

**ЛЬВІВСЬКИЙ ДЕРЖАВНИЙ УНІВЕРСИТЕТ ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ
ІМЕНІ ІВАНА БОБЕРСЬКОГО**

Кафедра футболу



Дулібський А.В.

**ВІКОВА ПЕРІОДИЗАЦІЯ
У ПРОЦЕСІ СПОРТИВНОГО ВІДБОРУ ФУТБОЛІСТІВ**

Лекція
з навчальної дисципліни

**„Теорія і методика обраного виду спорту
та спортивно-педагогічне вдосконалення”
(ТіМОВС та СПВ)
(спеціалізація – футбол)
(3 курс)**

ГАЛУЗЬ ЗНАНЬ	<u>01 Освіта/Педагогіка</u>
СПЕЦІАЛЬНІСТЬ	<u>017 „Фізична культура і спорт”</u>
СПЕЦІАЛІЗАЦІЯ	<u>„Фізична культура і спорт різних груп населення”</u>
ФАКУЛЬТЕТ	<u>Педагогічної освіти</u>
РІВЕНЬ ВИЩОЇ ОСВІТИ	<u>перший (бакалаврський)</u>

© ЛДУФК імені І. Боберського, 2020 рік
© Кафедра футболу, 2020 рік
© Дулібський А.В., 2020 рік

Львів – 2020

ЛЕКЦІЯ № 5

ВІКОВА ПЕРІОДИЗАЦІЯ У ПРОЦЕСІ СПОРТИВНОГО ВІДБОРУ ФУТБОЛІСТІВ

План.

1. Етапи та підетапи вікової періодизації у процесі спортивного відбору футболістів.
2. «Біологічний», «психологічний» і «паспортний» вік у процесі спортивного відбору футболістів.
3. Зв'язок спортивного відбору з етапами багаторічної підготовки футболістів.
4. Спортивна орієнтація у процесі спортивного відбору футболістів.
5. Прикінцеві положення.
6. Висновки.
7. Список використаних джерел.

Вікові особливості в будові організму та розвитку функцій, які притаманні певним етапам життя людини, дозволяють визначити вікові періоди розвитку дітей, підлітків, юнаків у процесі спортивного відбору футболістів. Шкільний вік умовно можна розподілити на такі *етапи*:

1. Молодший шкільний вік – 6 - 11 років, який, у свою чергу, можна розмежувати на такі *підетапи*:

- а) перший молодший шкільний вік (1-ий – 2-ий клас) – 6 - 7 років;
- б) другий молодший шкільний вік (2-ий – 3-ій клас) – 8 - 9 років;
- в) третій молодший шкільний вік (3-ій – 4-ий клас) – 10 - 11 років.

2. Середній шкільний вік – 12 - 15 років, який можна поділити на такі етапи:

- а) перший середній шкільний вік (5-ий – 6-ий клас) – 12 - 13 років;
- б) другий середній (підлітковий) шкільний вік (7-ий – 8-ий клас) – 14 - 15 років.

3. Юнацький вік – 16 - 21 рік, який, у свою чергу, можна поділити на такі етапи:

- а) перший юнацький вік (9-ий – 10-ий клас) – 16 - 17 років;

б) другий юнацький вік (11-ий – 12-ий клас) – 18 - 19 років;

в) третій (зрілий) юнацький вік (навчання у вищих навчальних закладах, технікумах, коледжах, училищах, праця за професією) – 20 - 21 рік.

Такий поділ зумовлений тим, що в Україні у 6 - 7-річному віці діти розпочинають навчання у початковій школі. В 10 - 11 років закінчують початкову та переходять на навчання у середню школу. В 14 - 15 років після випускних іспитів закінчується навчання у середній школі. В 16 - 17 років юнаки і дівчата вже можуть обирати свій шлях у житті, навчаючись у педагогічних, медичних, професійно-технічних, спортивних ліцеях, училищах і коледжах або продовжуючи навчання у старших класах загальноосвітньої школи. Саме тоді і розпочинається юнацький вік. В 20 - 21 рік юнаки і дівчата стають зрілими людьми, перед якими відкриваються двері у самостійне доросле життя.

Перехід від одного вікового періоду до іншого визначають як переломний етап індивідуального розвитку. В цей час спостерігаються не тільки кількісні, але і якісні вікові перетворення. На кожному перехідному етапі проходить спадково обумовлене дозрівання тих структур, які повинні забезпечити нові особливості фізіологічних змін і реакцій організму, які повинні проходити у відповідному віковому періоді.

Для того, щоб достатньо повно висвітлити даний аспект спортивного відбору, варто згадати і про “паспортний” та біологічний вік. Це пов’язано з тим, що розвиток організму проходить перманентно (безперервно), а межі вікових періодів досить умовні. Саме тому важко визначити закінчення одного і початок іншого вікового періоду чи етапу розвитку. До того ж, кожен організм розвивається індивідуально і має свої особливості розвитку.

В даному контексті важливим є те, що крім календарного (“паспортного”) віку необхідно враховувати і біологічний (фізіологічний) вік. Для біологічного віку характерним є рівень фізичного розвитку, рухові можливості дітей, рівень їх статевого дозрівання, стан окостеніння різних кісток скелету, розвиток зубів. Календарний вік може не співпадати з

біологічним. Так, біологічний вік у підлітків з низькими показниками фізичного розвитку може “відставати” від паспортного на 1 - 2 роки, а у підлітків з високими показниками фізичного розвитку біологічний вік може “випереджати” паспортний на 1 - 2 роки.

Спортивний відбір і орієнтація – практично безперервний процес, який обіймає собою всю багаторічну підготовку спортсмена. Це обумовлено неможливістю чіткого вияву здібностей на окремому етапі вікового розвитку, або багаторічної підготовки, складним характером взаємовідносин між спадковими факторами, які виявляються у вигляді задатків, і набутими, які є наслідком спеціально організованого тренування. Справжні здібності можуть бути виявлені лише в процесі навчання та виховання.

Відбір здібних спортсменів у процесі багаторічного тренування має три основних рівні. На першому з них - попередньому - виявляють доцільність вибору дитиною заняття видом спорту з врахуванням його задатків, морфо-функціональних даних і особливостей психіки.

Відбір на другому рівні – проміжному – вирішує завдання виявлення у тих, хто займається спортом, здібностей до ефективного вдосконалення за умов досить напруженого спортивного тренування на другому і третьому етапах багаторічної підготовки.

Третій - заключний - рівень відбору пов’язаний з виявленням у спортсменів обдарованості, можливостей до досягнення результатів міжнародного класу. Кожен із рівнів спортивного відбору співпадає з відповідним етапом багаторічної підготовки (табл. 1.1).

Зв'язок спортивного відбору
з етапами багаторічної підготовки футболістів

СПОРТИВНИЙ ВІДБІР		ЕТАП БАГАТОРІЧНОЇ ПІДГОТОВКИ
ЕТАП	ЗАВДАННЯ	
Первинний	Встановлення доцільності спортивного вдосконалення в даному виді спорту	Початкової
Попередній	Виявлення здібностей щодо ефективного спортивного вдосконалення	Попередньої базової
Проміжний	Виявлення здібностей щодо досягнення високих спортивних результатів, здатності до перенесення високих тренувальних і змагальних навантажень	Спеціалізованої базової
Основний	Визначення можливостей досягнення результатів міжнародного класу	Максимальної реалізації індивідуальних можливостей
Заключний	Визначення можливостей щодо збереження досягнутих результатів і їх покращення	Збереження досягнень

Завдання відбору та орієнтації на різних етапах неоднакові. Якщо на першому етапі важливо, перш за все, визначити доцільність занять обраним видом спорту для підлітка, то на наступних етапах кількість завдань значно поширюється: орієнтація спортсмена на спеціалізацію у конкретних ігрових амплуа, відбір у збірні команди.

Так, інформація про стан здоров'я є однаково важливою на всіх етапах. Показники, що стосуються будови тіла, особливостей нервової системи, можливостей і перспектив удосконалення найважливіших функціональних систем організму особливо необхідні на першому і другому етапах, коли виявляється схильність юного спортсмена до занять певним видом спорту, визначається майбутня спеціалізація, здійснюється орієнтація процесу багаторічної підготовки.

Відбір і підготовка футболістів – це тривалий, постійно змінний процес. Значна тривалість процесу відбору є передумовою успіху, можливістю зацікавити заняттями футболу у групі вищої спортивної майстерності тих здібних дітей, які дійсно можуть досягти високих результатів.

Рівень спортивних результатів, здатність показувати найвищі результати в екстремальних умовах, змагальний досвід, вміння пристосовуватися до умов конкретних змагань набувають вирішального значення на четвертому і п'ятому етапах.

В залежності від вікових факторів, мети і завдань навчання, виховання, тренування, удосконалення та розвитку кожного гравця процес управління багаторічною підготовкою футболістів умовно можна поділити на декілька етапів:

1. Перший (початковий) етап (7 - 9 років) – етап первинного відбору.

Розглядається як етап попередньої підготовки, завдання якого полягають у тому, щоб зацікавити дітей заняттями футболу і закласти загальний “фундамент” спортивної майстерності. Крім цього, на даному етапі визначається придатність дітей до спортивного вдосконалення шляхом виявлення їх задатків, які лежать в основі розвитку здібностей, проводиться оцінка рівня рухової активності. Основним же завданням цього етапу, на думку багатьох дослідників спорту, є відбір моторно-обдарованих дітей і виявлення їх психомоторного статусу.

Реалізацію цих завдань, крім спеціалізованих форм навчально-тренувальних занять, можна здійснювати в умовах уроків з футболу та секційного часу в загальноосвітніх школах, а також в рамках підготовки і проведення змагань на приз клубу “Шкіряний м'яч”.

Необхідно зазначити, що цілеспрямований спортивний відбір на цьому віковому етапі підготовки є досить складним у зв'язку з низкою причин, серед яких:

а) у дітей 7 - 9 років бажання займатися футболу є ще недостатньо стійким, несформованими та незакріпленими є і мотиви занять найпопулярнішим видом спорту;

б) основні значущі для футболістів якості та функції в цьому віці розвинені слабо, проявляються не досить чітко, до того ж їх важко виявляти.

Незважаючи на перелічені вище труднощі, принципова можливість спортивного відбору дітей у даному віці не виключається, що і підтверджують результати наших досліджень.

2. Другий етап (10 - 12 років) – етап початкової спеціалізації або вторинного відбору.

Основним завданням другого етапу відбору є поглиблене вивчення відповідності попередньо відібраного контингенту дітей щодо вимог успішної спеціалізації в обраному виді спорту. Наявність спеціальних якостей, властивостей особистості, елементарної спеціальної підготовленості дозволяє визначити рівень спортивної обдарованості дітей, їх придатність для вдосконалення у футболі.

Як з педагогічної, так і фізіологічної точок зору, даний етап є, на думку багатьох спеціалістів, найсприятливішим для початкового спортивного відбору юних футболістів. Інтереси дітей вже є достатньо стійкими, формуються і мотиви поведінки в різних життєвих ситуаціях. Всі показники, що обумовлюють рівень фізичного і техніко-тактичного вдосконалення юних футболістів, достатньо чітко проявляються та оцінюються.

На даному етапі питання відбору і комплектації груп набирають особливої актуальності. Саме на цьому етапі проводиться основний відбір дітей для занять футболом. Крім того, виникає необхідність комплектувати однорідні (типологічні) групи з метою застосування диференційованої форми навчання. Здійснюється такий підхід на основі врахування рівня фізичної і техніко-тактичної підготовленості дітей, які займаються футболом.

3. Третій етап (13 - 16 років) – етап поглибленої спортивної спеціалізації.

На даному етапі формуються здібності, які виявляються у конкретній спортивній діяльності. Тренер-педагог зобов'язаний глибоко та всесторонньо вивчати кожного свого вихованця, на основі

чого робити висновки про перспективність юного футболіста і визначати його вузьку спортивну спеціалізацію.

На цьому етапі доцільно обирати для юних футболістів ігрові амплуа з метою комплектування зв'язок, ланок і команди в цілому. Робиться це на основі оцінки індивідуальних (фізичних, техніко-тактичних, психологічних) особливостей юних футболістів. Крім цього, саме на даному етапі є сенс комплектувати юних спортсменів в однорідні за рівнем і темпами статевого дозрівання групи та згідно таких показників диференціювати навчально-тренувальний процес.

Тривалі та ретельно продумані спостереження за юними футболістами підвищують надійність висновків тренера про правильність вибору гравцем спортивної спеціалізації. Як і раніше, на цьому етапі здійснюються педагогічні спостереження, контрольні тестування, медико-біологічні, соціологічні та психологічні дослідження з метою визначення рівня спортивної підготовленості юних футболістів.

Проте саме на цьому етапі проводити спортивний відбір та оцінювати здібності дітей досить складно, оскільки виникає необхідність враховувати різницю в біологічному і “паспортному” віці. Діти у цей час вступають в період бурхливого статевого дозрівання і у них спостерігаються різні індивідуальні темпи біологічного розвитку.

4. Четвертий етап (16 - 18 років) – етап спортивного вдосконалення.

На цьому етапі проводиться спортивний відбір футболістів у юнацькі збірні, а також дорослі команди з футболу. Даний етап має певні особливості, що полягають як у підборі використовуваних тестів, так і в організації та проведенні навчально-тренувальних занять.

На основі педагогічних спостережень тренер визначає здатність юних футболістів долати значні тренувальні та змагальні навантаження, можливості організму юних спортсменів щодо швидкого і ефективного відновлення, виявляє темпи формування

рухових навичок, темпи розвитку окремих фізичних якостей. Велику роль відіграють педагогічні контрольні тестування, за результатами яких можна робити певні висновки про розвиток фізичних якостей і можливі темпи їх спортивного приросту.

Продовжується поглиблене вивчення спортивних здібностей, оцінюється рівень підготовленості, на основі чого і здійснюється відбір та комплектування збірних команд з футболу. Тут виникає декілька підходів щодо виду відбору при підготовці команди до відповідальних змагань:

а) попередній відбір (селекція) кандидатів для підготовки до змагань. Якраз на цьому етапі проводиться суто селекційна робота: вибирається група кандидатів з тих гравців, які рекомендовані головному тренеру тренерами-селекціонерами;

б) поточний відбір: оцінка готовності до змагань. Оцінюються фізична, технічна, тактична підготовленість, а також рівень функціональних і психічних можливостей футболістів. Це дозволяє визначити остаточне коло кандидатів для участі у змаганнях;

в) оперативний спортивний відбір з метою визначення складу команди на певну гру. В його основу покладено оцінку оперативного стану спортсменів. Оцінка оперативного стану полягає у визначенні типу передстартового стану та рівня емоційної збудливості (вольової стійкості).

Орієнтація пов'язана, перш за все, з комплексом заходів, спрямованих на підбір для людини тих видів спорту, які найбільше співпадають з її бажаннями, здібностями і схильностями. Виявлення цих факторів - специфічна мета орієнтації. Досягнення даної мети, з однієї сторони, сприяє вирішенню проблеми взаємної відповідності особистості та діяльності, з іншої - допомагає організаційно у здійсненні спортивного відбору.

Висновки.

Таким чином, спортивний відбір у футболі повинен вирішувати завдання виявлення перспективних людей, з яких можна підготувати видатних спортсменів, а спортивна орієнтація – визначає стратегію і тактику даного процесу в системі навчання, виховання, тренування, вдосконалення і розвитку футболіста.

У зв'язку із сучасними темпами зростання спортивних результатів, зміною соціально-економічних і екологічних умов розвитку суспільства виникає потреба в уточненні деяких положень науки про морфо-функціональні особливості організму юних футболістів, вікову динаміку і чутливі періоди розвитку рухових якостей. Дотепер практика футболу спирається на загальнотеоретичні положення вікової педагогіки і фізіології та фрагментарні дослідження, виконані на футболістах, у яких чутливі періоди, як правило, не проходили експериментальної перевірки, що абсолютно не відповідає сучасним науковим вимогам.

На даний час практично не вивченою продовжує залишатися змагальна діяльність юних футболістів, не виявлена її структура, не розроблені модельні характеристики підготовленості згідно вікових аспектів, не вивчені фізіологічні механізми пристосування організму юних спортсменів конкретних вікових груп до різних рівнів змагальної діяльності. У теорії багаторічної підготовки спортсменів немає єдиної думки фахівців щодо проблеми взаємозв'язку змагальної діяльності зі змістом навчально-тренувального процесу, що підтверджується результатами анкетного опитування багатьох фахівців футболу.

У багаторічній підготовці юних футболістів не розроблені кількісні параметри таких сучасних характеристик тренувальних навантажень, як спеціалізованість, спрямованість, координаційна складність і величина, що утруднює контроль і диференційований підхід до навчально-тренувального процесу в цілому. Недослідженою залишається і багаторічна динаміка основних показників підвищення спортивної майстерності юних футболістів,

що охоплює весь цикл підготовки на одному і тому ж контингенті спортсменів.

Динаміка розвитку найважливіших спортивних якостей юних футболістів має гетерохронний характер, який обумовлений, перш за все, загальнобіологічними закономірностями вікового розвитку. Поряд з цим, заняття футболом специфічно впливають на розвиток рухових здібностей в залежності від віку юних спортсменів. З тих показників, які вивчалися, найбільш стабільними в цьому віці є характеристики психомоторики: обсяг поля зору, періоди зорово-рухової реакції, частота рухів, реакція перцептивної антиципації, переключення і розподіл уваги, м'язово-суглобова чуттєвість, просторове диференціювання та спеціальна координація. Широкий діапазон показників зафіксований під час дослідження змін зорово-рухової реакції в комплексному модельному тесті володіння м'ячем та в тесті на спеціальну спритність.

Змагальна діяльність у футболі опосередковується особистістю спортсмена, психорегулюючими механізмами, які розвиваються в цьому процесі та активно впливають на ефективність і надійність ігрових показників. Значними факторами особистості, які визначають ефективність і надійність змагальної діяльності юних футболістів, є:

- в мотиваційно-вольовій сфері - змагальна мотивація, саморегуляція, вольовий самоконтроль, рішучість;
- в емоційній сфері - емоційна стійкість, стабільність, тривожність;
- в комунікативній сфері - високий персональний статус у спортивно-діловій та неформальній сфері взаємовідносин;
- низка властивостей нервової системи: сила процесів гальмування, врівноваженість нервових процесів;
- відповідність адаптації кардіореспіраторної системи.

Аналіз методичних джерел доводить, що для успішної реалізації багаторічної підготовки на кожному з етапів спортивного відбору необхідно враховувати цілий комплекс показників, серед яких:

1. Оптимальний вік (паспортний чи біологічний) досягнення найвищих результатів в обраному виді спорту.
2. Спрямованість тренувальних і змагальних впливів, а також методи і засоби підготовки та особливості відновлення юних спортсменів.
3. Рівень модельних характеристик фізичної, технічної, тактичної, психологічної та інших видів підготовленості, яких необхідно досягти юним спортсменам на певному етапі багаторічної підготовки.
4. Припустимі норми навантаження (обсяг, інтенсивність, величина адаптаційних змін, що досягаються за рахунок реалізованого навантаження) в залежності від індивідуальних характеристик стану основних функціональних систем юних спортсменів.
5. Контрольні нормативи, які використовуються з метою корекції спрямованості системи підготовки.

При визначенні обсягів тренувальних і змагальних навантажень, їх структури та якісного змісту необхідно враховувати, перш за все, фізіологічні закономірності тривалої адаптації організму юних футболістів.

Одним з факторів, що лімітують рівень підготовленості футболістів, є, як відзначають фахівці, технічна оснащеність гравців. При цьому відставання в техніці гри від кращих світових взірців намічається, очевидно, вже на початкових етапах підготовки. З урахуванням вищесказаного, вимагає розробки у віковому аспекті проблема взаємозв'язку змісту навчально-тренувального процесу зі специфікою діяльності юних футболістів, що у широкому віковому діапазоні не досліджувалася, а також врахування вікової динаміки координаційних здібностей як домінантної характеристики, що забезпечує адекватний згідно сучасних вимог рівень технічної підготовленості. Крім того, необхідно досліджувати вікову динаміку так званих основних факторів, що лімітують рівень готовності, у загальному комплексі підготовленості на кожному окремому етапі багаторічної підготовки, а також порушену, але не вирішену остаточно попередніми дослідниками проблему регламентації фізіологічних рівнів змагальної і

тренувальної діяльності юних футболістів і вікових аспектів сучасних характеристик тренувальних навантажень.

Учасники змагань у футболі - люди, які знаходяться в екстремальних умовах, і тому тут необхідно вирішувати завдання педагогіки, фізіології, медицини, психології, тощо. Разом з тим, для вирішення завдань управління навчально-тренувальним процесом у системі спортивного відбору юних футболістів недостатньо тих відомостей, які є в сучасній науці, хоча б тому, що футбольна гра не описана до кінця. Низка проведених досліджень дозволяє оцінити обсяг інформації, яку необхідно зберігати і аналізувати щодо завдань спортивного відбору в футболі. Проте вся інформація не використовується в практиці роботи спеціалістів галузі юнацького футболу. Пов'язано це з тим, що:

1. Не існує загальної концепції дослідження основних факторів спортивного відбору у зв'язку з різким розмежуванням дослідниками змагальної та тренувальної діяльності юних футболістів.
2. Не розроблено єдиного критерію оцінки ефективності змагальної діяльності юних футболістів з урахуванням термінового і кумулятивного ефектів.
3. Дослідження поведінки юних футболістів в динамічних ігрових ситуаціях підмінюються або базуються на дослідженнях психологічних компонентів мислення і орієнтування.
4. Універсальне вивчення гри інколи підмінюється дослідженням різних статистичних характеристик без врахування представництва вибірки та взаємозв'язку моделі з реальною дійсністю.

Таким чином, незважаючи на те, що накопичено досить багато наукових результатів і великий практичний досвід, основні завдання спортивного відбору в футболі змістовно залишаються невирішеними. Для побудови оптимального управління системою спортивного відбору в футболі необхідно проаналізувати всі екстраполяційні залежності щодо можливості досягнення високих спортивних результатів. Важливим, згідно цього, є

детальне вивчення змагальної діяльності. Крім того, навчально-тренувальний і змагальний процеси повинні оцінюватися за однаковими показниками та критеріями ефективності.

Рекомендована література

Основна:

1. Виноградський Б. 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>.
2. Вихров К. Л. Разминка футболистов: метод. пособ. / Вихров К.Л., Дулибский А.В. – Киев : Комби ЛТД, 2005. – 192 с.
3. Дулібський А. Спортивний відбір у футболі : навч.-мето. посіб. / А.В. Дулібський, А.Г. Яценко, В.В.Ніколаєнко. – Київ : Федерація футболу України, 2003. - 135 с.
4. Дулибский А.В. Повышение эффективности спортивного отбора в футболе / А.В. Дулибский // Педагогіка, психологія та медико-біологічні проблеми фізичного виховання і спорту. – 2010. – № 8. – С. 29 – 33.
5. Дулібський А. Чемпіонат світу з футболу 2014 року: кадрово-аналітичний аспект. / Андрій Дулібський, Ярослав Грисьо // Молода спортивна наука України : зб. наук. пр. з галузі фіз. виховання, спорту і здоров'я людини / за заг. ред. Євгена Приступи. – Львів, 2015. – Вип. 19, т. 1. – С. 70–75.
6. Дулібський А. Чемпіонат світу з футболу 2014 року: аналітико-цифровий аспект / Андрій Дулібський, Олег Колобич, Богдан Хоркавий // Молода спортивна наука України : зб. наук. пр. з галузі фіз. виховання, спорту і здоров'я людини / за заг. ред. Євгена Приступи. – Львів, 2015. – Вип. 19, т. 1. – С. 76–81.
7. Дулібський А. Спортивний відбір у системі багаторічної спеціалізованої освіти футболістів [Електронний ресурс] / Андрій Дулібський

// Спортивна наука України. – 2015. – №4(68). – С. 28–35. – Режим доступу: <http://sportscience.ldufk.edu.ua/index.php/snu/article/view/340/329>.

8. Дулібський А. Вплив проявів швидкісних якостей футболістів на ефективність виконання стандартних положень [Електронний ресурс] / Дулібський А., Виноградський Б., Хоркавий Б., Колобич О. // Спортивна наука України. – 2016. – № 5(75). – С. 28–39. – Режим доступу: <http://sportscience.ldufk.edu.ua/index.php/snu/article/view/451>.

9. Дулібський А. Структурно-змістові компоненти змагальної діяльності центрального (опорного) півзахисника в сучасному європейському футболі [Електронний ресурс] / Андрій Дулібський, Тарас Завійський, Богдан Виноградський // Спортивна наука України. – 2017. – № 3 (79). – С. 10–19. – Режим доступу: <http://sportscience.ldufk.edu.ua/index.php/snu/article/view/606/586>.

10. Дулібський А. Тактико-стратегічні аспекти змагальної діяльності центрального захисника у сучасних оборонних стратегіях гри команд з футболу [Електронний ресурс] / Андрій Дулібський, Андрій Маркович, Богдан Виноградський, Богдан Хоркавий, Олег Колобич, Олександр Огерчук, Ярослав Грисьо // Спортивна наука України. – 2017. – № 5 (81). – С. 22 –33. – Режим доступу: <http://sportscience.ldufk.edu.ua/index.php/snu/article/view/645/623>.

11. Дулібський А. Тактико-стратегічні закономірності гри флангового і напівфлангового півзахисника-вінгера у футболі [Електронний ресурс] / Андрій Дулібський, Богдан Виноградський, Олексій Гуцуляк, Віталій Заторський, Роман Павелчак, Андрій Шандор // Спортивна наука України. – 2018. – № 5(87). – С. 10–19. – Режим доступу: <http://sportscience.ldufk.edu.ua/index.php/snu/article/view/783/757>.

12. Мультикультуралізм футболу та сучасна генетика спорту [Електронний ресурс] / Дулібський А. В., Борецький Ю. Р., Трач В. М., Приступа Є. Н. // Спортивна наука України. – 2018. – № 4(86). – С. 25–36. Режим доступу: <http://sportscience.ldufk.edu.ua/snu/article/view/777/751>.

13. Сергієнко Л. П. Спортивний відбір: теорія та практика : у 2 кн. / Л. П. Сергієнко. – Тернопіль : Навчальна книга-Богдан, 2009. – Кн. 1. – 672 с.

14. Сергієнко Л. П. Спортивний відбір: теорія та практика : у 2 кн. / Л. П. Сергієнко. – Тернопіль : Навчальна книга-Богдан, 2010. – Кн. 2. – 784 с.

Допоміжна:

15. Келлер В. С. Соревновательная деятельность в системе спортивной подготовки / В. С. Келлер // Современная система спортивной подготовки : сб. науч. тр. – Москва : СААМ, 1995. – С. 41–50.

16. 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.

17. Карпа І. Я. Структура фізической подготовленности квалифицированных футболистов на этапе подготовки к высшим достижениям / Карпа І. Я. // Pedagogy of Physical Culture and Sports. – 2011. – № 9. – С. 53–56

18. Карпа І. Я. Удосконалення техніко-тактичних дій кваліфікованих футболістів різного ігрового амплуа в окремих зонах ігрового поля : автореф. дис. ... канд. наук з фіз. виховання та спорту : [спец.] 24.00.01 "Олімпійський і професійний спорт" / Карпа Ігор Ярославович ; Львів. держ. ун-т фіз. культури. - Львів, 2013. - 20 с.

19. Карпа І. Я. Характерні особливості процесу підготовки юних футболістів різних вікових груп : лекція / Карпа І. Я., Хоркавий Б. В. – Львів : ЛДУФК імені Івана Боберського, 2020. – 41 с.

20. Коритко З. Медико-біологічні основи рухової активності : навч. посіб. / Зоряна Коритко. – Львів : ЛДУФК ім. Івана Боберського, 2020. – 223 с.

21. Куцериб Т. Адаптаційні зміни в будові нервової системи та внутрішніх органів під впливом фізичних навантажень / Куцериб Т.,

Гриньків М., Музика Ф. // Анатомія людини з основами морфології : навч. посіб. – Львів : ЛДУФК, 2019. – С. 72–75.

22. Куцериб Т. М. Морфологічні прояви адаптації організму до фізичних навантажень : лекція / Куцериб Т. М. – Львів, 2020. – 14 с.

23. Куцериб Т. Адаптційні зміни в будові нервової системи та внутрішніх органів під впливом фізичних навантажень / Куцериб Т., Гриньків М., Музика Ф. // Анатомія людини з основами морфології : навч. посіб. – Львів : ЛДУФК, 2019. – С. 72–75.

24. Куцериб Т. М. Основи вікової морфології : лекція / уклад. Куцериб Т. М. – Львів, 2019. – 18 с.

25. Особливості соматотипу представників ігрових видів спорту / Тетяна Куцериб, Мирослава Гриньків, Любомир Вовканич, Федір Музика // Фізична активність, здоров'я і спорт. – 2014. – № 4(18). – С. 37–44.

26. Частота травми голови та обличчя залежно від виду спорту, механізм та профілактика / Є. Н. Приступа [та ін.] // Клінічна хірургія. – 2017. – № 10(906). – С. 70–73.

© ЛДУФК імені І. Боберського, 2020 рік

© Кафедра футболу, 2020 рік

© Дулібський А.В., 2020 рік