

Міністерство освіти і науки України
Комітет з фізичного виховання і спорту МОН України
Сумська обласна державна адміністрація
Управління молоді та спорту Сумської обласної державної адміністрації
Національний університет фізичного виховання і спорту України
Тартуський університет (Естонія)
Сумський державний університет



**ІННОВАЦІЙНІ ТЕХНОЛОГІЇ
В СИСТЕМІ ПІДВИЩЕННЯ КВАЛІФІКАЦІЇ ФАХІВЦІВ
ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ І СПОРТУ**

ТЕЗИ ДОПОВІДЕЙ
VI МІЖНАРОДНОЇ НАУКОВО-МЕТОДИЧНОЇ КОНФЕРЕНЦІЇ
(Україна, Суми, 18–19 квітня 2019 року)

Суми
Сумський державний університет
2019

УДОСКОНАЛЕННЯ ТЕХНІКО-ТАКТИЧНОЇ ПІДГОТОВКИ СТУДЕНТСЬКОЇ ФУТЗАЛЬНОЇ КОМАНДИ

Юнак А. П. к.пед.н., Гавриленко Д. П., студ.
Сумського державного університету
a.yunak@med.sumdu.edu.ua

Вступ. Однією з головних завдань сучасного спорту є підвищення результативності змагальної діяльності та досягнення максимальних спортивних результатів. Багатьма авторами відзначається, що ці завдання можуть бути вирішені за допомогою ефективної організації тренувальних занять, з сучасними методиками покращення техніко-тактичних дій [1]. Процес удосконалення техніко-тактичної підготовленості гравців у футзалі будується з урахуванням технічної і тактичної підготовленості гравців і ступеня їх застосування в поєдинках із суперником-командою [2].

Мета – підвищити ефективність змагальної діяльності студентської команди з футзалу шляхом реалізації методики техніко-тактичної підготовки.

Виклад матеріалу дослідження. Модифікована нами методика техніко-тактичної підготовки містить комплекси тренувальних вправ по формуванню специфічних техніко-тактичних дій футболістів, сконструйовані з урахуванням сучасних уявлень про підготовку провідних клубів країни і особливостей змагальної діяльності в міні-футболі. Спираючись на техніко-тактичну спрямованість змагальної діяльності, тренувальні засоби підбирались з дотриманням наступних вимог: уміння контролювати і володіти м'ячем; переходу до швидкої або позиційної атаки; використання техніко-тактичних дій при протиборстві з суперником.

Комплекс тренувальних вправ «А». Формування елементів специфічних для міні-футболу техніко-тактичних дій. Інтенсивність у даному комплексі – помірна. Частота серцевих

скорочень коливається в діапазоні від 130 до 150 уд/хв. Метод: повторний, круговий. Тривалість від 1 до 4 хв. Відпочинок між серіями дві – 3 хв. Кількість серій від 3 до 6. Засобами будуть, вправи спрямовані на формування: прийому або зупинки м'яча підошвою; передач м'яча підошвою і «підйомом» стопи; фінтів підошвою; удару з носка.

Комплекс тренувальних вправ «Б». Формування у гравців з'єднань характерних для міні футболу техніко-тактичних дій. Інтенсивність роботи тут висока. Частота серцевих скорочень досягає позначки в 170–180 уд/хв. Метод: повторний. Тривалість серії – 4 хв. Відпочинок між серіями 2–3 хв. Кількість серій від 3 до 6. Засоби: вправи, по комбінуванню з'єднань, ведення м'яча зовнішньою стороною стопи; удару з носка; ведення м'яча зовнішньою стороною стопи; ведення м'яча підошвою, рухаючись спиною вперед; вправи, по комбінуванню з'єднань, передача м'яча підошвою і передача «підйомом» стопи; удару з носка; вправи, по комбінуванню з'єднань: зупинка м'яча з перекладом; удару з носка; вправи, по комбінуванню з'єднань: ведення м'яча підошвою; фінт «вертушка» (круговий рух з м'ячем).

Комплекс тренувальних вправ «В». Формування комбінацій специфічних техніко-тактичних дій. Інтенсивність: висока, ЧСС – 170–180 уд/хв. Метод: повторний. Тривалість серії від 1 до 4 хв. Відпочинок між серіями 2–3 хв. Кількість серій 3–6. Засобами будуть вправи, які спрямовані на формування комбінацій, які складаються з трьох, чотирьох або п'яти різних техніко тактичних дій. З метою виявлення рівня техніко-тактичної підготовленості студентської команди «МедІнс» з міні-футболу були проаналізовані сім ігор за участю команди «СумДУ U-19» Підсумковий рахунок зустрічей студентської команди «МедІнс» (2 : 3) на користь «СумДУ U-19», інші ігри закінчилися в нічию. Отримані результати змагальної діяльності студентських команд, показали, що команди практично ідентичні, так як кількість ефективних техніко-тактичних дій і брак при їх виконанні статистично ($p \geq 0,05$) не відрізняються один від одного (табл. № 1).

Таблиця №1 – Показаники техніко-тактичних дій команд «МедІнс» і «СумДУ U-19» до і після експерименту

Техніко-тактичні дії гравців команд	Показники футзальних команд					
	«СумДУ U-19» M±m (до експерименту)	«СумДУ U-19» M±m (після експерименту)	«МедІнс» M±m (до експерименту)	«МедІнс» M±m (після експерименту)	t	p
Передачі м'яча, кіл-ть разів	12,57 ± 0,98	13,21 ± 0,89	12,14 ± 2,10	15,51 ± 2,20	1,108	≥ 0,05
Обводка суперника, кіл-ть разів	6,14 ± 1,40	5,33 ± 1,54	3,14 ± 0,98	6,23 ± 0,91	2,202	≤ 0,05
Перехват м'яча, кіл-ть разів	7,43 ± 0,84	7,57 ± 0,87	5,71 ± 1,12	9,45 ± 1,14	2,340	≤ 0,05
Удари по воротах, кіл-ть разів	4,00 ± 0,56	3,65 ± 0,93	3,29 ± 0,84	6,32 ± 0,87	2,505	≤ 0,05
Втрати м'яча	3,29 ± 0,42	4,18 ± 0,57	3,14 ± 0,56	4,18 ± 0,54	1,337	≥ 0,05
Загальна кількість техніко-тактичних дій	32,71 ± 1,68	33,94 ± 1,53	27,43 ± 2,80	34,60 ± 2,81	1,838	≥ 0,05

Після педагогічного експерименту в квітні 2018 р відбулися дві зустрічі в рамках студентської ліги Сумщини з командою «СумДУ U-19». Обидві зустрічі закінчилися нічийним результатом, але з великою перевагою збірної команди «МедІнс» на майданчику, за рахунок індивідуальних дій на флангах, своєчасному перехопленню м'яча, обіграшу 1 x 1 і подальшим ударом по воротах або прострілу на дальню стійку воріт партнеру. З таблиці № 1 спостерігаємо, що результати контрольної групи залишилися, майже на тому ж рівні, а

результати експериментальної групи покращилися. З отриманих результатів після проведеного експерименту бачимо, що статистично достовірно ($p \leq 0,05$) підвищилися показники техніко-тактичної діяльності: обведення суперника, перехоплення м'яча і удари по воротах. При цьому інші показники змагальної діяльності також змінилися, але статистично достовірно. Аналіз отриманих результатів дозволяє нам зробити висновок, що ефективність техніко-тактичних дій команди «МедІнс» буде підвищуватися, якщо в навчально-тренувальний процес буде включена методика з акцентованою увагою на індивідуальні дії гравців (ведення м'яча, обведення суперника, перехоплення м'яча, удари по воротах) і в подальшому з'єднанні окремих ігрових дій у раціональні ігрові зв'язки (перехоплення м'яча, ведення, обведення суперника, удар по воротах).

Висновки. У міні-футболі, як і в інших спортивних іграх, тактика тісно пов'язана з технікою, яка є засобом реалізації тактичних задумів футболістів, чим вище технічна підготовка гравців, тим різноманітніше їх тактичні дії. Найуспішніші команди в футзалі використовують гнучку тактику, тобто здатність варіювання ігровими технічними прийомами, змінюючи в процесі гри тактичну стратегію команди.

На нашу думку, подальше зростання ефективності індивідуальних показників техніко-тактичної діяльності студентської команди «МедІнс» дозволить підвищити результативність їх змагальної діяльності.

Література

1. Розпутній О. П., Борисова О. В. Тенденції розвитку сучасного футзалу. Молодь та олімпійський рух: XI Міжнародна конференція молодих вчених (10–12 квітня 2018 року). Зб. тез доп. Київ, 2018. С. 40–41.
2. Левченко Е. С., Аверьянов Р. Д. Техничко-тактичская подготовка студенческой команды в мини-футболе. Физическая культура и спорт: интеграция науки и практики. Саратов, 2016. С. 119–120.