DOI: https://doi.org/10.31392/UDU-nc.series15.2026.10(210).06
УДК 796.332.6:796.015.6:612.118

Дичко Д. В.,
кандидат біологічних наук, доцент,
кафедра теорії і методики фізичної культури та здоров'язбереження,
факультет природничо-математичної освіти та фізичної культури,
ДВНЗ «Донбаський державний педагогічний університет»,
м. Дніпро, Україна
http://orcid.org/0000-0003-0905-8228

ОСОБЛИВОСТІ ЗАГАЛЬНОЇ ТА СПЕЦІАЛЬНОЇ ФІЗИЧНОЇ ПІДГОТОВЛЕНОСТІ ХЛОПЦІВ-ФУТЗАЛІСТІВ І НЕФУТЗАЛІСТІВ 15-16 РОКІВ РІЗНИХ ГРУП КРОВІ ЗА СИСТЕМОЮ АВ0

Анотація. *У статті розглянуто особливості загальної та спеціальної фізичної підготовленості хлопців 15-16 років залежно від групи крові за системою АВ0 та занять футзалом. Мета дослідження – встановити особливості фізичної підготовленості хлопців-футзалістів і нефутзалістів різних груп крові за системою АВ0. Обстежено 183 хлопців, із яких 91 займався футзалом, а 92 не займалися цим видом спорту. Фізичну підготовленість оцінювали за показниками швидкісних, швидкісно-силових, силових і спеціальних рухових тестів. Для статистичного аналізу використовували критерії Манна–Уїтні та Краскела–Уолліса.*

Встановлено, що футзалісти мали кращі результати більшості фізичних і технічних тестів порівняно з нефутзалістами. Серед футзалістів представники А(II) вирізнялися сприятливішими показниками швидкості та виконання окремих рухових дій із м'ячем, О(I) – результатами бігу на 104 і 300 м, В(III) – швидкісно-силовими, силовими та окремими технічними показниками. Статистично значущі відмінності між групами крові наведено за 55,6 % показників загальної та 75,0 % спеціальної фізичної й технічної підготовленості футзалістів, серед нефутзалістів – відповідно за 44,4 і 25,0 %. Результати дослідження вказують на необхідність подальшого вивчення системи АВ0 як типологічного критерію комплексного оцінювання спортивної перспективності юних футзалістів з урахуванням їхньої фізичної та функціональної підготовленості.

***Ключові слова**: футзал, хлопці 15-16 років, система АВ0, групи крові, загальна фізична підготовленість, функціональна підготовленість, спортивна перспективність.*

Features of general and special physical fitness in 15-16-year-old futsal and non-futsal boys with different abo blood groups. *The article examines the characteristics of general and special physical fitness in boys aged 15-16 years according to ABO blood group and participation in futsal. The aim of the study was to identify differences in physical fitness between futsal and non-futsal boys with different ABO blood groups. A total of 183 boys participated in the study, including 91 futsal players and 92 boys who did not practice futsal. Physical fitness was assessed using speed, speed-strength, strength, and sport-specific motor tests. The Mann-Whitney U test and Kruskal-Wallis H test were used for statistical analysis.*

Futsal players demonstrated better results in most physical and technical tests compared with non-futsal boys. Among futsal players, boys with blood group A(II) generally showed more favorable results in speed tests and selected ball-handling tasks, while those with O(I) performed better in the 104 m and 300 m running tests. Boys with B(III) demonstrated more favorable results in speed-strength, strength, and selected technical tests. Statistically significant differences among ABO blood groups were reported for 55.6% of general physical fitness indicators and 75.0% of special physical and technical fitness indicators in futsal players, compared with 44.4% and 25.0%, respectively, in non-futsal boys.

The findings indicate differences in physical fitness profiles according to ABO blood group and sports participation. Further research is needed to assess the role of ABO blood group as a typological criterion within a comprehensive approach to evaluating the sporting potential of young futsal players, alongside their physical, technical, and functional characteristics.

Keywords: futsal, boys aged 15-16 years, ABO blood group system, blood groups, general physical fitness, special physical fitness, sporting potential.

Постановка проблеми. Фізична підготовленість юних футзалістів формується під впливом вікового морфофункціонального дозрівання, індивідуальних особливостей організму та систематичних тренувальних навантажень. У хлопців 15-16 років особливого значення набувають швидкісні, швидкісно-силові, координаційні здібності та силова витривалість, рівень розвитку яких визначає ефективність виконання специфічних рухових дій у футзалі.

Одним із недостатньо вивчених чинників індивідуальних відмінностей фізичної підготовленості залишається належність до групи крові за системою АВ0. Її генетична детермінованість зумовлює наукову доцільність дослідження можливих зв'язків із проявом рухових здібностей, однак сама група крові не визначає рівня спортивної підготовленості. Особливого значення набуває зіставлення футзалістів і нефутзалістів відповідних груп крові, що сприяє розмежуванню відмінностей, пов'язаних зі спортивною спеціалізацією, та індивідуальних типологічних особливостей.

Недостатня вивченість цих співвідношень обґрунтовує необхідність дослідження загальної фізичної, спеціальної та технічної підготовленості хлопців 15-16 років різних груп крові за системою АВ0 з метою уточнення критеріїв комплексного оцінювання їхньої спортивної перспективності.

Аналіз останніх досліджень і публікацій. Фізична підготовленість юних спортсменів формується під впливом вікового морфофункціонального дозрівання, індивідуальних особливостей організму та систематичних тренувальних навантажень. У наших попередніх дослідженнях розглянуто фізичну й функціональну готовність юних

футзалістів та особливості розвитку їхніх рухових можливостей [1]. За даними M. Albaladejo-Saura та співавторів [4], показники фізичної підготовленості підлітків пов'язані з темпами біологічного дозрівання. J. Sullivan та співавтори [5] наголошують на необхідності врахування індивідуальних відмінностей соматичного розвитку під час оцінювання фізичних можливостей юних футболістів. Важливе значення для розвитку швидкісних і силових здібностей мають особливості нервово-м'язової регуляції та спрямованість тренувальних навантажень [9, 10].

Специфіка футзалу визначається високою інтенсивністю рухової діяльності, багаторазовими прискореннями, змінами напрямку руху та виконанням технічних дій в умовах обмеженого простору. K. Spyrou та співавтори [6], N. Naser та співавтори [7] підкреслюють значення швидкісних, швидкісно-силових і координаційних здібностей, а також витривалості для забезпечення ігрової діяльності футзалістів. Рівень розвитку цих якостей залежить від функціонального стану організму, спортивної спеціалізації та характеру фізичних навантажень.

Окремим напрямом досліджень є вивчення індивідуальних особливостей організму залежно від групи крові за системою АВ0. G. Lippi та співавтори [8] розглядали можливий зв'язок групової належності крові зі спортивною результативністю. У наших попередніх працях досліджено особливості клітинної, неспецифічної та імунологічної резистентності юних футзалістів різних груп крові [2], а також адаптаційні зміни спеціальної, технічної та комплексної фізичної підготовленості після застосування 30-денної програми [3]. Проте недостатньо з'ясованими залишаються відмінності фізичної підготовленості хлопців-футзалістів і нефутзалістів 15-16 років залежно від групи крові за системою АВ0. Їх дослідження має значення для уточнення індивідуальних особливостей рухових можливостей та обґрунтування комплексного оцінювання спортивної перспективності.

Мета дослідження. Встановити особливості загальної фізичної, спеціальної та технічної підготовленості хлопців-футзалістів і нефутзалістів 15-16 років залежно від групи крові за системою АВ0 та оцінити її значення як головного критерію комплексного визначення спортивної перспективності.

Матеріали та методи дослідження. У дослідженні взяли участь 183 хлопці віком 15-16 років, із яких 91 систематично займався футзалом, а 92 не займалися цим видом спорту. Залежно від групи крові за системою АВ0 серед футзалістів сформовано чотири групи: О(I) – 24 особи, А(II) – 26, В(III) – 23, АВ(IV) – 18; серед нефутзалістів – відповідно 25, 28, 20 і 19 осіб.

Загальну фізичну підготовленість оцінювали за результатами бігу на 15, 30, 104 і 300 м, човникового бігу 3×10 м, стрибків у довжину та вгору з місця, згинання й розгинання рук в упорі лежачи та піднімання тулуба за 30 с. Спеціальну фізичну й технічну підготовленість визначали за швидкістю бігу на 30 м із веденням м'яча, виконанням ведення м'яча «вісімкою», кількістю жонглювань і точністю ударів у ціль.

Тестування проводили в першій половині дня (9:00-12:00) за температури повітря 20-22 °С і відносної вологості 40-60 %. Для рухових тестів передбачали три спроби відповідно до прийнятої методики їх виконання.

Статистичне опрацювання проводили непараметричними методами з поданням результатів як Me [Q1; Q3]. Для порівняння футзалістів і нефутзалістів відповідних груп крові застосовували критерій Манна-Уїтні (U), для встановлення відмінностей між групами крові в межах кожного контингенту – критерій Краскела-Уолліса (H). Статистично значущими вважали відмінності за $p<0,05$.

Дослідження проводили за згодою підлітків та їхніх батьків. Перед початком обстеження було отримано письмову інформовану згоду.

Результати дослідження та їх обговорення. У хлопців-футзалістів 15-16 років порівняно з нефутзалістами встановлено кращі швидкісні, швидкісно-силові та силові показники з неоднаковою вираженістю залежно від групи крові за системою АВ0. За критерієм Краскела-Уолліса статистично значущі відмінності між групами крові наведено за п'ятьма з дев'яти показників загальної фізичної підготовленості футзалістів (55,6 %) і чотирма – нефутзалістів (44,4 %), переважно у швидкісних, швидкісно-силових і силових тестах (табл. 1).

Таблиця 1

Показники загальної фізичної підготовленості хлопців-футзалістів і нефутзалістів 15-16 років різних груп крові за системою АВ0

Показники	Контингент	О(I) n=24/25 Me [Q1; Q3]	U	p	A(II) n=26/28 Me [Q1; Q3]	U	p	B(III) n=23/20 Me [Q1; Q3]	U	p	AB(IV) n=18/19 Me [Q1; Q3]	U	p	H	p
Біг 15 м, с	Футзалісти	2,48 [2,43; 2,53]	92	<0,001	2,39 [2,34; 2,44]	101	<0,001	2,46 [2,41; 2,51]	71	<0,001	2,53 [2,47; 2,59]	51	<0,001	8,74	<0,05
	Нефутзалісти	2,88 [2,76; 3,00]	92	<0,001	2,79 [2,67; 2,91]	101	<0,001	2,94 [2,82; 3,06]	71	<0,001	2,95 [2,83; 3,07]	51	<0,001	8,19	<0,05
Біг 30 м, с	Футзалісти	4,96 [4,86; 5,06]	126	<0,001	4,82 [4,72; 4,92]	143	<0,001	4,93 [4,83; 5,03]	88	<0,001	5,02 [4,91; 5,13]	72	<0,01	8,46	<0,05
	Нефутзалісти	5,23 [5,02; 5,44]	126	<0,001	5,18 [4,97; 5,39]	143	<0,001	5,29 [5,08; 5,50]	88	<0,001	5,31 [5,10; 5,52]	72	<0,01	1,48	>0,05
Човниковий біг 10×3 м, с	Футзалісти	8,80 [8,64; 8,96]	74	<0,001	8,78 [8,62; 8,94]	96	<0,001	8,82 [8,66; 8,98]	61	<0,001	8,86 [8,70; 9,02]	48	<0,001	2,18	>0,05
	Нефутзалісти	9,90 [9,62; 10,18]	74	<0,001	9,86 [9,58; 10,14]	96	<0,001	9,94 [9,66; 10,22]	61	<0,001	9,96 [9,68; 10,24]	48	<0,001	0,64	>0,05
Біг 104 м, с	Футзалісти	25,62 [25,24; 26,00]	74	<0,001	25,79 [25,40; 26,18]	96	<0,001	25,68 [25,30; 26,08]	61	<0,001	26,04 [25,63; 26,45]	48	<0,001	5,82	>0,05
	Нефутзалісти	28,15 [27,31; 28,99]	74	<0,001	28,42 [27,58; 29,26]	96	<0,001	28,35 [27,51; 29,19]	61	<0,001	28,58 [27,74; 29,42]	48	<0,001	2,31	>0,05

Біг 300 м, с	Футзалісти	47,31 [46,36; 48,26]	41	<0,001	47,90 [46,94; 48,86]	55	<0,001	47,96 [46,99; 48,93]	34	<0,001	48,24 [47,26; 49,22]	27	<0,001	8,18	<0,05
	Нефутзалісти	55,82 [53,54; 58,10]	41	<0,001	56,70 [54,42; 58,98]	55	<0,001	56,82 [54,51; 59,13]	34	<0,001	57,15 [54,83; 59,47]	27	<0,001	8,08	<0,05
Стрибок у довжину з місця, см	Футзалісти	218,7 [213,6; 223,8]	118	<0,001	219,3 [214,3; 224,4]	151	<0,001	224,2 [219,0; 229,4]	86	<0,001	214,8 [209,5; 220,1]	69	<0,01	8,63	<0,05
	Нефутзалісти	200,3 [189,6; 211,0]	118	<0,001	200,8 [190,2; 211,4]	151	<0,001	207,2 [196,4; 218,0]	86	<0,001	194,8 [184,0; 205,6]	69	<0,01	8,15	<0,05
Стрибок угору з місця, см	Футзалісти	31,2 [28,8; 33,6]	214	<0,05	31,4 [29,0; 33,8]	268	>0,05	33,1 [30,7; 35,5]	168	<0,05	29,8 [27,4; 32,2]	137	>0,05	6,74	>0,05
	Нефутзалісти	29,3 [25,8; 32,8]	214	<0,05	29,5 [26,0; 33,0]	268	>0,05	29,1 [25,6; 32,6]	168	<0,05	28,8 [25,3; 32,3]	137	>0,05	0,86	>0,05
Згинання та розгинання рук в упорі лежачи, разів	Футзалісти	29 [26; 31]	157,5	<0,01	28 [25; 31]	196,5	<0,01	33 [30; 35]	104,5	<0,01	28 [25; 31]	91,5	<0,05	8,91	<0,05
	Нефутзалісти	24 [20; 28]	157,5	<0,01	27 [23; 30]	196,5	<0,01	22 [19; 26]	104,5	<0,01	23 [19; 26]	91,5	<0,05	8,26	<0,05
Піднімання тулуба з положення лежачи за 30 с, разів	Футзалісти	24 [22; 26]	164	<0,01	24 [22; 26]	205	<0,01	25 [23; 27]	132	<0,05	23 [21; 25]	102	<0,05	4,72	>0,05
	Нефутзалісти	21 [18; 24]	164	<0,01	21 [18; 24]	205	<0,01	22 [19; 25]	132	<0,05	20 [17; 23]	102	<0,05	1,66	>0,05

Примітка. Дані наведено як Me [Q1; Q3]. U – критерій Манна-Уїтні для порівняння двох контингентів відповідної групи крові; H – критерій Краскела-Уолліса для порівняння груп крові в межах контингенту. Статистично значущими вважали відмінності при p<0,05

Найбільш виразні переваги футзалістів над нефутзалістами встановлено у швидкісних, швидкісно-силових і силових тестах. У бігу на 15 і 30 м час виконання був меншим відповідно на 13,9-16,3 % та 5,2–6,9 % (p<0,01-0,001). Серед футзалістів кращими абсолютними результатами вирізнялися представники A(II), причому відмінності між групами крові були статистично значущими на обох дистанціях (p<0,05), серед нефутзалістів – лише на 15 м (p<0,05). У бігу на 104 і 300 м сприятливіші результати в обох контингентах мали представники O(I). На дистанції 300 м футзалісти випереджали нефутзалістів за часом виконання на 15,2-15,6 % (p<0,001), а відмінності між групами AB0 були значущими в обох контингентах (p<0,05).

У швидкісно-силових і силових вправах серед футзалістів вирізнялися представники B(III). У стрибку в довжину з місця їхні результати перевищували показники нефутзалістів відповідної групи на 8,2 %, у згинанні та розгинанні рук в упорі лежачи – на 50,0 % (p<0,01-0,001). За обома тестами встановлено статистично значущі відмінності між групами крові в кожному контингенті (p<0,05). Серед нефутзалістів кращі абсолютні силові показники мали представники A(II). За човниковим бігом, стрибком угору та підніманням тулуба за 30 с відмінності між групами AB0 були статистично незначущими (p>0,05).

Подібна спрямованість простежувалася у спеціальній фізичній та технічній підготовленості. У бігу на 30 м із веденням м'яча футзалісти виконували тест на 19,6-20,1 % швидше, а у веденні м'яча «вісімкою» – на 25,3-25,4 % швидше за нефутзалістів (p<0,01-0,001). Кращі абсолютні результати цих тестів спостерігалися у представників A(II), жонглювання та точності ударів – B(III). Статистично значущі відмінності між групами крові серед футзалістів охоплювали три з чотирьох показників спеціальної фізичної та технічної підготовленості (75,0 %), серед нефутзалістів – один (25,0 %).

Загалом серед футзалістів A(II) вирізнялася швидкісними та швидкісно-координаційними показниками, O(I) – результатами бігу на 104 і 300 м, B(III) – швидкісно-силовими, силовими й окремими технічними характеристиками. Ці особливості необхідно розглядати з урахуванням біологічного дозрівання, нервово-м'язової регуляції та тренувальних навантажень. У запропонованому підході система AB0 є головним типологічним критерієм комплексного оцінювання спортивної перспективності, який застосовується разом із показниками фізичної, технічної та функціональної підготовленості.

Висновки. У хлопців-футзалістів 15-16 років порівняно з нефутзалістами встановлено кращі показники загальної та спеціальної фізичної підготовленості, особливо у швидкісних, швидкісно-силових, силових і технічних вправах. При цьому результати мали певні особливості залежно від групи крові за системою AB0. Серед футзалістів представники A(II) вирізнялися кращими швидкісними показниками, O(I) – результатами бігу на 104 і 300 м, B(III) – швидкісно-силовими, силовими та окремими технічними показниками. Виявлені відмінності обґрунтовують подальше вивчення системи AB0 як головного критерію комплексного оцінювання спортивної перспективності юних футзалістів у поєднанні з показниками їхньої фізичної та функціональної підготовленості.

Перспективи подальших досліджень. Подальші дослідження будуть спрямовані на вивчення психофізіологічних особливостей юних футзалістів різних груп крові за системою AB0 та їхнього зв'язку з рівнем фізичної підготовленості й спортивною перспективністю.

Література

1. Дичко Д. В. Фізична та функціональна готовність як основа підготовки молодих футзалістів (огляд літератури). Науковий часопис Українського державного університету імені Михайла Драгоманова. Серія 15. 2025. № 11(198). С. 37-45. DOI: https://doi.org/10.31392/UDU-nc.series15.2025.11(198).08.

2. Дичко Д. В., Дичко О. А., Клименко Ю., Чорнозуб А., Дичко В. В. Клітинна, неспецифічна та імунологічна резистентність організму юних спортсменів-футзалістів віком 13-16 років залежно від групи крові за системою АВ0. Фізичне виховання, спорт і культура здоров'я у сучасному суспільстві. 2025. № 3(71). С. 63-67. DOI: https://doi.org/10.29038/2220-7481-2025-03-63-67.

3. Дичко Д. В. Адаптаційні зміни спеціальної, технічної та комплексної фізичної підготовленості юних футзалістів 13-16 років різних груп крові за системою АВ0. Науковий часопис Українського державного університету імені Михайла Драгоманова. Серія 15. 2026. № 9(209). С. 60-67. DOI: https://doi.org/10.31392/UDU-nc.series15.2026.09(209).09.

4. Albaladejo-Saura M., Vaquero-Cristóbal R., González-Gálvez N., Esparza-Ros F. Relationship between Biological Maturation, Physical Fitness, and Kinanthropometric Variables of Young Athletes: A Systematic Review and Meta-Analysis. International Journal of Environmental Research and Public Health. 2021. Vol. 18, № 1. Article 328. DOI: https://doi.org/10.3390/ijerph18010328.

5. Sullivan J., Roberts S. J., McKeown J. et al. Methods to predict the timing and status of biological maturation in male adolescent soccer players: A narrative systematic review. PLOS ONE. 2023. Vol. 18, № 9. e0286768. DOI: https://doi.org/10.1371/journal.pone.0286768.

6. Spyrou K., Freitas T. T., Marín-Cascales E., Alcaraz P. E. Physical and Physiological Match-Play Demands and Player Characteristics in Futsal: A Systematic Review. Frontiers in Psychology. 2020. Vol. 11. Article 569897. DOI: https://doi.org/10.3389/fpsyg.2020.569897.

7. Naser N., Ali A., Macadam P. Physical and physiological demands of futsal. Journal of Exercise Science & Fitness. 2017. Vol. 15, № 2. P. 76-80. DOI: https://doi.org/10.1016/j.jesf.2017.09.001.

8. Lippi G., Gandini G., Salvagno G. L. et al. Influence of ABO blood group on sports performance. Annals of Translational Medicine. 2017. Vol. 5, № 12. Article 255. DOI: https://doi.org/10.21037/atm.2017.04.33.

9. Lloyd R. S., Faigenbaum A. D., Stone M. H. et al. Position statement on youth resistance training: the 2014 International Consensus. British Journal of Sports Medicine. 2014. Vol. 48, № 7. P. 498-505. DOI: https://doi.org/10.1136/bjsports-2013-092952.

10. Oliver J. L., Ramachandran A. K., Singh U., Ramirez-Campillo R., Lloyd R. S. The Effects of Strength, Plyometric and Combined Training on Strength, Power and Speed Characteristics in High-Level, Highly Trained Male Youth Soccer Players: A Systematic Review and Meta-Analysis. Sports Medicine. 2024. Vol. 54, № 3. P. 623-643. DOI: https://doi.org/10.1007/s40279-023-01944-8.

References

1. Dychko, D. V. (2025). Fizychna ta funktsionalna hotovnist yak osnova pidhotovky molodykh futzalistiv (ohliad literatury) [Physical and functional readiness as the basis for training young futsal players: A literature review]. Naukovyi chasopys Ukrainskoho derzhavnoho universytetu imeni Mykhaila Drahomanova. Seriia 15, 11(198), 37-45. https://doi.org/10.31392/UDU-nc.series15.2025.11(198).08 [in Ukrainian].

2. Dychko, D. V., Dychko, O. A., Klymenko, Yu., Chornozub, A., & Dychko, V. V. (2025). Klitynna, nespetsyfichna ta imunolohichna rezystentnist orhanizmu yunykh sportsmeniv-futzalistiv vikom 13–16 rokiv zalezhno vid hrupy krovi za systemoiu ABO [Cellular, nonspecific and immunological resistance of young futsal players aged 13–16 years depending on ABO blood group]. Fizychne vykhovannia, sport i kultura zdorovia u suchasnomu suspilstvi, 3(71), 63-67. https://doi.org/10.29038/2220-7481-2025-03-63-67 [in Ukrainian].

3. Dychko, D. V. (2026). Adaptatsiini zminy spetsialnoi, tekhnichnoi ta kompleksnoi fizychnoi pidhotovlenosti yunykh futzalistiv 13–16 rokiv riznykh hrup krovi za systemoiu ABO [Adaptive changes in special, technical and complex physical fitness of young futsal players aged 13-16 years with different ABO blood groups]. Naukovyi chasopys Ukrainskoho derzhavnoho universytetu imeni Mykhaila Drahomanova. Seriia 15, 9(209), 60-67. https://doi.org/10.31392/UDU-nc.series15.2026.09(209).09 [in Ukrainian].

4. Albaladejo-Saura, M., Vaquero-Cristóbal, R., González-Gálvez, N., & Esparza-Ros, F. (2021). Relationship between biological maturation, physical fitness, and kinanthropometric variables of young athletes: A systematic review and meta-analysis. International Journal of Environmental Research and Public Health, 18(1), 328. https://doi.org/10.3390/ijerph18010328

5. Sullivan, J., Roberts, S. J., McKeown, J., et al. (2023). Methods to predict the timing and status of biological maturation in male adolescent soccer players: A narrative systematic review. PLOS ONE, 18(9), e0286768. https://doi.org/10.1371/journal.pone.0286768

6. Spyrou, K., Freitas, T. T., Marín-Cascales, E., & Alcaraz, P. E. (2020). Physical and physiological match-play demands and player characteristics in futsal: A systematic review. Frontiers in Psychology, 11, 569897. https://doi.org/10.3389/fpsyg.2020.569897

7. Naser, N., Ali, A., & Macadam, P. (2017). Physical and physiological demands of futsal. Journal of Exercise Science & Fitness, 15(2), 76-80. https://doi.org/10.1016/j.jesf.2017.09.001

8. Lippi, G., Gandini, G., Salvagno, G. L., et al. (2017). Influence of ABO blood group on sports performance. Annals of Translational Medicine, 5(12), 255. https://doi.org/10.21037/atm.2017.04.33

9. Lloyd, R. S., Faigenbaum, A. D., Stone, M. H., et al. (2014). Position statement on youth resistance training: The 2014 International Consensus. British Journal of Sports Medicine, 48(7), 498-505. https://doi.org/10.1136/bjsports-2013-092952

10. Oliver, J. L., Ramachandran, A. K., Singh, U., Ramirez-Campillo, R., & Lloyd, R. S. (2024). The effects of strength, plyometric and combined training on strength, power and speed characteristics in high-level, highly trained male

youth soccer players: A systematic review and meta-analysis. Sports Medicine, 54(3), 623-643. https://doi.org/10.1007/s40279-023-01944-8

Стаття надійшла до редакції / Received 06.07.2026
Прийнята до друку / Accepted 22.08.2026
Опубліковано / Published 28.09.2026

DOI: https://doi.org/10.31392/UDU-nc.series15.2026.10(210).07
УДК: 796.01/.09 : 796.33

Дулібський А. В.,
кандидат наук з фізичного виховання та спорту,
доцент кафедри футболу
Львівський державний університет фізичної культури
імені Івана Боберського, м. Львів
https://orcid.org/0000-0001-6652-8391
Хоркавий Б. В.,
викладач кафедри футболу,
Львівський державний університет фізичної культури
імені І. Боберського, м. Львів
https://orcid.org/0000-0003-4679-0047
Савків Я. В.,
магістрант кафедри футболу,
Львівський державний університет фізичної культури
імені І. Боберського, м. Львів
https://orcid.org/0009-0004-3399-6120
Бойко Г.Л.
кандидат педагогічних наук, доцент,
доцент кафедри технологій оздоровлення і спорту КПІ ім. Ігоря Сікорського
https://orcid.org/0000-0002-4751-6923

СПЕЦІАЛІЗОВАНЕ НАВЧАННЯ ТА СПОРТИВНА ПІДГОТОВКА ГРАВЦІВ ЦЕНТРАЛЬНОЇ (ОПОРНОЇ) ЛАНКИ У ПРОЦЕСІ СПОРТИВНОГО ВІДБОРУ ТА СЕЛЕКЦІЇ ФУТБОЛІСТІВ

У статті розглянуто тактико-стратегічні особливості змагальної діяльності сучасного центрального опорного півзахисника у футболі. На основі аналізу ключових структурних елементів (організація і ведення гри в обороні та атаці), а також сучасних наукових досліджень визначено критерії спортивного відбору висококваліфікованих гравців цього амплуа. Показано, що ефективність опорного півзахисника залежить від балансу між оборонними та організаційними функціями, а також від здатності гравця інтегруватися у різні тактико-стратегічні моделі гри.

У сучасному футболі роль гравців, які виступають на позиції центрального опорного півзахисника у різних варіантах ведення ефективної гри, є ключовою для забезпечення балансу між обороною та атакою, організації ігрового простору та реалізації тактико-стратегічних задумів команди. Центральний опорний півзахисник виступає у процесі гри своєрідними "мізками" команди, що координує дії між лініями, здійснює відбір м'яча, виконує передачі м'яча в необхідному напрямку та ігровому ритмі, контролює темп гри та забезпечує тактико-стратегічну гнучкість. Від якості навченості та спортивної підготовленості гравців цієї ланки залежить ефективність командних дій як у фазі оборони, так і в атаці.

Ключові слова: *спортивний відбір, селекція, ігрова орієнтація, опорний півзахисник, талант, амплуа.*

Dulibskyy A.V., Khorkavyy B.V., Savkiv Ya.V., Boyko H.M. Specialized training and preparation of midfielders in the process of sports selection and recruitment of soccer players. *This article examines the tactical and strategic characteristics of the modern central defensive midfielder in soccer. Based on an analysis of key structural elements (organizing and directing play in defence and attack), as well as current scientific research, criteria for the athletic selection of highly skilled players in this position have been identified. It is shown that the effectiveness of a defensive midfielder depends on the balance between defensive and organizational functions, as well as on the player's ability to integrate into various tactical and strategic models of play.*

In modern soccer, the role of players who play the position of central defensive midfielder in various approaches to effective play is key to ensuring a balance between defence and attack, organizing the playing field, and implementing the team's tactical and strategic plans. During the game, the central defensive midfielder acts as the team's "brain", coordinating actions between the lines, winning the ball, making passes in the necessary direction and at the appropriate pace, controlling the tempo of the game, and ensuring tactical and strategic flexibility. The effectiveness of the team's actions – both in defence and on offense – depends on the skill level and athletic conditioning of the players in this position.

The goal of this study is to theoretically justify, develop, and practically integrate a comprehensive multifactor system for sports selection and specialized training of central midfield football players.

Keywords*: selection, game orientation, defensive midfielder, talent, playing position.*