

Бібліографічний опис: Карпа І. Я. ХАРАКТЕРИСТИКА ТАКТИКИ ГРИ У ФУТБОЛ : лекція з навчальної дисципліни «Теорія і методика обраного виду спорту та спортивно-педагогічне вдосконалення (ТіМОВС та СПВ) (спеціалізація – футбол)» (1 курс, факультет педагогічної освіти (бакалаврат) / Карпа І. Я., Ріпак І. М. – 45 стор. Ключові слова: футбол, підготовка, футболісти, тактика, стратегія, системи.

Назва:	ХАРАКТЕРИСТИКА ТАКТИКИ ГРИ У ФУТБОЛ
Автори:	Ріпак І. М., Карпа І. Я.
Ключові слова:	футбол, підготовка, футболісти, тактика, стратегія, системи.
Дата публікації:	2019
URI (Уніфікований ідентифікатор ресурсу): Розташовується у зібраннях:	<a href="http://repository.ldufk.edu.ua">http://repository.ldufk.edu.ua</a> Конспекти лекцій

**ЛЬВІВСЬКИЙ ДЕРЖАВНИЙ УНІВЕРСИТЕТ ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ  
ІМ. ІВАНА БОБЕРСЬКОГО**

Кафедра футболу

**ЛЕКЦІЯ**

з навчальної дисципліни

**«Теорія і методика обраного виду спорту та спортивно-педагогічне вдосконалення (футбол)»  
для студентів 1 курсу факультету педагогічної освіти  
тема: «ХАРАКТЕРИСТИКА ТАКТИКИ ГРИ У ФУТБОЛ»**

План

1. Загальна характеристика тактики гри у футбол.....3
2. Індивідуальна тактика.....6
3. Тактика командної гри.....9
4. Командна тактика в нападі і захисті.....18
5. Характеристика систем гри.....20

Підготували:

доцент кафедри футболу

Ріпак І. М.

викладач кафедри футболу

Карпа І. Я.

**Львів-2019**

## 1. Загальна характеристика тактики гри у футбол

У сучасній науково-методичній літературі (П. Н. Казаков, 1978; А. Чанади, 1978; В. В. Соломонко, Г. А. Лісенчук, О. В. Соломонко, 2005) з проблем підготовки футболістів значна увага приділяється питанням техніки і тактики гри, системам гри тощо.

Аналізуючи літературні джерела (К.-Х. Хеддерготт, 1976; П. Н. Казаков, 1978; А. Чанади, 1978; А. Д. Брейкин, 1979; К. Л. Віхров, 2004), можна зустріти декілька визначень поняття “тактика”, які практично не відрізняються за змістом і суттю.

Стратегія – це комплексне поєднання факторів і різноманітних заходів, а також комплексна орієнтація та концентрація, спрямовані на досягнення єдиної мети.

В широкому розумінні слова під стратегією треба розуміти найвищий рівень знань і практичної діяльності, які забезпечують досягнення поставленої мети на основі реалізації найважливіших закономірностей, що діють в конкретній сфері, постановка відповідних задач, вибору форм, засобів, шляхів і методів їх вирішення.

Стратегія підготовки до окремих великих змагань і стратегія змагальної боротьби в цих змаганнях повинна здійснюватися з урахуванням:

- рівня розвитку футболу, його основних тенденцій, очікуваної конкуренції з боку суперників;
- рівня спортивних досягнень, традицій підготовки футболістів високого класу;
- стану матеріальної бази (кількості та сучасності спортивних споруд, спортивного інвентаря та обладнання, спеціальних приладів і апаратури);
- наявності можливостей на проведення навчально-тренувальних зборів на сучасних спортивних базах, участь в необхідній кількості змагань;
- наявності та кваліфікації футбольних спеціалістів (тренерів, організаторів, наукових і медичних працівників, обслуговуючого персоналу);
- сучасних знань про структуру і зміст процесу підготовки, ефективних засобів і методів вдосконалення основних сторін підготовленості, оптимальної динаміки

тренувальних і змагальних навантажень, високоефективних засобів відновлення;

- досконалості організаційних основ підготовки, рівня її науково-методичного і медичного забезпечення;
- реальності досягнення запланованого результату (потенційних можливостей футболістів, націленості всіх учасників підготовки на конкретний результат, їх психологічної сумісності).

В стратегічних планах перераховані фактори повинні враховуватися не тільки стосовно до своєї команди, але й до команд свої основних суперників, можливим окремим конкурентам.

Стратегія в футболі, крім того, допомагає вигравати як окремі матчі, так і виконувати завдання, які були завчасу поставлені на певні етапи перед командою чи окремим футболістом.

Тактика – це організація індивідуальних і колективних дій гравців, спрямованих на досягнення перемоги над суперником, тобто взаємодія футболістів команди за певним планом, який дозволяє успішно вести боротьбу з конкретним суперником.

Тактика – це планомірна, розумна гра, мета якої – досягнення найкращого результату у конкретних умовах. Під тактикою також розуміють вміння у кожній ігровій ситуації діяти розумно, швидко, з розрахунком, віддаючи всі свої сили для перемоги у змаганнях.

Усі тактичні дії поділяються на індивідуальні, групові, командні (рис. 1).

Основне в тактиці – це визначення оптимальних засобів, способів і форм дій у нападі і захисті, які можуть забезпечити досягнення мети.

Тактика є основним змістом усієї ігрової діяльності під час гри. Правильно вибрана тактика боротьби проти конкретного суперника сприяє успіху, а неправильно вибрана або не здійснена у ході зустрічі тактика здебільшого веде до поразки.

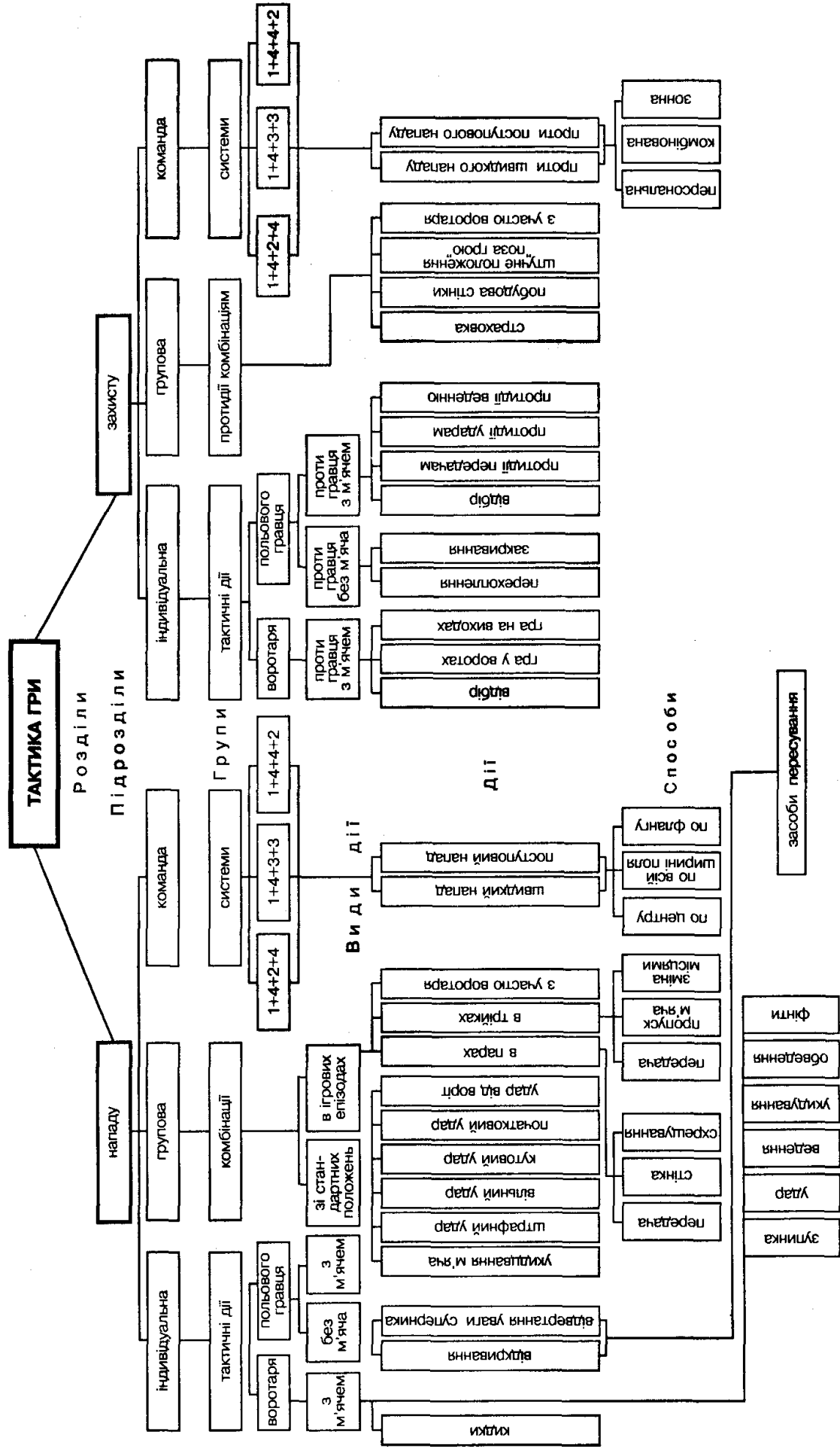


Рис. 1. Класифікація тактики футболу (за П.Н. Казаковим, 1978)

У тренувальному процесі тактичній підготовці приділяється значна увага. Кожен гравець і вся команда повинні досконало володіти різноманітними варіантами тактичних дій. Тактика гри безперервно вдосконалюється у результаті постійної боротьби нападу і захисту. Саме ця боротьба сприяє розвитку тактики футболу.

## **2. Індивідуальна тактика.**

Індивідуальні тактичні дії виконують як у нападі, так і в захисті. Під індивідуальною грою розуміють цілеспрямовані дії футболіста, його вміння з декількох можливих рішень вибрати найправильніше в ігровій ситуації, яка склалася.

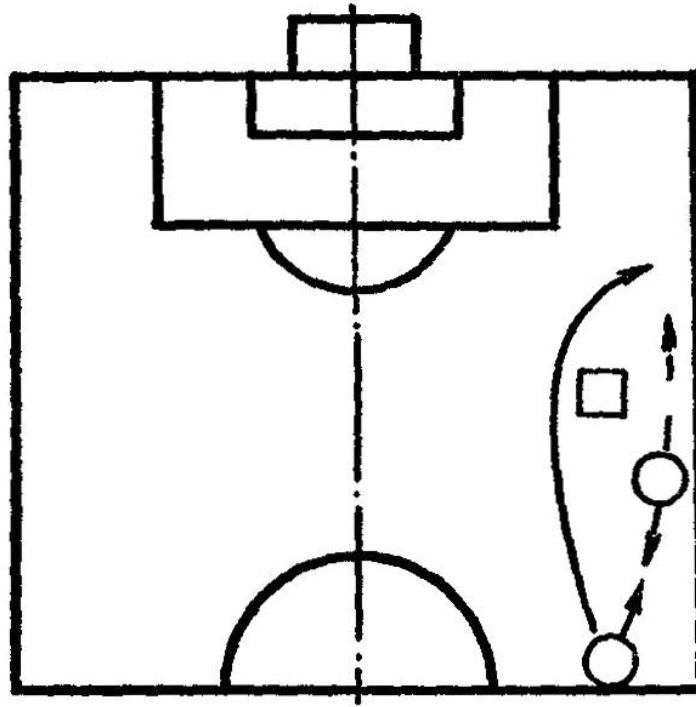
До індивідуальних тактичних дій належать:

- вибір місця, тобто відкривання і закривання гравців;
- ведення м'яча;
- обведення;
- дії, що відвертають увагу суперника;
- удари по воротах;
- відбір м'яча;
- уміння орієнтуватися в умовах складної рухової діяльності;
- мисленнєве вирішення ситуації.

Відкриватися – це означає зайняти на полі таку позицію, яка дозволила б гравцю вільно отримати м'яч, рухатися з ним, зробити передачу, удар тощо.

У практиці гри здебільшого використовують відкривання на швидкості, відкривання з допомогою обманних рухів і відкривання у вигляді обманного виключення з гри.

На рис. 2 показано, як найдоцільніше відкриватися нападнику, який діє на фланзі.



*Рис. 2. Тактична дія “відкривання”*

У всіх випадках, вибираючи позицію, футболіст повинен керуватися такими правилами:

- відкриватися потрібно раптово для суперника і на великій швидкості;
- відкривання не повинно перешкоджати діям інших партнерів без м'яча;
- не рекомендується надто зближатися з гравцем, який володіє м'ячем;
- необхідно слідкувати за тим, щоб не опинитися у положенні “поза грою”.

Закрити гравця – значить зайняти на полі таку позицію, яка б дозволила не лише завадити йому вийти на вільне місце та оволодіти м'ячем, але й мати можливість перехопити у закритого гравця м'яч або своєчасно вступити у боротьбу за нього.

Обведення дає можливість вийти на вигідну позицію. Гравець, який обводить суперника, може відволікати на себе й іншого гравця команди, яка захищається, таким чином відкривши свого партнера і давши йому можливість зайняти вигідну позицію.

Обманні рухи (фінти) використовують для того, щоб обвести суперника і зробити передачу або удар по воротах. Фінти ще використовують, щоб виграти час, зуміти побачити партнера, вирішити, куди передати м'яч тощо.

Дії, що відвертають увагу суперника, гравець використовує для того, щоб створити вигідну позицію для партнера чи самому отримати м'яч у вигідному положенні (рис. 3, рис. 4).

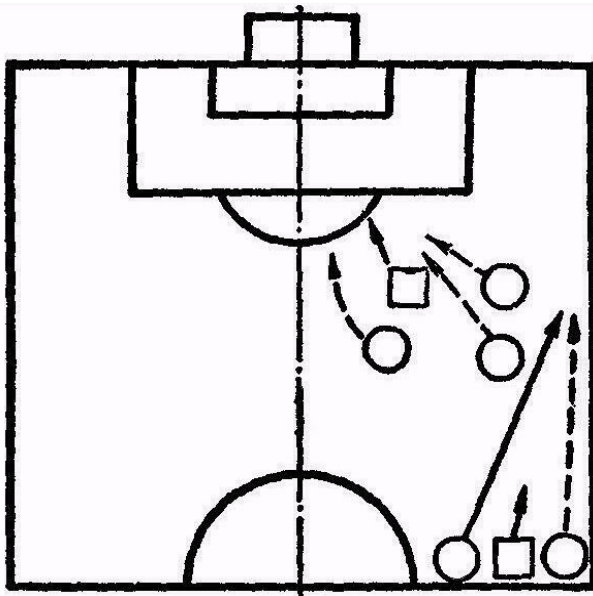


Рис. 3. Дії, що відвертають увагу, "звільнення"

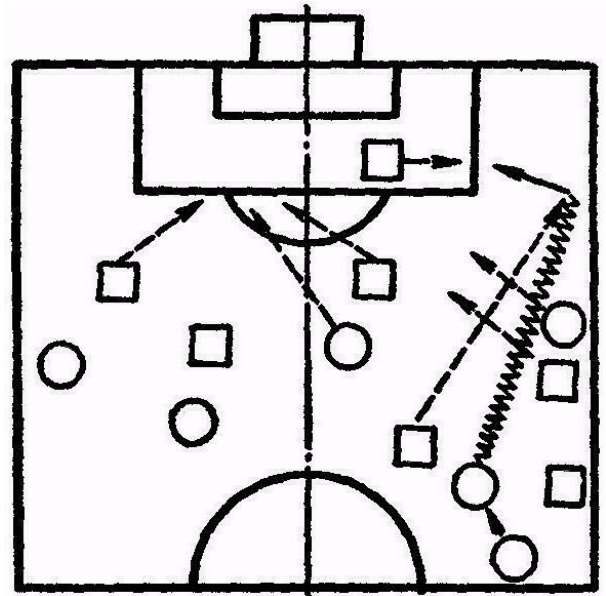


Рис. 4. Дії, що відвертають увагу для створення вигідних умов партнеру

Ведення м'яча дозволяє виходити з ним на зручну позицію для завершального удару по воротах чи для передачі. Гравець, який веде м'яч, повинен бачити поле, партнерів, суперника, тобто всю ігрову ситуацію.

Ведення пов'язане з обведенням. Щоб обвести суперника, потрібно узгоджувати фінт із ривком. Гравці мають також постійно вдосконалюватися в ударах по воротах. Потрібно вміти добре пробивати з усіх дистанцій, з різних позицій, усіма можливими способами.

У захисті необхідно вміти відбирати м'яч. Відбір м'яча здійснюється такими способами:

- перехоплення м'яча;
- відбір м'яча у момент його прийому;



➤ відбір м'яча у гравця, який його повністю контролює.

Перехопити м'яч – означає перервати передачу, зроблену одним гравцем іншому. Успіх у перехопленні м'яча залежить від правильно вибраної позиції, своєчасного старту і точного визначення місця передачі.

Якщо гравець не впевнений у перехопленні м'яча, необхідно атакувати гравця у момент прийому м'яча, у той час, коли його увага спрямована на обробку м'яча.

Якщо гравець із м'ячем може зробити передачу, то перші рухи у гравця, який відбирає м'яч, мають бути спрямовані на те, щоб закрити передбачуваний напрямок передачі і розпочати відбір м'яча, нападаючи з боку можливого напрямку передачі.

### **3. Тактика командної гри.**

Одним із засобів, що об'єднують індивідуальні дії футболістів у колективні тактичні дії, є передача м'яча. Здебільшого використовують такі види передач:

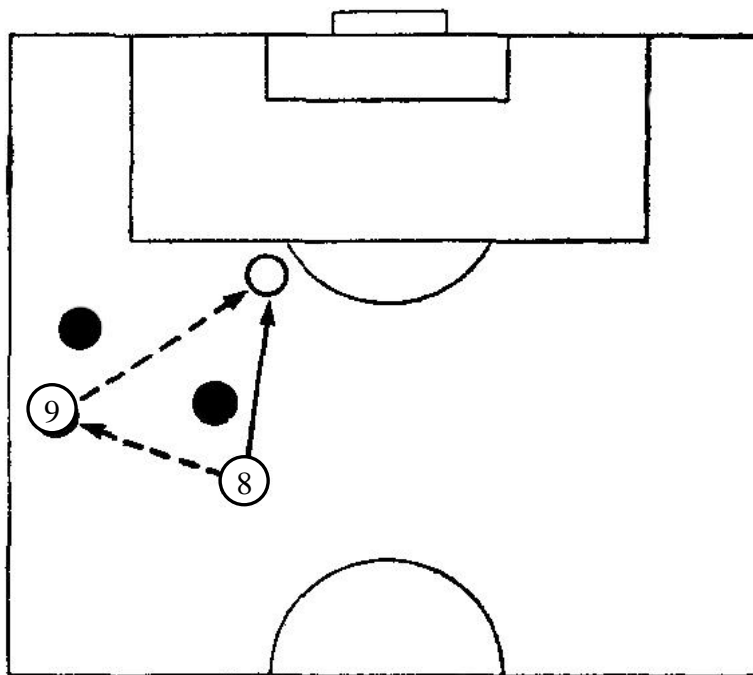
- за призначенням (у ноги, на вільне місце, в зону, на хід, прострільна передача, на передачу “стінка”);
- за дистанцією (коротка – до 10 м, середня – до 25 м, довга – до 50 м);
- за напрямком (пряма, діагональна, поперечна);
- за шляхом, який описує м'яч (низом, верхом, перекидна);
- за часом (своєчасна, передчасна, запізнiла).

У більшості випадків тактичні завдання вирішуються груповими діями. Взаємодіючи між собою, гравці виконують різні тактичні комбінації. Комбінації – це дії двох чи декількох гравців, які вирішують певну тактичну задачу. Розрізняють два види комбінацій:

- в ігрових епізодах, коли команда володіє м'ячем;
- у стандартних положеннях.

Комбінації застосовують не лише під час атаки, але й під час захисту своїх воріт.

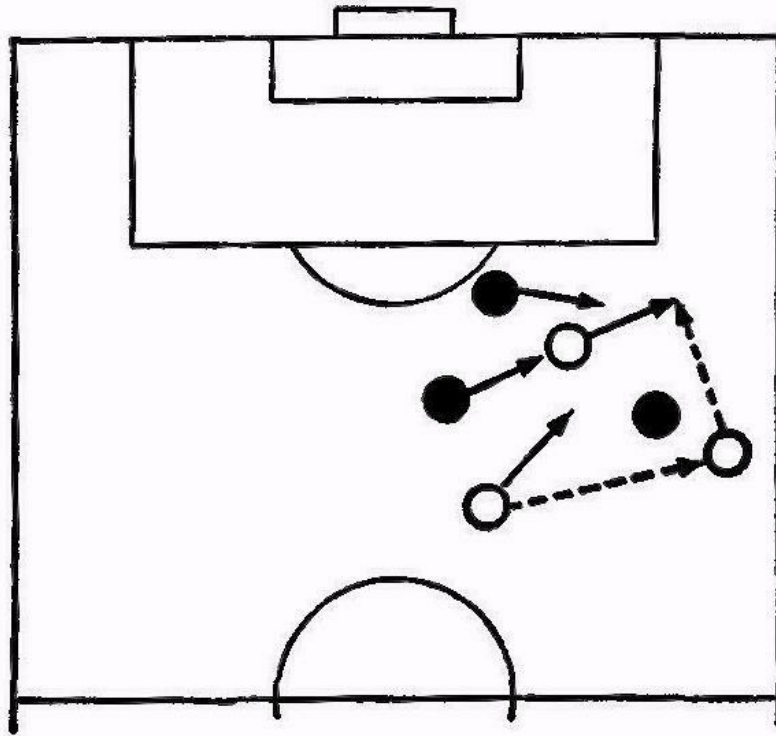
Найпростіша тактична комбінація у нападі – це передача м'яча в русі між двома чи декількома гравцями. Досить швидка й ефективна комбінація – розіграш “стінка” (рис. 5).



*Рис. 5. Комбінація “стінка”*

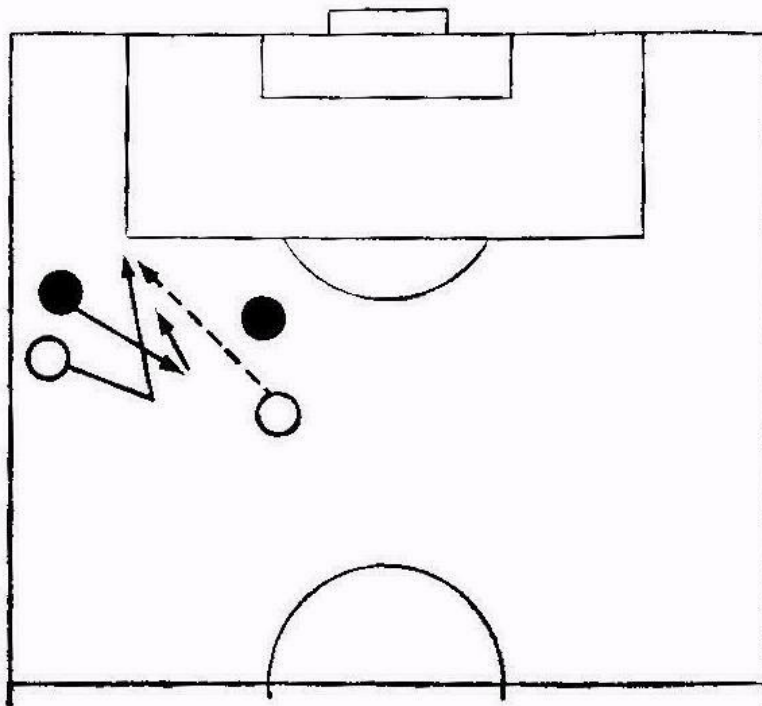
В основі комбінації “стінка” лежить передача м'яча в один дотик. Гравець, який володіє м'ячем (8), зблизившись із партнером (9), передає йому м'яч, а сам на максимальній швидкості ховається за спину суперника. Партнер в один дотик віддає м'яч на вільне місце з таким розрахунком, щоб гравець 8 міг оволодіти м'ячем, не втрачаючи швидкості бігу. Ця комбінація вимагає від пари, що атакує, відмінного взаєморозуміння і технічної майстерності.

Крім парної комбінації “стінка”, великого поширення набула комбінація “стінка третьому” (рис. 6).



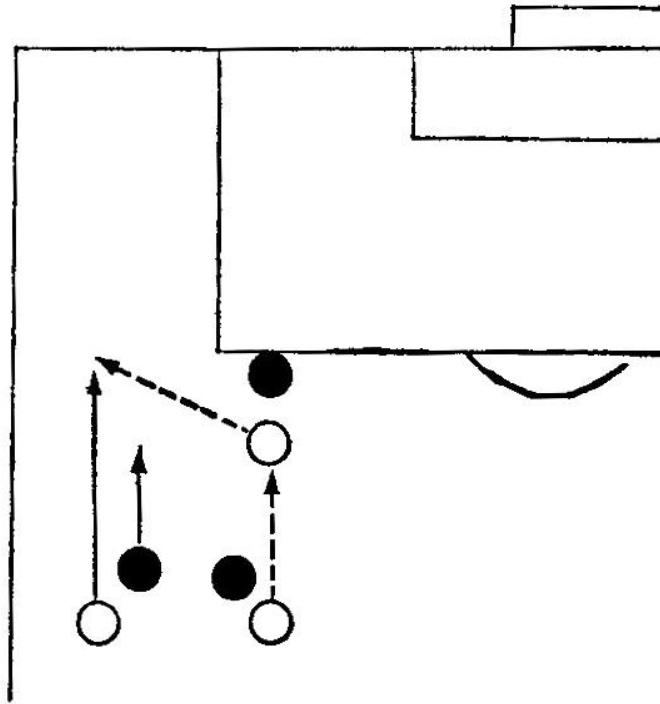
*Рис. 6. Комбінація “стінка третьому”*

Крім комбінації “стінка”, існують комбінації з участю двох футболістів, які базуються на діях, що відвертають увагу, і вивільненні зони (рис. 7).



*Рис. 7. Комбінація, що базується на діях гравця, які відвертають увагу, без м'яча*

У грі часто використовується передача м'яча між трьома гравцями – “гра трикутником” (рис. 8).



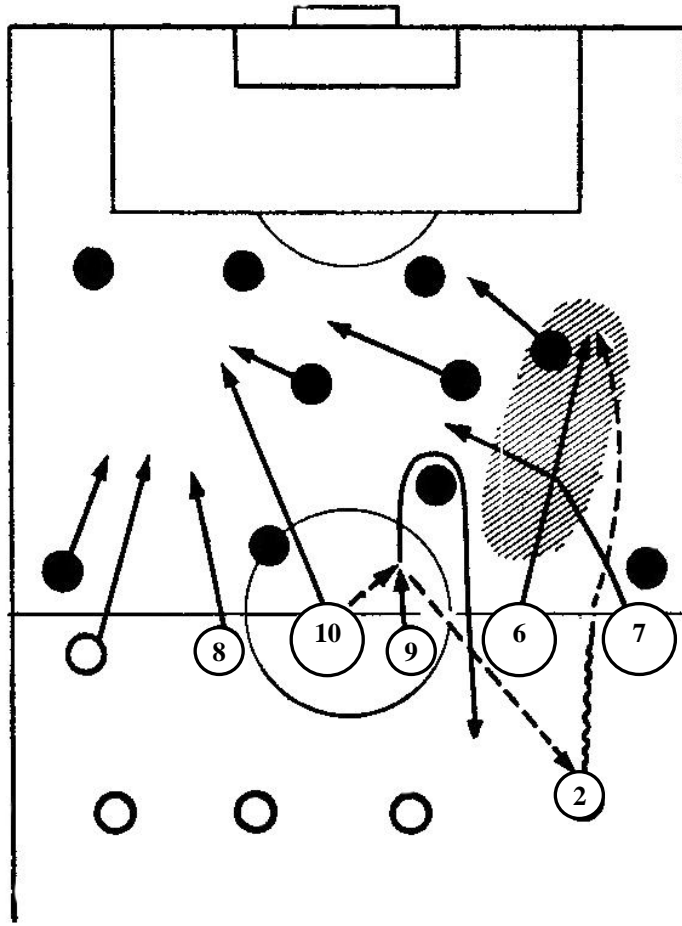
*Рис. 8. Комбінація на фланзі з участю трьох гравців без зміни місць*

Крім комбінацій з участю двох, трьох і більше гравців, у грі використовують комбінації під час введення м'яча у гру початковим ударом, ударом від воріт, а також під час кутового, штрафного, вільних ударів, під час вкидання м'яча з-за бічної лінії.

**Початковий удар.** Мета комбінації під час початкового удару – організація гострої атаки. На рис. 9 показана комбінація під час розіграшу початкового удару з виведенням півзахисника у вільну зону.

Гравці до початкового удару розміщуються, як показано на рис. 9. Центральний нападник 10 віддає м'яч центральному нападнику 9, який відправляє його крайньому захиснику 2, а останній затримує м'яч у себе. У момент першого удару в м'яч крайній нападник 7 починає швидко пересуватися у район штрафного майданчика суперника. Центральний нападник 9 пересувається вперед-уліво, щоб привернути увагу півзахисника 8 і

змусити його перейти до середини поля. Гравець 9 відходить назад і займає місце правого півзахисника 6. Звільняється зона на правому фланзі, де вже знаходиться півзахисник 6, який оволодіває м'ячем. Подальший успіх у розвитку атаки залежить від дій півзахисника 6 і його партнерів по нападу.



*Рис. 9. Комбінація під час початкового удару*

**Удар від воріт.** Комбінації під час ударів від воріт здійснюються двома варіантами. У першому воротар вибиває м'яч одному з партнерів, який відкрився. У другому воротар вибиває м'яч одному із захисників, який знаходиться біля бічної лінії штрафного майданчика. Захисник повертає м'яч воротарю, який вводить його у гру ногою чи рукою (рис. 10).

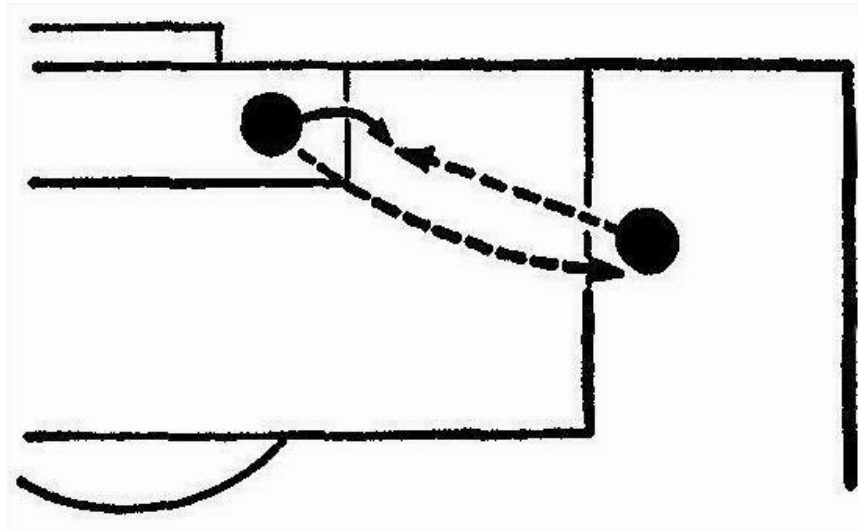


Рис. 10. Комбінація під час удару від воріт

**Штрафний і вільний удари.** Метою комбінації під час штрафних ударів безпосередньо біля воріт суперника є удар по воротах або виведення партнера на вигідну позицію для взяття воріт.

На рис. 11 показана комбінація з підключенням півзахисника для завершального удару по воротах. Під час замаху для удару в м'яч гравцем 5 його партнери 9, 10, 11 починають рухатися вправо і захоплюють за собою суперника, звільняючи зону на лівому фланзі. Гравець 5, імітуючи удар по воротах, скеровує м'яч гравцю 8, який передає його через "стінку" у вільну зону, куди входить півзахисник 6 для завершення комбінації.

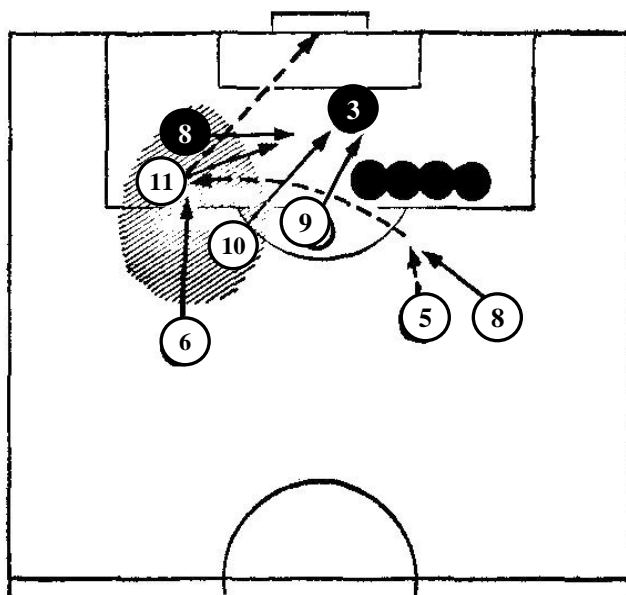
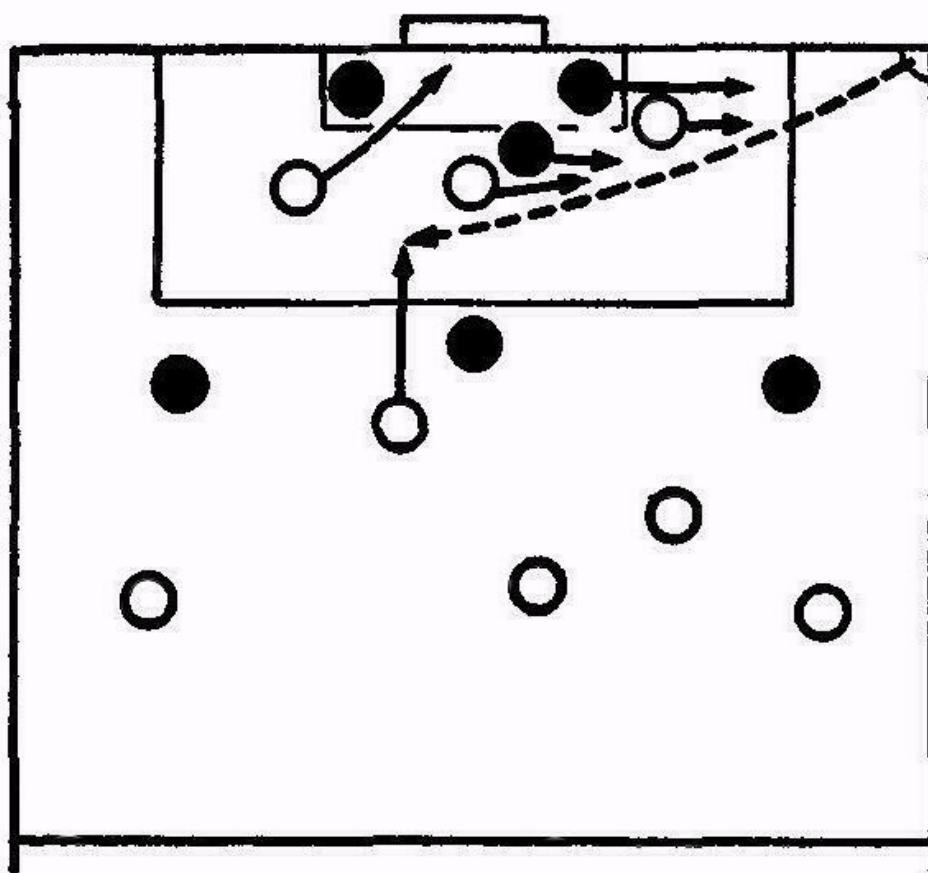


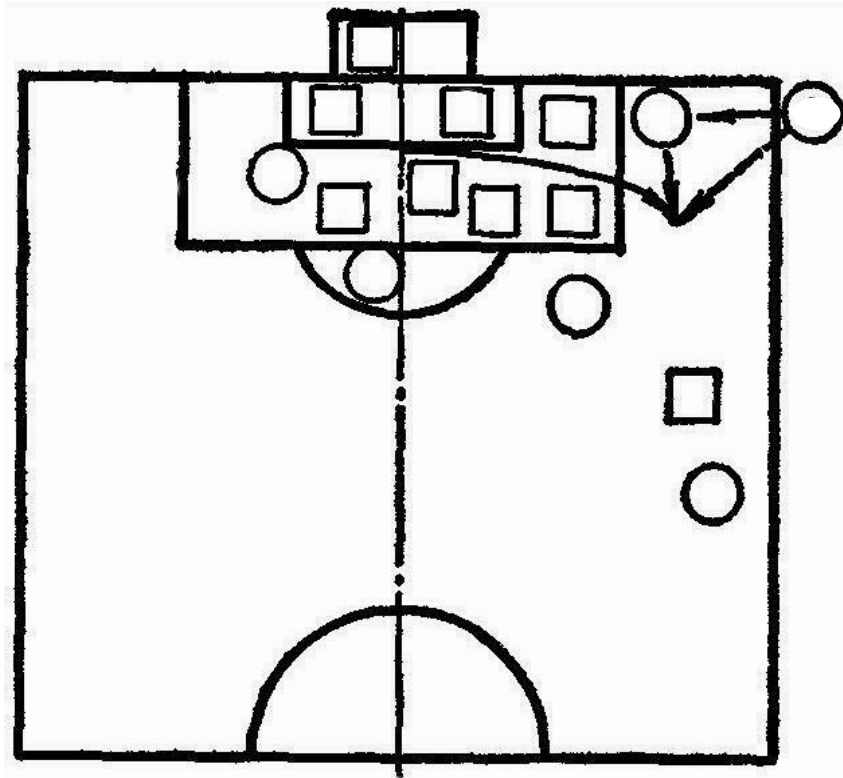
Рис. 11. Комбінація під час штрафного удару

**Кутовий удар.** Комбінації під час кутових ударів виконують двома способами. У першому випадку гравець подає м'яч у штрафний майданчик, підрізаючи його так, щоб він летів дугою у напрямку воріт. У другому випадку кутовий удар розігрують. Гравець, який подає, передає м'яч партнеру, який знаходиться поруч, отримує передачу у відповідь і потім або сам виходить на ударну позицію, або передає м'яч партнеру, що зайняв вигідну позицію. На рис. 12 показана комбінація з вивільненням зони і підключенням лівого півзахисника.



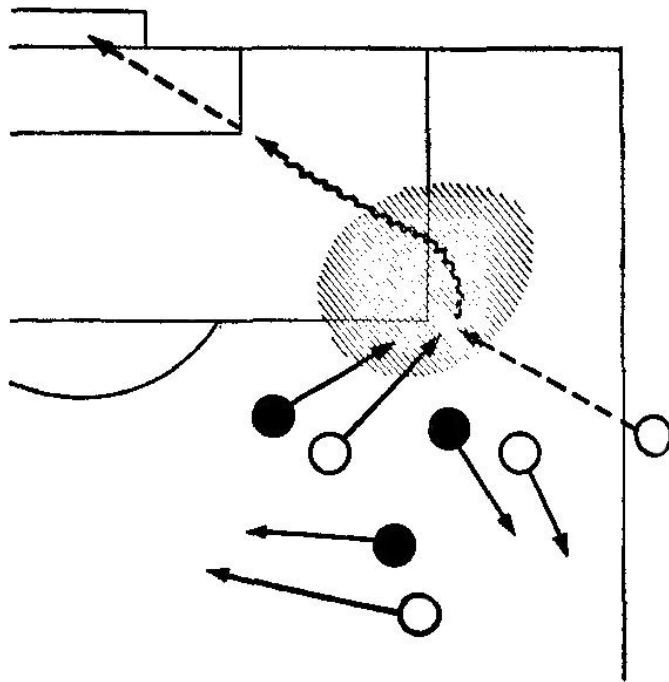
*Рис. 12. Розіграш кутового удару*

Варіант розіграшу кутового удару представлено і на рис. 13.



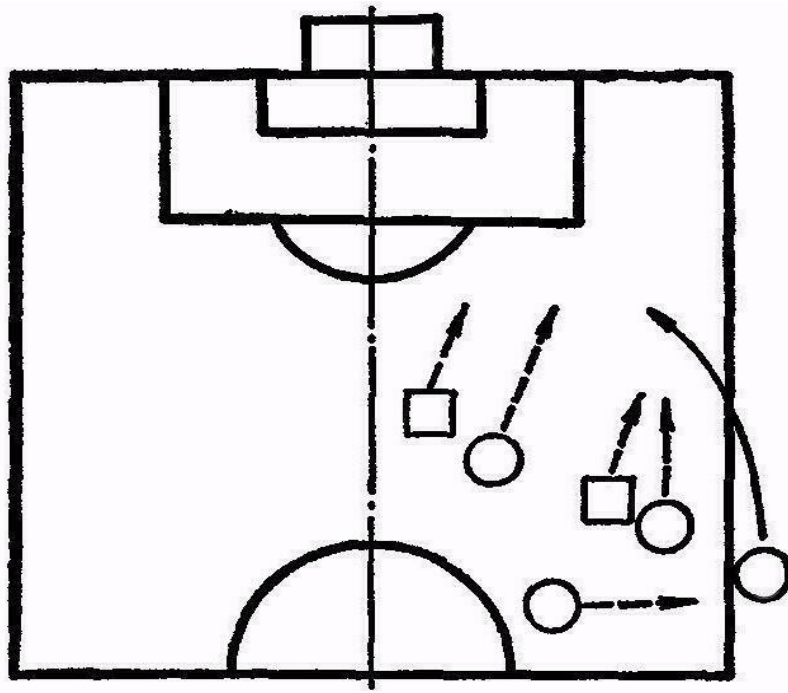
*Рис. 13. Розіграш кутового удару*

**Вкидання м'яча з-за бічної лінії.** Метою комбінацій під час вкидання м'яча є збереження м'яча у своїй команді чи виведення одного з партнерів на ударну позицію (рис. 14, рис. 15, рис. 16).

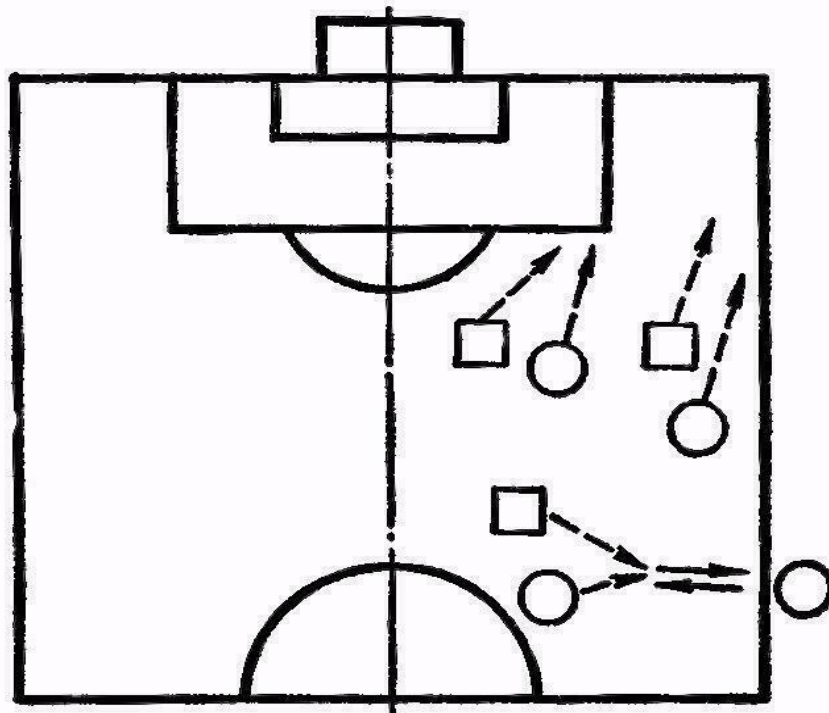


*Рис. 14. Комбінація під час вкидання м'яча*





*Рис. 15. Комбінація під час вкидання м'яча*



*Рис. 16. Комбінація під час вкидання м'яча*

Основою всіх комбінацій у футболі є швидкі переміщення гравців. Наявність майже в кожній комбінаційній атаці декількох гравців дає широкий простір тактичній думці гравця щодо вибору пасу, дозволяє вибрати кращий, найгостріший варіант атаки.

#### **4. Командна тактика в нападі і захисті.**

Командна тактика нападу – це організація дій команди, спрямована на взяття воріт суперника. В атаці розрізняють три фази: організація, розвиток, завершення.

Організація атаки починається в той момент, коли м'яч відібрано у суперника або він вийшов за межі поля і команда отримала можливість розпочати атаку. Розвиток атаки – це та фаза, коли гравці долають простір, що відділяє їх від воріт суперника. Завершення атаки характеризується створенням гольової ситуації та ударом по воротах.

Організуючи командні дії у нападі, застосовують швидкий і поступовий напад. Швидкий напад здійснюється за рахунок випередження суперника і в тих випадках, коли суперник не зумів організувати свій захист. Поступовий напад здійснюється за допомогою великої кількості передач, неквапливого розіграшу м'яча, повільного просування вперед для пошуку слабких місць у захисті суперника і створення необхідних умов для швидкого виходу гравців на ударну позицію.

Ефективними засобами посилення атаки є раптове перенесення атаки з одного флангу на інший за допомогою довгої передачі і виходу у зону приземлення м'яча одного з гравців; вихід одного нападника якомога ближче до вільного центрального захисника з подальшим відведенням його на фланги; максимальне використання всього поля за рахунок різноманітних передач м'яча вперед; участь в атаці крайніх і центральних захисників (П. Н. Казаков, 1978; А.Д.Брейкин, 1979; К. Л. Віхров, 2004).

Командна тактика у захисті – це організація дій команди, спрямована на нейтралізацію атаки суперника. Дії в захисті спрямовані на захист воріт, на активну боротьбу за оволодіння м'ячем та організацію атаки. Командні дії у захисті можуть мати характер персонального, зонного і комбінованого захисту.

Суть персонального захисту полягає в опікуванні визначеним гравцем команди суперника, одноборстві з ним упродовж усього матчу. Під час зонного захисту гравці діють у рамках певної зони. Гравець закриває зону, а не

окремого гравця і грає проти будь-кого з гравців, які опинилися у цій зоні. В основі комбінованого захисту лежить узгодження двох методів – персонального і зонного захисту. Захисник закриває підопічного гравця доти, поки він є небезпечний для воріт.

У грі захисників велике значення має своєчасне, правильне і точне страхування один одного.

### **Основні принципи ведення гри**

Основні принципи ведення гри складаються з певних тактичних правил розвитку і завершення атаки, а також з правил ведення гри в захисті.

Основні правила розвитку і завершення атаки:

- вести атаку у високому темпі;
- атакувати широким фронтом;
- атакувати маневруючи, міняючись місцями;
- вести гру низом (по землі) і точними передачами;
- атакувати всією командою;
- посилювати темп атаки;
- використовувати всі реальні можливості для обстрілу воріт суперника;
- ширше використовувати адресовані, прострільні передачі і швидкісне обведення;
- атакувати ворота після удару;
- ширше використовувати наступальні комбінації у стандартних положеннях.

Основні правила гри у захисті:

- захищатися всією командою;
- закривати всіх гравців команди, що атакує, у районі м'яча;
- строго дотримуватися правил страхування і взаємо-страхування гравців;
- використовувати створення штучного положення “поза грою”;

- йти на свої ворота у момент удару суперника.

## **5. Характеристика систем гри.**

**Система гри** – це основний спосіб гри команди, який визначає особливості розташування і пересування гравців за завданням, встановленим за позиціями в атаці і захисті, спрямованими на досягнення мети. Система гри не дає точних вказівок, як діяти, але окреслює рамки дій, особливості розташування сил на полі з конкретними ігровими функціями, що впливають з рівня здібностей і підготовленості гравців та якості їхнього виконання отриманих завдань.

Протягом гри футболістам доводиться безперервно розв'язувати основні й специфічні тактичні завдання атаки та захисту, що впливають з їхніх функцій у розробленому плані на гру. Гра як у захисній фазі, так і у фазі атаки вимагає від гравців оперативного розв'язання ігрових ситуацій, використання для цього різноманітних тактичних засобів. Це дозволяє говорити про тактику гри в захисті та атаці. Вона має бути скоординованою, тому в обох цих фазах для правильного розв'язання завдань гравці використовують фізичні та технічні можливості у мінливих умовах гри.

Існують різні тактичні системи: 1+4+3+3, 1+4+4+2 тощо.

Стиль гри – це прийоми та дії, які команда та окремі гравці часто повторюють під час матчу.

Тактична система – це організація командних ігрових дій, що зумовлює функції кожного гравця та їх початкове розташування на футбольному полі.

Кожна тактична система має свої постійні ознаки, до яких належать розташування гравців, способи і форми ведення гри, а також функціональні обов'язки футболістів у процесі використання цієї системи.

Хоча система гри і не дає точних вказівок щодо правильності тактичних дій, проте окреслює рамки доцільності та спрямування таких дій, особливості розташування сил на футбольному полі з визначенням конкретних ігрових

функцій, які базуються на певному рівні кваліфікації та підготовленості гравців та їхніх показниках якісного виконання тактичних завдань.

Система гри не вирішує долю матчу, вона формує тільки схему гри, за якою гравці, спираючись на власні тактичні знання та вміння, вирішують певні завдання, визначені вимогами цієї системи.

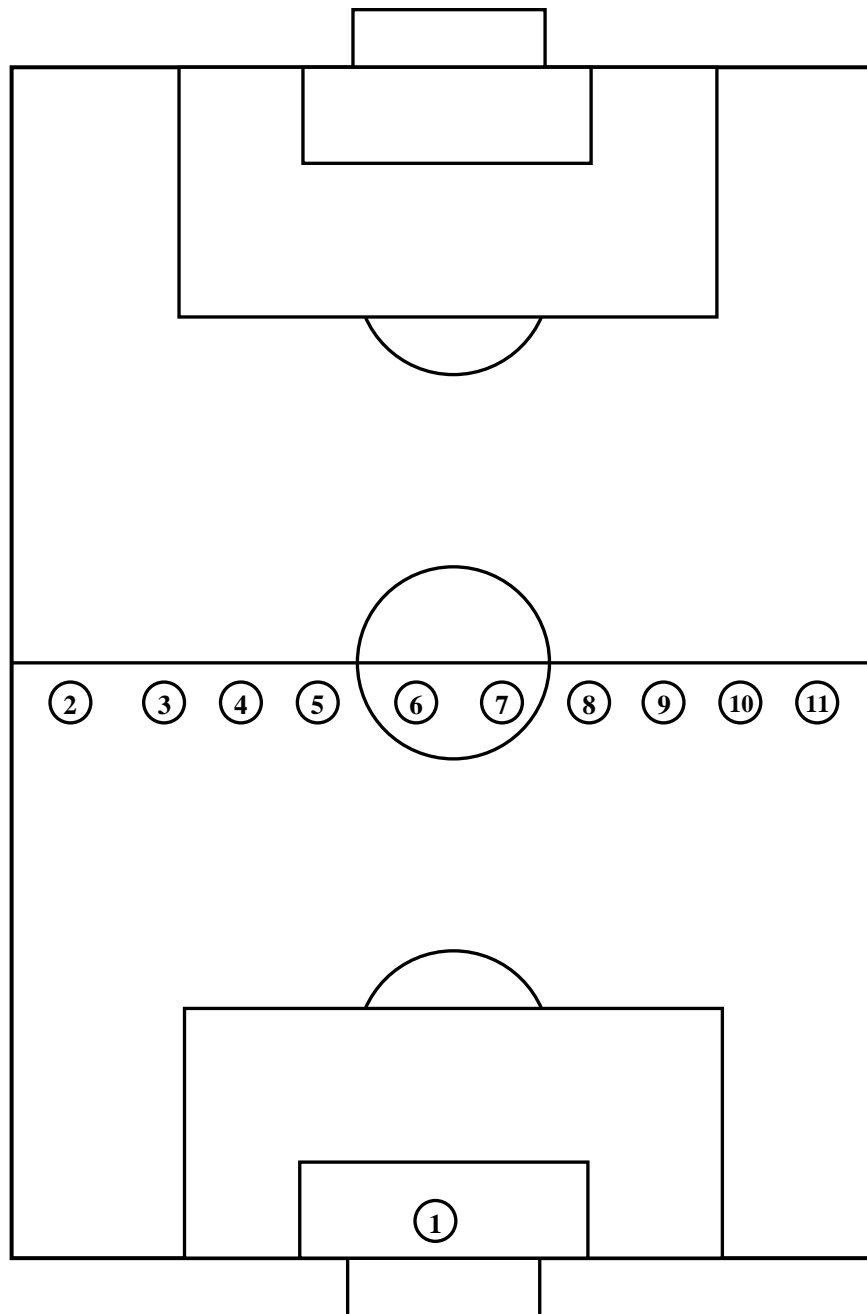
У сучасному футболі тактичні системи є досить динамічним компонентом у процесі гри, про що свідчать зміни певних тактичних систем у командах високої кваліфікації протягом одного матчу, тайму і невеликого відрізка гри. Пов'язано це з ходом гри, погодними умовами, змінами у тактичних побудовах суперника, замінами гравців, тренерськими вказівками тощо.

На перший план у сучасних умовах розвитку футболу висувається один з найважливіших чинників, який формує сучасну ефективну систему гри, – питання взаємодії окремих гравців, зв'язок і ланок футболістів та команди в цілому.

Швидкість індивідуальних, групових і командних тактичних дій, що перманентно зростає, арсенал техніко-тактичних засобів, який постійно збільшується, розширення зон дій гравців, і особливо високий рівень організації гри призвели до того, що як у наступальних, так і в захисних діях бере приймає участь майже вся команда, у тому числі і воротар.

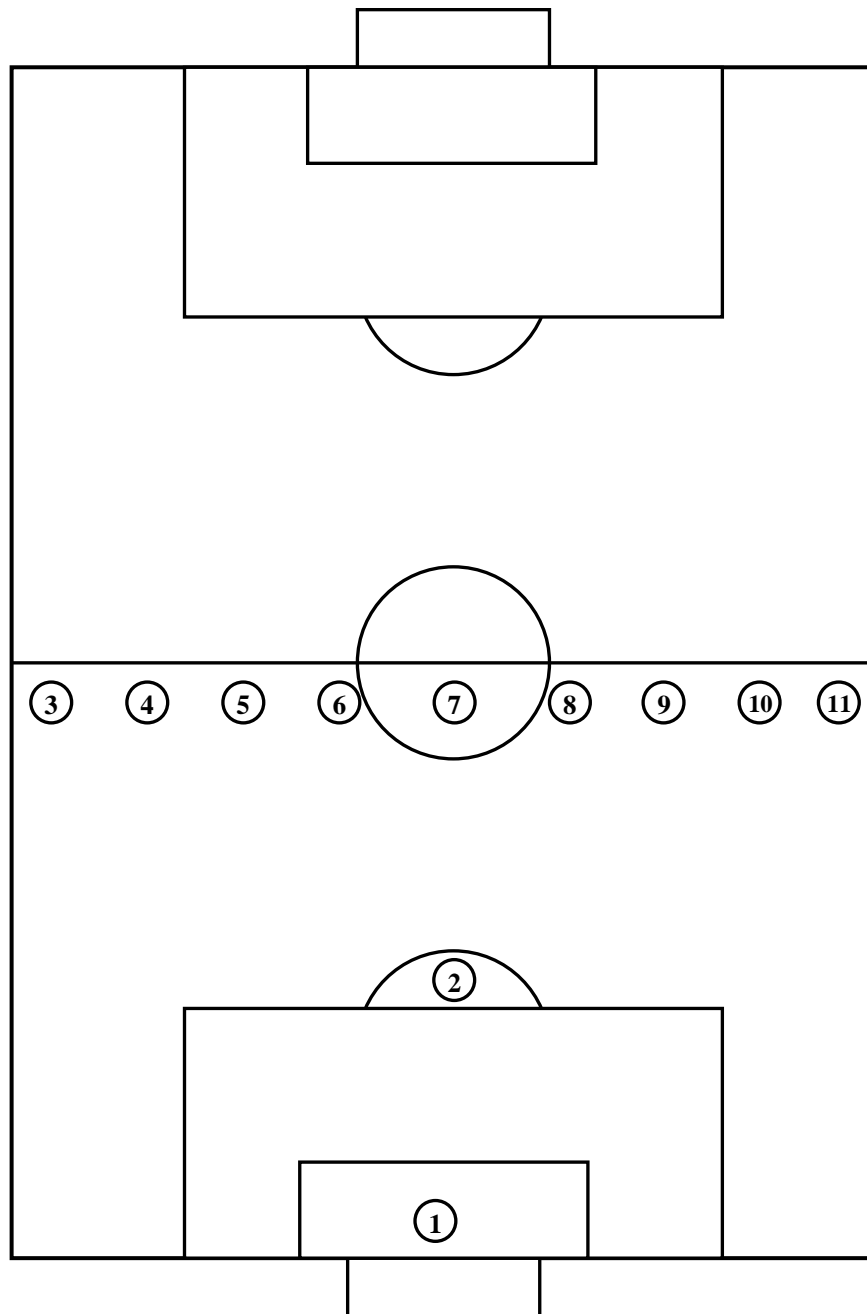
### **Тактичні системи початку – середини 19 століття**

На початкових етапах розвитку футболу навряд чи можна було вести мову про організований футбол. Як правило, переважав примітивний підхід, який можна назвати “бий – біжи”. У деяких літературних джерелах називають таку тактичну систему 1+10 (рис. 17). Згідно з цією системою, всі гравці були нападниками і практично не виконували захисних функцій.



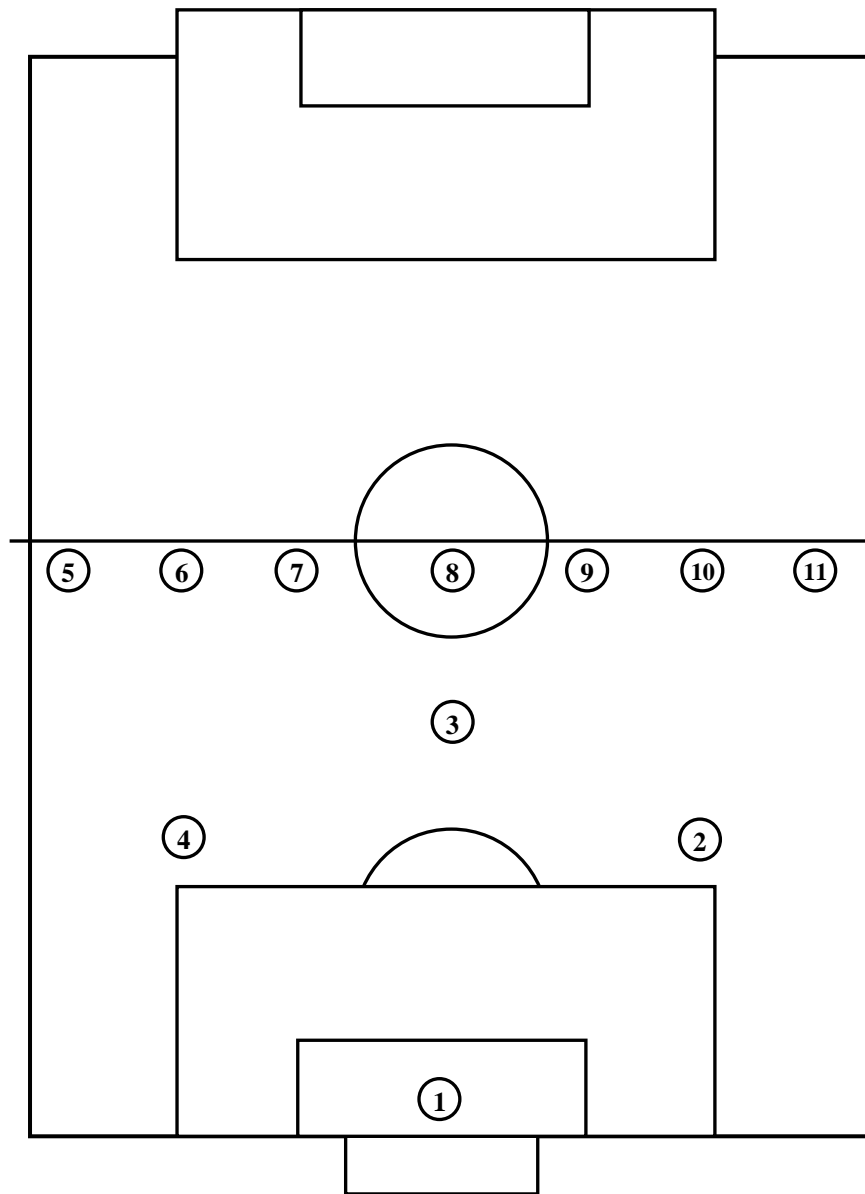
*Рис. 17. Тактична система 1+10*

Зміни та вдосконалення правил гри впливали на техніку і тактику футболу. Після затвердження єдиних правил гри 1863 р. з'явилася тактична система з розташуванням гравців 1+1+9 (воротар, захисник і дев'ять нападників) (рис. 18).



*Рис. 18. Тактична система 1+1+9*

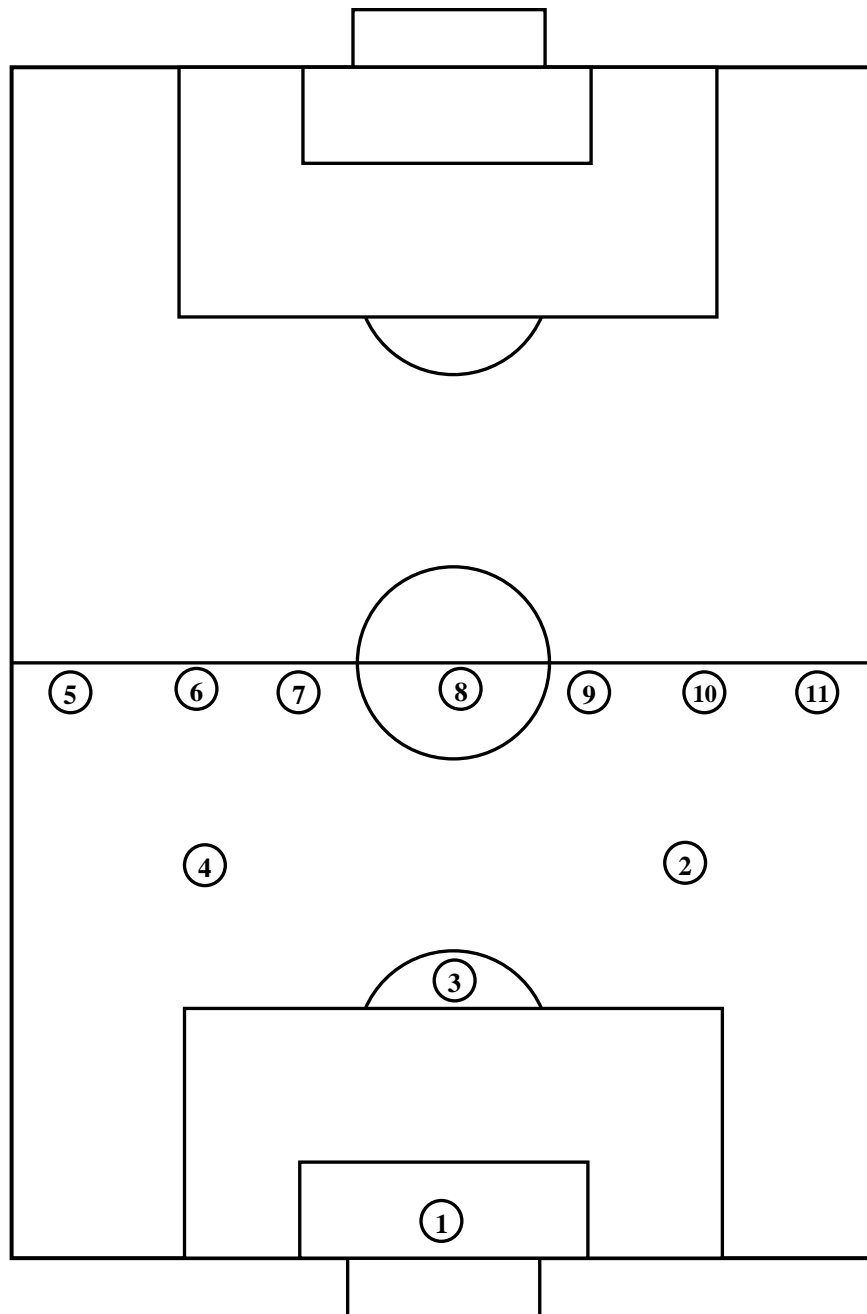
У 1863-1872 рр. застосовувалися тактичні системи, в яких польові гравці утворювали три лінії: захист, півзахист і напад. Математичною мовою тогочасні системи можна зобразити таким чином:  $1+2+1+7$  та  $1+1+2+7$  (рис. 19 та рис. 20).



*Рис. 19. Тактична система 1+2+1+7*

Тактична система 1+2+1+7 була досить поширеною схемою розташування футболістів, її використовували англійські клуби та збірна аж до першого офіційного міжнародного матчу із шотландцями 1873 р. Ця тактична система передбачала використання трьох ліній. Найчисельнішою та найважливішою була лінія нападу, до якої входили сім найкращих гравців команди, метою яких була гра тільки на передній лінії атаки без жодних захисних обов'язків.





*Рис. 20. Тактична система 1+1+2+7 (“англійська”)*

Тактична система 1+1+2+7 використовувалася, як правило, у тих випадках, коли суперником була команда, що поступалася за рівнем підготовленості, адже в захисті залишався тільки один гравець, “чистильник”, в обов’язки якого входило протистояння нападникам суперника, а також “підчищення” технічних і тактичних огріхів гравців середньої лінії власної команди.

Після “презентації” збіркою Шотландії нової тактичної системи 1+2+2+6 (рис. 21) під час першого міжнародного матчу з англійцями всі клуби та збірні, ніби змовившись, перейшли на “шотландську” схему гри.

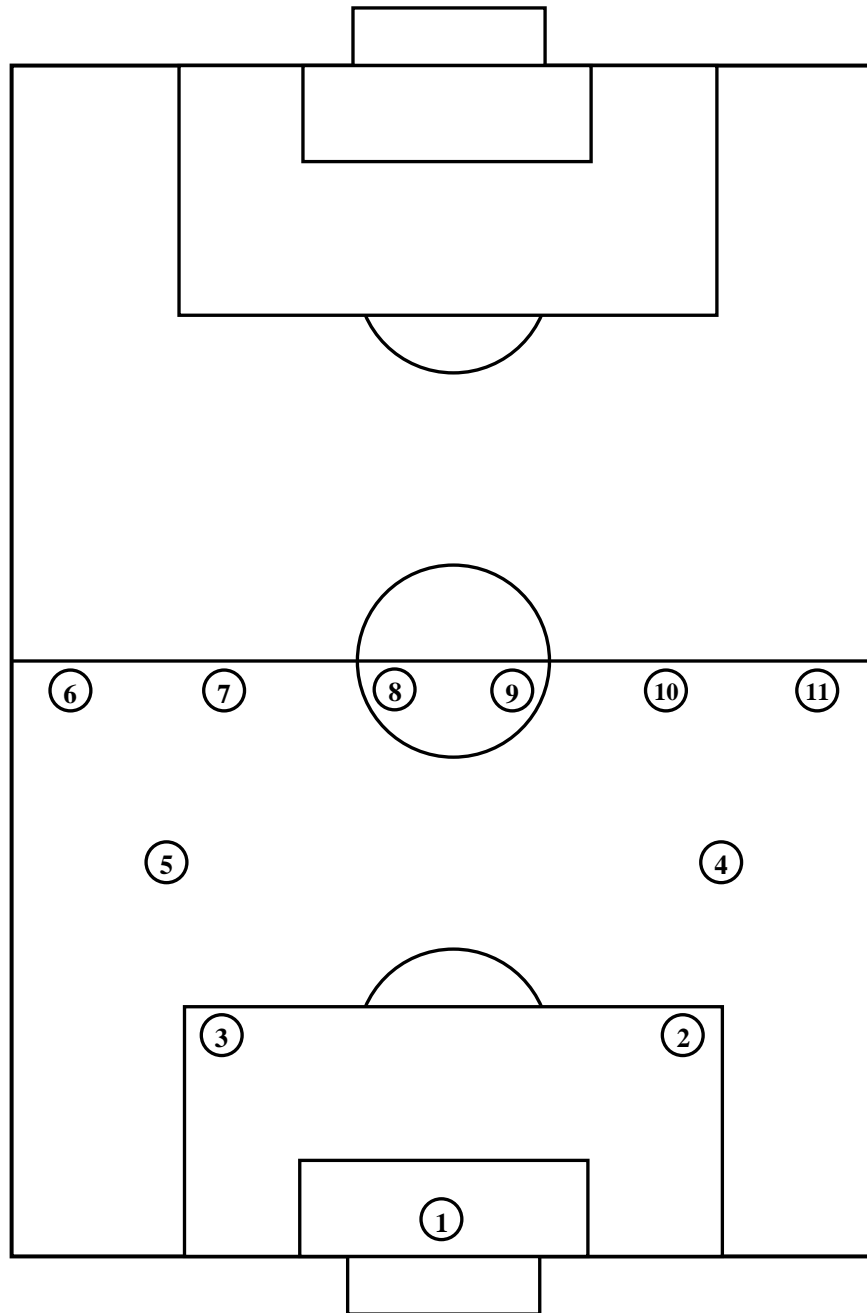


Рис. 21. Тактична система 1+2+2+6 (“шотландська”)

Рушійною силою вдосконалення тактичних систем гри цього періоду розвитку футболу було декілька чинників, серед яких найважливішими були внесення змін у правила гри, а також покращення фізичної, технічної, тактичної та інших видів підготовленості гравців.

## Тактичні системи кінця 19 – початку 20 століть

Першою чітко розробленою тактичною системою стала система “п’ять у лінію”, яку створили тренери і гравці англійського футбольного клубу “Ноттінгем Форест” у 80-х рр. 19 століття. Назва системи походить від форми розташування гравців передньої лінії. Ця система передбачала наявність у команді воротаря, двох захисників, трьох півзахисників і п’ятих нападників, тобто 1+2+3+5 (рис. 22).

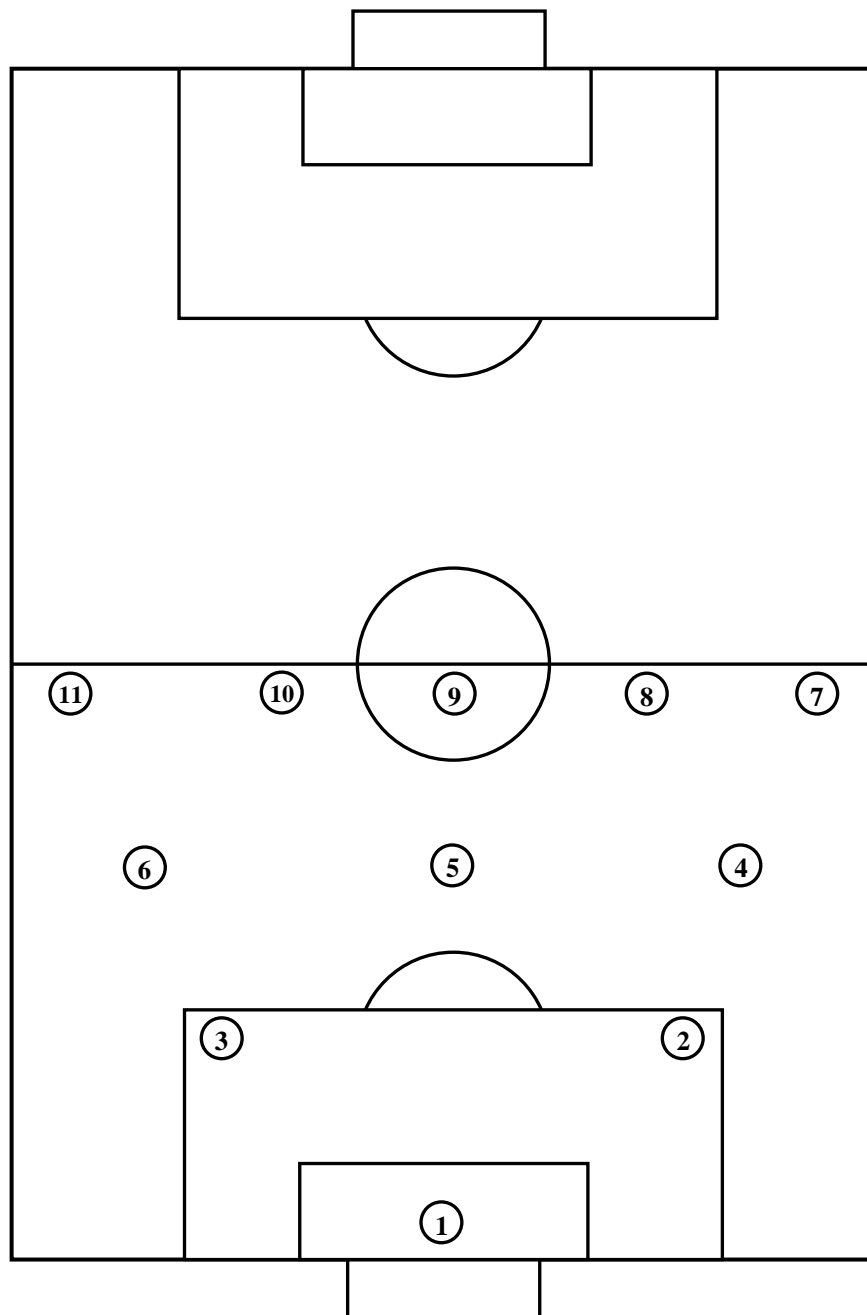


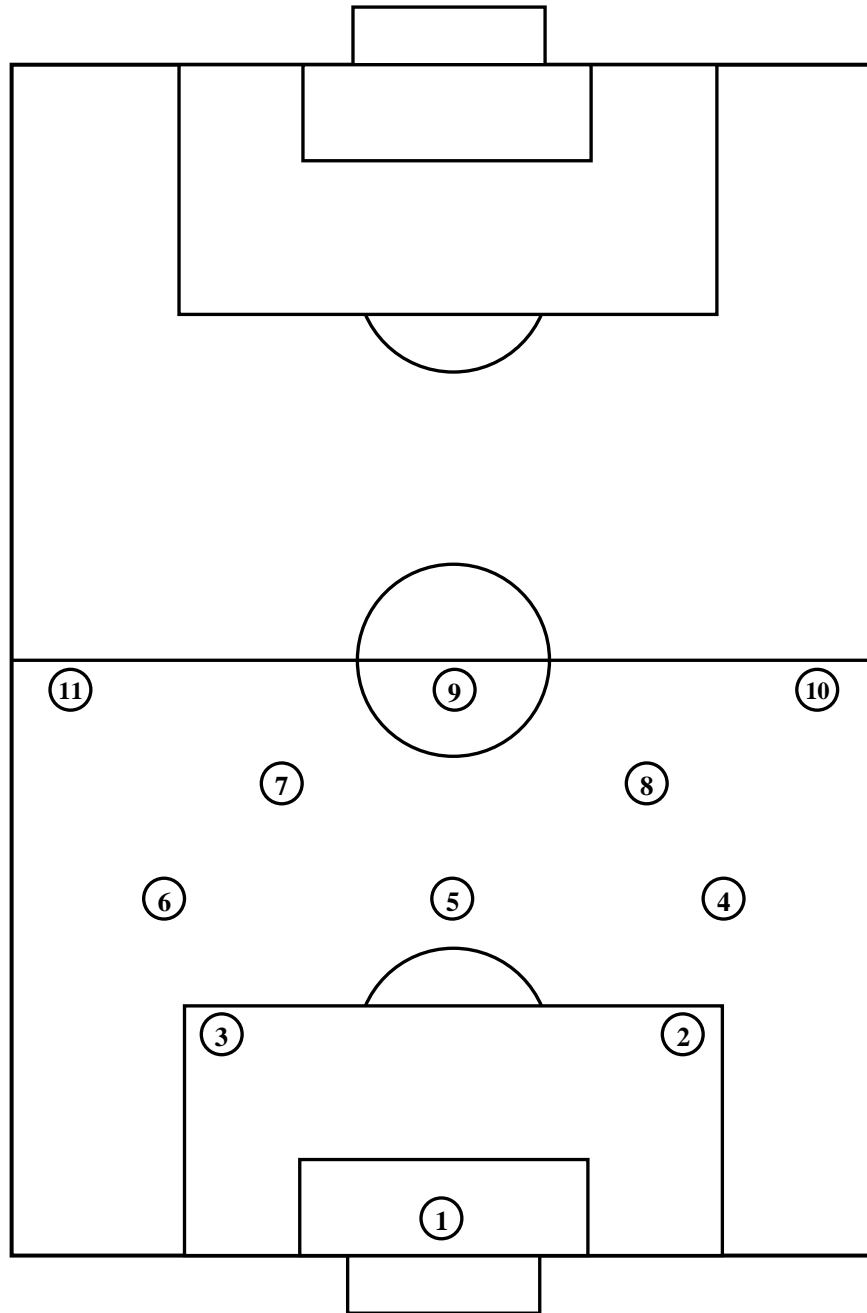
Рис. 22. Тактична система 1+2+3+5 (“п’ять у лінію”)

Угорський спеціаліст із футболу, доктор Арпад Чанаді (1978, 1986) називає цю тактичну систему “пірамідальною”, оскільки початкове розташування футболістів нагадує піраміду. Хоча історично систему називають “п’ять у лінію”, необхідно зазначити, що термін угорського фахівця цілісно відображає сутність тактичної системи гри з урахуванням як захисних, так і наступальних тактичних побудов команди.

У захисті ця система базувалася на використанні другої редакції правила про “положення поза грою”. Два захисники залишалися далеко позаду для підстраховування захисних починань власної команди у випадку контратаки суперника. Ключова роль у системі належала центральному півзахиснику, який здійснював зв’язок нападників із захисниками та був організатором гри всієї команди. Центральний півзахисник брав участь у наступальних діях, часто загрожував воротам суперника, а в захисті протистояв трійці центральних нападників. Коли ж і його обігравали нападники, то в боротьбу вступали захисники. Крайніми нападниками суперника “опікувалися” крайні півзахисники.

Нападники розташовувалися “в лінію”, основну ударну роль виконував центральний нападник міцної атлетичної статури, який міг би “протаранити” оборону суперника, виконати завершальний удар у площину воріт. Напівсередні нападники переважно підігрували центральному і крайнім нападникам. У свою чергу крайні нападники, використовуючи власні високі швидкісні можливості, переважно здійснювали проходи вздовж бокової лінії футбольного поля. В цілому можна констатувати, що тактична система “п’ять у лінію” була досить збалансованою як у захисті, так і в атаці.

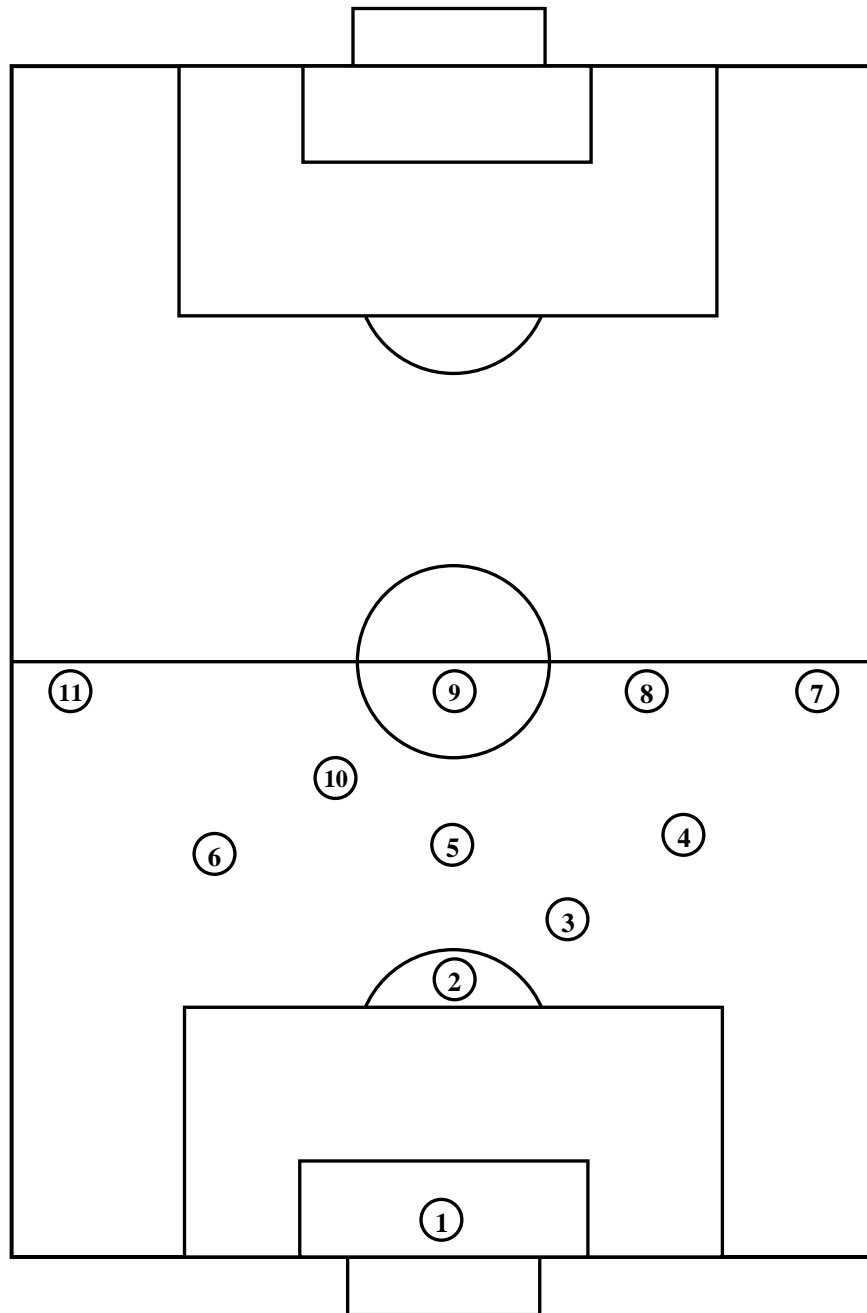
Класична система “п’ять у лінію” в деяких країнах була суттєво змодифікована. Італійська модифікація передбачала під час захисту власних воріт наявність у кожній лінії своєрідного “хвилеріза”, що утворювали так звану “потрійну стіну” – відтягнуті напівсередні нападники, півзахисники та захисники, тобто 1+2+3+2+3 (рис. 23).



*Рис. 23. Італійська модифікація системи “п’ять у лінію”*

У швейцарській системі, яка відома під назвою “замок”, центрального та крайніх нападників суперника “тримали” один із захисників та обидва крайніх півзахисники, а центральний півзахисник і відтягнутий назад один з нападників перешкоджали організувати та проводити наступальні дії напівсереднім нападникам команди суперника. Другий захисник розташовувався найближче до власних воріт і був прообразом сучасного останнього центрального

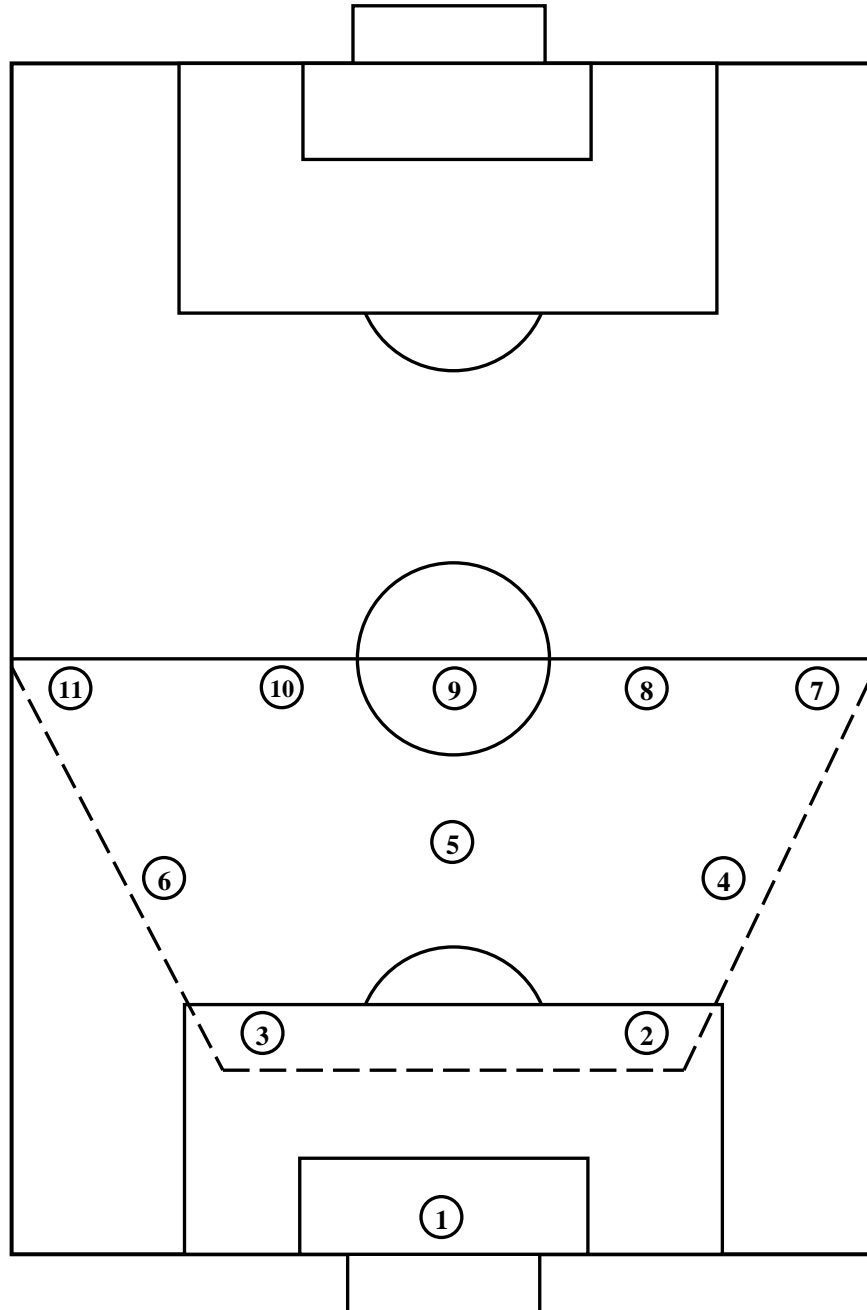
захисника. Тактична система в математичному варіанті виглядала як 1+1+4+1+4 і практично перетворювалася на систему “чотири в лінію”(рис. 24).



*Рис. 24. Швейцарська модифікація системи “п’ять у лінію” (“швейцарський замок”)*

Австрійський варіант тактичної системи “п’ять у лінію” передбачав розташування захисників у штрафному майданчику своєї команди, які відповідали за “нейтралізацію” крайніх нападників суперника. Центральний півзахисник зупиняв атаки команди суперника, організовані у центральній зоні

футбольного поля, а крайні півзахисники “прикривали” крайніх та напівсередніх нападників суперника (рис. 25). Основне спрямування цієї системи – наступальні дії, у яких брала участь велика кількість футболістів: п’ять нападників і три півзахисники. У випадку втрати м’яча та зриву атаки гравці повертаються на вихідні позиції для зміцнення лінії захисту.



*Рис. 25. Австрійська модифікація системи “п’ять у лінію”*

Проте поступово склалася ситуація, коли футбольні команди досконало оволоділи системою “п’ять у лінію”, захисники навчилися бездоганно готувати “офсайдну пастку” завдяки чинному тоді правилу “поза грою”. Ігри з мінімальним нічийним і нульовим рахунком стали дуже частими. Тому 1925 р. Міжнародна федерація футболу (ФІФА) внесла зміни у трактування пункту правил про положення “поза грою”. Відповідно до внесених змін нападнику в момент прийому м’яча достатньо було мати перед собою вже не трьох, а двох гравців суперника. Це була остання значна зміна правил, яка сприяла серйозним структурним перебудовам гри. Перші роки після цієї зміни у правилах футболу пройшли під знаком повної переваги нападу над захистом. Після отримання свободи маневру нападники досить легко проходили до штрафного майданчика суперника і забивали велику кількість м’ячів. Виникла необхідність пошуку ефективних засобів захисту воріт. Так з’явилася нова тактична система, батьківщиною якої знову стала “стара добра Англія”.

### **Тактичні системи початку – середини 20 століття**

На початку 30-х рр. 20 ст. тренер популярного англійського столичного клубу “Арсенал” Герберт Чепмен для зміцнення оборони в найнебезпечнішій зоні перед воротами власної команди відтягнув центрального півзахисника назад, перекваліфікувавши його в центрального захисника. Таке нововведення потягло за собою зміни у розташуванні решти гравців і стало основою для створення нової тактичної системи, яка отримала загальне визнання під назвою “дубль-ве”.

Свою назву ця система отримала за схожість розташування нападників із друкованою латинською літерою “W”. Варто зазначити, що система “дубль-ве” отримала назву від розташування наступальної, а не захисної тактичної побудови, яка нагадувала літеру “M” (рис. 26). Деякі спеціалісти називали цю тактичну систему за кількістю захисників, задіяних у грі задньої лінії команди,



системою “трьох захисників”. Математичне вираження цієї системи набуло такого вигляду:  $1+3+2+5$ .

Система “WM” (“трьох захисників”) передбачала “передислокацію” крайніх захисників ближче до бокових ліній, де вони “відповідали” за крайніх нападників суперника. “Перекваліфікований” у центрального захисника “колишній” центральний півзахисник підстраховував дії партнерів з лінії захисту. Крайні півзахисники висунулися вперед і змістилися ближче до центральної осі футбольного поля. Центральний та два крайніх нападники також висунулися вперед, створивши передню лінію атаки, тоді як напівсередні нападники (“інсайди”) почали діяти позаду першої лінії, утворюючи другу лінію нападу.

Так у середині поля утворився “магічний квадрат”, до якого входили два півзахисники і два напівсередні нападники. Саме ця четвірка організовувала як наступальні, так і захисні тактичні дії команди.

Низка спеціалістів вважає, що загальноприйняте цифрове позначення системи “WM” ( $1+3+2+5$ ) є не зовсім точним, оскільки завдяки виникненню цієї системи на футбольному полі було досягнуто рівноваги між силами захисту та нападу, і систему краще було би позначати  $1+3+2+2+3$ . Рівновага в лініях призвела до широкого використання персональної відповідальності гравців за своїх “опонентів” із чітким визначенням захисних завдань. Крайні захисники діяли проти крайніх нападників суперника, центральний захисник – проти центрального нападника, півзахисники – проти напівсередніх нападників.

З переходом футболістів у захисних тактичних діях на персональну відповідальність виникла необхідність появи так званих “блукаючих” гравців у наступальних порядках команд. У зв’язку з цим для захисників була розроблена система маневрових пересувань, під час яких нападників суперника “передавали” партнерам з командних захисних побудов.

Таким чином, команди почали застосовувати тактику широкого маневру в атаці та прийоми “рухливого” захисту для захисту власних воріт. Гра стала значно інтенсивнішою, участь кожного з футболістів у грі – більш повною, без

великих інтервалів бездіяльності. Прийоми “рухливого” захисту і швидкісні маневри нападників без м’яча вимагали високої фізичної підготовленості, що надавало перевагу у перехопленні та виграші тактичної ініціативи.

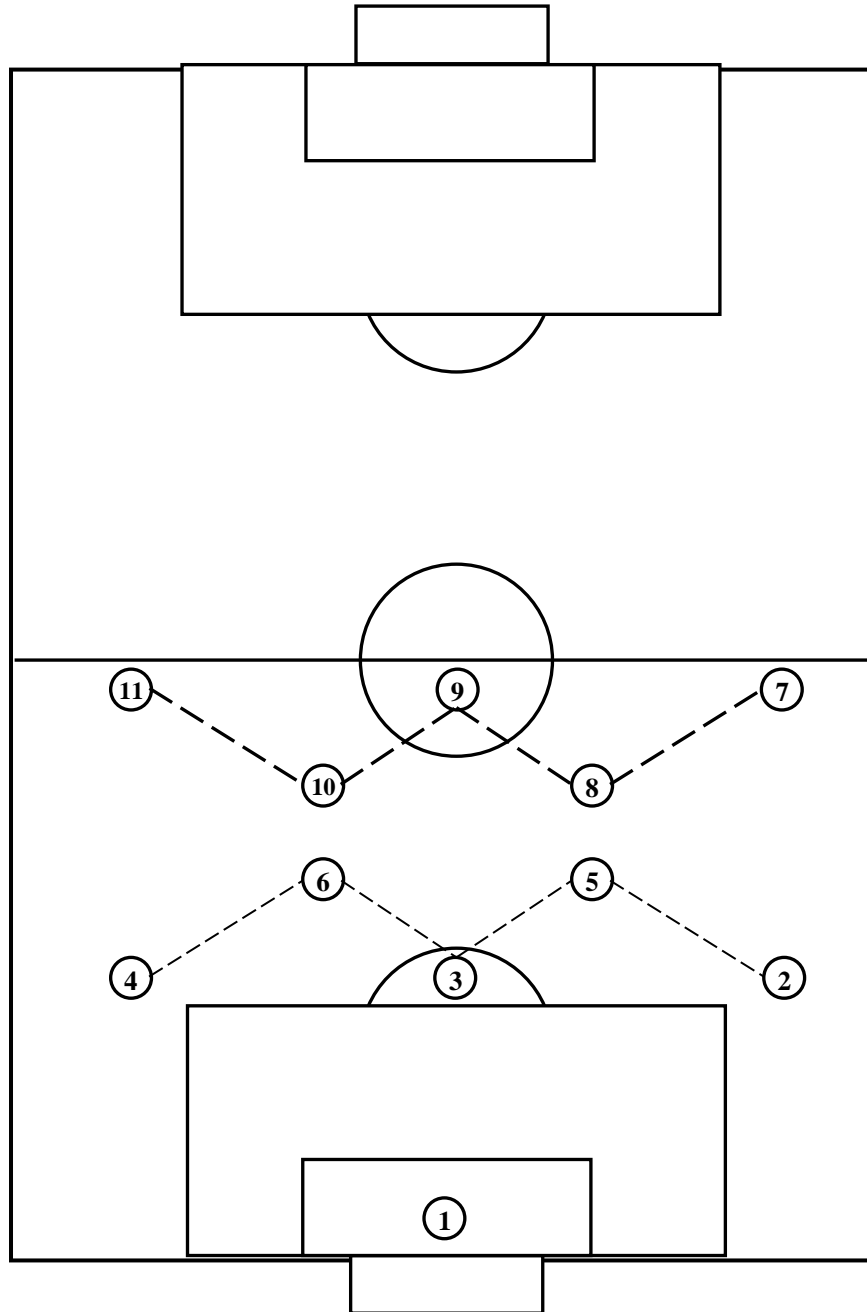


Рис. 26. Тактична система “WM” (“трьох захисників”)

На деякий період часу встановилося збалансоване співвідношення сил атаки і захисту. З часом стало зрозумілим, що система гри з трьома захисниками і двома півзахисниками має суттєві недоліки. Крайні захисники,

які розташовувалися неподалік від бокових ліній футбольного поля, не встигали підстраховувати центрального захисника у разі виникнення проблем під час прориву нападників суперника через центральну зону. Центральний захисник у свою чергу зобов'язаний був страхувати крайніх захисників, залишаючи центральну зону. У центрі захисту потрібен був ще один гравець.

Уперше це зробила збірна Угорщини у матчах з англійською збірною 1953 р. А 1958 р. на VI чемпіонаті світу у Швеції збірна Бразилії “закріпила” нову тактичну систему гри 1+4+2+4 (рис. 27).

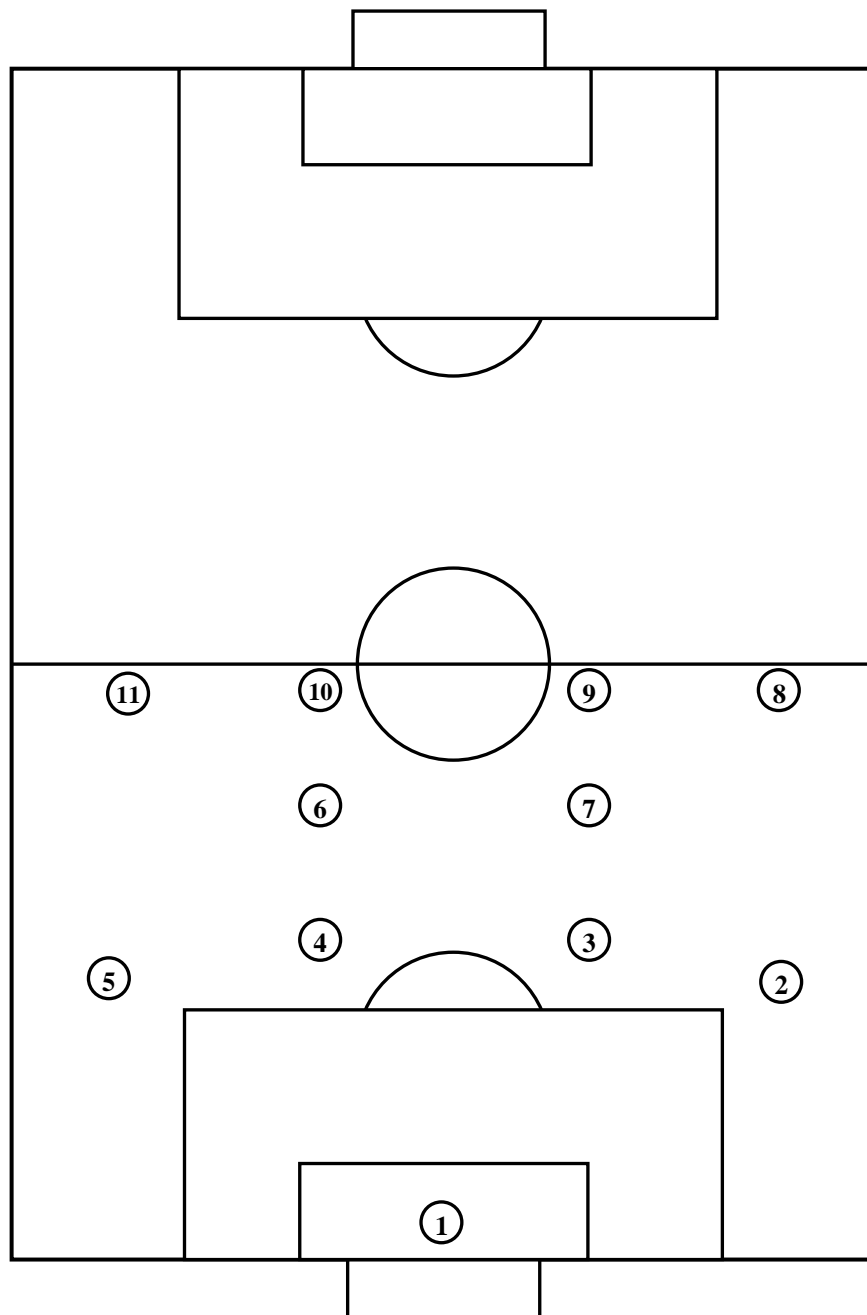


Рис. 27. Тактична система 1+4+2+4 (“бразильська”)

1953 р. в Лондоні на стадіоні “Уемблі” збірна Угорщини перемогла збірну Англії з рахунком 6:3, використавши систему 1+4+2+4, при якій четвертий захисник зміцнив центр захисту. А через рік у матчі-відповіді в Будапешті був зафіксований ще несподіваніший рахунок (7:1) на користь угорської збірної. Як зазначав тоді відомий тренер Мілян Мілянїч, перемога угорців означала “крах англійської футбольної імперії”, кінець системи “дубль-ве”.

На думку Еріка Бетті, ніхто тоді не міг зрозуміти, яку ж роль відігравав угорський футболіст Закаріаш, що з’являвся на футбольному полі у цих матчах під стартовим номером номінального лівого півзахисника. Треба відзначити, що при системі “дубль-ве” номер на футболці чітко відповідав місцю гравця стартового складу на полі. Як і сьогодні, воротар у той час виходив на гру під номером 1. Правий захисник грав з номером 2, центральний захисник – 3, лівий захисник – 4, правий півзахисник – 5, лівий півзахисник – 6, правий крайній нападник – 7, правий напівсередній нападник – 8, центральний нападник – 9, лівий напівсередній нападник – 10, лівий нападник – 11.

Потім стало зрозуміло, що Закаріаш виконував функції лівого центрального захисника. Але поява цього футболіста під “невідповідним” номером у центрі захисту і виконання незвичних функцій були настільки несподіваними для родоначальників футболу, що захист збірної Угорщини виглядав значно збалансованішим, аніж захист англійців.

На VI чемпіонаті світу 1958 р., який відбувся у Швеції, збірна команда Бразилії продемонструвала переваги нової тактичної системи 1+4+2+4. Саме використання цієї системи, підсилене високою майстерністю видатних виконавців Пеле, Діді, Вава, Зіто, сприяло незаперечній перемозі у чемпіонаті світу представників латиноамериканського футболу.

Основною перевагою нової тактичної системи (1+4+2+4) була концентрація гравців у лінії захисту, що дозволило перейти на зонний принцип організації командних дій, а також надійно виконувати “підстраховування” партнерів у найнебезпечнішій для взяття воріт центральній зоні. Один з двох

центральных захисників розташовувався позаду всіх гравців лінії захисту та забезпечував “підстраховування” партнерів. Це стало можливим тому, що проти трьох нападників суперника тепер вже діяло чотири захисники.

Середня лінія або лінія півзахисту в чисельному співвідношенні залишилася без змін, а зменшення кількості гравців передньої лінії компенсувалося збільшенням оперативного простору для дій кожного з нападників. Крім того, проти одного центрального захисника суперників, які використовували систему “трьох захисників”, висувалися два центральні нападники на найважливішій ділянці розвитку атаки. До того ж використання системи 1+4+2+4 передбачало активне “підключення” до наступальних тактичних дій крайніх захисників.

Однією з найважливіших переваг цієї тактичної системи було і те, що два півзахисники, маючи за собою чотирьох захисників, сміливо брали участь у наступальних діях, ішли далеко вперед і безпосередньо атакували ворота суперника. До того ж і крайні захисники отримали більше можливостей брати участь у наступальних діях, оскільки кожного з них міг підстрахувати один з центральных захисників, радіус дій яких суттєво збільшувався. Значно ефективніше використовувалися й можливості номінальних нападників на великому ігровому просторі, що утворився у зв'язку з переходом на нову тактичну систему.

У міру підсилення гри нападників у захисних лініях системи 1+4+2+4 почали виникати “тріщини”. У момент, коли два центральних нападники пересувалися поперек футбольного поля, тим самим збільшуючи фронт атаки і розтягуючи захист суперника, два центральних захисники не встигали одночасно контролювати центральну зону та “тримати” нападників.

Стало зрозумілим, що у боротьбі двох центральных нападників і двох півзахисників, що “підключалися” до атаки, зусиль тільки двох центральных захисників, які виконували персональні завдання щодо “нейтралізації” нападників або грали виключно в центральній зоні, є замало. З іншого боку, і півзахисникам було важко грати у такому надзвичайно напруженому ритмі,

адже участь як у захисних, так і в наступальних діях, організація командних тактичних дій вимагали значних витрат моральних і фізичних сил гравців середньої лінії. Усі ці обставини підкреслювали, що півзахист необхідно підсилити за рахунок одного з нападників. І вже на чемпіонаті світу 1962 р. в Чилі було запропоновано та апробовано нову тактичну систему 1+4+3+3 (рис. 28).

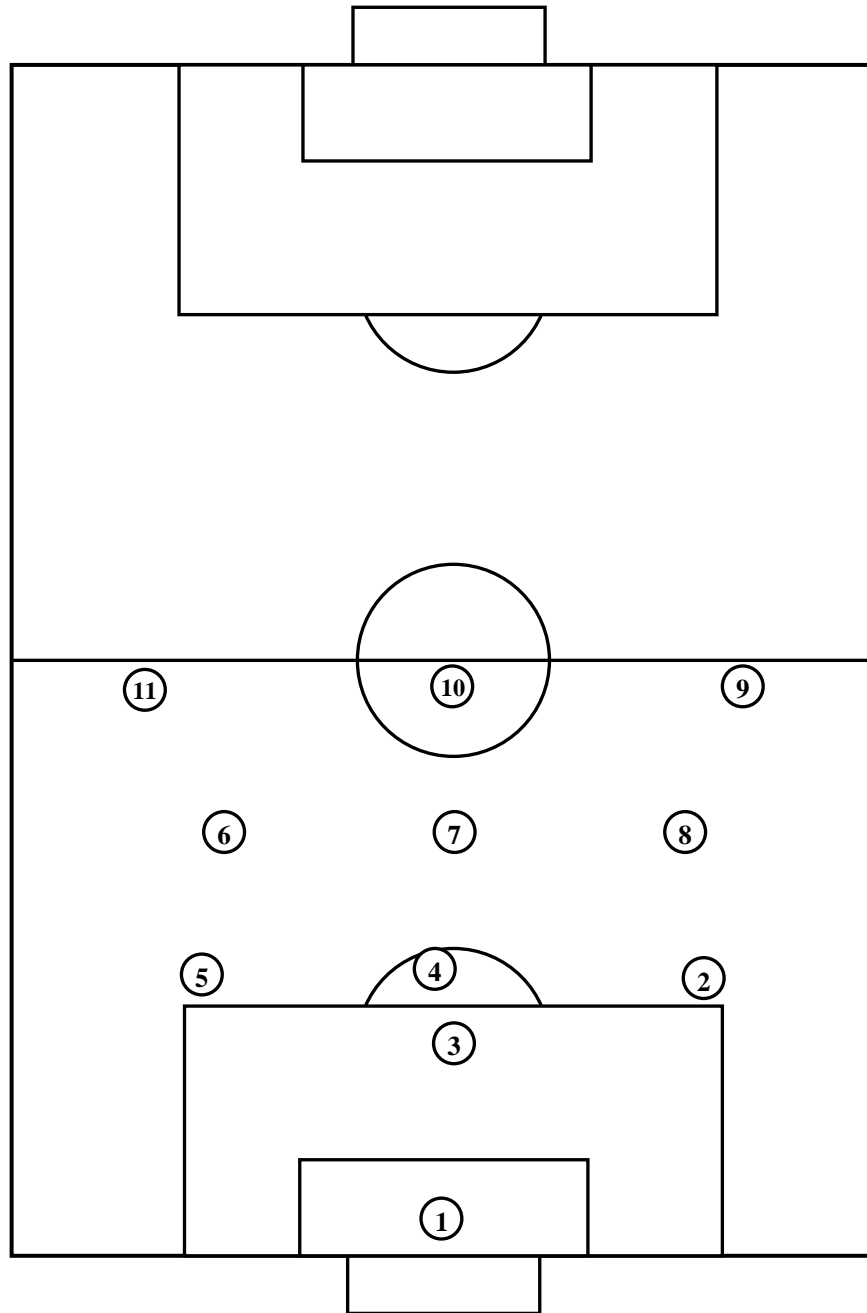


Рис. 28. Тактична система 1+4+3+3

Всі учасники чилійського чемпіонату світу використовували у власних тактичних побудовах “бразильську” систему 1+4+2+4, крім однієї команди – збірної Бразилії, яка і запропонувала суперникам тактичну систему 1+4+3+3.

Бразильці зберегли у новій тактичній системі попередню побудову лінії захисту, але “перекомплектували” півзахист і напад. Один з нападників був переведений у середню лінію, що сприяло зміцненню півзахисту – лінії, яка відігравала важливу роль в організації як наступальних, так і захисних тактичних дій.

Таким чином, у тактичній системі 1+4+3+3 з’явився опорний півзахисник, який під час вирішення захисних завдань виконував функції третього центрального захисника. При цьому опорний півзахисник “відповідав” за відтягнутого назад центрального нападника суперника.

Змінилося у цій системі розташування та тактичні завдання і двох центральних захисників. Один з них став переднім центральним захисником, в обов’язки якого входила персональна “відповідальність” за дії центрального нападника суперника, що був висунутий на “вістря” атаки своєї команди.

Другий центральний захисник розташовувався, як правило, позаду партнерів і був звільнений від персональної “опіки” гравців команди суперника. Його основним обов’язком було “підстраховування” і “підчищення” ігрових огріхів партнерів. Так було створено амплу вільного центрального захисника (“ліберо”) – найважливіша, на погляд багатьох спеціалістів футболу, знахідка тактичної системи 1+4+3+3.

У процесі гри вільний і передній центральні захисники могли залежно від тактичної ситуації, яка склалася на футбольному полі, мінятися місцями. Поява у команді Бразилії трьох півзахисників, так само, як і чотирьох захисників, була викликана думками про зміцнення захисту. Тактична система 1+4+3+3 була визнана найефективнішою, що сприяло впровадженню її у тактичні арсенали всіх футбольних команд.

Система 1+4+3+3 надала нового імпульсу наступальним тактичним діям команд. Будь-який з трьох півзахисників міг “підключатися” до дій у передній

лінії атаки, а в окремі моменти такий тактичний хід могли виконувати і декілька гравців середньої лінії, що в разі використання елемента несподіваності призводило до взяття воріт суперника. До того ж використання системи 1+4+3+3 давало більше можливостей для “підключення” до наступальних дій не тільки крайніх, але й одного з центральних захисників.

У лінії нападу знаходилися три гравці, які у розташуванні дотримувалися принципу “розтягнутої ламаної лінії”, що створювало передумови для ефективного маневрування фронтом і глибиною атаки та звільнення від “нагляду” захисників суперника. Організація командних дій будувалася на довгих передачах під час подолання середньої частини футбольного поля та швидких атаках з використанням тактичних комбінацій в один-два дотики.

Однією з важливих переваг тактичної системи 1+4+3+3 стала також оптимізація гри півзахисників. Збільшення кількості гравців середньої лінії дозволяло великій групі футболістів не долати значних відстаней уздовж футбольного поля, проте оперативно “включатися” у захисні та наступальні тактичні дії команди.

### **Сучасні тактичні системи гри у футбол**

Для сучасної тактики футболу характерним є те, що наступальні та захисні тактичні дії мають масований характер і гармонійно поєднуються з індивідуальними методами ведення гри.

Крім того, одним з основних напрямків розвитку сучасного футболу є тенденція до продуманого поєднання наступальних і захисних дій за рахунок підвищення мобільності та універсальності гравців, чіткішої організації гри.

Гра футбольної команди базується на використанні певних тактичних систем. Кожна тактична система має свої постійні ознаки, до яких належать способи і форми ведення гри, а також функції та розташування футболістів. Під системою у футболі необхідно розуміти таке розташування гравців, яке б могло забезпечити можливість оптимального маневру у захисті та нападі відповідно до індивідуальних особливостей гравців.



У сучасному футболі найчастіше використовуються тактичні системи і їхні різновиди, які умовно позначаються як 1+4+4+2, 1+4+3+3, 1+3+4+3, 1+3+5+2, 1+4+5+1, 1+3+6+1 (рис. 29 – 34).

Проте всі представлені цифри та схеми досить умовні. Сама система гри не може забезпечити досягнення кінцевої мети. Вона тільки сприяє цьому, але не допомагає у вирішенні ігрових конфліктів – несподіваних ситуацій, які виникають у процесі гри.

Визначення кількості гравців різних амплуа у різноманітні певних тактичних систем є прерогативою тренера. Взагалі у тренерському середовищі прийнято виходити не з умовних схем, а з наявних у розпорядженні тренера виконавців.

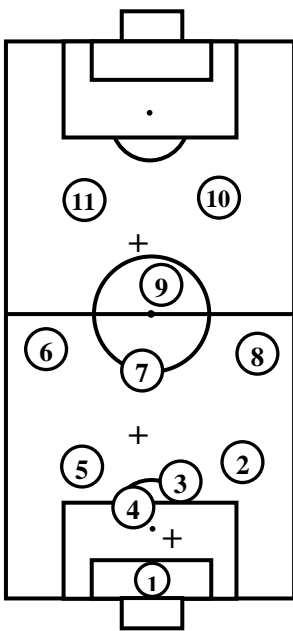


Рис. 29. Система  
1+4+4+2

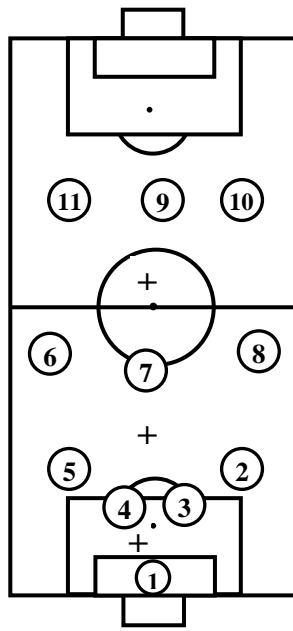


Рис. 30. Система  
1+4+3+3

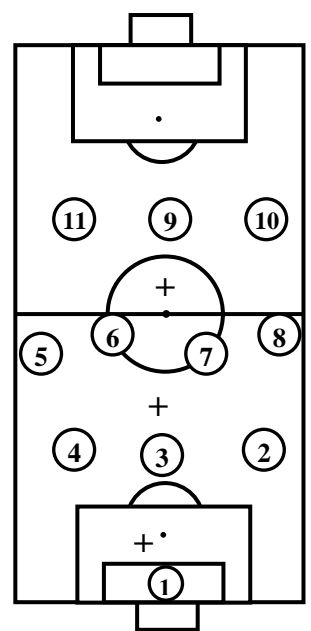


Рис. 31. Система  
1+3+4+3

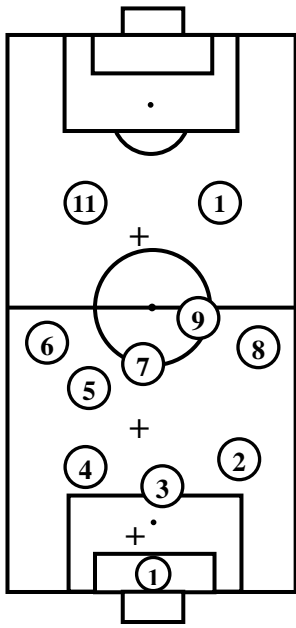


Рис. 32. Система  
1+3+5+2

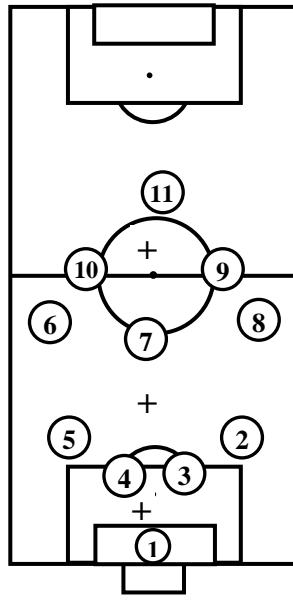


Рис. 33. Система  
1+4+5+1

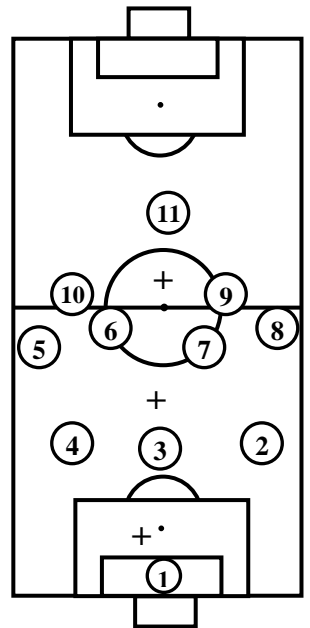


Рис. 34. Система  
1+3+6+1

Різновидами цих тактичних систем є  $1+4+3+1+2$ ,  $1+4+2+3+1$ ,  $1+3+3+3+1$ ,  $1+3+4+2+1$ ,  $1+4+4+1+1$ ,  $1+3+5+1+1$  (рис. 35 – 40).

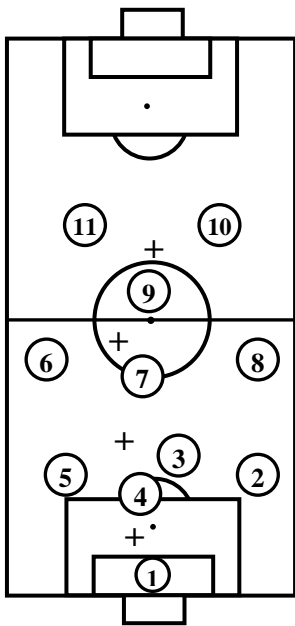


Рис. 35. Система  
1+4+3+1+2

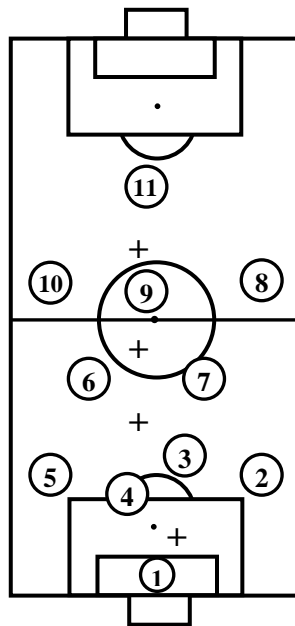


Рис. 36. Система  
1+4+2+3+1

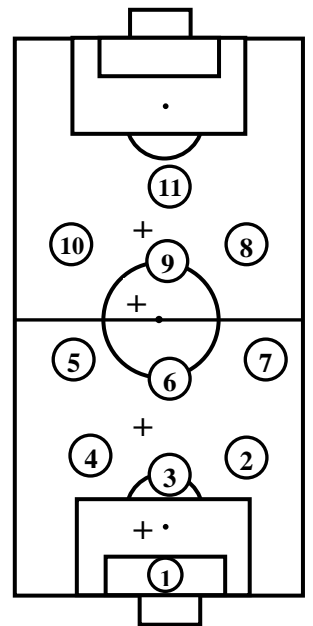


Рис. 37. Система  
1+3+3+3+1

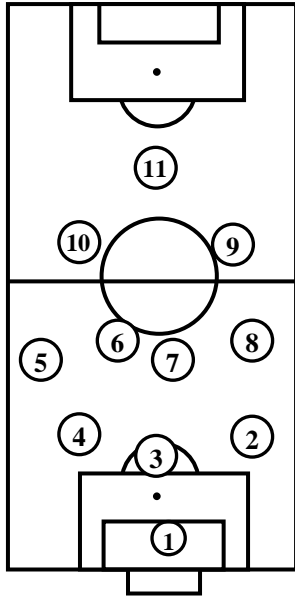


Рис. 38. Система  
1+3+4+2+1

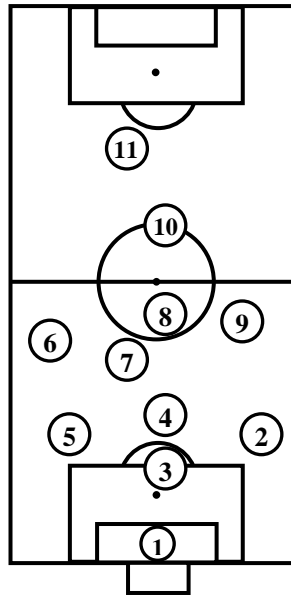


Рис. 39. Система  
1+4+4+1+1

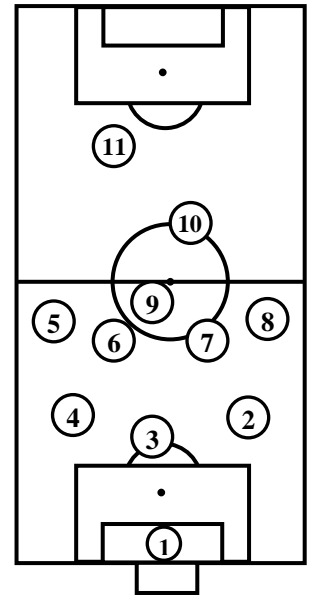


Рис. 40. Система  
1+3+5+1+1

Найпоширенішою, на думку деяких спеціалістів, є тактична система 1+4+4+2, яка прийшла на зміну системі 1+4+3+3, але повністю її не витіснила.

У системі 1+4+4+2 збільшилася кількість гравців середньої лінії, що дозволило опорному півзахиснику суттєво збільшити обсяг захисних тактичних дій. Окрім того, підвищилася мобільність півзахисту, де тепер почав діяти передній центральний півзахисник, який, за умови підбору кваліфікованого гравця цієї спеціалізації, міг значно посилити організацію наступальних тактичних дій у завершальній стадії атаки.

Хоча кількість номінальних нападників у цій системі зменшено до двох, проте в наступальних тактичних діях активно беруть участь п'ять-сім футболістів, які атакують ворота суперника з різних точок футбольного поля. Для системи 1+4+4+2 характерними є як індивідуальна, так і командна імпровізація, що робить несподіваними різноманітні маневрування гравців і надає можливість варіювати тактику. Разом з тим система вимагає наявності нападників, які вміють грати і на флангах, і в центральній зоні.

### **Контрольні питання**

1. Стратегія гри у футбол.
2. Тактика гри у футбол.
3. Класифікація тактики гри у футбол.
4. Індивідуальні тактичні дії.
5. Групові та командні тактичні дії.
6. Особливості командної тактики у нападі.
7. Особливості командної тактики у захисті.
8. Основні принципи ведення гри.
9. Правила розвитку і завершення атаки.
10. Правила гри у захисті.
11. Тактичні системи гри.
12. Тактичні системи на початку – в середині 19 століття.
13. Тактичні системи кінця 19 – початку 20 століть.
14. Тактичні системи початку – середини 20 століття.
15. Сучасні тактичні системи гри у футболі.

### **Рекомендована література**

#### **Основна:**

1. Зеленцов А. М. Моделирование тренировки в футболе / А. М. Зеленцов, В. В. Лобановський. – 2-е изд. перераб. и доп. – Киев : Альтерпресс, 1998. – 215 с.
2. Зациорский В. М. Физические качества спортсмена / В. М. Зациорский. – Москва : Физкультура и спорт, 1966. – 200 с.
3. Ігри та ігрові вправи техніко-тактичного характеру в підготовці футболістів / Фалес Й. Г., Огерчук О. Ф., Колобич О. В., Дулібський А. В. – Львів, 1999. – 112 с.
4. Історичні аспекти розвитку тактики футболу : навч. посіб / Соломонко В. В. Лісенчук Г. А., Соломонко О. В., Молнар М. В. – Львів, 2010. – 179 с.
5. Карпа І. Я. Особливості виконання техніко-тактичних дій кваліфікованими футболістами в різних ігрових зонах поля / Карпа І. Я. // Вісник Запорізького національного університету : зб. наук. пр. – Запоріжжя, 2012. – № 3. – С. 180–188.
6. Карпа І. Характеристика основних напрямів техніко-тактичної підготовленості кваліфікованих футболістів у відповідності до сучасних умов розвитку футболу / Карпа І., Лапичак І., Когут Т. // Вісник Чернігів. нац. пед. ун-ту. Серія: Педагогічні науки. Фізичне виховання та спорт. – Чернігів, 2014. – Вип. 118, т. 4. – С. 65–69.

7. Карпа І. Я. Структура фізичної підготовленості кваліфікованих футболістів на етапі підготовки до вищих досягнень / Карпа І. Я. // Педагогіка, психологія та медико-біологічні проблеми фізичного виховання і спорту. – 2011. – № 9. – С. 53–56.
8. Келлер В. С. Теоретико-методичні основи підготовки спортсменів / В. С. Келлер, В. М. Платонов. – Львів : Українська Спортивна Асоціація, 1992. – 269 с.
9. Ріпак І. Футбол : навч. посіб. / І.Ріпак. – Львів : Ліга-Прес, 2010. – 224 с.
10. Костюкевич В. М. Управление тренировочным процессом футболистов в годичном цикле подготовки : монография / В. М. Костюкевич. – Винница : Планер, 2006. – 683 с. – ISBN 966-22.22.0
11. Лисенчук Г. А. Управление подготовкой футболистов / Г. А. Лисенчук. – Киев : Олимпийская литература, 2003. – 271 с.
12. Лобановский В. В. Концепции и принципы подготовки сборной страны / Лобановский В. В. // Футбол : ежегодник. – Москва : Физкультура и спорт, 1983. – С. 46.
13. Платонов В. Н. Система подготовки спортсменов в олимпийском спорте. Общая теория и ее практическое приложение : учебник / В. Н. Платонов. – Киев : Олимпийская литература, 2004. – 806 с.
14. Соломонко В. В. Футбол : підручник / В. В. Соломонко, Г. А. Лисенчук, О. В. Соломонко. – Київ : Олімпійська література, 2005. – 296 с.
15. Чанади А. Футбол: стратегия / А. Чанади. – Москва : Физкультура и спорт, 1986. – 208 с.
16. Шамардин В. Н. Моделирование подготовленности высококвалифицированных футболистов : учеб. пособ. / В. Н. Шамардин. – Днепропетровск : Пороги, 2002. – 201 с.

#### **Допоміжна:**

1. Гриньків М. Нормальна анатомія : навч. посіб. / Мирослава Гриньків, Тетяна Куцериб, Федір Музика. – Львів : ЛДУФК, 2018. – 224 с.
2. Дулібський А. В. Тенденції розвитку сучасного футболу / А. В. Дулібський // Практикум з футболу: науково-методичні аспекти тренування футболістів : матеріали II Всеукр. наук.- практ. конф. – Київ, 2001. – С. 5–7.
3. Анатомія людини : навч. посіб. / М. Я. Гриньків, Ф. В. Музика, С. М. Маєвська, Т. М. Куцериб. – Львів : ЛДУФК, 2013. – 128 с.
4. Коритко З. Загальна фізіологія : навч. посіб. / Зоряна Коритко, Євген Голубій. – Львів : ПП Сорока, 2002. – 141 с.
5. Куцериб Т. Анатомія людини з основами морфології : навч. посіб. / Тетяна Куцериб, Мирослава Гриньків, Федір Музика. – Львів: ЛДУФК, 2019. – 86 с.
6. Музика Ф. В. Анатомія людини : навч. посіб. / Ф. В. Музика, М. Я. Гриньків., Т. М. Куцериб. – Львів : ЛДУФК, 2014. – 360 с.

#### **Інформаційні ресурси інтернет:**

1. Електронний каталог ЛДУФК імені Івана Боберського [Електронний ресурс]. – Режим доступу: <http://3w.ldufk.edu.ua/>
2. Електронний репозитарій ЛДУФК імені Івана Боберського [Електронний ресурс]. – Режим доступу: <http://repository.ldufk.edu.ua/>
3. Ефективність виконання стандартних положень у футболі [Електронний ресурс] / Виноградський Б., Дулібський А., Хоркавий Б., Колобич О. // Спортивна наука України. – 2016. – № 3(73). – С. 9–14. – Режим доступу: <http://sportscience.ldufk.edu.ua/index.php/snu/article/view/421/405>
4. Тактико-стратегічні аспекти змагальної діяльності центрального захисника в сучасних оборонних стратегіях гри футбольних команд [Електронний ресурс] / Андрій Дулібський, Андрій Маркович, Богдан Виноградський, Богдан Хоркавий, Олег Колобич, Олександр Огерчук, Ярослав Грисьо // Спортивна наука України. – 2017. – № 5(81). – С. 22–23. – Режим доступу : <http://sportscience.ldufk.edu.ua/index.php/snu/article/view/645>