

## Совершенствование быстрого нападения у футболистов

16–17 лет

Иванов Николай Владимирович, кандидат педагогических наук

*Московская государственная академия физической культуры, и. Малаховка*

**Аннотация.** В статье представлены результаты проведенного исследования, направленного на совершенствование быстрого нападения у футболистов 16–17 лет. Проанализированы количественные и качественные показатели технико-тактических действий футболистов 16–17 лет при проведении быстрого нападения в процессе соревновательной деятельности. Выявлена статистика проведения быстрых атак в различных временных отрезках матча.

**Цель исследования** – повышение эффективности быстрого нападения у футболистов 16–17 лет.

**Методы исследования:** анализ научно-методической литературы, педагогические наблюдения, педагогический эксперимент, методы математико-статистической обработки данных.

**Результаты исследования и выводы.** Разработанный комплекс технико-тактических упражнений, направленный на совершенствование быстрого нападения у футболистов 16–17 лет, доказал свою эффективность, что подтверждилось результатами проведенного педагогического исследования. У футболистов экспериментальной группы достоверно по сравнению с контрольной группой улучшилась эффективность проведения быстрых атак, что в свою очередь положительно отразилось на результате соревновательной деятельности.

**Ключевые слова:** детско-юношеский спорт, футбол, технико-тактические действия, соревновательная деятельность

## **Improvement of fast attacks in 16–17-year-old football players**

Ivanov Nikolay Vladimirovich, candidate of pedagogical sciences

*Moscow State Academy of Physical Education, Malakhovka*

**Abstract.** The article presents the results of a study aimed at improving the fast attack in 16–17-year-old football players. Quantitative and qualitative indicators of the technical and tactical actions of 16–17-year-old football players during the execution of fast attacks in competitive activities were analyzed. Statistics on the execution of fast attacks in different time periods of the match were identified.

**The purpose of the study** is to enhance the effectiveness of fast attacks in 16–17-year-old football players.

**Research methods:** analysis of scientific and methodological literature, pedagogical observations, pedagogical experiments, methods of mathematical and statistical data processing.

**Research results and conclusions.** The developed set of technical and tactical exercises aimed at improving fast attacks in 16–17-year-old football players has proven effective, as confirmed by the results of the conducted pedagogical study. In the experimental group, the effectiveness of executing fast attacks significantly improved compared to the control group, which, in turn, positively affected competitive performance outcomes.

**Keywords:** youth sports, football, technical-tactical actions, competitive activities

**Введение.** Соревновательная деятельность футболистов состоит из оборонительных и атакующих действий, а также переходных фаз. Быстрый переход от оборонительных действий к атакующим и наоборот является важной составляющей игры современных футболистов. Каждая команда на протяжении всего матча выполняет различные технико-тактические действия как при обороне, так и при атаке [1, 2]. Количество и качество выполнения технико-тактических действий оборонительного и атакующего характера зависит от особенностей отдельных матчей. На количественные и качественные показатели технико-тактических действий, безусловно, влияет квалификация и уровень мастерства футболистов [3, 4]. Основным фактором, определяющим эффективность соревновательной деятельности, является результат матча [5, 6]. Достижение победы над соперником невозможно без

забитых голов. Таким образом, в тренировочном процессе должно уделяться повышенное внимание вопросам, связанным с эффективностью проведения атакующих действий команды [7, 8].

**Цель исследования** – повышение эффективности быстрого нападения у футболистов 16–17 лет.

Для реализации цели исследования были установлены следующие задачи:

1. Изучить особенности проведения быстрых атак в процессе соревновательной деятельности футболистов.

2. Экспериментально проверить эффективность специальных упражнений, направленных на совершенствование быстрых атак в соревновательной деятельности футболистов 16–17 лет.

**Методика и организация исследования.** Для решения поставленных задач использовались следующие методы исследования: анализ научно-методической литературы, педагогическое наблюдение, педагогический эксперимент, методы математико-статистической обработки данных.

Исследование проводилось на базе КСШОР, отделение по футболу «Звезда» (г. Люберцы). В исследовании принимали участие 45 футболистов в возрасте 16–17 лет (23 – экспериментальная группа, 22 – контрольная группа). В ходе проведенного педагогического эксперимента оценивалось влияние специального комплекса технико-тактических упражнений на показатели эффективности быстрых атак в процессе соревновательной деятельности футболистов в возрасте 16–17 лет. Продолжительность педагогического эксперимента составила 8 месяцев (с марта по октябрь 2025 года).

При подготовке к проведению педагогического эксперимента были проанализированы видеозаписи 18 матчей экспериментальной команды прошлого сезона. Были изучены показатели соревновательной деятельности футболистов, такие как количество и качество проведения быстрых атак. Быстрыми атаками считались атаки, которые были проведены не более чем за 15 секунд после перехвата мяча. Различия по количественным и качественным показателям быстрых атак между контрольной и экспериментальной группами до эксперимента были статистически недостоверны ( $p > 0,05$ ).

Далее в тренировочный процесс экспериментальной группы были включены специальные технико-тактические упражнения, направленные на совершенствование быстрых атак. В качестве средств совершенствования быстрых атак были включены 6 упражнений: 1) модельные групповые технико-тактические взаимодействия; 2) атака через фланги 2x3; 3) атаки 1x1–1x2–2x2–2x3–3x3; 4) атака 4x4–4x6; 5) атака 5x5; 6) квадрат 4x4 – выход 1x1. Продолжительность упражнений составляла 25–30 минут в основной части занятия.

В таблице 1 представлен пример недельного микроцикла футболистов экспериментальной группы. Микроцикл включает 5 тренировочных занятий различной направленности, игровой и выходной день. В течение микроцикла на совершенствование быстрых атак отводилось 2 дня: вторник и четверг. Технико-тактические

упражнения, направленные на совершенствование быстрых атак, проводились после разминки в основной части занятия. Во время выполнения экспериментальных упражнений основной акцент приходился на скорость выполнения атакующих действий игроков. Во вторник применялись экспериментальные упражнения № 1, 2, 3, а в четверг – № 4, 5, 6. В среду на учебно-тренировочном занятии команда решала задачу по совершенствованию постепенного нападения при длительном владении мячом на половине поля соперника. В пятницу проводилась подготовка к предстоящему матчу. Выполнялись технико-тактические упражнения с учетом тактической схемы команды, моделировались взаимодействия игроков при стандартных положениях команды при обороне и атаке.

Таблица 1 – Пример микроцикла экспериментальной группы

Дни недели	Направленность
Понедельник	Технико-тактическая подготовка. Развитие координационных способностей
Вторник	Быстрое нападение. Развитие скоростных способностей. Упражнения №1,2,3
Среда	Постепенное нападение. Специальная физическая подготовка.
Четверг	Быстрое нападение. Развитие скоростных способностей. Упражнения №4,5,6
Пятница	Предыгровая тренировка. Моделирование ТТД. Стандартные положения.
Суббота	Игровой день
Воскресенье	Выходной

**Результаты исследования.** По итогам соревнований был проведен повторный анализ технико-тактических действий футболистов в возрастной группе 16–17 лет. Анализ проводился посредством просмотра 18 видеозаписей матчей команд контрольной и экспериментальной групп. Проведенный сравнительный анализ выявил статистически значимые различия между контрольной и экспериментальной группой по показателям, характеризующим количество и качество проведения быстрых атак (табл. 2).

Таблица 2 – Динамика количественных и качественных показателей быстрых атак в соревновательной деятельности футболистов 16–17 лет

Показатели	До эксперимента			После эксперимента		
	КГ ( $x \pm \sigma$ )	ЭГ ( $x \pm \sigma$ )	p	КГ ( $x \pm \sigma$ )	ЭГ ( $x \pm \sigma$ )	p
Количество быстрых атак	4±1,1	3,72±0,9	>0,05	4,44±1	5,38±1	>0,05
Эффективность быстрых атак (голы)	0,46±0,1	0,4±0,1	>0,05	0,55±0,1	1,3±0,3	<0,05

После педагогического эксперимента, по сравнению с первичными данными, был выявлен прирост по количественным и качественным показателям быстрых атак (рис. 1).

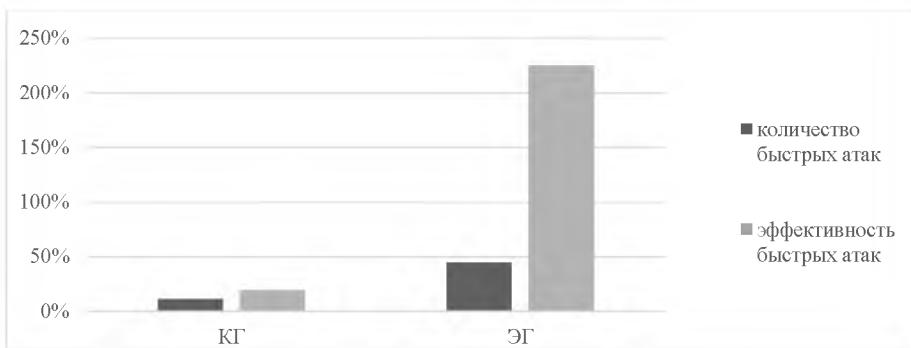


Рисунок 1 – Прирост количественных и качественных показателей быстрых атак после эксперимента

Так, в контрольной группе по количеству быстрых атак прирост составил 11 %, а в экспериментальной группе – 44,6 %. По показателю эффективности проведения быстрых атак прирост в контрольной группе составил 19,6 %, а в экспериментальной группе был весьма значительным и составил 225 %. Данный факт, по мнению авторов данной статьи, связан с положительным воздействием специальных упражнений, применяемых в тренировочном процессе футболистов экспериментальной группы. Таким образом, представленный экспериментальный комплекс технико-тактических упражнений может быть рекомендован к практическому применению в работе с командами возрастной группы 16–17 лет.

Также в процессе анализа соревновательной деятельности были определены индивидуальные показатели результативности в быстрых атаках по системе гол+пас.

Так, в контрольной группе самыми результативными игроками оказались футболисты под номерами № 12 и № 99, набрав по системе гол+пас по 9 очков (табл. 3). Игрок под номером 12 по амплуа является центральным полузащитником, а футболист под номером 99 играет в нападении. Футболист под номером 9, набравший 5 очков, является левым полузащитником. Стоит отметить, что игрок под номером 7, набравший 7 очков, является крайним правым полузащитником. Игровки под номерами 5 и 8 являются полузащитниками. Футболист под номером 5 – центральный опорный полузащитник (3 очка).

Таблица 3 – Статистика показателей гол+пас в контрольной группе

№ игрока	Количество голов	Количество голевых передач	Сумма очков
5	3	-	3
10	2	1	3
7	4	3	7
12	4	5	9
9	5	-	5
8	3	1	4
99	7	2	9
Всего	28	12	40

В экспериментальной группе самым результативным футболистом стал игрок под номером № 10, набрав по системе гол+пас 18 очков (12 голов, 6 голевых передач). Футболист под номером 10 является нападающим в команде и лучшим

бомбардиром в составе данной команды (табл. 4). Также стоит отметить полузащитников под номерами № 16, 18, 7, 9, набравших от 7 до 12 очков по системе гол+пас. В экспериментальной группе необходимо отметить двух крайних защитников команды под номерами 21 и 25, которые набрали 6 и 4 очка соответственно. Такие результаты они достигли из-за особенностей тактических действий команды. С учетом тактической схемы, тренер выдвигал к ним требования подключений к атакам на их фланге для создания численного преимущества и создания острой ситуации у ворот соперника.

Таблица 4 – Статистика показателей гол+пас в экспериментальной группе

№ игрока	Количество голов	Количество голевых передач	Сумма очков
7	4	3	7
9	5	2	7
10	12	6	18
16	8	4	12
18	9	1	10
21	6	-	6
25	4	-	4
Всего	48	16	64

В процессе анализа соревновательной деятельности была выявлена статистика проведения быстрых атак в различных временных отрезках матча (табл. 5). Наибольшее количество быстрых атак в контрольной группе пришлось на временной отрезок 76-90 минут (21 атака), в экспериментальной группе наибольшее количество атак также было отмечено в этом временном отрезке 76-90 минут матча (35 быстрых атак). По мнению авторов данной статьи, этот факт объясняется тем, что в конце матча под влиянием физического утомления у футболистов при выполнении технико-тактических действий повышается процент брака точных действий, что приводит к потере мяча и, как следствие, ответной атаке противника.

Стоит отметить, что наиболее низкие показатели количества быстрых атак пришлись на начальный отрезок матча (с 1 по 15 минуту). Дело в том, что в самом начале матча футболисты играют очень осторожно, так как концентрация находится на высоком уровне, игроки используют надежные и простые технико-тактические взаимодействия, которые позволяют понизить риски потери мяча.

Таблица 5 – Статистика быстрых атак в сезоне 2025

Отрезок матча (минуты)	Количество быстрых атак		Результативные атаки (голы)	
	КГ	ЭГ	КГ	ЭГ
1-15	3	2	-	1
16-30	10	5	-	3
31-45	15	10	1	3
46-60	14	16	1	4
61-75	17	29	4	6
76-90	21	35	4	7
Всего	80	97	10	24

Теперь рассмотрим качественные показатели быстрых атак при технико-тактических взаимодействиях футболистов. Заключительный отрезок матча 76-90 минут оказался самым результативным при проведении быстрых атак. Так, футбо-

листами контрольной группы в данный отрезок было забито 10 мячей, а у футболистов экспериментальной группы результативность была еще лучше, что составило 24 забитых мяча. Данный факт, по мнению авторов статьи, связан с положительным воздействием экспериментальных упражнений, направленных на совершенствование быстрых атак после перехвата мяча.

Проведенный анализ полученных данных позволил определить положительные изменения количественных и качественных показателей быстрых атак в соревновательной деятельности футболистов 16–17 лет.

После проведенного педагогического эксперимента показатель точности передач мяча в контрольной группе незначительно повысился на 3%, что составило 62%. В экспериментальной группе показатель точности передач мяча повысился на 18%, что составило 78% (рис. 2). Данный показатель является весьма важным в проведении быстрых атак, в связи с тем, что для эффективного проведения быстрых атак требуются точные и удобные для партнера передачи мяча. Стоит отметить важность высокой точности передач мяча в завершающей стадии быстрой атаки. Высокая скорость передвижения игроков и точность передач мяча являются ключевыми компонентами эффективной быстрой атаки футболистов.

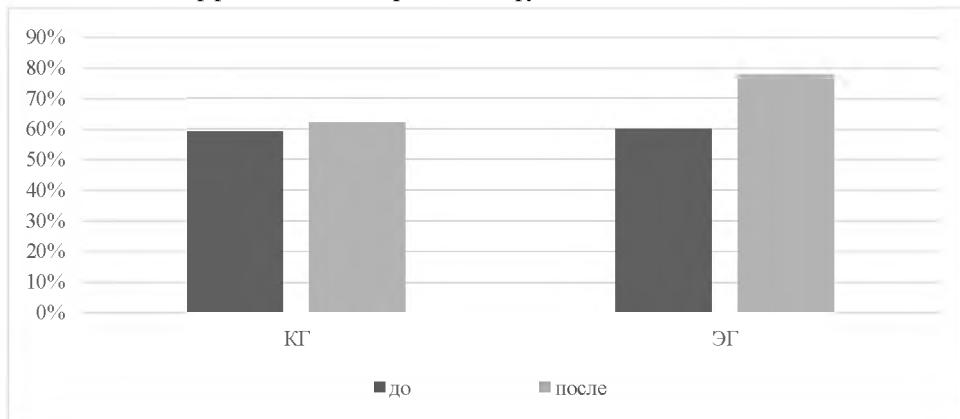


Рисунок 2 – Показатели точности передач мяча до и после эксперимента

После завершения соревнований в сезоне 2025 года была проанализирована статистика забитых мячей после различных видов атакующих действий (рис. 3).

В статистике учитывались мячи, забитые после быстрых атак и постепенного нападения. Так, футболисты контрольной группы за сезон забили 41 гол. На долю голов, забитых после проведения быстрых атак, пришлось 46,3%, а на долю мячей после постепенного нападения – 53,7%.

Футболисты экспериментальной группы за сезон забили 46 голов в ворота соперника. На долю голов, забитых после проведения быстрых атак, пришлось 65%, а на долю мячей после постепенного нападения – 35%. Таким образом, статистика забитых мячей после различных видов атакующих действий также указывает на положительное воздействие экспериментального комплекса технико-тактических упражнений для возрастной группы футболистов 16–17 лет.

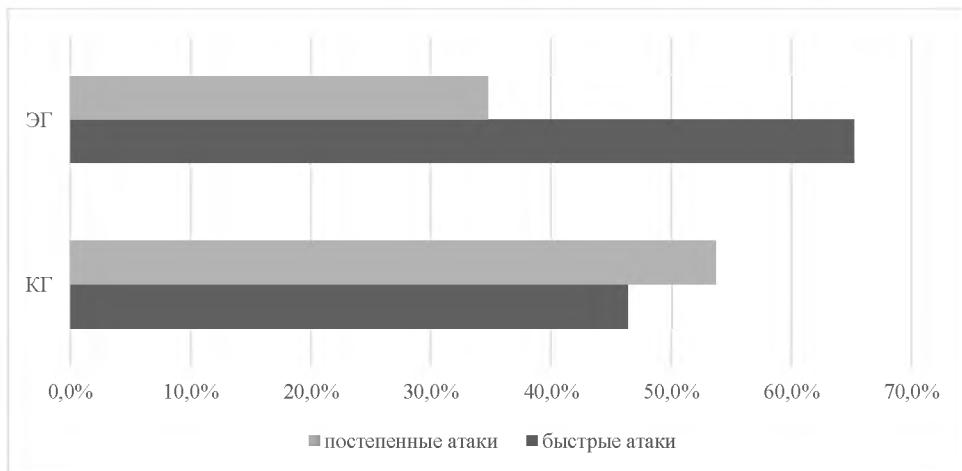


Рисунок 3 – Соотношение забитых мячей после различных видов атаки

Полученные результаты проведенного исследования позволили выявить эффективность экспериментальных упражнений для футболистов возрастной группы 16–17 лет, что выразилось в положительных изменениях по количеству и эффективности проведения быстрых атак, а также проценту точности передач мяча.

**Выводы.** Отличительной особенностью выполнения быстрой атаки является скорость выполнения точных технико-тактических взаимодействий игроков атакующей команды за минимальный отрезок времени. В среднем, выполнение быстрой атаки с момента перехвата мяча до нанесения удара по воротам не превышает 15 секунд. Количество выполняемых передач мяча между игроками в ходе быстрой атаки варьируется, как правило, от 1 до 7. В процессе соревновательной деятельности футболистов 16–17 лет в среднем за матч проводится  $4,38 \pm 0,5$  быстрых атак. Эффективность проведенных быстрых атак в среднем за матч составляет  $0,67 \pm 0,1$  забитых мячей.

Сравнительный анализ количественных и качественных показателей быстрых атак в соревновательной деятельности футболистов 16–17 лет позволил определить между контрольной и экспериментальной группой достоверно значимые различия, что свидетельствует об эффективности экспериментального комплекса упражнений, направленного на совершенствование быстрых атак.

#### **Список источников**

1. Акрамов Б. Н., Шаймарданов Б. Н. Анализ и совершенствование атакующих действий футболистов. DOI 10.17117/na.2018.07.01.081 // Научный альманах. 2018. № 7-1 (45). С. 81–85. EDN: XZAZET.
2. Никишин В. М. Показатели эффективности атакующих действий футболистов в соревновательной деятельности // Актуальные проблемы теории и практики физической культуры, спорта и туризма : материалы IX Всероссийской научно-практической конференции молодых ученых, аспирантов, магистрантов и студентов с международным участием, посвященной Году науки и технологий РФ, Казань, 23 апреля 2021 года / под общ. ред. Р. А. Юсупова. Казань : Изд-во ПГУФКСиТ, 2021. Том 1. С. 174–176. EDN: TUFFJD.
3. Артемов М. А. Взаимообусловленность командных показателей технико-тактической соревновательной деятельности квалифицированных футболистов // Перспективные направления в области физической культуры, спорта и туризма : материалы симпозиума в рамках XX (ЛII) Международной научной конференции студентов, аспирантов и молодых ученых "Образование, наука, инновации: вклад молодых исследователей", Кемерово, 24 апреля 2025 года. Кемерово : Изд-во КГУ, 2025. С. 379–382. EDN: QAEFBH.

4. Тахмазов И. Д. Ситуационная целесообразность атакующих технико-тактических действий в игре юных футболистов разных этапов спортивной подготовки // Тезисы докладов XLVIII научной конференции студентов и молодых ученых вузов Южного федерального округа, Краснодар, 01 февраля – 31 декабря 2021 года. Краснодар : Изд-во КубГУФКСиТ, 2021. Т. 3. С. 71. EDN: ISNWWDK.
5. Исламов И. И. Факторы, влияющие на эффективности технико-тактических действий юных футболистов // Проблемы и перспективы физического воспитания, спортивной тренировки и адаптивной физической культуры : материалы VI Всероссийской научно-практической конференции с международным участием, Казань, 21 февраля 2025 года. Казань : Изд-во ПГУФКСиТ, 2025. С. 259–261. EDN: HLXXAC.
6. Новиков А. А. Исследование особенностей эффективной атаки в современном футболе // Инновационные подходы к внедрению передового опыта и его практическому применению : сборник статей по итогам Международной научно-практической конференции, Киров, 19 декабря 2020 года. Киров : Агентство международных исследований, 2020. Т. 1. С. 60–65. EDN: LHZRMH.
7. Баймуханов Д. М. Основы многолетней технико-тактической подготовки юных футболистов // Иттернаука. 2025. № 1-2(365). С. 36–37. EDN: РССНОА.
8. Шестаков М. М. Особенности завершения атакующих действий команды квалифицированными футболистами разных игровых амплуа // Актуальные вопросы физической культуры и спорта. 2022. Т. 24. С. 123–126. EDN: BZKCEM.

#### **References**

1. Akramov B. N., Shaimardanov B. N. (2018), "Analysis and improvement of attacking actions of football players", *Scientific almanac*, No. 7-1 (45), pp. 81–85, DOI 10.17117/na.2018.07.01.081.
2. Nikishin V. M. (2021), "Indicators of the effectiveness of attacking actions of football players in competitive activities", *Actual problems of the theory and practice of physical education, sports and tourism*, Proceedings of the IX All-Russian scientific and practical conference of young scientists, graduate students, master's students and students with international participation, dedicated to the Year of Science and Technology of the Russian Federation, Kazan, April 23, 2021, Kazan, Publishing house of PSUPEHSiT, Vol. 1, pp. 174–176.
3. Artemov M. A. (2025), "Interdependence of team indicators of technical and tactical competitive activity of qualified football players", *Promising directions in the field of physical culture, sports and tourism*, Proceedings of the symposium within the framework of the XX (LII) International scientific conference of students, postgraduates and young scientists "Education, science, innovation: contribution of young researchers", Kemerovo, April 24, 2025, Kemerovo, KSU Publishing House, pp. 379–382.
4. Takhmazov I. D. (2021), "Situational feasibility of attacking technical and tactical actions in the game of young football players at different stages of sports training", *Abstracts of reports of the XLVIII scientific conference of students and young scientists of universities of the Southern Federal District*, Krasnodar, February 01 - 31 2021, Krasnodar, KubSUFKSiT Publishing House, Vol. 3, p. 71.
5. Islamov I. I. (2025), "Factors influencing the effectiveness of technical and tactical actions of young football players", *Problems and prospects of physical education, sports training and adaptive physical culture*, Proceedings of the VI All-Russian scientific and practical conference with international participation, Kazan, February 21, 2025, Kazan, PSUPEHSiT Publishing House, pp. 259–261.
6. Novikov A. A. (2020), "Study of the Features of an Effective Attack in Modern Football", *Innovative Approaches to the Implementation of Best Practices and Their Practical Application*, Collection of Articles Following the Results of the International Scientific and Practical Conference, Kirov, December 19, 2020, Kirov, Agency for International Research, Vol. 1, pp. 60–65.
7. Baimukhanov D. M. (2025), "Fundamentals of Long-Term Technical and Tactical Training of Young Football Players", *Иттернаука*, No. 1-2 (365), pp. 36–37.
8. Shestakov M. M. (2022), "Features of Completing a Team's Attacking Actions by Qualified Football Players of Different Playing Positions", *Current Issues of Physical Culture and Sports*, Vol. 24, pp. 123–126.

#### **Информация об авторе:**

**Иванов Н. В.**, доцент кафедры теории и методики футбола и хоккея, ORCID: 0000-0003-1601-6202, SPIN-код 8580-5734.

*Поступила в редакцию 03.12.2025.*

*Принята к публикации 25.12.2025.*