

ОБРАЗОВАНИЕ И НАУКА В СОВРЕМЕННОМ КОНТЕКСТЕ

Шварева Ксения Борисовна,

инструктор-методист,

МБУДО СШ № 6 г. Белгорода;

Лазебных Людмила Николаевна,

инструктор-методист,

МБУДО СШ № 6 г. Белгорода;

Лапаев Максим Евгеньевич,

тренер-преподаватель,

МБУДО СШ № 6 г. Белгорода

ТАКТИЧЕСКАЯ ПЕРИОДИЗАЦИЯ В ФУТБОЛЕ

Аннотация: В статье рассматриваются основные фазы игры и инструменты тренировки юных футболистов, как успешная модель обучения.

Ключевые слова: методика обучения, тактическая периодизация.

Тактическая периодизация – это методика обучения, основанная на пересечении многих междисциплинарных выводов, полученных из: нейробиологии, теории сложности, теории хаоса, теории систем, физиологии, психологии, социологии и фрактальной геометрии. Футбол здесь рассматривается как нечто целостное, состоящее из комплекса индивидуального. Тактическая периодизация бросает вызов устаревшему принципу мышления о футболе, где различные аспекты игры (физические, технические, тактические, психологические) тренируются отдельно.

Используя в учебно-тренировочном процессе четырехфазную тактическую периодизацию, модель игры и ее принципы с самого начала помогают направить процесс владения мячом в необходимое русло.

Тренировка должна "моделировать" игру с помощью специфических упражнений, которые включают в себя все тактические принципы игры, разработанные тренером. Тактическая периодизация использует такти-

ОБРАЗОВАНИЕ И НАУКА В СОВРЕМЕННОМ КОНТЕКСТЕ

ческое измерение в качестве основного фокуса и драйвера для всех измерений игры (физического, психологического и технического). Тактическая периодизация предоставляет инструменты для организации всего процесса футбольной подготовки – от планирования полного сезона до планирования одного конкретного упражнения.

При наблюдении за футболом возникает простой, но важный вопрос: вы хотите получить мяч? О тренере, который стремится к владению мячом, скажут, что он использует проактивный подход. Тренер же, который отрицает это, реактивен. Контроль мяча или контроль пространства? Брать инициативу в свои руки или ждать ошибки? Атаковать или контратаковать? Нет правильного или ошибочного. Есть только мнения. И спортивное выражение принципов и убеждений.

Если футбольный матч должен быть понят, то сначала его необходимо разобрать. Разделить на базовые элементы и компоненты. Тренер должен быть придирчивым относительно анализа и оценки динамики игры. Именно в игре они обладают некоторого рода полномочиями. Для того чтобы способствовать этому процессу, существует множество моделей и методологий. Эти теоретические модели служат в качестве инструмента, которые можно использовать, чтобы изменить или манипулировать элементами игры по своей воле.

В течение последнего десятилетия метод тактической периодизации был применен многими именитыми тренерами, они взяли на вооружение часть принципов тактической периодизации, выстраивая свой метод обучения вокруг разработки игровой модели и ее принципов, используя тактическое измерение как одно из ведущих в развитии других футбольных измерений (технических, физических и ментальных).

Модель тактической периодизации используется для деления всей структуры футбольного матча. Она делит игру на четыре основные фазы игры:

ОБРАЗОВАНИЕ И НАУКА В СОВРЕМЕННОМ КОНТЕКСТЕ

1. Атака – момент, когда ваша команда атакует, а противник находится в фазе организованной обороны. Фаза длится до потери мяча

2. Переход в оборону - фаза после потери мяча, когда ваша команда находится в слабой оборонительной структуре. Контратака является частью этой фазы. Задача соперника воспользоваться моментом слабой организации обороны, пока ваша команда не сбалансирована.

3. Оборона - фаза без мяча, когда команда имеет лучшую оборонительную структуру. Она длится до тех пор, пока вы не восстановите владение.

4. Переход в атаку - фаза, при которой ваша команда только что получила мяч, а соперник находится в слабой оборонительной структуре.

Важно понимать и определять когда происходит каждый из этих моментов, и взаимодействие моментов вашей команды с моментами у соперника.

Если смотреть на игру через эти теоретические линзы, то можно определиться с действиями и поведением для их последующей реализации. Вместе с принципами, образованными из базовой философии, эти ситуативные поведения можно в комплексе понять, как игровую модель.

У нас есть элементы или фазы игры, которые вместе образуют футбольный матч. Это полезное знание для тренера, который хочет стать успешным против сильного и хорошо организованного соперника. Итак, определились зоны проведения боевых действий. Параметры отобраны. Победы на футбольном поле можно добиться только, если команда может хорошо играть в каждой игровой фазе. Их действия и поведения должны быть натренированы и подготовлены. Стратегия должна быть связанной.

Тренер должен уделять особое внимание разработке и применению принципов игры, релевантных для каждой из четырех фаз игры, в то же

ОБРАЗОВАНИЕ И НАУКА В СОВРЕМЕННОМ КОНТЕКСТЕ

время должен быть фокус, взятый из базовой философии тренера. Как и в любой форме позиционной игры, владение мячом является важным, чтобы вытянуть соперника из оборонных позиций, для проникновения.

Если мы рассматриваем владение мячом или атаку как нечто положительное, то владение мячом соперника или оборона будут отрицательными. Тренер, который предпочитает атакующую фазу, будет стараться максимизировать время, которое команда проводит на этой фазе игры. Но это необходимо делать, не забывая об остальных фазах игры. Как практически со всем остальным в жизни, необходимо равновесие.

И мы подходим к тому, чтобы рассмотреть «поле действия» футбольного матча. Атмосфера важна, если есть возможность манипулировать, то вы должны воспользоваться этой возможностью.

Играйте с соперником на своих условиях. Пусть они играют на неизвестном, неблагоприятном поле. Если футбольный тренер может сделать стратегический выбор между игрой в атакующей фазе или оборонительной фазе, то как обстоят дела с двумя другими игровыми фазами? Переходные моменты. Что если тренер хочет максимальное время для этих переходных моментов? Команда тренировалась, чтобы извлечь выгоду и специализироваться на этих возможностях и хочет играть, так как можно чаще и дольше, насколько это возможно.

Логика говорит, что для этого команда должна разработать метод провоцировать переходные моменты во время игры. Команда должна быть проактивной, чтобы приводить к фазам, в которых она чувствует себя максимально комфортно. Если рассматривать с теоретической позиции, то подъем прессинга в футболе можно рассматривать как популяризацию систематического подхода, провоцирующего положительный переходный момент. Из-за сложности эффективного и последовательного применения этой формы переходной провокации, она не получила

ОБРАЗОВАНИЕ И НАУКА В СОВРЕМЕННОМ КОНТЕКСТЕ

широкого признания, как следовало бы. Даже сегодня аналитики показывают нечеткое понимание принципов прессинга.

«Прессинг можно обозначить как создание напряжения с целью вернуть мяч. Это иногда путают с давлением, которое само по себе является напряжением».

Внешние факторы, которые направляют современный профессиональный футбол, часто дают ограниченную возможность для процветания переходного футбола.

Переходный футбол требует того, чтобы каждый переходный момент рассматривался как момент максимальной возможности. Мяч отобран. Соперник не сбалансирован. Оборонительная форма еще не восстановлена. Через использование вертикали при положительном переходном моменте команды могут атаковать быстро и эффективно. Задача – забивать каждый раз.

Главная атакующая характеристика модели «БЕГИ И БЕЙ» включает в себя как можно больше ударов и по возможности быстро. Игроки должны бить при каждой возможности.

На оборонительной фазе стиль «беги и бей» говорит об использовании прессинга по всему полю. Команда должна применить незамедлительный прессинг игрока с мячом высоко по полю, чтобы спровоцировать потерю мяча или положительной переходный момент. Философия направлена на поддержание высокого темпа игры. Соперника необходимо вынудить играть на скорости, которая им незнакома, играть на постоянном переходе. Если соперник идет забивать, то они не выстроены оборонительно для следующей контратаки.

Один из главных столпов системы заключается в том, чтобы использовать максимальное число замен – чтобы темп игры никогда не снижался.

ОБРАЗОВАНИЕ И НАУКА В СОВРЕМЕННОМ КОНТЕКСТЕ

Если мы позволим себе изолировать идею провокации отрицательного переходного момента в качестве принципа атакующей игры в футболе, то начинает появляться интересная перспектива.

Необходимо рассмотреть важность провоцирования отрицательного перехода в контексте общей тактической эволюции футбола. Сейчас усиливается фокус на использовании отрицательного перехода в качестве атакующего инструмента.

В основе успеха команды лежит коллективное понимание и признание принципов эффективного переходного футбола. Это хаотичная симфония быстрых компонентов в стремлении перевести игру в еще одну переходную фазу. Прессинг. Контрпрессинг. Контратака. Повтор. Ассоциация покорности, грамотности и самопожертвования, как физического, так и психологического, для достижения общей цели.

Итак, когда нужно провоцировать отрицательный переход? Когда будет во благо намеренная отдача мяча?

Ситуация прострела с благоприятным коэффициентом ожидаемых голов является желаемым результатом провоцируемого момента отрицательного перехода в футболе.

Другими словами, если вы можете выполнить прострел в футболе, то создание провоцируемого момента отрицательного перехода явно не будет приоритетным. Но это не говорит о том, что поддерживающие игроки не должны применять принципы быстрого восстановления владения мячом, но это, бесспорно, является желаемым исходом.

Когда же нужно предпринимать провоцируемый момент отрицательного перехода? Ответ, во многом, определяется действиями соперника. Если команда соперника стремится играть глубоким блоком, играя в оборонительной фазе и отдавая мяч, то в этой ситуации команда, сфокусированная на переходах, может спровоцировать изменение места действий игры. И наоборот, если соперник хочет участвовать в частых

ОБРАЗОВАНИЕ И НАУКА В СОВРЕМЕННОМ КОНТЕКСТЕ

переходных моментах и потасовках, использование провоцируемого момента отрицательного перехода может быть излишним. Нет необходимости сносить дверь, если она не заперта.

Атакующая команда, с фокусом на владении мячом будет стремиться к изменениям в оборонительной схеме соперника через положительную ротацию и быструю циркуляцию мяча, а команда, фокусирующаяся на переходах, может использовать провоцируемый момент отрицательного перехода в качестве метода для создания нестабильности в оборонительной схеме соперника.

Важно понимать, что эта тактика – не просто длинный мяч вперед, сыгранный в надежде, что удастся получить второй мяч. Это специальный маневр, который требует скоординированных действий и поведения практически от каждого игрока в команде. Это делается с целью повысить количество перехватов команды.

Вопрос относительно применения провоцируемого момента отрицательного перехода в качестве главного принципа в игровой модели остается открытым. Идея методологии в направлении игры с отрицательным переходом связана с множеством рисков. Как и любая другая форма футбола, игровая модель требует больших физических и психологических нагрузок от игроков. Профиль игрока чрезвычайно важен.

Важность глубины команды и коллективного понимания принципов игры сложно переоценить. Необходимо построить специальные тренировочные упражнения и выполнять их в положительной и честной тренировочной обстановке. Игроки должны понимать, почему их действия и поведения тренируются именно такими. Именно тогда будет достигнута необходимая гармония и координация между компонентами.

Идентичность должна быть нечто общим. Характеристики команды будут определяться ее действиями. Команда должна понимать и верить

ОБРАЗОВАНИЕ И НАУКА В СОВРЕМЕННОМ КОНТЕКСТЕ

в то, кем она является и то, как они должны играть. Они не могут стать рабами финального счета матча.

Великий Хуан Лильо говорит: «Цель – путешествие, процесс, важна работа. В гонке вы можете стать первым, быть на много миль впереди всех, а затем упасть всего в нескольких метрах. И что? Вы спишете это гонку? Вы бежали изумительно. И все обстоит намного сложнее, чем просто: победа – хорошо, а поражение – плохо».

Вы должны понимать, что этот романтический взгляд на футбол работает для любой игровой модели, любого игрового стиля. Хорошая игра – субъективна. Важно то, что игроки верят в тренера и его методы.

Девизом тренера могут стать слова: «Хорошо себя знать – знать, как играть хорошо».

Список литературы

1. Амейру, Б., Баррету, Р., Оливейра, Б., Ресенде, Н. Моуринью для победы в тантасе?
2. Бордонау, Дж. Л. Д., и Вильянуэва Хосе Альберто Мендес. Тактическая периодизация: проверенная успешная модель обучения. – Лондон. – URL: SoccerTutor.com.
3. Фраде В. в Борхесе, П.Х. Периодизация истории: основы и перспективы. Entrevista com Доктор Витор Мануэль да Коста Фраде. Конексы: Revista Da Faculdade De Educação Física Da UNICAMP, 13(1), 180-204. doi: 10.20396/conex.v13i1.2155.
4. Малло, Дж. (2015). Сложный футбол: от структурированной тренировки Сейрул•лос до тактической периодизации Фрадеса (1-е изд.). Испания: Topprosoccer S.L.
5. Оливейра Г. в Фариасе, Ф. Периодизасао Татика – Хосе Гильерме Оливейра – CBF. – URL: <https://pt.slideshare.net/proffernandofarias/periodizao-ttica-jos-guilherme-oliveira-cbf>
6. Оливейра, Р. Тактическая Периодизация: Секреты Наиболее Эффективной Методики Обучения Футболу.
7. Тамарит, Х. Что такое тактическая периодизация? – Англия: Беннион Кирни.