DOI: https://doi.org/10.31392/UDU-nc.series15.2025.11(198).15
УДК. 796.052.242:796.332

Карпа І.Я.
кандидат наук з фізичного виховання та спорту, доцент
Львівський державний університет фізичної культури ім. Івана Боберського, м.Львів
https://orcid.org/0000-0002-7686-8581
Лапичак І.Є..
кандидат наук з фізичного виховання та спорту, доцент
Львівський державний університет фізичної культури ім. Івана Боберського, м.Львів
https://orcid.org/0000-0002-3919-4020
Кузь Т.В.
викладач кафедри футболу
Львівський державний університет фізичної культури ім. Івана Боберського, м.Львів
https://orcid.org/0009-0005-2183-7605
Федюк А.М.
викладач кафедри футболу
Львівський державний університет фізичної культури ім. Івана Боберського, м.Львів
https://orcid.org/0009-0001-6831-3367
Мазур Т.Р.
викладач кафедри фізичного виховання, спорту і здоров'я
Львівський національний університет ветеринарної медицини та біотехнологій ім. С.З. Ґжицького, м. Львів
https://orcid.org/0000-0002-6893-3670

СУЧАСНІ ПІДХОДИ НАВЧАННЯ ТАКТИЧНИМ ВЗАЄМОДІЯМ КВАЛІФІКОВАНИХ ФУТЗАЛІСТІВ У НАПАДІ

Анотація. *На швидкі темпи розвитку футзалу вагомий вплив здійснює постійна боротьба між захистом та нападом команди. У великій мірі вплив на рівновагу між цими двома фазами гри здійснює вибір тренером тактичної побудови гри команди, яка залежить від рівня підготовленості гравців. Важливо враховувати, що у футзалі атаки зазвичай протікають дуже швидко, з цієї причини в рамках позиційної атаки необхідно дотримуватися однієї зі специфічних систем гри.*

У результаті опитування фахівців галузі футзалу встановлено, що для найбільш ефективного розвитку позиційних атак значна кількість тренерів (43,4 %) вважає тактичну систему гри 1-3-1 найбільш ефективною на сучасному етапі розвитку футболу. Тактичній системі 1-2-2 перевагу надали 24,2 % респондентів, тактичній системі 1-4-0 - 19,8 % респондентів та 12,6 % тактичним системам гри в більшості, коли замість воротаря виходить польовий гравець.

Тренувальні заняття спрямовані на формування та удосконалення тактичної підготовленості гравців у тренувальних заняттях повинні відбуватися встановленій послідовності. Встановлено, що при навчанні тактичним взаємодіям у нападі, ігрові вправи слід спочатку виконують при чисельній перевазі нападників, з наступним переходом до вправ за однакової кількості нападників і захисників та переходом до чисельної меншості нападників. Вправи навчання тактичним взаємодіям слід виконувати з ускладненими завданнями, а саме: звукова і зорова сигналізація, складним переміщенням, збільшення числа м'ячів, обмеженням числа торкань м'яча, часу володіння м'ячем, зменшенням і збільшенням розмірів майданчика, активна та пасивна протидія.

Ключові слова: *засоби, тактика, тактичні системи, підготовка, фази, футзал.*

Ihor Karpa, Ihor Lapychak, Andrii Fediuk, Taras Kuz, Taras Mazur. Modern approaches to teaching tactical interactions of skilled futsal players in attack *The rapid development of futsal is significantly influenced by the constant struggle between the defense and offense of the team. The balance between these two phases of the game is largely influenced by the coach's choice of tactical structure for the team, which depends on the level of preparedness of the players. It is important to note that in futsal, attacks usually take place very quickly, which is why it is necessary to adhere to one of the specific game systems when playing a positional attack.*

A survey of futsal experts found that for the most effective development of positional attacks, a significant number of coaches (43,4%) consider the 1-3-1 tactical system to be the most effective at the current stage of football development. The 1-2-2 tactical system was preferred by 24,2% of respondents, the 1-4-0 tactical system by 19,8% of respondents, and 12,6% preferred tactical systems in which a field player replaces the goalkeeper.

Training sessions aimed at developing and improving players' tactical skills should be conducted in a set sequence. It has been established that when teaching tactical interactions in attack, game exercises should first be performed with a numerical advantage for the attackers, followed by exercises with an equal number of attackers and defenders, and then exercises with a numerical disadvantage for the attackers. Exercises for teaching tactical interactions should be performed with more difficult tasks, namely: audio and visual signals, complex movements, increasing the number of balls, limiting the number of touches, ball possession time, reducing and increasing the size of the playing area, active and passive opposition.

Keywords: means, tactics, tactical systems, training, phases, futsal.

Постановка проблеми. Формування та подальше удосконалення ефективності виконання тактичних дій у футзалі є вирішальним фактором успішного виступу команди у змагальній діяльності[4].

Побудова організованої атаки складається з фази переходу до атаки та власне позиційної атаки. Розвиток атаки – це перемикання з оборонних дій на наступальні після оволодіння м'ячем, що містить три фази: вихід з оборони, розвиток атаки та завершення атаки. Важливо враховувати, що у футзалі атаки зазвичай протікають дуже швидко, тому не завжди містять всі три фази розвитку атаки [2; 6].

Варто зазначити, що кожен метод навчання тактичним діям є добрим, якщо приносить нам очікувані результати, які команда досягає під час гри. Незалежно від того, яку тактику гри вибере тренер, варто серед всіх тренувальних засобів застосовувати навчальні ігри. Оскільки навчальні ігри є найкращим тренувальним засобом, який дозволяє гравцям відтворити ігрові ситуації що виникають вході змагальної діяльності[8; 10].

Аналіз останніх досліджень та публікацій. Фахівцями відзначається, що тактична підготовка у футзалі не може бути випадковою сукупністю різних тренувальних засобів[1; 3; 5]. Важливо вибирати ті з них, які мають необхідний позитивний вплив на успішне оволодіння тактикою гри на кожному етапі спортивної підготовки.

У результаті використання певної послідовності засобів тактичної підготовки можна розвивати та удосконалювати всі види підготовленості одночасно: тактичну, технічну, фізичну та ментальну. Однак варто зосередити увагу на ролі тактичних засобів у розвитку індивідуальних, групових та командних тактичних дій[9].

Отже, обрана тема наукового дослідження є достатньо актуальною, адже якщо провести аналіз можна стверджувати, що методика навчання тактичним діям кваліфікованих гравців у футзалі досі не розв'язана і потребує необхідної розробки та впровадження у тренувальний процес даного виду спорту.

Зв'язок з науковими темами та планами. Робота виконана згідно з темою науково-дослідної роботи Львівського державного університету фізичної культури на 2021-2025 рр. «Методологічні та організаційно-методичні основи раціональної підготовки спортсменів».

Мета дослідження – визначити напрямки навчання тактичних взаємодій у нападі на сучасному етапі розвитку футзалі.

Матеріал і методи дослідження. Аналіз та узагальнення літературних джерел, педагогічне спостереження та методи математичної статистики.

Дослідження проводилося на кафедрі футболу Львівського державного університету фізичної культури ім. Івана Боберського та на спортивній базі футзальної команди МФК «Енергія» м. Львів. Безпосередньо у тренувальному процесі команди МФК «Енергія» м. Львів досліджувалися основні напрямки навчання тактичним взаємодіям у нападі.

Виклад основного матеріалу. Для більш повного уявлення про методику навчання тактичним діям кваліфікованих футзалістів у нападі, було проведено опитування фахівців галузі футзалу і зроблений наступний аналіз тренувального процесу команди МФК «Енергія» м. Львів, яка виступала на чемпіонаті України з футзалу 2024-2025 р.р., де було проаналізовано фази розвитку атак та послідовність навчання тактичним діям за допомогою позиційних ігор, що дозволило зробити наступні висновки.

У сучасному футзалі яскраво виражені тенденції розвитку швидкісної гри і ускладнення тактичних комбінацій. Тому особливо важливо навчити гравців оцінювати розстановку сил (своїх і противника), а також положення м'яча в конкретний момент матчу і напрямок польоту м'яча, передбачати дії партнерів і розгадувати задуми супротивників, швидко аналізувати складну обстановку і, вибравши найбільш доцільну протидію, ефективно виконувати її.

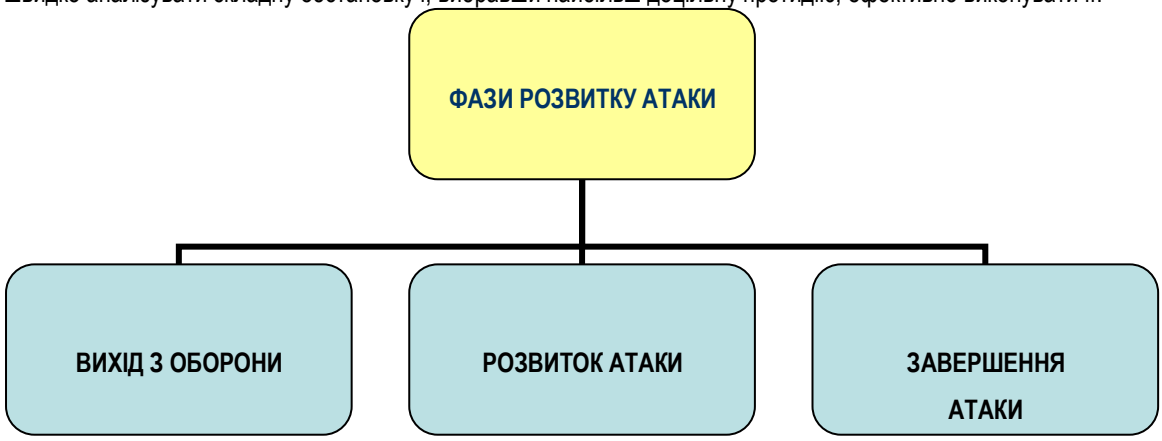


Рис.1. Фази розвитку атаки у футзалі

Більшість фахівців футзалу вказують на три фази розвитку атаки:

1. Вихід з оборони: перехід від захисту до нападу, при якому виконуються початкові тактичні елементи й переміщення відразу після оволодіння м'ячем.

2. Розвиток атаки: координоване переміщення гравців з м'ячем і без м'яча з метою зробити прорив оборонних позицій суперників і допомогти команді будувати комбінації. При цьому необхідно постійно зберігати оборонний баланс

і контролювати м'яч, намагаючись створити вигідну ситуацію, чисельну або позиційну перевагу, що дозволить перевести атаку до заключної фази та завершити її ударом у створ воріт.

3. Завершення атаки: заключна фаза, під час якої команда намагається отримати максимальну користь із вигідних положень, що було створено під час фаз виходу з оборони та розвитку атаки, тобто нанести удар або забити гол.

У процесі розвитку футзалу вагомий вплив на розвиток тактики здійснює постійна боротьба між захистом та нападом команди. У великій мірі вплив на рівновагу між цими двома фазами гри здійснює вибір тренером тактичної побудови гри команди, яка залежить від рівня підготовленості гравців. Вибір тої чи іншої тактичної побудови визначає індивідуальні функції гравців у змагальній діяльності та в майбутньому визначає специфіку їх тренувального процесу. Більшість опитуваних тренерів 74,8 % відповіли що тактична система гри впливає на функції гравців під час матчу і 25,2 % опитуваних відповіло, що жодного впливу не здійснює.

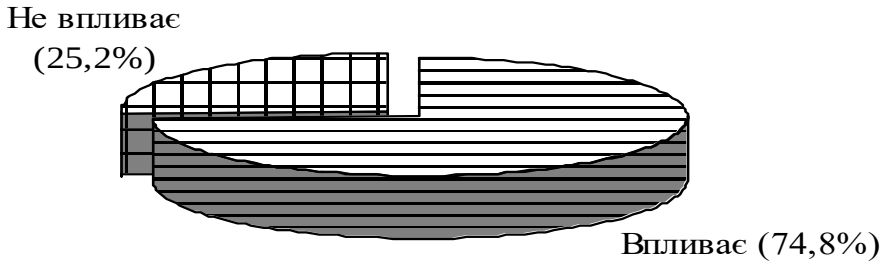


Рис.2. Вплив вибору тактичних систем на функції гравців під час матчу

На запитання щодо ефективності тої чи іншої тактичної системи значна кількість тренерів (43,4 %) вважає тактичну систему гри 1-3-1 найбільш ефективною на сучасному етапі розвитку футзалу. Тактичній системі 1-2-2 перевагу надали 24,2 % тренерів, тактичній системі 1-4-0 - 19,8 % тренерів та 12,6 % тактичним системам гри в більшості, коли замість воротаря виходить польовий гравець (рис.3).

Варто наголосити, що у результати високого темпу гри, побудова позиційної атаки у футзалі включає лише два етапи – розвиток і завершення атаки. З цієї причини в рамках позиційної атаки необхідно дотримуватися однієї зі специфічних систем гри. Згідно опитування фахівців галузі футзалу, для найбільш ефективного розвитку позиційних атак необхідно використовувати тактичні системи: 3–1, 4–0, 2–2, а також схеми гри в більшості при розвитку атакуючих дій (5×4 та 4×3).

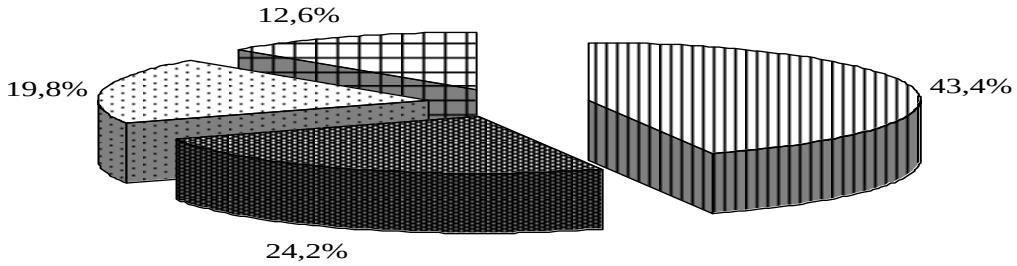


Рис. 3. Провідність використання тактичних систем у футзалі

Навчання вмінню взаємодіяти з партнерами у футзалі проходить в такій послідовності використання вправ, а саме:

– взаємодія двох, трьох і більше гравців без зміни і зі зміною місць без суперника;
– взаємодія двох, трьох і більше гравців з умовним суперником;
– взаємодія двох, трьох і більше гравців з суперником, який виконує опір;
– взаємодія двох, трьох і більше гравців з ускладненим завданням (обмеженням числа торкань м'яча і часу володіння м'ячем; зменшенням і збільшенням розмірів майданчика).



Рис. 4. Схематична послідовність навчання тактичним діям у футзалі

Подальше вдосконалення тактичних взаємодій двох, трьох і більше гравців потрібно проводити в позиційних і в навчальних іграх. Ігрові вправи спочатку виконують при чисельній перевазі нападників (2х1; 3х2; 4х3 та ін.). Наступним кроком за однакової кількості нападників і захисників і, нарешті, при чисельній меншості нападників.

На сучасному етапі розвитку футзалу, для підвищення тактичних взаємодій та швидкості складних реакцій вводять додаткові умови до вправ тактичної підготовки:

- застосовують звукову і зорову сигналізацію (щоб гравці могли швидко змінювати ті чи інші дії з м'ячем і без м'яча);
- збільшують число м'ячів, предметних орієнтирів і обмежувачів;
- обмеженням числа торкань м'яча та часу володіння м'ячем;
- зменшенням і збільшенням розмірів ігрового майданчика;
- навчають більш складним переміщення, в яких зміну місць займаються проводять в залежності від напрямку дії партнера;
- застосовують активну і пасивну протидію умовного противника.

Доцільно в ігрові вправи і в навчальні ігри вводити умови, які спонукають футзалістів використовувати розучені прийоми взаємодії в вигідних ситуаціях. При виконанні ігрових вправ та проведенні навчальних ігор тренер повинен звертати особливу увагу на вміння гравця вибирати найбільш вигідні варіанти продовження дій, на самостійність оцінювання створених ігрових ситуацій, на швидкість орієнтування в конкретній обстановці та на швидкість прийняття найбільш ефективних рішень в складних ігрових ситуаціях.

ВИСНОВКИ.

Теоретичний аналіз та узагальнення науково-методичної та спеціальної літератури дозволив встановити, що протікання атаки – містить три фази розвиту: вихід з оборони, розвиток атаки та завершення атаки. Важливо враховувати, що у футзалі атаки зазвичай протікають дуже швидко та з високою інтенсивністю, тому не завжди містять всі три фази, а лише дві – розвиток і завершення атаки.

Результати опитування фахівців галузі футзалу визначили провідність використання окремих тактичних систем, а саме: 43,4 % тренерів вважає тактичну систему гри 1-3-1 найбільш ефективною на сучасному етапі розвитку футболу. Тактичній системі 1-2-2 перевагу надали 24,2 % тренерів, тактичній системі 1-4-0 - 19,8 % тренерів та 12,6 % тактичним системам гри в більшості, коли замість воротаря виходить польовий гравець.

Встановлено, що при навчанні тактичним взаємодіям, спочатку слід виконувати вправи при чисельній перевазі нападників, з наступним переходом до вправ за однакової кількості нападників і захисників та переходом до чисельної меншості нападників. Всі вправи слід виконувати з ускладненим завданням, а саме: звукова і зорова сигналізація, складним переміщенням, збільшення числа м'ячів, обмеженням числа торкань м'яча, часу володіння м'ячем, зменшенням і збільшенням розмірів майданчика, активна та пасивна протидія.

Перспективи подальших досліджень будуть спрямовані на дослідження та порівняння структури тактичних дій кваліфікованих гравців у футзалі вході змагальної діяльності.

Література

1. Гринь А. Р. (2014). Дослідження особливостей змагальної діяльності гри у міні-футбол. *Науковий часопис НПУ ім. М. П. Драгоманова, Серія 15, Науково-педагогічні проблеми фізичної культури (фізична культура і спорт),* 2 К (43)14, 13-16.

2. Карпа, І. (2018). Форми проведення тренувальних занять у навчально-тренувальному процесі кваліфікованих футболістів. *Фізична культура, спорт та здоров'я нації* : зб. наук. пр., Вінниця, 5(24), 215-221. DOI: 10.31652/2071-5285-2018-5-24-215-221

3. Карпа, І. Ріпак, І., & Гандзин Р. (2019). Показники техніко-тактичної підготовленості кваліфікованих показників у футболі. *Науковий часопис НПУ ім. М. П. Драгоманова, Серія 15, Науково-педагогічні проблеми фізичної культури (фізична культура і спорт),* 5 К (113)19, 148-152.

4. Стасюк І. Контроль та аналіз змагальної діяльності у футзалі. Здоровье, спорт, реабилитация, 2016. № 4. С. 68-72.

5. Стасюк Р. М. Методика навчання студентів вищих навчальних закладів елементів гри в міні-футбол : метод. посібник / Р. М. Стасюк, О. Г. Левковець. – Суми, 2017. – 82 с.

6. Stasiuk I. The structure and content of the preparatory period in futsal in the annual cycle of training of skilled athletes. Physical activity and health. T. 12. 2017. P. 25-30

7. FUTSAL ASSOCIATION OF UKRAINE from URL http://futsal.com.ua.

8. Karpa, I., Budzyn, V., Matviyas, O., Ripak, O, Lapychak, I. & Horkavyy, B. (2021). Improving the technical and tactical actions of qualified football players of various positions in certain areas of the field. *Journal of Physical Education and Sport*, 21(3), 1461-68. DOI:10.7752/jpes.2021.03186

9. Kostiukevych, V, Imas, Y, Borisova, O, Dutchak, M, Shynkaruk, O, Kogut, I, Voronova, V, Shlonska, O, & Stasiuk, I. (2018). Modeling of training process of athletes in sports games in annual macrocycle. *Journal of Physical Education and Sport*, 18(1), 327-34. DOI:10.7752/jpes.2018.s144

10. Khorkavyy, B. & Gargula, L. (2016). Szkolenie młodzieży na Ukrainie. Nowoczesna Piłka Nożna. *Teoria i Praktyka. Wspołczesne koncepcje szkolenia młodyh piłkarzy nożnych*, Opole,70–86.

Reference

1. Hryn A. R. (2014). Doslidzhennia osoblyvostei zmahalnoi diialnosti hry u mini-futbol [The study of the peculiarities of the competitive activity of the game of mini-football] *Fizychna kul'tura, sport ta zdorov'ya natsiyi* [Physical culture, sports and health of the nation], *no* 2 K (43)14, 13-16. [in Ukrainian].

2. Karpa, I. (2018). Formy provedennia trenuvalnykh zaniat u navchalno-trenuvalnomu protsesi kvalifikovanykh futbolistiv [Forms of conducting training classes in the educational and training process of qualified football players]. *Fizychna kul'tura, sport ta zdorov'ya natsiyi* [Physical culture, sports and health of the nation], *no* 5 (24), 213-217. DOI: 10.31652/2071-5285-2018-5-24-215-221. [in Ukrainian].

3. Karpa, I., Ripak, I., & Handzyn, R. (2019). Pokaznyky tekhniko-taktychnoi pidhotovlenosti kvalifikovanykh zakhysnykiv u futboli [Indicators of technical and tactical preparedness of qualified defenders in football]. *Naukovyy chasopys NPU imeni M. P. Dragomanova. Seriya 15: Naukovo-pedagogichni problemy fizychnoyi kultury (fizychna kultura i sport)* [Scientific journal of NPU named after MP Drahomanov. Series 15: Scientific and pedagogical problems of physical culture (physical culture and sports)], *no* 5 K (113), 148-152. [in Ukrainian]

4. Stasiuk I. (2016) Kontrol ta analiz zmahalnoi diialnosti u futzali [Control and analysis of competitive activity in futsal]. Zdorove, sport, reabylytatsyia. № 4. S. 68-72. [in Ukrainian].

5. Stasiuk R. M. (2017) Metodyka navchannia studentiv vyshchykh navchalnykh zakladiv elementiv hry v mini-futbol [Methods of teaching university students elements of the game of mini-football].: metod. posibnyk / R. M. Stasiuk, O. H. Levkovets. – Sumy. – 82 s. [in Ukrainian].

6. Stasiuk I. The structure and content of the preparatory period in futsal in the annual cycle of training of skilled athletes. Physical activity and health. T. 12. 2017. P. 25-30

7. FUTSAL ASSOCIATION OF UKRAINE from URL http://futsal.com.ua.

8. Karpa, I., Budzyn, V., Matviyas, O., Ripak, O, Lapychak, I. & Horkavyy, B. (2021). Improving the technical and tactical actions of qualified football players of various positions in certain areas of the field. *Journal of Physical Education and Sport*, 21(3), 1461-68. DOI:10.7752/jpes.2021.03186

9. Kostiukevych, V, Imas, Y, Borisova, O, Dutchak, M, Shynkaruk, O, Kogut, I, Voronova, V, Shlonska, O, & Stasiuk, I. (2018). Modeling of training process of athletes in sports games in annual macrocycle. *Journal of Physical Education and Sport*, 18(1), 327-34. DOI:10.7752/jpes.2018.s144

10. Khorkavyy, B. & Gargula, L. (2016). Szkolenie młodzieży na Ukrainie. Nowocźesna Piłka Nożna. *Teoria i Praktyka. Współczesne koncepcje szkolenia młodyh piłkarzy nożnych*, Opole,70–86.

DOI: https://doi.org/10.31392/UDU-nc.series15.2025.11(198).16

Качур Є. Ю.
кандидат медичних наук, доцент, доцент кафедри фітнесу і адаптивного спорту
Українського державного університету імені Михайла Драгоманова
ORCID 0000-0003-0848-0515
Нерушак І. О.,
магістр фізичної культури і спорту
Українського державного університету імені Михайла Драгоманова
Мерзлікіна О. А.
кандидатка наук з фізичного виховання та спорту, доцентка,
доцентка кафедри фітнесу і адаптивного спорту
Українського державного університету імені Михайла Драгоманова
ORCID 0000-0003-2502-5303
Сущенко Л. П.
докторка педагогічних наук, професорка, завідувачка кафедри
фітнесу і адаптивного спорту
Українського державного університету імені Михайла Драгоманова
ORCID 0000-0002-2461-3739
Подгаєцький А. В.
кандидат педагогічних наук, доцент,
доцент кафедри олімпійського та професійного спорту
Українського державного університету імені Михайла Драгоманова
ORCID 0009-0007-2015-8453
Кузьменко В. Ю.
старша викладачка кафедри фітнесу і адаптивного спорту
Українського державного університету імені Михайла Драгоманова
ORCID 0000-0001-7405-5299

ТЕХНОЛОГІЇ АДАПТИВНОГО СПОРТУ ДЛЯ ВІДНОВЛЕННЯ ФУНКЦІОНАЛЬНИХ МОЖЛИВОСТЕЙ ФУТБОЛІСТІВ ПІСЛЯ ТРАВМИ КОЛІНА

У статті теоретично обґрунтовано можливості застосування технологій адаптивного спорту для поетапного відновлення функціональних можливостей футболістів після травми колінного суглоба. Показано, що травми коліна належать до найпоширеніших і найсерйозніших ушкоджень у сучасному футболі, зумовлюють