футбол». Із ланцюга системи (вулиця – футбольна школа – професійна команда) випала дуже важлива перша ланка – вулиця.

У фізіології існує такий вираз: «Функція формує орган». Так-от, вулиця якраз і була тією функцією, яка формувала яскравих самобутніх футболістів. Посадивши хлопчаків за футбольні

парти, замінивши гру на вправи, ми фактично починаємо навчання зі знищення в дітей всякого стимулу до самостійного дії, усуваємо свободу мислення, змушуємо беззаперечно виконувати завдання. Тим самим забули, що творчість дітей – це самовираження, самоствердження, а не вишкіл.

Сьогодні в діях юних футболістів спостерігається більше шаблонного, програмованого, ніж спонтанного. Значною проблемою зростання спортивної майстерності юних футболістів стала традиційна система навчання дітей через вправи, у яких споконвічно відсутні ігрові завдання з акцентуванням уваги на сприйняття та оцінку ситуацій, а вміння, які сформувалися, закріплюються в простих ситуаціях, що не вимагають прийняття рішень. Унаслідок цього в юних футболістів, недостатньо формуються просторове орієнтування й різнобічність застосування техніко-тактичних дій в ігрових, тренувальних і змагальних умовах [1; 2; 16; 17].

Захоплюючись методом вправ, зовсім забули про гру – універсальний засіб для гармонійного розвитку, мислення та характеру. Футбол – це гра. Відповідно, і заняття має бути схожим на гру, навіть якщо воно проводиться без м'яча. Зараз моделлю заняття служить не гра, а вправа. Звідси й переконання, що все відбувається від ідеї (вправи), а не від природи (гри). Гра – засіб для розвитку абстрактного мислення – підміняється арифметикою. Але скільки не підраховували ТТД – це всього лише кількісний показник, наслідок. Причину треба шукати в майстерності, що залежить від якості навчання.

Як справедливо зауважив український дитячий тренер П. А. Пономаренко, «навчити грати за допомогою тільки одних вправ – утопія. Вправа – це теорія, а гра – практика. Хоч скільки не вправляйся з м'ячем, грати не навчишся» [8].

Солидарний із цією позицією відомий голландський фахівець R. Michels [13], який звернув увагу на те, що на тренуванні не слід працювати над тим, із чим гравець навряд чи зможе зіткнутися на полі під час гри. Тренування повинно відбуватись у формі гри, так само, як і у «вуличному» футболі.

Показовий підхід прийнятий Федерацією футболу Італії, яка в роботі з юними футболістами робить акцент на широкому використанні ігор та ситуаційних ігрових завдань, які повинні починатися якомога раніше, не чекаючи становлення техніки, оскільки останнє покращуватиметься завдяки побудові тренувального процесу відповідно до вимог реальної гри [11].

Важливо, щоб тренер, навчаючи техніки, ставив юного гравця в такі умови, коли той свідомо сприймає і своєчасно оцінює ефективність своїх дій, тим самим створює позитивну мотивацію для навчання.

Цікавий досвід роботи з дітьми в Німеччині, де протягом довгого часу стратегія навчання виключно полягала у використанні повторного методу й копіюванні стандартних моделей тренування. Раніше, як стверджують німецькі фахівці, визначався практичний досвід тренера, його творчість у використанні інноваційних підходів у тренувальному процесі, але незабаром усе змінилося, набуло масштабів одноманітності (монотонності), незважаючи на застосування різних методів виконання вправ та моделювання серій ігор. Зараз під впливом розробленої теорії диференційованого навчання зріс обсяг варіацій процесу навчання рухів, що призвело до розбіжності між так званим постійним (навчання за «шаблонами» з програмуванням дій) і змінним (варіабельність дій у різноманітних ігрових ситуаціях), останнє стало основою німецької системи навчання з використанням тактичних принципів АВС (навчання дій у нападі та захисті (залежно від фази гри, ігрової позиції, просторової орієнтації тощо) [14]. Стосовно навчання технічних навичок, то, наприклад, під час виконання ударів у ціль не просто застосовувати повторний метод, а потрібно чергувати умови їх виконання в різних серіях: спочатку – удари з невеликої відстані, далі – з акцентом на сильний удар, потім – з акцентом на точність, щоб досягти сталості та стабільності в усіх ударах у ціль [12].

Майже паралельно (здебільшого в Англії) визначили переваги комбінованого використання в практиці підготовки футболістів цих двох методів навчання й тим самим ще більше підвищили якість навчального процесу [15].

У контексті варіативності застосування цих методів особливу увагу слід приділити індивідуалізації процесу навчання та виконання завдань у ситуативних умовах. Тільки використовуючи метод розпізнання образів, розвиваємо здатність ідентифікувати й прогнозувати будь-яку ігрову ситуацію.

Функціональність і ситуаційність, як підкреслює S. D'Ottavio [10], повинна лежати в основі процесу навчання. Немає ніякого сенсу тренувати техніку тільки для техніки, якщо це не пов'язано (функціональність) зі змістом (ситуація) і підтверджено практичним застосуванням.

Наступний момент – те, що технічну підготовку не можна розглядати окремо від тактики [7].

Техніка повинна забезпечувати тактику. Тільки в такому поєднанні техніка стає справді ігровою, тому що іншої у футболі не буває.

У контексті сказаного потрібно внести певну ясність у поняття «змагальна діяльність», «техніко-тактична діяльність» і «тактико-тактична діяльність».

Академік А. М. Леонтьєв [3] розробив концепцію про три рівні в структурі діяльності, яка спирається на уявлення про відносини між діяльністю, дією й операцією як основними відносинами в структурі діяльності. Структурні рівні діяльності, розкриваючи її якісні характеристики як процесу, указують на відмінність діяльності від інших життєвих процесів. Поняття «дія» та «операція» розкривають відмінності між внутрішніми частинами, які складають процес діяльності, та відмінності між процесом і його складовими частинами, оскільки проста сума дій не дає уявлення про діяльність у цілому.

Уявлення про діяльність як про дію, пов'язану із задоволенням певної потреби, не відповідає уявленню про діяльність, що складається з безлічі послідовно впорядкованих дій. Друге визначення створює уявлення не про різні рівні структури діяльності, а про відносини між процесом і його складовими частинами.

У зв'язку з цим стає зрозумілою помилка тих дослідників, які, аналізуючи змагальну діяльність футболістів, обмежуються вивченням складових дій та операцій, зокрема, коли як узагальнені характеристики структури змагальної діяльності виділяються, наприклад, час або метраж дій у певній зоні інтенсивності її виконання. Склавши час чи метраж, можна отримати уявлення про кількість фізичної роботи при виконанні цих дій. Але це анітрохи не наблизить до розуміння сутності змагальної діяльності, оскільки не дасть змоги з достатньою впевненістю стверджувати про ефективність дій футболістів, а тим більше – чи перемаже команда в матчі, що гравці при цьому відчуватимуть і заради чого вони все це робили.

У практиці футболу дії та операції часто не розділяються. Так, ведення м'яча – це операція, яка спільно з іншими реалізує дії, наприклад відхід від опікуна, створення чисельної переваги на певній ділянці ігрового поля, створення вільного простору для партнера тощо. У кваліфікованих футболістів це відбувається злитно, у той час як для новачка саме ведення м'яча може бути дією – уся увага приділяється його технічним елементам (операціям).

Звідси – дії футболіста з м'ячем на початковому етапі підготовки слід розглядати як технічні або, що більш точно, як техніко-тактичні, а на наступних етапах навчання – тактико-технічні.

Стосовно термінології, то футбольний фахівець А. В. Такмаков [9] висловив свою думку. Так, техніко-тактичні дії – це виконання окремих елементів техніки в тактичних комбінаціях, а тактико-технічні – програма групової взаємодії – комбінації, створені групою або командою гравців із використанням будь-яких технічних елементів.

Варто відзначити, що будь-які групові або командні дії складаються з індивідуальних дій, а отже, більш чітко уявляється наведена раніше термінологія з поділом на дії гравця з м'ячем і без м'яча, де майстерність дій гравця із м'ячем визначається рівнем володіння технічним прийомом у поєднанні зі ступенем розвитку мислення, тобто вмінням гравця застосовувати технічні навички відповідно до ігрової ситуації і, що важливо, розв'язувати тактичні завдання щодо прийому м'яча.

Стосовно дій гравця без м'яча, то потрібно відзначити індивідуальні, групові та командні тактичні дії.

У контексті багаторічного процесу навчання необхідний відповідний поділ на види підготовки з інтерпретацією тренувальних засобів.

Щодо техніко-тактичної та тактико-технічної підготовки, то, з методичного погляду, доцільно розділити її на три етапи. Поетапна система підготовки створює сприятливі умови для поступового навчання.

Завдання першого етапу – закласти різнобічну базу загальних і спеціальних рухових навичок. Без фундаменту, що складається з чудової координованості, спеціальних рухів, доведених до автоматизму, про технічне зростання не може бути й мови, оскільки подальший рівень розвитку тактико-технічної майстерності багато в чому залежить від рівня розвитку координаційних здібностей.

Завдання другого етапу розв'язується за допомогою комплексних завдань. Футболіст повинен навчитися техніки володіння м'ячем у різних взаємопов'язаних із грою діях. Комплексні завдання – одна зі сходинок у нескінченних сходах удосконалення від простого до складного.

Завдання третього етапу – навчити гравця ефективно та якісно застосовувати технічні прийоми в екстремальних умовах і розв'язувати тактичні завдання до прийому м'яча. Цієї форми організації навчання (виконання технічних прийомів в екстремальних умовах) потрібно дотримуватися на кожному занятті, дещо видозмінюючи тільки зміст.

Висновки й перспективи подальших досліджень. Для підвищення тактико-технічної майстерності юних футболістів слід, по-перше, зробити акцент на якість та ефективність тренувального процесу, спрямованого на індивідуальний розвиток і підготовку креативного гравця; по-друге, проводити навчально-тренувальні заняття в ігровій формі на високому емоційному фоні з обов'язковим урахуванням вікових та індивідуальних особливостей дітей; по-третє, упровадити поетапну (поступову) систему тактико-технічної підготовки юних футболістів.

Упровадження цих підходів у практику багаторічної підготовки футболістів дасть змогу підвищити рівень спортивної майстерності гравця, який у подальшому визначатиме його потенціал на професійному рівні.

Отримані результати досліджень будуть покладені в основу розробки навчальної програми та методичного керівництва для тренерів спортивних шкіл, клубів й академій із футболу.

Джерела та література

1. Кашкаров В. А. Организационно-обучающая игра как метод развития творческого мышления юных футболистов : автореф. дис. на соискание ученой степени канд. пед. наук : спец. 13.00.04 «Теория и методика физического воспитания, спортивной тренировки и оздоровительной физической культуры». – М., 1996. – 22 с.
2. Корзун Д. Л. Техничко-тактическая подготовка футболистов 8–10 лет на основе акцентированного использования игровых средств : автореф. дис. на соискание ученой степени канд. пед. наук : спец. 13.00.04 «Теория и методика физического воспитания, спортивной тренировки и оздоровительной физической культуры». – Волгоград, 2013. – 24 с.
3. Леонтьев А. Н. Деятельность. Сознание. Личность / А. Н. Леонтьев. – М. : Academia, 2005. – 346 с.
4. Ніколаєнко В. В. Стан підготовки футбольного резерву в Україні / В. В. Ніколаєнко, О. В. Байрачний // Теорія і методика фізичного виховання і спорту. – 2010. – № 2. – С. 32–36.
5. Ніколаєнко В. В. Системний підхід до розробки проблеми оптимізації багаторічної підготовки футболістів / В. В. Ніколаєнко // Теорія і методика фізичного виховання і спорту. – 2013. – № 1. – С. 16–20.
6. Николаенко В. В. Тренировочный процесс в системе многолетней подготовки юных футболистов: сравнительный анализ / В. В. Николаенко // Науковий часопис НПУ імені М. П. Драгоманова. Серія № 15 : Науково-педагогічні проблеми фізичної культури (Фізична культура і спорт). – К. : Вид-во НПУ імені М. П. Драгоманова, 2014. – Вип. 3 (46) 14. – 51–58.
7. Петухов А. А. Футбол. Формирование основ индивидуального технико-тактического мастерства юных футболистов. Проблемы и пути решения : монография / А. В. Петухов. – М. : Сов. спорт, 2006. – 232 с.
8. Пономаренко П. А. Учись видетъ поле. – Донецк : РИП «Лебедь», 1994. – 112 с.
9. Такмаков А. В. Матрица футбола / А. В. Такмаков. – Краснодар : ООО «Касп-плюс», 2009. – 114 с.
10. D'Ottavio S. L'apprendimento della tecnica calcistica: come rendere funzionale l'insegnamento / S. D'Ottavio // Sport & Medicina, 2011. – № 2. – P. 49–57.
11. Guida Tecnica Per Le Scuole Di Calcio / Federazione Italiana Giuoco Calcio: Settore Giovanile e Scolastico. – Roma, 2008. – 572 p.
12. Hegen P. Lernen an Unterschieden und nicht durch Wiederholung / P. Hegen, W. Schöllhorn // Fussballtraining. – 2012. – № 3. – S. 41–52.
13. Michels R. Team Building: The Road to Success / R. Michels. – Cardinal Publishing Group, 2001. – 298 p.
14. Pircher M. Differenzielles Torschusstraining Im Fußball / M. Pircher. – Munchen : Stiebner Verlag GmbH, 2009. – 120 S.
15. Their Game Youth Football Development U9 – U10 / FA Youth Development Review. – London, 2012. – 40 p.
16. Wein H. Developing Game Intelligence In Soccer / H. Wein. – Michigan : Reedswain Publishing, 2004. – 312 p.
17. Wein H. Spielintelligenz im Fußball – Kindgemäß trainieren / H. Wein. – Aachen : Meyer&Meyer, 2011. – 368 S.

Анотація

Фахівці професійного та дитячо-юнацького футболу підкреслюють відсутність необхідного надходження в провідні команди молодих, добре підготовлених у техніко-тактичному плані спортсменів. Однією з адекватних відповідей у розглянутому аспекті є подальше підвищення ефективності підготовки конкурентоспроможного в найближчій перспективі спортивного резерву на основі інтенсифікації вдосконалення якості науково-методичного супроводу тренувального процесу. Мета роботи – обґрунтувати технологію підвищення тактико-технічної майстерності юних футболістів. Проведено аналіз особливостей діяльності тренера в процесі реалізації довготривалої програми підготовки спортивного резерву для професійного футболу. Доказано, що на сьогодні основною метою діяльності українських тренерів дитячо-юнацьких футбольних команд є поточний результат, а не якість та ефективність тренувального процесу, спрямованого на індивідуальний розвиток і підготовку гравця, здатного творчо підходити до розв'язання тактико-технічних завдань. Обґрунтовано підходи до внесення змін у практику багаторічної підготовки юних футболістів на основі застосування ігрового методу, який є ключовим моментом для ефективного навчання, розвитку індивідуальних можливостей і формування ігрової інтелекту, а також упровадження поетапної (поступової)

системи тактико-технічної підготовки юних футболістів, які в подальшому визначатимуть потенціал гравця на професійному рівні.

Ключові слова: багаторічна підготовка, тактико-технічна майстерність, юні футболісти.

Валерій Николаенко. Технология повышения тактико-технического мастерства на этапах многолетней подготовки футболистов. Специалисты профессионального и детско-юношеского футбола подчеркивают отсутствие необходимого притока в ведущие команды молодых, хорошо подготовленных в технико-тактическом плане, спортсменов. Одним из адекватных ответов в рассматриваемом аспекте представляется дальнейшее повышение эффективности подготовки конкурентоспособного в ближайшей перспективе спортивного резерва на основе интенсификации совершенствования качества научно-методического сопровождения тренировочного процесса. Цель работы – обосновать технологию повышения тактико-технического мастерства юных футболистов. Проведен анализ особенностей деятельности тренера в процессе реализации долговременной программы подготовки спортивного резерва для профессионального футбола. Доказано, что на сегодня основной целью деятельности украинских тренеров детско-юношеских футбольных команд является текущий результат, а не качество и эффективность тренировочного процесса, направленного на индивидуальное развитие и подготовку игрока, способного творчески подходить к решению тактико-технических задач. Обоснованы подходы к внесению изменений в практику многолетней подготовки юных футболистов на основе применения игрового метода, который является ключевым моментом для эффективного обучения, развития индивидуальных возможностей и формирования игрового интеллекта, а также внедрения поэтапной (постепенной) системы тактико-технической подготовки юных футболистов, которые в последующем будут определять потенциал игрока на профессиональном уровне.

Ключевые слова: многолетняя подготовка, тактико-техническое мастерство, юные футболисты.

Valery Nikolaenko. Technology of Increase the Tactical and Technical Skills on the Stages of Long-term Training of Players. Specialists of professional and youth football, stress the lack of the necessary influx in leading teams of young, well-trained technically and tactically, athletes. One of adequate answers in this aspect seems to further enhance the effectiveness of training competitive in the short term, the sports reserve based on the intensification of improving the quality of scientific and methodological support of training process. The aim of work is to justify technology to improve tactical and technical skills of young players. The analysis of the activity of the trainer features in the implementation of long-term training programs for sports reserve for professional football was made. It is shown that at present the main objective of Ukrainian coaches of youth football teams is the current result, rather than the quality and efficiency of the training process aimed at personal development and training of a player capable of creative solutions to tactical and technical problems. The approaches to amending the practice of long-term training of young players through the use of game method was made, which is the key to effective learning, the development of individual capabilities and forming a game of intelligence, as well as the introduction of a phased (gradual) of tactical and technical training of young players who will determine the potential player at a professional level.

Key words: long-term preparation, tactical and technical skills, the young footballers.