УДК 796.332:612.766.1-057.875:796.015.132

ДОСЛІДЖЕННЯ ПРОЯВУ МОТОРНОЇ АСИМЕТРІЇ У ЗМАГАЛЬНІЙ ДІЯЛЬНОСТІ ПРОФЕСІЙНИХ ФУТБОЛІСТІВ

Бугера Д., аспірант кафедри історії та теорії олімпійського спорту,
Улан А.М., к.фіз.вих., доцент,
Національний університет фізичного виховання і спорту України

Актуальність дослідження. Для фахівців у галузі спорту особливе значення має вивчення моторної асиметрії, яка істотно впливає на ефективність технічних дій у конкретному виді спорту [3]. Моторна асиметрія трактується як сукупність відмінностей у функціонуванні правої та лівої сторін тіла — рук, ніг, половин тулуба й обличчя — що проявляється у формуванні загальної рухової поведінки спортсмена та ступеня її вираженості [2]. Одним із практичних аспектів використання цього феномену в спорті є визначення домінуючої кінцівки (руки або ноги), яка відіграє ключову роль у реалізації технічних дій у змагальній діяльності [4]. Зокрема, у єдиноборствах і контактних видах спорту знання про функціональну асиметрію верхніх кінцівок може стати основою для вибору раціональної стійки, техніки удару чи захисних дій та формуванні стилю ведення поєдинків в цілому [3]. У спортивних іграх урахування домінуючої руки, ноги або сторони тіла може сприяти удосконаленню техніки виконання ударів, оптимізації та раціоналізації вибору ігрової позиції, побудові тактичних дій та, зрештою, підвищенню результативності змагальної діяльності спортсменів [1, 4].

Мета дослідження – дослідити моторну асиметрію нижніх кінцівок серед професійних футболістів високого класу в процесі їх змагальної діяльності.

Методи дослідження: аналіз та узагальнення науково-методичної

літератури та даних мережі Інтернет, відео-аналіз, методи математичної статистики. Було проаналізовано ігрову діяльність 16 професійних футболістів серед яких 8 гравців з ведучою лівою ногою та 8 – з ведучою правою, які за ігровими позиціями є фланговими гравцями оборонної (8) та атакуючої (8) лінії. Серед техніко-тактичних дій, які оцінювались: ведення м’яча, обманні рухи, удари, точні передачі, завершені в умовах достатнього часу

Дослідження виконано відповідно до Плану науково-дослідної роботи Національного університету фізичного виховання і спорту України на 2021 – 2025 рр. за темою «Структура і зміст багаторічної підготовки спортсменів у сучасних умовах розвитку спорту» (державний реєстраційний номер 0121U108197).

Результати дослідження. Серед проаналізованих гравців з лівою асиметрією ніг: Фоден, Салах, Ді Марія, Шакірі, Зінченко, Сака, Зієш та Доан; серед гравців з правою асиметрією: Пулішич, Феліш, Гріліш, Даніло Луїс да Сілва, Аканджі, Веа, Феліпе Андерсон та Ріс Джеймс. Переважну кількість проаналізовано на основі останніх матчів, проведених на футбольному полі гравцями (рис. 1, рис. 2).

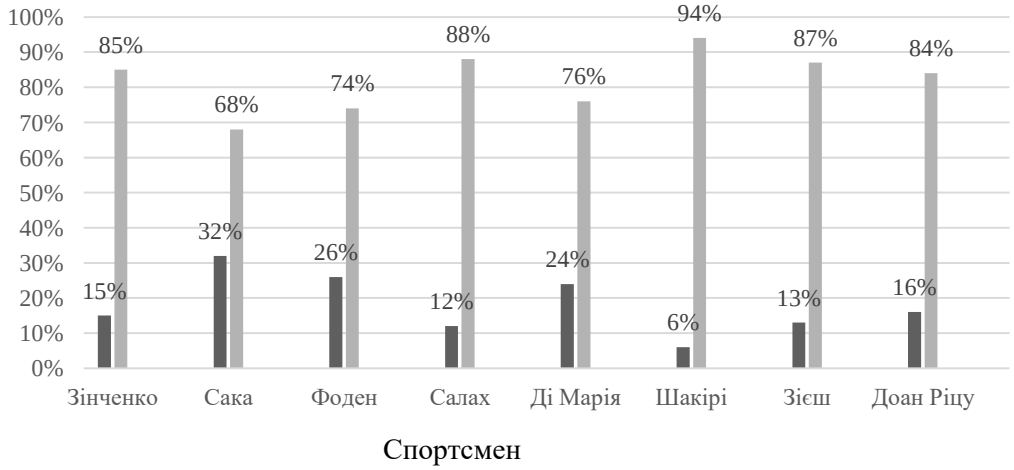


Рисунок 1 - Техніко-тактичні дії, виконані протягом матчу футболістами з лівою ведучою ногою (%) - правою ногою; - лівою ногою

Сумарно оцінювані ТТД дали змогу виявити якій нозі віддає перевагу гравець в ході ведення гри при певних її умовах та співставити отримані дані з інформацією про ведучу ногу футболіста

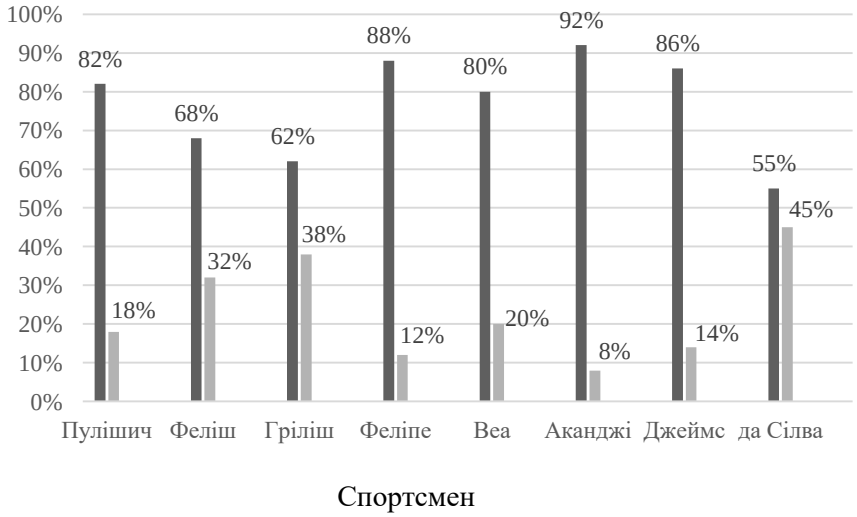


Рисунок 2 - Техніко-тактичні дії, виконані протягом матчу футболістами з правою ведучою ногою (%) - правою ногою; - лівою ногою

Наприклад, український футболіст Олександр Зінченко, який виступає за клуб «Ноттінгем Форест», демонструє яскраво виражену домінантність лівої ноги, що простежується у його технічних діях під час гри на позиції лівого захисника. Більшість контактів із м’ячем він виконує саме лівою ногою, тоді як короткі передачі правою в один дотик застосовує лише у випадках обмеженого часу. У матчі проти команди «Крістал Пелес», проведеному ним протягом 65 хвилин, Зінченко продемонстрував високий рівень ефективності: двічі успішно відібрав м’яч, здійснив одне перехоплення, заблокував небезпечний удар суперника, виграв чотири з п’яти єдиноборств та долучився до побудови третьої результативної атаки. Його точність передач склала 96% (47 точних пасів із 49), що свідчить про стабільність і контроль у грі. Під час

участі в гольовому епізоді всі техніко-тактичні дії він виконав лівою ногою, що відповідає його моторній асиметрії та генетичній схильності. Загалом, у структурі техніко-тактичних дій за матч 85% виконано лівою ногою та 15% — правою [2].

Висновки. Аналіз матчів провідних професійних футболістів світу дозволив встановити, що спортсмени віддають перевагу у виконання техніко-тактичних дій в ході гри ведучій кінцівці, що свідчить про актуальність визначення та урахування латеральних уподобань спортсмена в процесі побудови його підготовки.

Література :

1. Бугера Д. О., Корень І. С., Улан А. М. Прояв моторної асиметрії серед провідних футболістів (за матеріалами Чемпіонату світу з футболу 2022). *Proceedings of the XVI International Scientific and Practical Conference «Principles of science. Ideals, norms, values in science and style of scientific thinking*. 2023. С. 45-47.

2. Улан А. М., Кос Р. С., Бугера Д. О. Характерні особливості змагальної діяльності кваліфікованих футболістів з урахуванням їх генетичної схильності. *Науковий часопис Національного педагогічного університету імені М.П.Драгоманова. Серія 15. Науково-педагогічні проблеми фізичної культури (фізична культура і спорт*): зб. наук. пр. / за ред. О. В. Тимошенка. Київ : Вид-во УДУ імені Михайла Драгоманова, 2023. Вип. 8 (168) 23. С. 153-157.

3. Улан А. Фактори, що визначають стиль ведення поєдинків у фехтуванні. *Молода спортивна наука України : зб. наук. пр. з галузі фіз. виховання, спорту і здоров'я людини.* 2015. Вип. 19, т. 1. С. 252-255.

4. Шинкарук О. А., Улан А. М. Функціональна асиметрія і орієнтація підготовки фехтувальників : монографія. К.: Олімпійська літ., 2021. 148 с.