

riatuvalnykh ta inshykh spetsialnykh sluzhb na shliakhu yevroatlantychnoi intehratsii Ukrainy. Zb. tez dop. V Mizhnar. nauk.–prakt. conf.; 25 lystopada 2021 r. Kyiv: NUOU; 2021, pp. 297–9 [Ukrainian].

2. Oderov A, Romanchuk S, Afonin V, Sydorko O, Fishchuk I, Baidala V, Leshchynskyi O, Babych M. Doslidzhennia rivnia fizychnoi pidhotovlenosti kursantiv–artylerystiv [Study of the level of physical fitness of artillery cadets]. Ukrainykyi zhurnal medytsyny, biolohii ta sportu. 2022;7:5(39):319–27. <https://doi.org/10.26693/jmbs07.05.319> [Ukrainian].

3. Oderov A., Oderova O., Leshchynskyi O., Pervachuk O., Babych M. ta in. (2023). Yakist viiskovo-profesiinoi pidhotovky kursantiv – yak skladova uspishnoho vykonannia spetsialnykh zavdan [The quality of military professional training of cadets as a component of successful performance of special tasks]. Naukovyi chasopys Natsionalnoho pedahohichnoho universytetu imeni M.P.Drahomanova, 3(161), 131-135. [https://doi.org/10.31392/NPU-nc.series15.2023.03\(161\).30](https://doi.org/10.31392/NPU-nc.series15.2023.03(161).30) [Ukrainian].

4. Pervachuk O., Oderov A., Hunchenko V., Ponomarov V., Nebozhuk O., Melnikov A., Lashta V., Andreichuk V., Romaniv I. Vzaiemozviazok viiskovo-profesiinoi pidhotovky ta fizychnoi pidhotovlenosti viiskovosluzhbovtiv [Interrelation of military professional training and physical fitness of servicemen]. Fizyчне vykhovannia, sport i kultura zdorovia u suchasnomu suspilstvi / Volyn. nats. un-t im. Lesi Ukrainky. – Lutsk, 2024;1(65): 10-17. <https://doi.org/10.29038/2220-7481-2024-01-10-17> [Ukrainian].

5. Pervachuk OI, Oderov A.M. Vplyv avtorskoj prohramy na formuvannia ta udoskonalennia psykholohichnoi pidhotovlenosti viiskovosluzhbovtiv do viiskovo-profesiinoi diialnosti [The influence of the author's program on the formation and improvement of psychological preparedness of servicemen for military and professional activities]. Naukovyi chasopys Ukrainkoho derzhavnoho universytetu imeni M. P. Drahomanova. Serii 15, Naukovo-pedahohichni problemy fizychnoi kultury (fizychna kultura i sport). Zb. nauk. pr. Kyiv; 2024;6(179)24, s. 165–72 [Ukrainian].

6. Shiyani, B. M., Iedyak, G. A., Petryshyn, Yu. V. (2012). Naukovi doslidzhennia u fizychnomu vykhovanni ta sporti [Scientific research in physical education and sports]. PE Oyum Publishing House, Kamianets-Podilsky. p. 280 [Ukrainian].

7. Oderov A., Kuznetsov M., Pohrebniak D., Indyka S., Bielikova N. (2022). Analysis of the level of physical fitness of cadets of the Military College of Sergeants at the stage of primary. Sport i Turystyka. Środkowoeuropejskie Czasopismo Naukowe, 5(1), 93-102 <http://dx.doi.org/10.16926/sit.2022.01.05> [Poland].

8. Oderov A., M.Korchagin, S.Romanchuk, et.al. Correlation of Physical Fitness and Professional Military Training of Servicemen. SportMont Journal. 2020; 18(2): 79-82. <http://dx.doi.org/10.26773/smj.200612> [Montenegro].

9. Tychyna I., Oderov A., S.Romanchuk, Ponomarov et.al. (2024). Impact Of Military-Applied Sports On Cardiorespiratory Indicators Of Cadets In Military Higher Education Institutions. Journal of Physical Education and Sport, 24(2), 338-345. <https://doi.org/10.7752/jpes.2024.02040> [Romania].

DOI: [https://doi.org/10.31392/UDU-nc.series15.2024.12\(185\).36](https://doi.org/10.31392/UDU-nc.series15.2024.12(185).36)

УДК 796.015.2.012.2:796.332.7-053.6

Саутов Р.Т.

аспірант кафедри теорії та методики фізичної культури і спорту,  
[orcid.org/0009-0007-5327-9251](https://orcid.org/0009-0007-5327-9251)

Запорізький національний університет, м. Запоріжжя  
Казахська академія спорту і туризму, Алмати

Тищенко В.О.

доктор наук з фізичного виховання і спорту, професор,  
професор кафедри теорії та методики фізичної культури і спорту,  
[orcid.org/0000-0002-9540-9612](https://orcid.org/0000-0002-9540-9612)

Запорізький національний університет, м. Запоріжжя

## ІНТЕГРОВАНА МЕТОДИКА ТРЕНУВАННЯ ДЛЯ РОЗВИТКУ ТЕХНІЧНИХ І ТАКТИЧНИХ НАВИЧОК ФУТБОЛІСТІВ НА ЕТАПІ ПОПЕРЕДНЬОЇ БАЗОВОЇ ПІДГОТОВКИ

Стаття присвячена дослідженню ефективності поетапного навчання футболістів на етапі попередньої базової підготовки, зокрема у формуванні та розвитку їхніх технічних і тактичних навичок. розглядаються сучасні підходи до навчання, зокрема метод поєданого впливу та традиційна розчленована методика. Методика поєданого впливу забезпечує інтеграцію фізичних і техніко-тактичних вправ, що дозволяє одночасно розвивати базові спортивні навички та швидко адаптувати їх до ігрових умов. **Мета дослідження** – обґрунтувати доцільність поетапного формування умінь та технічних навичок футболістів на етапі попередньої базової підготовки. **Мета дослідження** – обґрунтувати доцільність поетапного формування умінь та технічних навичок футболістів на етапі попередньої базової підготовки. **Об'єкт дослідження** – тренувальний процес футболістів на етапі попередньої базової підготовки. **Предмет дослідження** – показники фізичної підготовленості футболістів на етапі попередньої базової підготовки. **Методи дослідження**: аналіз та узагальнення спеціальної літератури, педагогічне спостереження, педагогічний експеримент, методи математичної статистики. **Організація та методи дослідження**. У навчальному (тренувальному) експерименті брали участь 50 футболістів на етапі попередньої базової підготовки. **Результати дослідження**. Порівняння результатів експериментальної та контрольної груп демонструє переваги цього підходу: він сприяє прискореному розвитку спеціальних навичок, покращенню координації та швидко-силового характеру спортсменів. Результати експерименту показали, що футболісти, які тренувалися за методикою поєданого впливу, демонстрували значно кращі показники у виконанні технічних прийомів, таких як ведення та зупинка м'яча, передачі та

удари по воротах, а також краще справлялися з ігровими функціями. Спостерігався приріст показників від 30% до 50% порівняно з контрольною групою, що свідчить про ефективність інтегрованого підходу у навчанні молодих спортсменів. **Висновки.** Висновки дослідження підтверджують, що застосування поетапного, інтегрованого підходу до навчання футболістів є важливою умовою для забезпечення стійкого спортивного прогресу на етапі базової підготовки. Така методика сприяє гармонійному розвитку технічних, фізичних та тактичних навичок, покращує координацію, швидкісно-силові якості та здатність гравців до адаптації в умовах змагальної діяльності.

**Ключові слова:** футбол, технічні навички, тактичні вміння, інтегрований підхід, фізична підготовка, координаційні здібності, метод поєднаного впливу.

**Sautov Rakhmet, Tyshchenko Valeria Integrated training methodology for developing technical and tactical skills in football players at the preliminary basic training stage.** This article explores the effectiveness of stage-based training for football players at the preliminary basic training stage, specifically in the formation and development of their technical and tactical skills. Modern training approaches are examined, including the method of combined influence and the traditional segmented methodology. The combined influence methodology integrates physical and technical-tactical exercises, allowing the simultaneous development of fundamental sports skills and their rapid adaptation to game conditions. **The purpose of the study** is to substantiate the relevance of a stage-based development of skills and technical abilities in football players during the preliminary basic training stage. **The object of the study** is the training process for football players at this preparatory stage, while the subject of the study focuses on the indicators of physical fitness of players at this level. **Research methods** include analysis and synthesis of specialized literature, pedagogical observation, pedagogical experiment, and methods of mathematical statistics. **Study Organization and Methods:** Fifty football players at the preliminary basic training stage participated in the training experiment. **Research Results.** Comparing the results of the experimental and control groups demonstrates the advantages of this approach, as it contributes to accelerated development of specific skills, as well as improved coordination and speed-strength characteristics among the athletes. The experimental results showed that football players trained with the combined influence methodology performed significantly better in executing technical maneuvers such as dribbling, ball stopping, passing, and shooting at the goal, and generally managed game functions more effectively. There was a 30% to 50% increase in performance indicators compared to the control group, which supports the efficacy of the integrated approach in training young athletes. **Conclusions.** The study's findings confirm that applying a stage-based, integrated approach to training football players is an essential condition for ensuring consistent athletic progress at the basic training stage. This methodology promotes the harmonious development of technical, physical, and tactical skills, enhances coordination, speed-strength qualities, and players' adaptability in competitive activities.

**Key words:** football, technical skills, tactical abilities, integrated approach, physical training, coordination abilities, combined influence methodology.

**Постановка проблеми.** Ефективна підготовка футболістів на етапі попередньої базової підготовки є ключовим чинником їхнього подальшого спортивного зростання. Володіння основними технічними та тактичними навичками на ранніх стадіях навчання закладає фундамент для подальшого розвитку більш складних ігрових прийомів.

Сучасні підходи до поетапного навчання футболістів на етапі попередньої базової підготовки свідчать про існування кількох методичних концепцій, спрямованих на ефективне засвоєння технічних і тактичних навичок гри [5].

Здійснений аналіз джерел, наданих у дослідженнях, вказує на різнобічний підхід до розвитку спеціальних фізичних якостей юних футболістів, зокрема координації та швидкості. Так, фахівці Адаменко, О., & Васильєв, О. зосереджуються на природжених аспектах швидкості, таких як рухливість нервових процесів та співвідношення м'язових волокон, що обумовлює потенціал спортсмена [1]. Автори відзначають, що, незважаючи на генетичні обмеження, швидкість може бути значно вдосконалена шляхом правильно організованих тренувань, і пропонують серію тестів для об'єктивної оцінки рівня швидкісних якостей.

У дослідженні Вознюк, Т., & Волошинський, В. представлено детальну програму для розвитку координаційних здібностей, де використання сучасного обладнання (координаційні драбинки, балансувальні напівсфери BOSU) довело свою ефективність [2]. Програма розроблена для вікової категорії 10–11 років, що відповідає чутливому періоду розвитку координаційних навичок. Їхня методика не лише сприяє покращенню загальної координації, але й ефективно вдосконалює техніко-тактичні прийоми, завдяки чому гравці краще адаптуються до швидкозмінних умов гри.

Порівняння результатів експериментальних та контрольних груп у дослідженнях демонструє переваги інноваційних підходів над традиційними методами. Наприклад, приріст у жонглюванні м'яча у експериментальній групі склав 76,2%, що значно перевищує показники контрольної групи, що свідчить про те, що сучасні методики, які орієнтовані на специфіку футбольних навичок, зокрема контроль м'яча та баланс, мають значний позитивний вплив на результати.

В обох дослідженнях підкреслюється важливість адаптивних програм підготовки, які враховують вікові та фізіологічні особливості спортсменів, що забезпечує розвиток не лише фізичних, але й психомоторних здібностей, таких як аналіз ігрових ситуацій, прийняття рішень у складних умовах, що критично важливо для юних футболістів у процесі багаторічної підготовки.

Також автори підкреслюють, що ефективне вирішення рухових завдань у футболі залежить від уміння координувати окремі рухи, які виконуються одночасно або послідовно. Вони пропонують вправи на рівновагу та відчуття ритму, а також рекомендують проводити тестування юних футболістів раз на два місяці для відстеження динаміки результатів та ефективності тренувальних програм [3; 8]. Крім того, розглянуто особливості контролю розвитку координаційних здібностей у юних футболістів 11-13 років за рахунок комплексу спеціальних вправ, та підкреслено

важливість системного контролю та впровадження тестів для визначення рівня координації, що дозволяє підвищити ефективність тренувального процесу на підготовчому етапі.

Нестеренко (2020) пропонує експериментальну методику розвитку швидкісно-силових якостей юних футболістів 13-14 років з урахуванням раціонального співвідношення вправ з м'ячем і без м'яча. Розроблені блоки фізичних вправ сприяють покращенню показників швидкісно-силової підготовленості, що є основною фізичною якістю в обраному виді спорту [9].

Науковці аналізують особливості розвитку координаційних здібностей юних футболістів на етапі попередньої базової підготовки. Вони зазначають, що розвиток координаційних здібностей у дітей шкільного віку відбувається нерівномірно, і кожна якість має свої періоди прискореного розвитку та стабілізації. Автори розглядають особливості розвитку координаційних здібностей у дітей, які займаються різними видами спорту, зокрема футболом [11].

Таким чином, аналіз наукових джерел свідчить про важливість системного підходу до розвитку координаційних та швидкісних здібностей юних футболістів. Використання спеціальних методик, регулярне тестування та врахування вікових особливостей сприяють ефективному вдосконаленню фізичних якостей спортсменів на різних етапах підготовки [4; 6].

Сучасна наука вказує на необхідність інтегрованих підходів, що забезпечують одночасний розвиток фізичних і техніко-тактичних навичок, однак оптимізація таких підходів на ранньому етапі підготовки залишається недостатньо дослідженою.

Отже, актуальним є оптимізація поетапного навчання, які сприятимуть ефективнішому засвоєнню навичок, необхідних для гри, та адаптації до змагальних умов.

**Зв'язок роботи з науковими програмами, планами, темами.** Робота виконана у відповідності до тем: «Теоретико-методичні засади вдосконалення навчально-тренувального процесу у різних видах спорту» (державний реєстраційний номер: 0122U001108) плану науково-дослідної роботи Запорізького національного університету на 2022–2026 рр.

**Мета дослідження** – обґрунтувати доцільність поетапного формування умінь та технічних навичок футболістів на етапі попередньої базової підготовки.

**Об'єкт дослідження** – тренувальний процес футболістів на етапі попередньої базової підготовки.

**Предмет дослідження** – показники фізичної підготовленості футболістів на етапі попередньої базової підготовки.

**Завдання дослідження.**

1. Проаналізувати сучасні підходи до поетапного навчання футболістів на етапі попередньої базової підготовки.
2. Дослідити особливості формування технічних навичок і тактичних умінь у футболістів на етапі попередньої базової підготовки.
3. Визначити особливості зміни технічних навичок футболістів на різних етапах загальнопідготовчого періоду тренування в умовах порівняльного вивчення ефективності використання двох видів методики навчання технічним навичкам: методики спряженого впливу та стандартної, розчленованої методики.
4. Оцінити ефективність різних методичних підходів до поетапного навчання для підвищення ігрової майстерності та адаптації до змагальних умов.

**Методи дослідження:** аналіз та узагальнення спеціальної літератури, педагогічне спостереження, педагогічний експеримент, методи математичної статистики.

**Організація та методи дослідження.** У навчальному (тренувальному) експерименті брали участь футболістів на етапі попередньої базової підготовки. З-поміж 50 хлопців методом випадкової вибірки нами укомплектовані дві групи піддослідних.

У першій дослідно-експериментальній групі (ЕГ), чисельністю 12 гравців, тренування проводилися на основі використання методики поєданого впливу на технології навчання, що сприяє успішному вирішенню таких педагогічних завдань як [13]: забезпечити взаємодію фізичної підготовки з номіналами технічної та тактичної підготовки; сприяти розвитку спеціальних фізичних якостей і натомість вивчення основних прийомів володіння м'ячем чи тактичних дій.

На основі цієї ж методики, в практиці навчання футболістів, склалася така послідовність видів підготовки при вирішенні наступних специфічних завдань: об'єднання видів фізичної та тактичної підготовки; об'єднання видів фізичної, технічної та тактичної підготовки (за рахунок раціонального планування навчальних, контрольних та змагальних ігор по ходу на кожному етапі процесу навчання).

У другій, дослідно-контрольній групі (КГ), чисельністю також 12 гравців, тренування проводилися на основі використання стандартної, роздільної, розчленованої методики навчання: на початку навчання основна увага приділялася освоєнню лише окремих технічних навичок гри, а потім – цілісному, правильному їх виконання: зазначені елементи з м'ячем та без м'яча розучувалися поза зв'язком з об'єднанням окремих видів підготовки. Мотивувався лише репродуктивний рівень навчання: за інструкцією, за зразком освоїти спочатку окремі деталі, а потім цілісну структуру кожної технічної навички та лише типові способи виправлення помилок.

У кожній із зазначених дослідних груп до кінця завершення третього та четвертого етапів навчання, проводили оцінку кількості «правильно виконаних» тих чи інших технічних навичок з метою визначення готовності футболістів на етапі попередньої базової підготовки до умов виконання ними різних ігрових функцій в умовах проведення змагальних ігор.

**Виклад основного матеріалу дослідження.** У спортивних іграх, у тому числі й навчання навичкам гри у футбол, усі обрані вправи поділяються на два типи [13]:

1. Тренувальні вправи становлять основу таких природних рухових навичок як: ходьба, біг, стрибки; вправи загальнофізичної підготовки для розвитку основних фізичних якостей (швидкості, спритності, сили, витривалості); до таких самих вправ відносяться: вправи спеціальної фізичної підготовки, для розвитку актуальних, даного виду спорту, фізичних

аспектів; спеціально-підготовчі та спеціально-підвідні вправи, які полегшують початкове освоєння та закріплення елементів техніки та тактики гри.

2. Змагальні вправи – становлять основу техніки та тактики гри в умовах організації нападників і захисних дій команди.

У теорії та методиці спортивних ігор, у класичному варіанті навчання, умовно розрізняють чотири, послідовно здійснювані етапи:

- перший етап – початкове ознайомлення котрі займаються з технічними та тактичними прийомами гри. Основне завдання – моделювання основних прийомів гри за умов проведення двосторонньої навчальної гри;

- другий етап – розучування технічних прийомів і тактичних дій. Основне завдання – сприйняття досліджуваного прийому в цілому та формування спеціальних рухових умінь;

- третій етап – закріплення та вдосконалення технічних прийомів і тактичних дій, а також раціональне використання цих прийомів в ігрових ситуаціях. Основне завдання – вироблення сталості виконання освоєних технічних навичок;

- четвертий етап – поглиблене освоєння технічних навичок гри, оцінка ефективності такого освоєння за умов проведення ігор. Основне завдання – формування стійких інтегральних, сполучених навичок з техніки та тактики.

На будь-якому етапі навчання, для найкращої організації командних дій, необхідно навчати виконання різних функцій гравцями нападу та захисту. Хоча кожен гравець повинен бути «універсалом», тобто, володіти всіма техніко-тактичними прийомами футболу, але все ж таки будь-який з них, перш за все, зобов'язаний досконало володіти тим комплексом зазначених прийомів, який дозволяє йому вдало виконувати, необхідну в цій грі, вибрану функцію [7].

Центральний нападник найчастіше грає у зоні перед воротами суперника; водночас він уміє відходити назад у глибину поля, щоб організувати атаку. Гра центрального нападаючого ускладнюється тим, що він широко маневрує і тому йому необхідно володіти різноманітністю технічних прийомів, що застосовуються [10].

Крайній нападник багато в чому сприяє організації атаки по краю поля. Але основним його тактичним завданням є розтягування оборони фронтом і прорив на фланзі. Він діє по всьому фронту оборони супротивника, прориваючи її за допомогою обведення. До того ж крайній нападник виконує ще захисну функцію під час атаки противника: у цей час він забезпечує страховку або захисника, що пішов далеко вперед, або на час відступив крайнього нападника. Він же переслідує найближчого суперника, який опанував м'яч [12].

Центральні та крайні захисники є основними гравцями в організації оборони своїх воріт. Два центральні захисники прикривають підступи до воріт на головному напрямі атаки. Один із центральних захисників грає в розширеній зоні, пригнічуючи активність центрального нападаючого супротивника, причому навіть на далеких підступах до своїх воріт. При організації атаки з флангів центральний захисник, що близько знаходиться, щільно прикриває свого підопічного. Центральний захисник також є організатором та учасником атаки. Має дуже вигідну позицію в центрі поля. Позиція покращує його взаємодію з усіма своїми польовими гравцями.

Виходячи з аналізу функції гравців у нападі та в захисті, використання методики сполученого впливу в навчанні футболістів на етапі попередньої базової підготовки передбачала розучування елементів техніки у поєднанні з формуванням таких об'єднаних навичок як: ведення м'яча – короткі та середні передачі вперед, назад; ведення м'яча – фінти; ведення м'яча – удари по воротах; зупинки м'яча – довгі передачі; зупинки м'яча – удари по воротах & Крім того, техніко-тактична дія поєднується сполученістю формування таких навичок як: відбір – короткі передачі; відбір – короткі передачі впоперек; перехоплення – ведення м'яча – обведення та ін.

Виходячи із злагодженості цих дій, що створюють різноманітність способів, варіантів та умов виконання техніко-тактичних прийомів, що виконуються на тлі активного прояву спеціальних фізичних якостей, гравці ЕГ успішніше справлялися з ігровими функціями у стійці футболіста.

При порівнянні результатів гравців першої та другої дослідних груп, отриманих на третьому етапі навчання (удосконалення технічних прийомів (контрольних ігор)), тобто в період очікуваного вдосконалення технічних навичок, виявлено такі особливості, що зазначені у таблиці 1.

Таблиця 1

**Результати навчання футболістів на етапі попередньої базової підготовки**

Види технічних навичок	Кількість правильно виконаних технічних дій, абсолютні числа, ( $\bar{x} \pm m$ )							
	Функції гравців обох груп							
	Центральні нападаючі		Крайні нападаючі		Центральні захисники		Крайні захисники	
	I $n_1=10^*$	II $n_2=8$	I $n_1=15$	II $n_2=9$	I $n_1=15$	II $n_2=13$	I $n_1=8$	II $n_2=13$
1. Ведення м'яча	22,7±1,4	18,5±0,8	17,7±0,8	18,5±0,8	19,0±0,6	18,3±0,6	25,0±0,6*	18,6±0,7
2. Довгі передачі	28,5±0,8*	10,5±0,8	19,2± 4,5	10,5±0,8	18,0±0,5	18,3±0,6	24,6±2,6*	12,8±0,5
3. Короткі, середні передачі вперед	21,7±3,4*	13,0±0,6	19,0± 0,8	13,0±0,6	9,5±0,6	10,3±0,6	28,2±0,6*	18,8±0,5
4. Короткі, середні передачі впоперек назад	32,0±4,8*	19,2±0,7	21,7± 1,4	19,2±0,7	11,7±0,8	9,7±0,4	31,0±3,6*	19,6±0,6
5. Відбір	17,7±1,4*	9,5±0,3	18,2±1,1*	9,5±0,3	12,9±0,6	12,9±0,6	28,8±0,8*	14,0±0,6
6. Перехоплення	22,5±4,2*	13,2±0,8	20,7±0,8*	13,2±0,8	13,5±0,8	14,2±0,6	32,0±2,1*	11,6±0,6
7. Обведення	22,5±2,5*	11,7±0,6	22,7±2,8*	11,7±0,6	9,0±0,6	18,5±0,4	27,0±2,6*	17,0±0,6
8. Удари по воротах	29,2±3,1*	16,5±0,4	18,7±0,6	16,5±0,4	9,2±0,6	13,5± 0,6	26,6±2,6*	13,6±0,7

Примітка: ♦ —  $n_1 n_2$  – кількість повторних спостережень 4 експертів під час контрольних ігор. \* — відмінності між показниками ЕГ та КГ статистично достовірні ( $p \leq 0,05$ )

Результати гравців першої та другої дослідної груп, які однаково виконували функції центрального нападаючого, крайнього нападника, а також центрального захисника, за даними техніки ведення м'яча, мало відрізнялися між собою; кількість якісного виконання даного навички, збільшилася тільки у крайніх захисників першої групи: у них шуканий показник виявився вищим ніж у другій групі гравців більш ніж на 25% (таблиця 1).

Довгі передачі більш «технічно» виконували гравці першої дослідної групи, особливо виконували функції центральних нападників, крайніх захисників; при цьому ці два показники перевищували результати гравців другої групи, таких самих амплау, відповідно на 63,2 і 47,9%.

Показники першої дослідної групи виявилися вищими ніж такі другої групи також за даними та інших технічних дій; зокрема, перевагу гравців першої дослідної групи у відсотковому відношенні склали: короткі та середні передачі вперед: у центральних нападаючих – 40%; у крайніх захисників – 33,3%; короткі та середні передачі уперек назад: у центральних нападаючих – 40%; у крайніх захисників – 36,8%; відбір: у центральних нападаючих перевага становила 46,3%; у крайніх нападників – 47,8%; у крайніх захисників – 51,4%; перехоплення: у центральних нападаючих – 41,3%; у крайніх нападників – 36,2%; у крайніх захисників – 63,7%; обведення: перевага у центральних нападників становила 48%; у крайніх нападників – 48,4%; у крайніх захисників – 37%; за числом виконання вдалих ударів по воротах перевага гравців першої дослідної групи склали – у центральних нападаючих – 43,5%; крайніх захисників – 48,8% (таблиця 1).

При порівнянні результатів, отриманих четвертому етапі навчання (закріплення та вироблення стійких технічних навичок (змагальна діяльність), тобто у період очікуваного, поглибленого освоєння технічних навичок виявлено такі результати (таблиця 2).

Таблиця 1

Результати навчання футболістів на етапі попередньої базової підготовки

Види технічних навичок	Кількість правильно виконаних технічних дій, абсолютні числа, ( $\bar{x} \pm m$ )							
	Функції гравців обох груп							
	Центральні нападаючі		Крайні нападаючі		Центральні захисники		Крайні захисники	
	I	II	I	II	I	II	I	II
$n_1=10$ ♦	$n_2=10$	$n_1=10$	$n_2=10$	$n_1=8$	$n_2=8$	$n_1=10$	$n_2=9$	
1. Ведення м'яча	22,5±2,2*	14,5±0,8	8,0±0,8	8,5±0,8	18,4±1,4*	8,2±0,6	13,3±2,8*	12,6±0,7
2. Довгі передачі	22,7±3,1*	12,4±0,9	8,2±0,5	8,2±0,6	8,5±0,9	9,8±0,5	18,2±2,1*	11,4±0,5
3. Короткі, середні передачі вперед	23,0±3,4*	15,4±0,6	9,5±0,3	8,7±0,5	23,8±1,9*	8,2±0,6	16,6±0,6*	14,4±0,6
4. Короткі, середні передачі вперек назад	23,2±3,1*	10,2±0,6	24,0±4,2*	14,0±0,6*	21,3±2,1*	15,6±0,4	22,4± 2,4*	10,6±0,5
5. Відбір	26,7±2,5*	18±0,7	22,2±2,5*	10,6±0,6	28,7±1,9*	18,5±0,5	18,2±0,4*	8,8±0,5
6. Перехоплення	28,5±0,8*	16,3±0,6	23,5±3,7*	13,6±0,5	24,7± 2,3*	17,8±0,6	10,0±2,1*	11,2±0,7
7. Обведення	27,2±2,8*	12,9±0,8	24,0±2,2*	16,1±0,3	22,8± 2,1*	10,6±0,5	12,2±2,1*	9,9±0,7
8. Удари по воротах	24,7±2,5*	15,0±0,8	18,0±3,6*	9,2±0,5	25,3± 1,9*	14,2±0,5	14,2±2,1	10,6±0,7

Примітка: ♦ —  $n_1 n_2$  – кількість повторних спостережень 4 експертів під час змагальних ігор. \* — відмінності між показниками ЕГ та КГ статистично достовірні ( $p \leq 0,05$ )

Показники гравців ЕГ, за кількістю правильно виконаних технічних дій, були набагато вищими, ніж КГ; при цьому перевага у гравців ЕГ, що виконують різні функції, у відсотковому відношенні виявлялася в процесі виконання таких технічних навичок як: ведення м'яча: у центральних нападників перевага становила – 35,5%; у центральних захисників – 55,4%; довгі передачі: у центральних нападників – 45,4%; крайніх захисників – 37,3%; короткі та середні передачі вперед: у центральних нападаючих – 33,0%; у центральних захисників – 65,5%; короткі та середні передачі вперек назад: у центральних нападаючих – 56%; у крайніх нападаючих – 41,7%; відбір: у центральних нападаючих – 31,8%; у крайніх нападаючих – 52,2%; у центральних захисників – 35,5%; перехоплення: у центральних нападаючих – 42,8%; у крайніх нападаючих – 42,2%; у центральних захисників – 28,2%; обведення: у центральних нападаючих – 52,6%; у крайніх

нападників - 42%; у центральних захисників – 53,5%; удари по воротах: у центральних нападаючих – 39,3%; у крайніх нападаючих – 48,8%; у центральних захисників – 43,8%.

**Висновки.** Використання методу сполученого впливу у футболі, сприяє збільшенню кількісних і покращенню якісних показників технічних прийомів польових гравців, що виконують різні функції, що особливо помітно на четвертому етапі навчання в умовах проведення ігор для змагань; при цьому переважне положення у гравців першої дослідної групи, порівняно з гравцями другої дослідної групи, зазначалося: у центральних нападників – під час виконання майже всіх основних прийомів, але чіткіше за даними таких прийомів як: довгі передачі; короткі та середні передачі вперед; короткі та середні передачі впоперек назад; перехоплення, обведення та удари по воротах; у крайніх нападників – при виконанні відбору, перехоплення та обведення.

Крім того, у крайніх захисників першої дослідної групи, за кількістю правильно виконаних прийомів, отримано достовірну перевагу, порівняно з результатами таких самих гравців другої дослідної групи, при виконанні всіх основних прийомів гри; ця перевага більш виражено виявлялося за даними таких дій як: довгі передачі; короткі та середні передачі вперед; відбір, перехоплення, обведення та удари по воротах.

#### Література

1. Адаменко, О., & Васильєв, О. (2024). Оцінювання розвитку швидкості футболістів на етапі попередньої базової підготовки. Матер. міжн. конф.: «Проблеми та перспективні напрями розвитку сучасного спорту: актуальні питання теорії та практики». С. 72-75.

2. Вознюк, Т., & Волошинський, В. (2024). Ефективність застосування програми удосконалення спеціальних координаційних здібностей у підготовці юних футболістів. Актуальні проблеми фізичного виховання та методики спортивного тренування, (1), 63-75.

3. Гуменюк, С., Сапрун, С., & Ладика, П. (2024). Особливості розвитку координаційних здібностей юних футболістів. *Physical culture and sport: Scientific perspective*, 1(1), 220-228. <https://doi.org/10.31891/pcs.2024.1.34>

4. Джур О. Ю., Соколова О. В., Тищенко В. О., Новицька С. О., Баканова О. Ф. Інноваційний підхід до методики вдосконалення фізичної підготовленості юних футболістів. Вісник Запорізького національного університету : збірник наук. праць. Фізичне виховання та спорт. Запоріжжя : Запорізький національний університет, 2021. № 1. С. 133-139. <https://doi.org/10.26661/2663-5925-2021-1-19>

5. Захарчук С.П., Тищенко В.О., Синиця А.В., Конох А.А. Підвищення фізичної підготовленості футболістів інноваційними засобами. *Фізичне виховання та спорт*, 2024, (1), 55-60. <https://doi.org/10.26661/2663-5925-2024-1-07>

6. Костюкевич В. М., Лисенчук Г. А., Перепелиця О. А. Загальні основи управління підготовки спортсменів. Теоретико-методичні основи управління процесом підготовки спортсменів різної кваліфікації: колективна монографія / за заг. ред. В.М. Костюкевича. Вінниця: ТОВ «Планер». 2018. С. 6–33.

7. Костюкевич, В., Щелотіна, Н., & Стасюк В. (2019). Теоретико-методичні підходи щодо програмування тренувального процесу спортсменів у макроциклі. *Фізична культура, спорт та здоров'я нації*, 8 (27), 145-156.

8. Лисенчук Г., Тищенко В. Технології контролю техніко-тактичної підготовленості в футболі. *Наука в олімпійському спорті*. Київ : Олімпійська літ-ра, 2020. № 1. С. 48-52. DOI:10.32652/olympic2020.1\_4

9. Нестеренко, Н. (2020). Експериментальна методика розвитку швидкісно-силових якостей юних футболістів 13-14 років з урахуванням раціонального співвідношення вправ з м'ячем і без м'яча. *Науковий часопис Українського державного університету імені Михайла Драгоманова*, (5(125)), 115-120. [https://doi.org/10.31392/NPU-ps.series15.2020.5\(125\).22](https://doi.org/10.31392/NPU-ps.series15.2020.5(125).22)

10. Николаенко В.В. Багаторічна підготовка юних футболістів. Шлях до успіху. Київ: Самміт - книга, 2015. 360 с.

11. Петрова Н., Александрова О., Гудим Г. Особливості розвитку координаційних здібностей юних футболістів на етапі попередньої базової підготовки. *Фізичне виховання, спорт та здоров'я людини: досвід, проблеми, перспективи (у циклі Анохінських читань): матеріали ІХ Всеукраїнської науково-практичної онлайн-конференції*. 10 грудня, 2021 р., Київ / Київ. Ун-т імені Бориса Грінченка; за заг. ред. О. В. Ярмолюк. К.: Київ. ун-т імені Бориса Грінченка, 2021. С. 259-264.

12. Фалес Й.Г., Огерчук О.Ф., Колобич О.В., Дулібський А.В. Ігри та ігрові вправи техніко-тактичного характеру у підготовці футболістів. Львів, 1999. 112 с.

13. Футбол у школі : навч. посіб. / Соломонко В. В., Лисенчук Г. А., Соломонко О. В., Пилипенко В. О. Київ, 2011. 296 с.

#### References

1. Adamenko, O., & Vasiliev, O. (2024). Evaluation of the speed development of football players at the stage of preliminary basic training. *Mater. international conference: "Problems and promising directions of the development of modern sports: topical issues of theory and practice."* WITH. 72-75.

2. Vozniuk, T., & Voloshynskiy, V. (2024). The effectiveness of the application of the program for improving special coordination abilities in the training of young football players. *Actual problems of physical education and methods of sports training*, (1), 63-75.

3. Humenyuk, S., Saprun, S., & Ladyka, P. (2024). Peculiarities of the development of coordination abilities of young football players. *Physical culture and sport: Scientific perspective*, 1(1), 220-228. <https://doi.org/10.31891/pcs.2024.1.34>

4. Jur O. Yu., Sokolova O. V., Tyshchenko V. O., Novytska S. O., Bakanova O. F. An innovative approach to the methodology of improving the physical fitness of young football players. *Bulletin of the Zaporizhzhya National University: collection of sciences. works Physical education and sports. Zaporizhzhia: Zaporizhzhya National University*, 2021. No. 1. P. 133-139. <https://doi.org/10.26661/2663-5925-2021-1-19>

5. Zakharchuk S.P., Tyshchenko V.O., Sinytsia A.V., Konoh A.A. Increasing the physical fitness of football players by innovative means. *Physical education and sports*, 2024, (1), 55-60. <https://doi.org/10.26661/2663-5925-2024-1-07>

6. Kostyukevich V. M., Lysenchuk H. A., Perepelitsa O. AND. General basics of managing the training of athletes. Theoretical and methodological foundations of managing the process of training athletes of various qualifications: a collective monograph / by General ed. V.M. Kostyukevich. Vinnytsia: "Planer" LLC. 2018. S. 6–33.
7. Kostyukevich, V., Shchepotina, N., & Stasyuk, V. (2019). Theoretical and methodological approaches to programming the training process of athletes in the macro cycle. *Physical culture, sport and health of the nation*, 8 (27), 145-156.
8. Lysenchuk G., Tyshchenko V. Technologies of control of technical and tactical preparedness in football. *Science in Olympic sports*. Kyiv: Olympic Literature, 2020. No. 1. P. 48-52. DOI:10.32652/olympic2020.1\_4
9. Nesterenko, N. (2020). An experimental technique for the development of speed and strength qualities of young football players aged 13-14 years, taking into account the rational ratio of exercises with and without the ball. *Scientific journal of Mykhailo Drahomanov Ukrainian State University*, (5(125), 115-120. [https://doi.org/10.31392/NPU-nc.series15.2020.5\(125\).22](https://doi.org/10.31392/NPU-nc.series15.2020.5(125).22)
10. Nikolayenko V.V. Long-term training of young football players. The way to success. Kyiv: Summit - book, 2015. 360 p.
11. Petrova N., Aleksandrova O., Gudym H. Peculiarities of the development of coordination abilities of young football players at the stage of preliminary basic training. *Physical education, sports and human health: experience, problems, prospects (in the cycle of Anokhin readings): materials of the 10th All-Ukrainian scientific and practical online conference*. December 10, 2021, Kyiv / Kyiv. Borys Grinchenko University; in general ed. AT. IN. Yarmolyuk K.: Kyiv. Borys Grinchenko University, 2021. P. 259-264.
12. Fales Y.G., Ogerchuk O.F., Kolobych O.V., Dulibskyi A.V. Games and game exercises of a technical and tactical nature in the training of football players. Lviv, 1999. 112 p.
13. Football at school: education. manual / Solomonko V. V., Lysenchuk H. A., Solomonko O. V., Pylypenko V. AT. Kyiv, 2011. 296 p.

DOI: [https://doi.org/10.31392/UDU-nc.series15.2024.12\(185\).37](https://doi.org/10.31392/UDU-nc.series15.2024.12(185).37)  
УДК 796.062.061.237

**Середа Н.В.**  
*кандидат наук з фізичного виховання та спорту,  
доцент кафедри менеджменту фізичної культури  
Харківська державна академія фізичної культури, м. Харків  
<https://orcid.org/0000-0002-8320-3000>*  
**Аносова О.С.**  
*кандидат економічних наук,  
доцент кафедри менеджменту фізичної культури  
Харківська державна академія фізичної культури, м. Харків  
<https://orcid.org/0000-0003-1185-0740>*

### МАРКЕТИНГОВИЙ АНАЛІЗ ДІЯЛЬНОСТІ ФІТНЕС-КЛУБІВ

У статті наведено результати проведеного маркетингового аналізу діяльності фітнес-клубів у сучасних кризових умовах. Розкривається ступінь впливу чинників зовнішнього та внутрішнього середовища фітнес-клубів. Надано детальну характеристику проведеного PEST-аналізу, який зазначає, що адміністрація фітнес-клубів у своїй професійній діяльності орієнтуються на стан ментального та фізіологічного здоров'я населення, а вже потім фінансування (67 балів), вдосконалення нормативно-правової бази (63 бали). Розкривається процес проведення такого методу маркетингового аналізу, як SWOT-аналіз. Процес такого аналізу охоплює такі етапи: ідентифікація сильних і слабких сторін; визначення шансів і загроз та відображення їх з точки зору сильних та слабких сторін; пошук можливості функціонувати на межі відповідальних характеристик фітнес-клубів. Розкрито зміст побудованої матриці SWOT-аналізу подальшої діяльності фітнес-клубів.

**Ключові слова:** фітнес-клуб, маркетинг, аналіз, кризові умови.

**Sereda N.V., Anosova O.S. Marketing analysis of the activities of fitness clubs** The article presents the results of a marketing analysis of the activity of fitness clubs in modern crisis conditions. The degree of influence of factors of the external and internal environment of fitness clubs is revealed. A detailed description of the conducted PEST-analysis is provided, which notes that the administration of fitness clubs in their professional activities focus on the state of mental and physiological health of the population, and only then financing (67 points), improvement of the regulatory and legal framework (63 points). The process of conducting such a method of marketing analysis as SWOT-analysis is revealed. The process of such an analysis includes the following stages: identification of strengths and weaknesses; identifying opportunities and threats and reflecting them in terms of strengths and weaknesses; search for an opportunity to function on the border of responsible characteristics of fitness clubs. The content of the constructed matrix of SWOT-analysis of further activities of fitness clubs is revealed.

**Keywords:** fitness club, marketing, analysis, crisis conditions.

**Постановка проблеми.** Стале функціонування у сучасних кризових умовах стало першочерговим питанням діяльності та подальшого розвитку фітнес-клубів. Використання маркетингового аналізу діяльності фітнес-клубів повинен бути постійним напрямом в умовах сталого функціонування на ринку фізкультурно-спортивних послуг. Використання