

## ХАРАКТЕРИСТИКА КОМПЛЕКСНОЇ ПІДГОТОВКИ ФУТБОЛЬНОГО АРБІТРА

**Кисельов Валерій Олександрович,**

старший викладач кафедри теорії та методики спорту  
Сумського державного педагогічного університету імені А. С. Макаренка  
ORCID ID: 0000-0002-1285-4164

*У статті розглянуто важливість проблеми ефективності суддівської діяльності, яка полягає в комплексній підготовці футбольного арбітра. Нами було вивчено основні характеристики підготовки сучасного футбольного рефері, зокрема теоретичної, фізичної, практичної, психологічної, адже підвищення рівня гравців можливе лише в умовах нормального спортивного суперництва, коли якість суддівства не вступає у протиріччя з правилами гри. Обґрунтовано ефективність медико-біологічного контролю у процесі комплексної підготовки футбольного судді. Розкрито особливості ролі арбітра та інших офіційних осіб матчу як невід'ємних учасників футбольного поєдинку.*

**Ключові слова:** футбол, комплексна підготовка, футбольний арбітр, теоретична підготовка, фізична підготовка, практична підготовка, психологічна підготовка.

### *Kyselov Valerii. Characteristics of the complex training of a football referee*

*The article considers the importance of the problem of the effectiveness of refereeing, which consists in the comprehensive training of a football referee. We studied the main characteristics of the training of a modern football referee, in particular theoretical, physical, practical, and psychological, because raising the level of players is possible only in conditions of normal sports rivalry, when the quality of refereeing does not conflict with the rules of the game. The effectiveness of medical and biological control in the process of complex training of a football referee is substantiated. The peculiarity of the role of the referee and other match officials as integral participants in a football match is revealed.*

**Key words:** football, comprehensive training, football referee, theoretical training, physical training, practical training, psychological training.

**Вступ.** Футбольна гра є невід'ємною частиною сучасного суспільства. На сьогодні у футбол грають мільйони людей по всьому світу, а вболівальниками цього прекрасного спортивного дійства з кожним днем стає дедалі більше людей. Провідні футбольні клуби зацікавлені у зростанні майстерності своїх професіональних гравців, адже їхні успіхи на міжнародній арені приносять великий грошовий дохід від продажів спортивної атрибутики, реклами, прав телетрансляцій і квитків на матчі. Звісно, важливу роль відводять головному арбітру матчу, який перебуває в епіцентрі перебігу подій на футбольному полі між двома командами та наділений винятковими повноваженнями для дотримання чесності, прозорості й безкомпромісності проведення зустрічі. Тому професійна підготовленість футбольного арбітра є необхідним складником футбольного дійства.

**Методи дослідження:** аналіз наукових розвідок різних авторів та інформаційних джерел із проблеми комплексної підготовки футбольних арбітрів.

**Матеріали та результати.** Однією з головних осіб футбольного матчу є арбітр. У сучасному футболі арбітр повинен відповідати високим вимогам, що зумовлені різними чинниками. Це, зокрема, не лише знання правил гри, але й висока функціональна, фізична та психологічна підготовленість [3].

Протягом усього поєдинку стежити за дотриманням правил гри головному арбітру допомагають інші особи матчу, зокрема два асистенти арбітра, два додаткові асистенти арбітра, четвертий арбітр, резервний асистент арбітра, відеоасистент арбітра, помічник

відеоасистента арбітра, основними функціями яких є передача інформації стосовно порушень, які головний арбітр не зміг розгледіти, проте остаточне рішення приймає арбітр.

Проблема помилок арбітрів виникла з першою появою арбітра на полі. Змінювалася й удосконалювалася методика арбітражу, форми та методи підготовки арбітрів, змінювалися й самі правила гри. Однак недоліки в роботі, які впливають на підсумок матчу, досі викликають серйозне та небезпідставне турбування не тільки в деяких країнах, а й в усьому світовому футболі.

Спеціальна фізична підготовленість арбітрів високої кваліфікації у футболі є фактором успішної професійної діяльності. Визначено важливість розвитку рухових якостей в арбітрів різної кваліфікації, оскільки від цього залежить оцінка ігрових моментів і, як наслідок, відсоток помилок у роботі арбітра. З'ясовано, що фізичний стан і фізична підготовленість футбольних арбітрів залежить від їх віку та спеціальної фізичної підготовки. Встановлено, що одним із перспективних напрямів у підготовці футбольних арбітрів високої кваліфікації є індивідуалізація тренувального процесу за рахунок спеціальної фізичної підготовки. При цьому побудова тренувального процесу залежить від процесу підготовки та змагальної діяльності футбольних команд [5].

У публікації В. Ніколаєнко та Т. Чопілко визначено, що оптимальні фізичні кондиції зумовлюють професійні дії арбітра, тобто вміння керувати станом свого організму та руховою активністю, протистояти стомленню, психологічному тиску спортсменів і глядачів, контролювати емоції, адекватно оцінювати ігрову

ситуацію та приймати правильне рішення в обмежений час. Дослідники зазначають, що рухова активність арбітрів передбачає постійні пересування на різні дистанції різними способами. Футбольні арбітри здебільшого виконують роботу аеробного характеру. Під час пересування у швидкому темпі арбітр застосовує більше прискорень, ніж ривків. Він виконує різноманітні рухи руками («жести»), що демонструють характер порушень та види покарань для гравців, передбачені правилами гри. Водночас рухові дії асистентів арбітра змінюються кожні 5 секунд під час матчу, за один матч вони виконують близько 20 ривків і 74 прискорень.

Фізична підготовленість футбольного арбітра полягає в постійному тренувальному процесі для розвитку функціональних особливостей організму, необхідних під час проведення футбольних матчів на високому рівні.

Комітетом арбітрів Української асоціації футболу арбітрам та асистентам запропоновано спеціальну тренувальну програму, яка відповідає програмі тренування УЄФА (Союзу європейських футбольних асоціацій). Стан тренуваності арбітрів перевіряють регулярно (один раз на тиждень), а Комітет арбітрів Української асоціації футболу та тренер із фізичної підготовки надають допомогу у випадках, коли виявлялися будь-які недоліки у тренувальному процесі. Мінімум один

раз на рік арбітри Прем'єр-ліги України, першої та другої ліг, чемпіонатів U-19 та U-21 проходять медичний огляд у центрі спортивної медицини для оцінки рівня фізичної працездатності й функціональної підготовленості. Особливу увагу приділяють діагностиці зору.

Для оцінки стану фізичної підготовленості футбольних арбітрів, рекомендованих для проведення матчів всеукраїнського рівня, один раз на три місяці комітетом арбітрів Української асоціації футболу проводиться своєрідний екзамєн із двох тестів: 1) тесту повторної спринтерської здатності, що визначає здатність арбітра виконувати неодноразовий спринт на 40 м (див. рис. 1); 2) тесту з інтервального бігу, що визначає здатність арбітра виконувати серію бігу високої інтенсивності на 75 м, між якими виконується 25 м відновної ходьби (див. рис. 2).

Якщо арбітр не зміг пройти тести, він буде відсторонений від подальшого проведення матчів до наступного екзамєну за три місяці.

Сучасному футбольному арбітру потрібно постійно розвивати свої теоретичні знання, адже футбол не стоїть на місці. IFAB (Міжнародна рада футбольних асоціацій) – це футбольний орган, що складається із чотирьох членів від ФІФА (Міжнародної федерації футболу) та чотирьох британських футбольних асоціацій (Англій, Шотландії, Уельсу та Північної Ірландії). Цей орган є відповідаль-



Рис. 1. Схематичне зображення тесту повторної спринтерської здатності

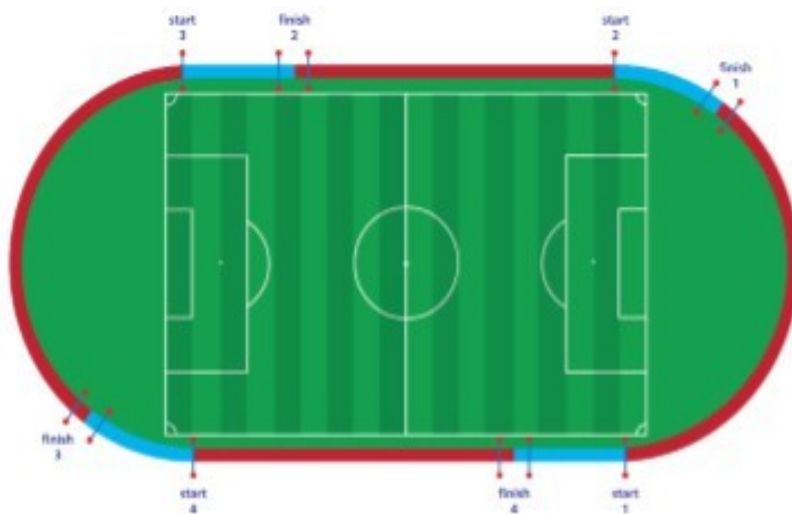


Рис. 2. Схематичне зображення тесту з інтервального бігу

ним за правила гри в усьому світі, регулярно вносить зміни до положень правил гри, щоб морально-етичні аспекти футбольної гри, її правила та арбітри поважалися, цінувалися й захищалися, приносили користь футболу на всіх рівнях і в усіх куточках земної кулі.

Систематичні теоретичні заняття необхідні арбітру для вдосконалення своїх інтелектуальних здібностей, якісного арбітражу матчів, розуміння правил і сутності гри, свідомого ставлення до своєї професійної діяльності. Особлива увага приділяється вивченню методичних матеріалів, циркулярів, ознайомленню з аналізом роботи арбітрів у матчах різних ліг (чемпіонатів), самостійному вивченню правил гри [3].

Теоретична підготовка є своєрідною базою підвищення надійності та якості арбітражу. Вона спрямована на формування в арбітра спеціальних знань для успішного арбітражу футбольних матчів та може здійснюватися як у процесі практичних занять, так і у спеціально відведений для цього час у формі бесід, лекцій, перегляду відеозаписів футбольних матчів та кліпів зі складними ігровими моментами для арбітрів із подальшим аналізом, самостійної роботи зі спеціальною літературою (правилами гри, методичними рекомендаціями, циркулярами та доповненнями). У будь-якому разі теоретичні заняття мають певну цільову спрямованість – навчити використовувати отримані знання на практиці під час проведення футбольних матчів [1].

Теоретична підготовка футбольних арбітрів України здійснюється шляхом проведення Комітетом арбітрів Української асоціації футболу навчально-тренувальних зборів і семінарів. На лекційних заняттях лектори Комітету арбітрів, іноді також запрошені іноземні спеціалісти ведуть роз'яснення щодо інтерпретацій основних положень правил гри та методики арбітражу, систематичних помилок під час проведення матчів, здійснюють розбір спірних епізодів у процесі перегляду слайдів і відеороликів.

Для перевірки теоретичної підготовленості арбітра використовується обов'язковий іспит у тестовому вигляді (12 відеозапитань) щодо знання правил гри, який арбітри складають двічі на рік (перед початком кожного кола чемпіонату). Для того щоб іспит вважався успішно складеним, необхідно відповісти правильно на 9 запитань.

Важливо зазначити, що теоретична самопідготовка відіграє вагомий роль у підготовці сучасного арбітра. Необхідні вміння робити аналіз зі своїх помилок, розуміння сутності правил гри та застосування їх у процесі проведення матчу.

Науковці (зокрема, А. Абдула, Т. Чопілко, Ю. Маніло) здебільшого приділяють увагу фізичній підготовці футбольного арбітра, індивідуалізації тренувального процесу, проте мало хто з дослідників акцентує на особливостях ролі практичної підготовки футбольного судді.

Незалежно від кваліфікації арбітра та рівня змагань практична підготовка відіграє ключову роль. Належна фізична й теоретична підготовленість проявляються в арбітражі ігор. Здатність арбітра якісно провести гру – це вміння використати свої компетентності, набуті у тренувальному процесі.

Упродовж сезону арбітри проводять матчі, на які призначені спостерігачі арбітражу. Після закінчення матчу спостерігач матчу може звернути увагу на ситуації, де арбітром були допущені помилки або відмінно відпрацьовано їх, для вдосконалення методики арбітражу, винесення дисциплінарних санкцій, прийняття важливих рішень (призначення одинадцятиметрових ударів, вилучення), командної роботи. Проведення матчів (практична підготовка) є процесом самовдосконалення та підготовкою до наступних ігор через аналіз своїх помилок, адже «легких» матчів не буває.

Арбітри, які успішно справляються зі своїми обов'язками, здатні «відключатися» від усього, що не пов'язано з їхніми діями у грі. Здатність до цього залежить від індивідуально-психологічних особливостей, масштабу змагань і їх організованості, успіхів чи невдач у попередніх матчах та загальної підготовленості. На ступінь концентрації уваги впливають сила волі, вміння керувати собою, своїми переживаннями й діями. Важливо психологічно налаштувати себе перед матчем, подумки виконати всі ті дії, які потрібно буде здійснити під час гри. По-перше, ще до початку гри створюється домінуюче джерело збудження в області тих центрів, які забезпечують виконання необхідних у грі дій. Унаслідок цього вся психологічна діяльність арбітра перекладається на роботу, яку потрібно виконувати. По-друге, виконання роботи подумки допомагає арбітру краще зосередитися та «відключатися» від впливу сторонніх подразників. По-третє, це підготовлює нервово-м'язову систему до дій, що очікуються на футбольному полі [4].

Психологічний фактор – оперативне мислення – дає змогу швидко оцінювати ситуації, що виникають, і вчасно приймати оптимальні рішення, передбачати розвиток подій, контролювати скоєні футболістами єдиноборства [2].

На думку К. Віхрова, арбітраж футбольного матчу – це складний акт психіки арбітра. Він вимагає правильної та швидкої оцінки імпровізаційних ситуацій, передбачення подій, що виникають, великого обсягу й перерозподілу уваги, контролю скоєних футболістами єдиноборств, своєчасного прийняття оптимальних рішень за певного ліміту часу. Усе це вказує на зростаючу роль психологічних чинників, тісний взаємозв'язок інтелектуальних операцій та емоційно-вольової сфери.

**Висновки.** Таким чином, арбітр разом з іншими офіційними особами матчу, як і гравці команд, є ключовими фігурами у проведенні футбольного поєдинку. Якісний арбітраж залежить від комплексної підготовки футбольного судді загалом, у якій вагомий роль відіграє медико-біологічний контроль стану здоров'я та функціональної готовності рефері. Поєднання фізичної, теоретичної, практичної та психологічної підготовки арбітра дає можливість здобути необхідні компетентності, підвищити свою кваліфікацію та майстерність для успішної суддівської діяльності. Проте розвиток цифрових технологій і нововведення у правилах гри в сучасному футболі зумовлюють новий вид підготовки – «цифровий».

Подальші дослідження будуть спрямовані на пошук шляхів формування цифрової компетентності у професійних арбітрів як невід'ємного фактору загальної підготовки.

### Література:

1. Вихров К. Футбольный арбитр Украины. Киев : Федерация футбола Украины, 1995. 112 с.
2. Віхров К. Дослідження професійно значущих психофізіологічних властивостей і якостей футбольного арбітра. *Теорія і методика фізичного виховання і спорту*. 2018. № 1. С. 67–71.
3. Маніло Ю. Підготовка арбітрів різної кваліфікації до професійної діяльності в футболі : автореф. дис. ... канд. наук з фіз. виховання і спорту : 24.00.01. Львів, 2015. 20 с.
4. Марченко В. Структура сучасної підготовки футбольних арбітрів. *Інновації в освіті: перспективи розвитку* : матеріали I Міжнародної науково-практичної конференції, м. Тернопіль, 20 травня 2021 р. Тернопіль : Західноукраїнський національний університет, 2021. С. 315–319. URL: <http://dspace.wunu.edu.ua/bitstream/316497/43229/1/%D0%9C%D0%B0%D1%80%D1%87%D0%B5%D0%BD%D0%BA%D0%BE.pdf>.
5. Чопілко Т. Індивідуалізація спеціальної фізичної підготовки арбітрів високої кваліфікації у футболі : автореф. дис. ... канд. наук з фіз. виховання і спорту : 24.00.01. Київ, 2020. 28 с.

### References:

1. Vikhrov, K. (1995). *Futbol'nyu arbitr Ukrainy [Football referee of Ukraine]*. Kyiv: Football Federation of Ukraine, 112 p. [in Russian].
2. Vikhrov, K. (2018). Doslidzhennia profesiino znachushchykh psykhofiziologichnykh vlastyvostei i yakostei futbolnoho arbitra [Study of professionally significant psychophysiological properties and qualities of a football referee]. *Teoriia i metodyka fizychnoho vykhovannia i sportu – Theory and methodology of physical education and sports*, no. 1, pp. 67–71 [in Ukrainian].
3. Manilo, Yu. (2015). Pidhotovka arbitriv riznoi kvalifikatsii do profesiinnoi diialnosti v futboli [Training of referees of various qualifications for professional activity in football]. *Extended abstract of Candidate's thesis*. Lviv, 20 p. [in Ukrainian].
4. Marchenko, V. (2021). Struktura suchasnoi pidhotovky futbolnykh arbitriv [The structure of modern training of football referees]. *Materialy I Mizhnarodnoi naukovo-praktychnoi konferentsii "Innovatsii v osviti: perspektyvy rozvytku" [Materials of the 1<sup>st</sup> International scientific and practical conference "Innovations in education: development prospects"]* (Ternopil, May 20, 2021). Ternopil: Western Ukrainian National University, pp. 315–319. Retrieved from: <http://dspace.wunu.edu.ua/bitstream/316497/43229/1/%D0%9C%D0%B0%D1%80%D1%87%D0%B5%D0%BD%D0%BA%D0%BE.pdf> [in Ukrainian].
5. Chopilko, T. (2020). Indyvidualizatsiia spetsialnoi fizychnoi pidhotovky arbitriv vysokoi kvalifikatsii u futboli [Individualization of special physical training of highly qualified football referees]. *Extended abstract of Candidate's thesis*. Kyiv, 28 p. [in Ukrainian].