

ПРОБЛЕМИ ФОРМУВАННЯ Й УДОСКОНАЛЕННЯ СПОРТИВНО-ТЕХНІЧНОЇ МАЙСТЕРНОСТІ

УДК 796.332

DOI: 10.58407/visnik.253537

Жлобо Валерій

<https://orcid.org/0000-0002-0099-6122>

Викладач кафедри спорту,
Національний університет «Чернігівський колегіум» імені Т.Г. Шевченка
(Чернігів, Україна) E-mail: valeravara@gmail.com

Соболев Сергій

Магістрант факультету фізичного виховання,
Національний університет «Чернігівський колегіум» імені Т.Г. Шевченка
(Чернігів, Україна) E-mail: spartanecserj@gmail.com

МЕТОДИКА ТЕХНІКО-ТАКТИЧНОЇ ПІДГОТОВКИ ВОРОТАРІВ У ФУТЗАЛІ

У статті проаналізовано проблему вдосконалення техніко-тактичної підготовки воротарів у футзалі в умовах сучасних тенденцій розвитку гри, що характеризуються високою інтенсивністю змагальної діяльності та підвищеними вимогами до швидкості прийняття рішень. Акцентовано увагу на трансформації функціональної ролі воротаря як активного учасника організаційно-тактичних і атаквальних дій команди.

Техніко-тактичну підготовку воротарів розглянуто як цілісну інтегровану систему, що поєднує технічний, тактичний і фізичний компоненти з урахуванням специфіки змагальної діяльності у футзалі; представлено структурно-логічну модель методики техніко-тактичної підготовки воротарів у футзалі.

Метою дослідження є теоретичне обґрунтування методики техніко-тактичної підготовки воротарів у футзалі.

Наукова новизна дослідження полягає в системному теоретичному обґрунтуванні методики техніко-тактичної підготовки воротарів у футзалі з позиції сучасної моделі ігрової діяльності, а також у розробленні структурно-логічної моделі підготовки, що забезпечує узгоджений розвиток технічних умінь, тактичного мислення та фізичних якостей воротаря.

Методологія дослідження ґрунтується на застосуванні комплексу теоретичних методів наукового пізнання (аналіз, синтез, узагальнення, моделювання), що дало змогу систематизувати сучасні науково-методичні підходи до підготовки воротарів та обґрунтувати зміст і структуру запропонованої методики.

Висновки. Теоретично обґрунтовано методику техніко-тактичної підготовки воротарів у футзалі як цілісну систему інтегрованої підготовки, реалізація якої створює умови для формування стабільних і надійних техніко-тактичних дій воротаря та підвищення керованості тренувального процесу.

Ключові слова: футзал, воротар, техніко-тактична підготовка, методика тренування, змагальна діяльність.

Постановка проблеми. Сучасний футзал на етапі свого розвитку характеризується зростанням інтенсивності ігрових дій, високою швидкістю переходів між фазами атаки й оборони, обмеженим ігровим простором та дефіцитом часу для прийняття ефективних тактичних рішень [2; 3; 6]. У таких умовах суттєво трансформується роль воротаря, який у сучасній моделі гри виконує не лише захисні функції, а й виступає активним елементом організації командних дій, беручи безпосередню участь у побудові атак, контролі темпу гри та реалізації тактичних схем із використанням воротаря як «п'ятого польового гравця» [2; 6].

Актуальні тенденції розвитку футзалу, зокрема впровадження високошвидкісних тактичних моделей, зростання ролі гри ногами, використання цифрових технологій аналізу змагальної діяльності та підвищення вимог до універсальності спортсменів, зумовлюють необхідність переосмислення підходів до підготовки воротарів [1; 5; 6]. Водночас аналіз науково-методичної літератури та практики тренувального процесу свідчить про недостатню систематизацію сучасних підходів до техніко-тактичної підготовки воротарів у футзалі, особливо на етапі навчально-тренувальної підготовки юних спортсменів. Більшість наявних методик мають фрагментарний характер, орієнтовані переважно на окремі технічні елементи та не повною мірою враховують специфіку змагальної діяльності воротаря, його психофізичні особливості, індивідуальні відмінності та вимоги сучасної гри [4; 5].

У зв'язку з цим особливої актуальності набуває проблема розроблення та наукового обґрунтування комплексної методики техніко-тактичної підготовки воротарів у футзалі, що поєднувала б технічну, тактичну, фізичну й сенсомоторну складові, забезпечувала індивідуалізацію тренувального процесу та відповідає сучасним тенденціям розвитку футзалу.

Аналіз основних досліджень і публікацій. Проблема підготовки воротарів у спортивних іграх неодноразово ставала предметом наукових досліджень вітчизняних і зарубіжних учених. У працях А. Кондратовича, В. Костюкевича, В. Жлобо, В. Стасюка та інших авторів розглянуто модельні характеристики воротарів, структуру їхньої змагальної діяльності, а також особливості фізичної, технічної та психофізичної підготовленості. Зазначені дослідження заклали теоретичні основи сучасних уявлень про функціональну роль воротаря у командних іграх [1; 2; 3; 4; 5].

Низка науковців акцентує увагу на специфіці діяльності воротаря у футзалі, яка суттєво відрізняється від гри у класичному футболі. Зокрема, у роботі Р. Vicente-Vila та С. Lago-Reñas підкреслюється висока частота техніко-тактичних дій воротаря в умовах обмеженого простору, необхідність швидкого прийняття рішень, активне використання гри ногами та миттєва реакція на удари з близької дистанції. Також наголошується на зростанні ролі воротаря як елемента командної тактики, особливо під час організації атаквальних дій [6].

Разом із тим аналіз наукових джерел свідчить, що більшість досліджень зосереджені переважно на окремих аспектах підготовки воротарів – технічному, фізичному або психологічному. Недостатньо представленими залишаються комплексні теоретичні підходи до техніко-тактичної підготовки воротарів у футзалі, які б поєднували технічні, тактичні та фізичні компоненти з урахуванням індивідуальних і вікових особливостей спортсменів та сучасних тенденцій розвитку гри [2; 3; 4; 5].

Таким чином, наявні наукові напрацювання створюють вагомий теоретичний підґрунтя для подальших досліджень, однак не забезпечують цілісного розв'язання проблеми комплексної техніко-тактичної підготовки воротарів у футзалі, що й зумовлює актуальність даного дослідження.

Мета роботи. Теоретично обґрунтувати методику техніко-тактичної підготовки воротарів у футзалі.

Виклад основного матеріалу дослідження. Розроблення методики техніко-тактичної підготовки воротарів у футзалі здійснювалося в межах сучасних наукових уявлень про системну організацію спортивної підготовки та функціональну роль спортсмена у структурі змагальної діяльності [1; 3; 6]. У процесі побудови методики було узагальнено положення теорії і методики спортивного тренування, концепції моделювання ігрової діяльності, результати спеціалізованих досліджень з проблематики підготовки воротарів, а також практичний досвід тренувальної роботи у футзалі, що дозволило сформулювати цілісне бачення змісту та організації техніко-тактичної підготовки воротаря.

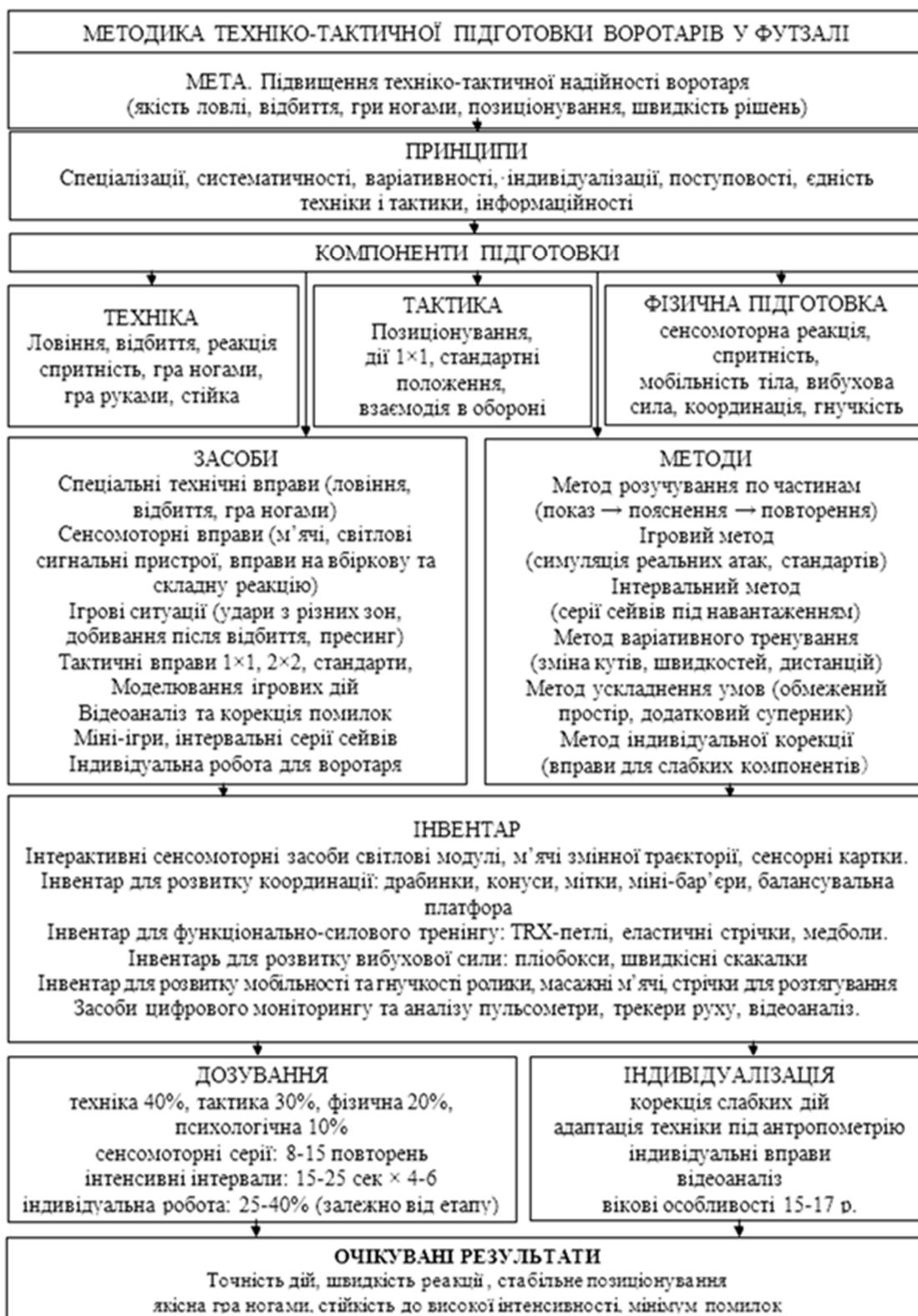
Запропонована методика передбачає інтеграцію технічної, тактичної та фізичної підготовки у єдину функціональну систему, спрямовану на формування стабільних і надійних техніко-тактичних дій воротаря в умовах високої інтенсивності та мінливості ігрової діяльності. Реалізація методики базується на принципах спеціалізації, систематичності, варіативності, індивідуалізації, поступовості та єдності технічної й тактичної підготовки, що забезпечує цілісність тренувального процесу та його відповідність вимогам сучасного футзалу [3; 5; 6].

З метою систематизації та наочного відображення внутрішньої логіки побудови методики використано структурно-логічну блок-схему (мал. 1), яка узагальнює основні елементи підготовки та їх взаємозв'язки. Блок-схема виконує інтегративну функцію, дозволяючи простежити послідовність переходу від цільових орієнтирів і принципів підготовки до змісту тренувального процесу, особливостей його організації та очікуваних результатів, доповнюючи текстовий виклад методики.

Цільовою орієнтацією методики є підвищення техніко-тактичної надійності воротаря у футзалі, що проявляється у стабільності виконання ігрових дій, якості ловіння та відбиття м'яча, ефективності гри ногами, раціональному позиціонуванні та швидкості прийняття ігрових рішень в умовах дефіциту часу і простору.

У структурі запропонованої методики техніко-тактична підготовка воротаря розглядається як цілісна система взаємопов'язаних компонентів, кожен з яких виконує самостійну функцію, водночас перебуваючи у тісній взаємодії з іншими. Такий підхід дозволяє забезпечити узгоджений розвиток технічних умінь, тактичного мислення та фізичних якостей відповідно до специфіки змагальної діяльності у футзалі.

Технічний компонент методики орієнтований на вдосконалення спеціалізованих рухових дій воротаря, зокрема ловіння та відбиття м'яча в різних ігрових ситуаціях, гри ногами і руками, розвитку сенсомоторної реакції, а також формування стабільної та мобільної воротарської стійки, що забезпечує ефективність дій в умовах обмеженого простору та високої щільності ігрових епізодів.



Мал. 1. Блок схема методики техніко-тактичної підготовки воротарів у футзалі

Тактичний компонент передбачає формування здатності воротаря до раціонального позиціонування, своєчасного прийняття оптимальних рішень у ситуаціях «один на один», організації колективних оборонних дій, виконання стандартних положень, а також активної участі у побудові атаквальних дій команди. У межах методики воротар розглядається як активний суб'єкт тактичної взаємодії, що відповідає сучасним тенденціям розвитку футзалу.

Фізичний компонент підготовки забезпечує розвиток вибухової сили, спритності, координаційних здібностей, гнучкості та швидкості сенсомоторної реакції, які створюють функціональну основу для реалізації техніко-тактичних дій воротаря у високодинамічних умовах змагальної діяльності.

Зміст методики реалізується через комплекс спеціально підібраних засобів, що забезпечують цілеспрямований педагогічний вплив на ключові компоненти підготовленості воротаря. До них належать спеціальні технічні вправи (ловіння, відбиття, гра ногами), сенсомоторні вправи із застосуванням світлових та сигнальних пристроїв, моделювання ігрових ситуацій (удари з різних зон, добивання, пресинг), тактичні вправи у форматах 1×1 та 2×2, стандартні положення, міні-ігри, засоби відеоаналізу, а також індивідуальна робота з воротарем.

У межах методики застосовуються різні методи тренування, зокрема метод розучування по частинах, ігровий та інтервальний методи, метод варіативного тренування, метод ускладнення умов і метод індивідуальної корекції. Застосування зазначених методів дозволяє диференційовано впливати на окремі компоненти техніко-тактичної підготовленості воротаря та адаптувати тренувальні завдання до змінних умов ігрової діяльності.

Відповідно до структури методики визначено параметри дозування тренувальних навантажень. Зокрема, частка технічної підготовки становить близько 40 %, тактичної – 30 %, фізичної – 20 %, психологічної – 10 %. Сенсомоторні серії виконуються у межах 8-15 повторень, інтенсивні інтервали тривають 15-25 секунд у 4-6 підходах, а частка індивідуальної роботи складає 25-40 % залежно від етапу підготовки та рівня підготовленості воротаря.

Важливим структурним елементом методики є індивідуалізація тренувального процесу, яка передбачає цілеспрямовану корекцію слабких техніко-тактичних дій, адаптацію технічних прийомів до антропометричних і психофізичних особливостей воротаря, використання індивідуальних вправ і засобів відеоаналізу, а також урахування вікових особливостей спортсменів 15-17 років.

Очікуваними результатами реалізації методики є підвищення точності та стабільності техніко-тактичних дій воротаря, зростання швидкості сенсомоторної реакції, покращення якості гри ногами, підвищення стійкості до високої інтенсивності ігрової діяльності та зменшення кількості помилок у змагальних умовах.

Висновки. У результаті теоретичного аналізу науково-методичних джерел та узагальнення сучасних підходів до підготовки спортсменів у командних іграх теоретично обґрунтовано методику техніко-тактичної підготовки воротарів у футзалі, яка розглядається як цілісна система інтегрованої технічної, тактичної та фізичної підготовки з урахуванням специфіки змагальної діяльності.

Узагальнення положень теорії спортивної підготовки, аналіз структури змагальної діяльності воротаря та логіка побудови запропонованої методики дають підстави стверджувати, що її реалізація на основі принципів спеціалізації, систематичності, варіативності та індивідуалізації створює умови для формування стабільних і надійних техніко-тактичних дій воротаря, а також сприяє підвищенню керованості тренувального процесу.

Запропонована структурно-логічна модель методики дозволяє впорядкувати зміст підготовки воротарів у футзалі, забезпечити узгодженість між її основними компонентами та підвищити методичну обґрунтованість тренувального процесу. Отримані теоретичні положення можуть бути використані у практиці підготовки воротарів у футзалі та слугувати основою для подальших експериментальних досліджень.

Перспективи подальших наукових розвідок. Перспективи подальших наукових розвідок пов'язані з проведенням експериментальних досліджень, спрямованих на перевірку ефективності запропонованої методики техніко-тактичної підготовки воротарів у футзалі на різних етапах багаторічної спортивної підготовки. Доцільним є вивчення впливу методики на показники змагальної діяльності воротарів різної кваліфікації, а також уточнення шляхів її адаптації з урахуванням вікових та індивідуальних особливостей спортсменів.

Подальші дослідження можуть бути спрямовані на розширення структури методики шляхом інтеграції психофізіологічних і когнітивних компонентів, що дозволить підвищити якість прийняття ігрових рішень воротарем у складних та динамічних ігрових ситуаціях.

References

1. Жлобо Т. М., Жлобо В. О. Ефективність функціонального тренування для розвитку рухових якостей учнів старшої школи у процесі занять міні-футболом. *Вісник Національного університету Чернігівський колегіум імені Т. Г. Шевченка*. 2023. Вип. 20(176). С. 26–31.
Zhlobo, T. M., Zhlobo, V. O. (2023). Efektyvnist funktsionalnoho trenuvannia dlia rozvytku rukhovyykh yakosteï uchniv starshoi shkoly u protsesi zaniat mini-futbolom [Effectiveness of functional training for the development of motor qualities of senior school students in the process of playing mini-football]. *Visnyk Natsionalnoho universytetu «Chernihivskiy kolehium» imeni T. H. Shevchenka – Bulletin of T. H. Shevchenko National University «Chernihiv Collegium»*, 20(176), 26–31. [in Ukrainian].
2. Кондратович А. Б. Підготовка спортсменів у спортивних іграх: методичні аспекти. Львів: ЛДУФК, 2019. 198 с.
Kondratovych, A. B. (2019). *Pidhotovka sportsmeniv u sportyvnykh ihrakh: metodychni aspekty* [Training of athletes in sports games: methodological aspects]. Lviv, Ukraine: LDUFK. 198. [in Ukrainian].

3. Костюкевич В. М. Концепція моделювання тренувального процесу спортсменів командних ігрових видів спорту. *Реабілітація у сфері оздоровчого спорту*. 2014. № 2(4). С. 32–38.
Kostiukevych, V. M. (2014). Kontseptsiiia modeliuвання trenuvalnoho protsesu sportsmeniv komandnykh ihrovykh vydiv sportu [Concept of modeling the training process of athletes in team sports]. *Reabilitatsiia u sferi ozdorovchoho sportu*, 2(4), 32–38. [in Ukrainian].
4. Костюкевич В. М., Гудима С. А., Перепелиця О. А., Поліщук В. М. Теорія і методика викладання футболу. Київ: КНТ, 2019. 310 с.
Kostiukevych, V. M., Hudyma, S. A., Perepelytsia, O. A., Polishchuk, V. M. (2019). Teoriia i metodyka vykladannia futbolu [Theory and methods of football teaching]. Kyiv, Ukraine: KNT. 310. [in Ukrainian].
5. Стасюк В. А., Стасюк І. І., Войтенко С. М. Теорія і методика викладання футболу та футзалу: навчально-методичний посібник [для факультетів фізичної культури закладів вищої освіти] [Електронний ресурс]. Кам'янець-Подільський: Кам'янець-Подільський національний університет імені Івана Огієнка, 2025. 358 с.
Stasiuk, V. A., Stasiuk, I. I., Voitenko, S. M. (2025). Teoriia i metodyka vykladannia futbolu ta futzalu: navchalno-metodychnyi posibnyk [Theory and methods of football and futsal teaching: a study guide]. Kamianets-Podilskyi, Ukraine: Kamianets-Podilskyi National University named after Ivan Ohienko. 358. [in Ukrainian].
6. Vicente-Vila, P., & Lago-Peñas, C. (2016). The goalkeeper influence on ball possession effectiveness in futsal. *Journal of Human Kinetics*, 51, 217–224. [in English].

Zhlobo Valerii

<https://orcid.org/0000-0002-0099-6122>

Lecturer, Department of Sports,
T.H. Shevchenko National University «Chernihiv Colehium»
(Chernihiv, Ukraine) E-mail: valeravara@gmail.com

Soboliev Serhii

Master's student,
T. H. Shevchenko National University «Chernihiv Collegium»
(Chernihiv, Ukraine) E-mail: spartanecserj@gmail.com

METHODOLOGY OF TECHNICAL AND TACTICAL TRAINING OF FUTSAL GOALKEEPERS

The article analyzes the problem of improving the technical and tactical training of futsal goalkeepers in the context of modern trends in the development of the game, which are characterized by a high intensity of competitive activity and increased demands on decision-making speed. Emphasis is placed on the transformation of the functional role of the goalkeeper as an active participant in the team's organizational, tactical, and attacking actions.

The technical and tactical training of goalkeepers is considered as a holistic integrated system that combines technical, tactical, and physical components, taking into account the specific features of competitive activity in futsal. A structural and logical model of the methodology for technical and tactical training of futsal goalkeepers is presented.

The purpose of the study is to theoretically substantiate the methodology of technical and tactical training of futsal goalkeepers.

The scientific novelty of the study lies in the systematic theoretical substantiation of the methodology of technical and tactical training of futsal goalkeepers from the perspective of a modern model of game activity, as well as in the development of a structural and logical training model that ensures the coordinated development of technical skills, tactical thinking, and physical qualities of the goalkeeper.

The research methodology is based on the application of a set of theoretical methods of scientific inquiry (analysis, synthesis, generalization, and modeling), which made it possible to systematize contemporary scientific and methodological approaches to goalkeeper training and to substantiate the content and structure of the proposed methodology.

Conclusions. *The methodology of technical and tactical training of futsal goalkeepers is theoretically substantiated as a holistic system of integrated training, the implementation of which creates conditions for the formation of stable and reliable technical and tactical actions of the goalkeeper and for improving the controllability of the training process.*

Keywords: *futsal, goalkeeper, technical and tactical training, training methodology, competitive activity.*

Стаття надійшла до редакції 14.11.2025

Рецензент: доктор педагогічних наук, доцент **Багінська О.В.**