

ОЗДОРОВИТЕЛЬНАЯ И АДАПТИВНАЯ ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА

УДК 796.035

DOI 10.5930/1994-4683-2025-186-193

**Анализ содержания Федеральных стандартов спортивной подготовки
по видам спорта «футбол» и «футбол лиц с заболеванием ЦП»**

Быханова Светлана Сергеевна

*Национальный государственный Университет физической культуры, спорта и
здоровья имени П. Ф. Лесгафта, Санкт-Петербург*

Аннотация

Цель исследования – проанализировать и сравнить содержание действующих федеральных стандартов спортивной подготовки по видам спорта «футбол» и «футбол лиц с заболеванием ЦП».

Методы и организация исследования. С помощью методов анализа и обобщения данных научно-методической литературы и данных документальных источников произведено сравнение требований стандартов между собой для выявления различий в требованиях к спортивной подготовке футболистов и спортсменов с последствиями церебрального паралича.

Результаты исследования и выводы. Обоснована необходимость дополнения раздела нормативов физической подготовки и иных спортивных нормативов специализированной системой оценки физической и технической подготовленности, наиболее полно отражающей специфические особенности данной категории спортсменов.

Ключевые слова: футбол, футбол лиц с заболеванием церебральным параличом, спортивная подготовка, федеральный стандарт спортивной подготовки.

**Analysis of the content of Federal Standards for sports training in the disciplines
of "Football" and "Football for Individuals with Cerebral Palsy"**

Bykhanova Svetlana Sergeevna

Lesgaft National State University of Physical Education, Sport and Health, St. Petersburg

Abstract

The purpose of the study is to analyze and compare the content of the current federal standards for sports training in the disciplines of 'football' and 'football for individuals with cerebral palsy'.

Research methods and organization. Using methods of analysis and generalization of data from scientific and methodological literature as well as documentary sources, a comparison of the requirements of the standards was conducted to identify the differences in the requirements for the sports training of football players and athletes with the consequences of cerebral palsy.

Research results and conclusions. The necessity to supplement the section on standards for physical training and other sports standards with a specialized system for assessing physical and technical preparedness, which most comprehensively reflects the specific characteristics of this category of athletes, is justified.

Keywords: football, football for individuals with cerebral palsy, sports training, federal standard for sports training.

ВВЕДЕНИЕ. Разработка федеральных стандартов спортивной подготовки по видам спорта в России осуществляется в соответствии со статьей 33 Федерального закона Российской Федерации от 6 декабря 2011 г. № 412-ФЗ «О внесении изменений в Федеральный закон «О физической культуре и спорте в Российской Федерации» [1].

Федеральные стандарты спортивной подготовки представляют собой совокупность требований к спортивной подготовке по видам спорта (за исключением военно-прикладных, служебно-прикладных и национальных видов спорта), разработанных и утвержденных в соответствии с настоящим Федеральным законом и обязательных для организаций, осуществляющих спортивную подготовку [1]. Они устанавливают единые нормативные и методические требования к организации подго-

товки спортивного резерва и являются ориентирами для разработки программ многолетней подготовки по видам спорта. Поскольку на нормативном уровне спортивные дисциплины адаптивного спорта могут реализовываться по аналогии со спортом здоровых, был проведён анализ федеральных стандартов спортивной подготовки (далее – ФССП) по видам спорта «Футбол» и «Футбол для лиц с заболеванием ЦП» [2, 3, 4]. Учитывая потенциальную схожесть специфики данных видов спорта, следует отметить, что футбол лиц с заболеванием церебральным параличом (далее – футбол лиц с заболеванием ЦП) обладает особенностями ввиду наличия занимающихся с ограниченными возможностями здоровья (далее – ОВЗ), включая инвалидов, которые должны быть четко отражены в данном документе.

ЦЕЛЬ ИССЛЕДОВАНИЯ – проанализировать и сравнить содержание действующих федеральных стандартов спортивной подготовки по видам спорта «Футбол» и «Футбол лиц с заболеванием ЦП».

РЕЗУЛЬТАТЫ ИССЛЕДОВАНИЯ. Проведенный сравнительный анализ ключевых разделов, регламентированных требованиями ФССП по видам спорта, позволил выявить следующие сходства и различия. В таблице 1 представлен сравнительный анализ сроков реализации этапов спортивной подготовки и возрастные границы лиц, проходящих спортивную подготовку, а также количество лиц в группах на начальном и учебно-тренировочном этапах.

Таблица 1 – Сравнительный анализ содержания Приложения №1 к ФССП по видам спорта «Футбол» и «Футбол лиц с заболеванием ЦП»

	ФССП «Футбол»		ФССП «Футбол лиц с заболеванием ЦП»	
	Этап начальной подготовки	Учебно-тренировочный этап (этап спортивной специализации)	Этап начальной подготовки	Учебно-тренировочный этап (этап спортивной специализации)
Сроки реализации этапов спортивной подготовки (лет)	3	4-5	3	1-5
Возрастные границы лиц, проходящих спортивную подготовку (лет)	7	10	11	14
Наполняемость (человек)	14	12	FT-1- 12	FT-1- 8
			FT-2- 10	FT-2- 6
			FT-3- 8	FT-3- 4

Анализ представленной таблицы выявляет расхождения в возрастных критериях для зачисления и перевода спортсменов на начальный и учебно-тренировочный этапы спортивной подготовки в футболе и футболе лиц с заболеванием ЦП. Данное различие обусловлено состоянием здоровья занимающихся и специфическими функциональными особенностями детей с последствиями церебрального паралича. Однако следует отметить, что для лиц с ОВЗ раннее начало занятиями адаптивной физической культурой позволяет максимально возможно скомпенсировать основное нарушение и вторичные отклонения.

В таблице 2 представлен годовой учебно-тренировочный план с учетом соотношения видов спортивной подготовки и иных мероприятий в структуре учебно-тренировочного процесса на начальном и учебно-тренировочном этапах спортивной подготовки.

Таблица 2 – Сравнительный анализ содержания Приложения №5 к ФССП по видам спорта «Футбол» и «Футбол лиц с заболеванием ЦП»

№	Виды спортивной подготовки и иные мероприятия	Этапы и годы спортивной подготовки			
		Этап начальной под- готовки		Учебно-тренировоч- ный этап (этап спор- тивной специализа- ции)	
		До года	Свыше года	До трех лет	Свыше трех лет
ФССП «Футбол»					
1.	Общая физическая подготовка	13-17	13-17	13-17	13-17
2.	Специальная физическая под- готовка	-	-	7-9	9-11
3.	Участие в спортивных соревнова- ниях	-	1-4	7-8	7-8
4.	Техническая подготовка	45-52	43-49	35-39	18-20
5.	Тактическая, теоретическая, пси- хологическая подготовка	1-2	1-2	7-9	11-13
6.	Инструкторская и судейская практика	-	-	2-3	2-3
7.	Медицинские, медико-биологиче- ские, восстановительные меро- приятия, тестирование и контроль	3-5	3-5	2-4	8-11
8.	Интегральная подготовка	32-36	32-35	20-24	26-29
ФССП «Футбол лиц с заболеванием ЦП»					
1.	Общая физическая подготовка	32-43	30-39	23-30	20-25
2.	Специальная физическая под- готовка	28-39	23-32	25-32	25-32
3.	Участие в спортивных соревнова- ниях	-	1-2	5-10	7-12
4.	Техническая подготовка	6-15	14-19	19-24	20-25
5.	Тактическая, теоретическая, пси- хологическая подготовка	3-14	4-19	9-21	12-25
6.	Инструкторская и судейская практика	-	-	1-3	1-4
7.	Медицинские, медико-биологиче- ские, восстановительные меро- приятия, тестирование и контроль	1-3	1-3	2-4	2-4

На начальном и учебно-тренировочном этапах спортивной подготовки в футболе общая физическая подготовка занимает 13–17%, а специальная физическая подготовка вводится лишь на учебно-тренировочном этапе. В футболе для лиц с заболеванием ЦП наблюдается иная картина — на начальном этапе преобладает общая и специальная физическая подготовка, а в дальнейшем их соотношение постепенно уменьшается.

Анализ показателей технической подготовки демонстрирует существенные различия. В футболе акцент на техническую подготовку делается в большем объеме как на начальном, так и на учебно-тренировочном этапах, однако с переходом на следующие этапы спортивной подготовки этот показатель снижается. Таким

образом, чем выше этап подготовки, тем меньше времени уделяется технике. Возникает закономерный вопрос: насколько это оправдано? Предполагается, что акцент должен смещаться от этапа к этапу: на начальном этапе приоритет отдается физической подготовке для всестороннего и гармоничного развития, а техническая подготовка, напротив, должна возрастать, поскольку количество технических действий, которыми должен овладеть спортсмен, увеличивается с каждым годом. Подобное распределение наблюдается в футболе лиц с заболеванием ЦП, где акцент смещается от физической к технической подготовке.

Тактическая, теоретическая и психологическая подготовка в футболе и в футболе лиц с заболеванием ЦП объединены в один блок, что не позволяет определить процентное соотношение, выделяемое на каждый из этих видов подготовки в отдельности. Тем не менее, если рассматривать общие показатели, представленные в данных документах, то на начальном и учебно-тренировочном этапах в футболе лиц с заболеванием ЦП уделяется больше внимания этим аспектам, чем в обычном футболе.

Показатели интегральной подготовки представлены только в ФССП по виду спорта «Футбол» и занимают значительный процент от общего объема. Однако возникает вопрос о целесообразности реализации интегральной подготовки на начальном этапе, при условии, что не на все виды подготовки выделяется время.

Что касается иных мероприятий, таких как участие в спортивных соревнованиях, инструкторская и судейская практика, то процентное соотношение в футболе и в футболе лиц с заболеванием ЦП незначительное, а инструкторская и судейская практика на начальном этапе спортивной подготовки не предусмотрена.

Анализ соотношения медицинских, медико-биологических, восстановительных мероприятий, тестирования и контроля показывает, что, вопреки ожиданиям, этим аспектам уделяется меньше внимания в футболе лиц с заболеванием ЦП, чем в обычном футболе. В футболе на начальном этапе спортивной подготовки до года и свыше года предусмотрено 3–5% времени на данные мероприятия, а в футболе лиц с заболеванием ЦП – 1–3%.

Несмотря на то, что соотношение видов спортивной подготовки меняется при переходе от этапа к этапу, особый интерес вызывает изменение в процентном соотношении физической и технической подготовок как в футболе, так и в футболе лиц с заболеванием ЦП. Динамика изменения этих показателей на протяжении всех этапов спортивной подготовки представлена на рисунке 1.

Стоит отметить, что акценты в подготовке здоровых футболистов и футболистов с церебральным параличом существенно различаются. На начальном и учебно-тренировочном этапах у здоровых спортсменов приоритетное внимание уделяется технической и интегральной подготовке, тогда как у лиц с ЦП – физической и технической. Такое различие представляется парадоксальным, учитывая, что начальный этап спортивной подготовки должен быть направлен на всестороннее развитие и формирование основ общей физической подготовки. Это обусловлено необходимостью компенсации двигательных нарушений, характерных для лиц с последствиями церебрального паралича.

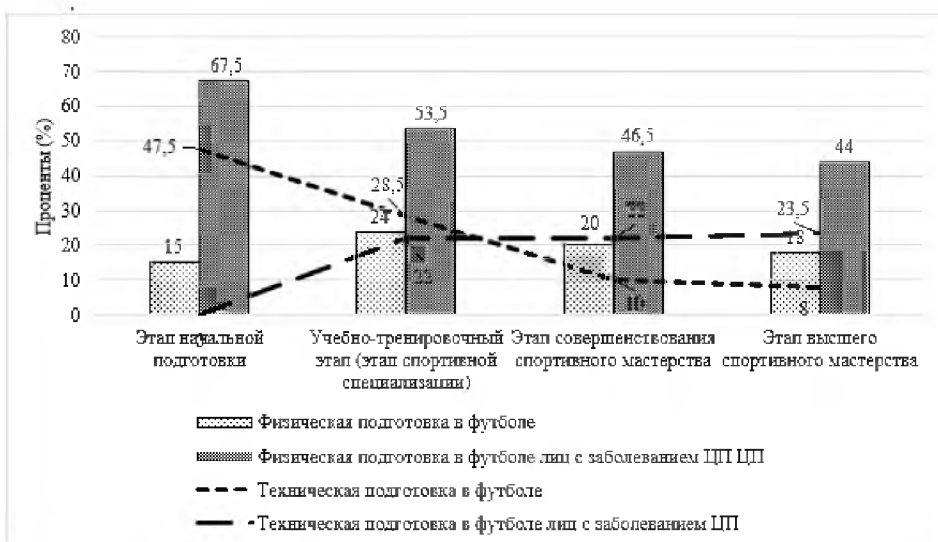


Рисунок 1 – Динамика изменений физической и технической подготовки в футболе и футболе лиц с заболеванием ЦП в структуре учебно-тренировочного процесса на этапах спортивной подготовки

Развитие физических качеств, таких как сила, выносливость и координация, является фундаментальной основой, обеспечивающей возможность выполнения технических элементов игры. В то же время у спортсменов без отклонений в состоянии здоровья акцент смещается на овладение техническим мастерством и интеграцию различных компонентов подготовки в единый игровой процесс, поскольку их двигательное развитие соответствует нормальному онтогенезу.

В дальнейшем, на этапе спортивного совершенствования, происходит постепенное сближение акцентов в подготовке обеих категорий футболистов. У лиц с последствиями церебрального паралича увеличивается объем технической и тактической подготовки, направленной на реализацию их индивидуальных возможностей в командной игре. У здоровых спортсменов, в свою очередь, особое внимание уделяется поддержанию высокого уровня физической подготовленности для адекватной реакции организма на интенсивные тренировочные и соревновательные нагрузки, при этом техническая подготовка отходит на второй план.

Далее был проведен сравнительный анализ разделов, регламентирующих нормативные требования к зачислению и переводу на этап начальной подготовки и учебно-тренировочный этап. Следует отметить, что в ФССП по виду спорта «Футбол» данный раздел охватывает нормативы, определяющие уровень общей и технической подготовленности, необходимые для зачисления и перевода на различные этапы спортивной подготовки. В то же время в ФССП по виду спорта «Футбол лиц с заболеванием ЦП» акцент сделан на нормативы общей и специальной физической подготовки. Нормативы физической и технической подготовки для зачисления и перевода на этап начальной подготовки и учебно-тренировочный этап спортивной подготовки по видам спорта «Футбол» и «Футбол лиц с заболеванием ЦП» представлены в таблице 3.

Таблица 3 – Сравнительный анализ содержания Приложений № 6, 7 к ФССП по видам спорта «Футбол» и «Футбол лиц с заболеванием ЦП»

Этапы и годы спортивной подготовки	
Этап начальной подготовки	Учебно-тренировочный этап (этап спортивной специализации)
ФССП «Футбол»	
Нормативы общей физической подготовки	
Челночный бег 3х10 м	Челночный бег 3х10 м
Бег на 10 м с высокого старта	Бег на 10 м с высокого старта
Бег на 30 м	Бег на 30 м
Прыжок в длину с места толчком двумя ногами	Прыжок в длину с места толчком двумя ногами
-	Прыжок в высоту с места отталкиванием двумя ногами (начиная с пятого года спортивной подготовки)
Нормативы технической подготовки	
Ведение мяча 10 м	Ведение мяча 10 м
Ведение мяча с изменением направления 10 м (начиная со второго года спортивной подготовки)	Ведение мяча с изменением направления 10 м
Ведение мяча 3х10 м (начиная со второго года спортивной подготовки)	Ведение мяча 3х10 м
Удар на точность по воротам (10 ударов) (начиная со второго года спортивной подготовки)	Удар на точность по воротам (10 ударов)
-	Передача мяча в "коридор"
-	Вбрасывание мяча на дальность (начиная со второго года спортивной подготовки)
ФССП «Футбол лиц с заболеванием ЦП»	
Нормативы общей физической подготовки	
Бег на 30 м	Бег на 15 м с высокого старта, с хода
Бег на 60 м	Бег на 30 м с высокого старта
Бег на 1000 м	Бег на 30 м с хода
Прыжок в длину с места толчком двумя ногами	Прыжок в длину с места толчком двумя ногами
Наклон вперед из положения стоя с выпрямленными ногами на полу. Коснуться пола пальцами рук.	Наклон вперед из положения стоя с выпрямленными ногами на полу. Коснуться пола пальцами рук.
Нормативы специальной физической подготовки	
Челночный бег 3х10 м	Бросок набивного мяча весом 1 кг из-за головы двумя руками.
Тройной прыжок в длину с места	Тройной прыжок в длину с места
Прыжок вверх с места со взмахом руками	Прыжок вверх с места со взмахом, без взмаха руками

Анализ требований для зачисления на начальный и учебно-тренировочный этапы спортивной подготовки выявляет существенные различия в подходах к оценке подготовленности спортсменов. В частности, для оценки физической подготовленности используется всего четыре теста, включая прыжок в длину с места двумя ногами, который вводится только с пятого года спортивной подготовки. Оценка технической подготовленности осуществляется посредством 4–6 тестов.

В отличие от футбола, в футболе лиц с заболеванием ЦП наблюдается обратная картина – приоритет отдается общей физической подготовке (5–6 тестов) и

специальной физической подготовке (3–4 теста). Оценка технической подготовленности отсутствует. Данное расхождение может быть обусловлено акцентом на развитие именно этих видов подготовки.

Особого внимания заслуживает отсутствие дифференцированного подхода к выбору нормативов для спортсменов, относящихся к различным функциональным группам (FT1, FT2, FT3), при наличии отдельных нормативов для каждой из этих групп. Следует отметить, что в связи с различиями в функциональных возможностях футболистов выполнение всех тестов, представленных в ФССП по виду спорта «Футбол лиц с заболеванием ЦП», не представляется возможным. Это ставит под вопрос возможность перехода спортсменов данной нозологической группы на следующие этапы спортивной подготовки, что является лимитирующим фактором развития футбола лиц с заболеванием ЦП в рамках адаптивного спорта. В связи с этим возникает закономерный вопрос: каким образом футболист, отнесённый к классу FT1, сможет выполнить, например, тройной прыжок в длину с места, учитывая особенности его двигательной сферы? Для эффективного решения данной проблемы целесообразно дифференцировать систему тестирования уровня физической подготовленности футболистов с последствиями церебрального паралича. Необходимо разработать альтернативные нормативы для спортсменов с различными функциональными возможностями, соответствующие их индивидуальным способностям. Оптимальным решением может быть использование альтернативных тестов из комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО) для лиц с церебральным параличом, утвержденного приказом Министерства спорта Российской Федерации от 22 февраля 2023 г. № 117 «Об утверждении государственных требований Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса "Готов к труду и обороне" (ГТО)» [5]. Это позволит обеспечить более объективную и всестороннюю оценку уровня физической подготовленности игроков в футболе лиц с заболеванием ЦП, учитывая специфические особенности спортсменов.

ВЫВОДЫ. Таким образом, различия в акцентах на различных этапах спортивной подготовки обусловлены индивидуальными особенностями и возможностями каждой категории футболистов. При этом конечной целью является достижение максимального спортивного результата, что требует индивидуализированного подхода и учета особенностей каждого спортсмена. Важно отметить, что успешная подготовка футболистов, как здоровых, так и лиц с последствиями церебрального паралича, невозможна без комплексного подхода, включающего медицинское сопровождение, психологическую поддержку и научно-методическое обеспечение. Только при таком подходе можно обеспечить гармоничное развитие спортсмена и раскрытие его потенциала.

Проведенный анализ выявил существенные различия в требованиях к спортивной подготовке футболистов и спортсменов с последствиями церебрального паралича, что имеет принципиальное значение в адаптивном спорте. Несмотря на общую специфику футбола, необходимо учитывать особенности физического и функционального состояния занимающихся с последствиями церебрального паралича при разработке тренировочных программ. Анализ ФССП по виду спорта «Футбол лиц с заболеванием ЦП» указывает на необходимость дополнения

раздела нормативов физической подготовки и иных спортивных нормативов специализированной системой оценки физической и технической подготовленности, наиболее полно отражающей специфические особенности данной категории спортсменов. Данное дополнение, по мнению автора статьи, может служить объективной альтернативой для оценки уровня физической подготовленности футболистов с последствиями церебрального паралича.

СПИСОК ИСТОЧНИКОВ

1. О внесении изменений в Федеральный закон «О физической культуре и спорте в Российской Федерации» и Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации»: Федеральный закон от 30.04.2021 № 127-ФЗ // Гарант.ру : информационно-правовой портал. URL: <https://www.garant.ru/products/ipo/prime/doc/400620737/?ysclid=mb92mmpu3920290940> (дата обращения: 13.05.2025).
2. Быханова С. С. Педагогическая модель подготовки игроков разного амплуа в футболе лиц с заболеванием церебральным параличом. DOI 10.5930/1994-4683-2025-4-184-190 // Ученые записки университета имени П.Ф. Лесгафта. 2025. № 4 (242). С. 184–190. EDN MYFBWE.
3. Об утверждении федерального стандарта спортивной подготовки по виду спорта «футбол»: приказ Министерства спорта Российской Федерации от 16. 11. 2022 № 1000 // Гарант.ру : информационно-правовой портал. URL: <https://base.garant.ru/405933349/?ysclid=mb92vt84hp514190415> (дата обращения: 14.05.2025).
4. Об утверждении федерального стандарта спортивной подготовки по виду спорта «футбол лиц с заболеванием ЦП»: приказ Министерства спорта Российской Федерации от 22 ноября 2022 г. № 1053 // Гарант.ру : информационно-правовой портал. URL: <https://www.garant.ru/products/ipo/prime/doc/405879449/?ysclid=mb92ui3faf809805343> (дата обращения: 14.05.2025).
5. Об утверждении государственных требований Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО): приказ Министерства спорта Российской Федерации от 22.02.2023 № 117 // Всероссийский физкультурно-спортивный комплекс «Готов к труду и обороне». URL: <https://www.gto.ru/files/uploads/documents/6426e8640d354.pdf> (дата обращения: 14.05.2025).

REFERENCES

1. (2021), "On Amendments to the Federal Law "On Physical Culture and Sport in the Russian Federation" and the Federal Law "On Education in the Russian Federation"", Federal Law No. 127-FZ dated 30.04.2021, *Garant.ru*, URL: <https://www.garant.ru/products/ipo/prime/doc/400620737/?ysclid=mb92mmpu3920290940>.
2. Bykhanova S. S. (2025), "Pedagogical model of training players of different roles in football for people with cerebral palsy", *Scientific notes of the P.F. Lesgaft University*, No 4 (242), pp. 184–190, DOI 10.5930/1994-4683-2025-4-184-190.
3. (2022), "On approval of the federal standard of sports training in the sport of football", Order of the Ministry of Sports of the Russian Federation dated 16.11.2022 No. 1000, *Garant.ru*, URL: <https://base.garant.ru/405933349/?ysclid=mb92vt84hp514190415>.
4. (2022), "On approval of the federal standard of sports training for the sport "football for persons with CP disease"", Order of the Ministry of Sports of the Russian Federation dated November 22, 2022 No. 1053, *Garant.ru*, URL: <https://www.garant.ru/products/ipo/prime/doc/405879449/?ysclid=mb92ui3faf809805343>.
5. (2023), "On approval of the state requirements of the All-Russian Physical Culture and Sports Complex "Ready for Labor and Defense" (GTO)", order of the Ministry of Sports of the Russian Federation dated 02/22/2023 No. 117, *All-Russian Physical Culture and Sports Complex "Ready for Labor and Defense"*, URL: <https://www.gto.ru/files/uploads/documents/6426e8640d354.pdf>.

Информация об авторе: Быханова С.С. преподаватель кафедры теории и методики адаптивного спорта, SPIN-код 2209-1890.

Поступила в редакцию 03.04.2025.

Принята к публикации 26.05.2025.