

МІНІСТЕРСТВО МОЛОДІ ТА СПОРТУ УКРАЇНИ



ЗАТВЕРДЖУЮ

Перший заступник Міністра

І. Є. Гоцул

**План підготовки
національної збірної команди України з футболу
на участь у Чемпіонаті світу 2019 року та
Іграх XXXII Олімпіади 2020 року у м. Токіо (Японія)
на 2017 – 2019 роки**

ПОГОДЖЕНО:

1	Директор департаменту олімпійського спорту		Р. Я. Вігастюк
2	Перший віце-президент федерації футболу		І. Бандурко
3	Директор ДНДІФКС		В. О. Дрюков
4	Радник Президента НОК України		М. П. Костенко
Розробники програми:			
5	Державний тренер з футболу		А. М. Савін
6	Головний тренер з футболу (жінки)		В. С. Рева
7	Керівник КНГ		В. І. Лазаренко
8	Лікар		П. П. Павліченко

Велика увага розвитку жіночому футболу приділяється сьогодні в країнах, що входять до політичної та економічної еліти сучасного світу (США, Великобританія, Німеччина, Японія, Китай, Південна Корея, Росія та ін.). Все це свідчить про стабільне положення цього виду спорту як частини Олімпійської програми, а відповідно, і перспективності та необхідності його подальшого розвитку в Україні.

Національна збірна України з жіночого футболу посідає 18 місце в рейтингу європейських збірних команд, що в цілому відображає стан розвитку жіночого футболу в нашій державі.

Отже, виходячи із аналізу тенденцій розвитку жіночого футболу варто передбачити, що у наступному чотириріччі підготовка буде здійснюватися у таких напрямках:

- Засвоєння концепції тотального футболу у відповідності з підвищенням рівня техніко-тактичної майстерності, фізичної та функціональної підготовленості спортсменів.
- Підвищення ефективності швидкісної техніки, яка буде забезпечуватись передовою методикою підготовки (використання вправ в умовах дефіциту часу та простору, а також активної перешкоди з боку суперника). Тобто, збільшення частки вправ, які характеризуються підвищеною координаційною складністю та ігровою напруженістю.
- Удосконалення колективних взаємодій (тактики гри) на основі оптимальної побудови структури захисних (засвоєння методу колективного відбору) і атакуючих дій (ведення гри за рахунок передач в один два дотики, проведення атак через фланги, підключенням до атакуючих дій великої кількості гравців тощо).
- Подальша універсалізація та поглиблена спеціалізація гравців, що дозволяє їм успішно грати на різних ділянках поля і виконувати різні ігрові завдання з одночасним досягненням високого рівня майстерності в своєму амплуа на базі максимальної мобілізації індивідуальних можливостей;
- Оптимальне поєднання імпровізації та награвання (стереотипних) комбінацій у відповідності з тактичної концепції гри команди.

- Підвищення результативності виконання штрафних кутових ударів на основі доведення до автоматизму різних варіантів розіграшу цього стандартного положення.
- Удосконалення контролю м'яча командою в різних зонах поля, особливо в умовах пресингу з боку суперника.
- Підведення гравців до найвищого рівня готовності до головних змагань на основі врахування особливостей турніру, в якому потрібно брати участь (кваліфікації суперників, їх стилю гри, умов змагань, термінів проведення тощо) і біологічної закономірності придбання та утримання спортивної форми гравців.

Для підготовки національної жіночої збірної команди пропоную:

1. Здійснювати оновлення складу національної жіночої збірної команди. До складу команди мають бути введені молоді перспективні гравці, які досконало володіють технікою гри з урахуванням тенденцій використання координаційно складних технічних прийомів у поєднанні з високим тактичним мисленням, а також здатні засвоїти сучасні тактичні системи гри.
2. Здійснювати пошук засобів і методів для підняття рівня мотивації в гравців з метою налаштування їх на прояв морально-вольових якостей з метою психологічної адаптації до жорстких умов змагальної діяльності.
3. Необхідно розробляти і систематично вести на кожного гравця – кандидата в збірну команду індивідуальний план з урахуванням виконання тренувальних і змагальних навантажень, результатів тестування, переліку недоліків у підготовленості гравця, а також механізму їх усунення.
4. Обговорення та затвердження *тренерською радою* планів підготовки (як річних, так і перспективних) збірних команд всіх рівнів.
5. Збільшення кількості ігор збірної команди протягом річних циклів підготовки, особливо з командами, які мають високий рейтинг у світовій класифікації.
6. Підвищення матеріально-технічного і науково-методичного забезпечення функціонування збірних команд всіх рівнів.

7. Залучення до роботи в збірній команді спеціалістів різного профілю, за допомогою яких можна оптимізувати підготовку команди до основних змагань.

Пріоритети селекції

При визначенні кандидатів до національної жіночої збірної команди України пропоную взяти до уваги такі критерії:

- досвід виступу у змаганнях високого міжнародного рівня;
- рівня технічної підготовленості;
- рівня фізичної та функціональної підготовленості;
- ігрового амплуа і спеціалізованого рівня техніко-тактичної майстерності;
- універсальності і вміння ефективно виконувати різні функції в команді;
- рівня адаптації гравця до тренувальних навантажень в процесі навчально-тренувальних зборів;
- рівня адаптації гравця до ігрової змагальної діяльності, враховуючи тактичний стиль ведення гри жіночою збірною командою України;
- психологічну стійкість до форс мажорних обставин в процесі гри;
- вміння створювати позитивний мікроклімат в команді;
- перспективу росту спортивної майстерності та подальші плани залучення гравця до жіночої збірної команди України.

Для більш ефективної селекції необхідно проводити:

- педагогічні спостереження за змагальною діяльністю кандидатів до жіночої національної збірної команди;
- проводити бесіди з тренерами клубів;
- визначати рівень фізичної, функціональної і техніко-тактичної підготовленості гравців.

Система відбору кандидатів у національну жіночу збірну команду України

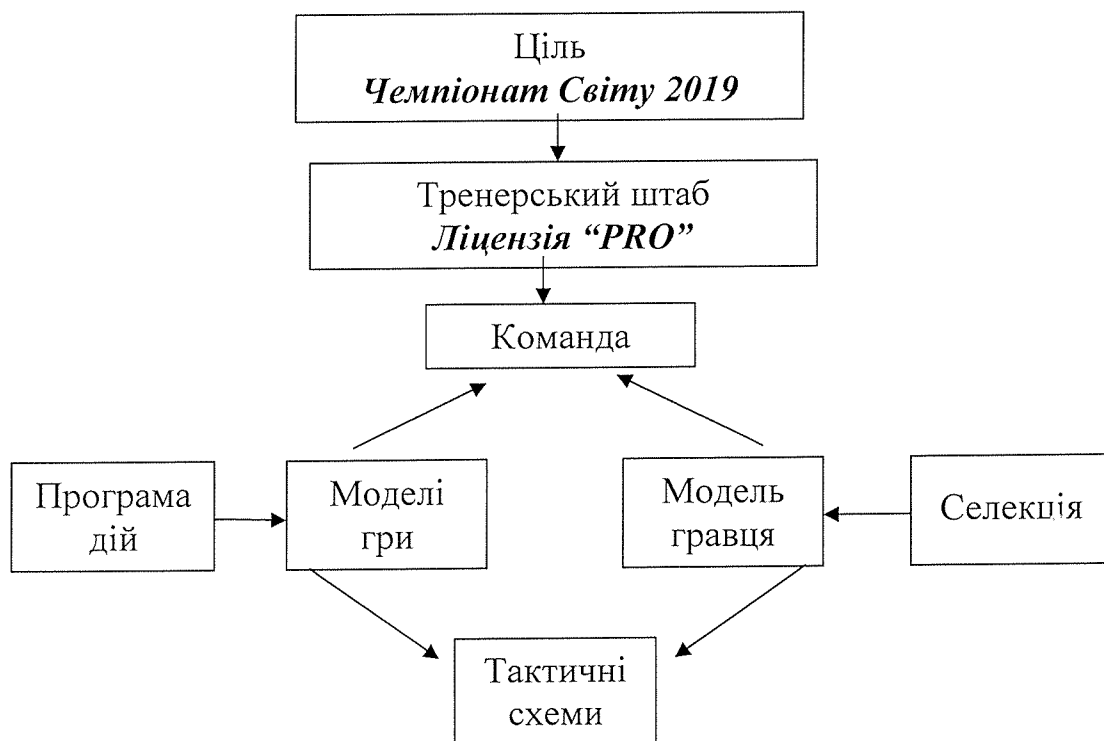
Відбір кандидатів у національну жіночу збірну команду України здійснюється поетапно:

- перегляд змагань чемпіонату України;

- детальний аналіз змагальної діяльності;
- оцінка результатів тестування,
- вивчення індивідуальних планів гравців в клубах,
- проведення анкетного опитування серед тренерів,
- експертна оцінка рівня майстерності гравців провідними тренерами.

Науково-методичне і медичне забезпечення підготовки національної жіночої збірної команди України

Науково-методичне забезпечення підготовки збірної команди України здійснювати в процесі централізованих навчально-тренувальних зборів. В процесі кожного етапу підготовки команди проводити етапне комплексне обстеження (ЕКО), яке буде включати тестування рівня підготовленості команди, а також тестування в лабораторних умовах з використанням велоергометрії, степергометрії тощо. Після завершення основних змагань річного циклу проводити поглиблене медичне обстеження (ПМО). Під час чемпіонату України, а також основних змагань сезону проводити обстеження змагальної діяльності (ОЗД). Безпосередньо в процесі НТЗ здійснювати поточні обстеження (ПО) та оперативні обстеження (ОО).



Контроль реалізації завдань

Загальний контроль буде здійснювати відділ жіночого футболу ФФУ.

В кінці кожного річного циклу підготовки тренерським складом команди разом з КНГ необхідно здійснювати письмовий звіт про виконання етапу підготовки. У звітах відзначати стан підготовки і виконання плану за основними показниками тренувального процесу і змагальної діяльності, запланованими місцями у головних або відбірних змаганнях.

1. Січень 2017 року:

Проведення навчально-тренувального збору та участь в міжнародному турнірі (16-24.01.2017, Китай), три гри – 19.01; 21.01: 24.01.2017.

Завдання:

1. Теоретична підготовка.
2. Награвання основного складу в новій тактичній побудові: 1-4-2-3-1.
3. Вдосконалення техніко-тактичної підготовки: акцент – гра в захисті, зустрічна атака.
4. Тестування.

Зміст	Кількість годин
Фізична підготовка	2,5
Техніко-тактична підготовка	3,5
Теоретична підготовка	4
Комплексне обстеження	4

Ігрова діяльність	12
ВСЬОГО:	26

2. Лютий 2017 року:

Підготовка в футбольних клубах. Зимова першість України (змагальний період).

3. Лютий – березень 2017 року:

Проведення навчально-тренувального збору та участь в міжнародному турнірі (27.02-07.03.2017, Хорватія/Туреччина/Кіпр), чотири гри.

Завдання:

1. Теоретична підготовка – вивчення майбутніх суперників на відборі ЧС – 2019.
2. Награвання основного складу в двох тактичних побудовах: 1-4-3-3 та 1-4-2-3-1.
3. Вдосконалення техніко-тактичної підготовки: баланс гри – всі фази ігрової діяльності.
4. Удосконалення групових і командних ТТД.

4. Квітень 2017 року:

Проведення навчально-тренувального збору та участь в товариських зустрічах. (03.04.-11.04.2017)Пошук кандидатів.

Завдання:

1. Удосконалення групових і командних ТТД в захисті та атаці.
2. Сприяти розвитку спеціальної (ігрової) витривалості.
3. Теоретична підготовка.

4. Визначення основного складу.

5. Тестування

Зміст	Кількість годин
Фізична підготовка	2,5
Техніко-тактична підготовка	10,5
Теоретична підготовка	4
Тестування	1
Ігрова діяльність	4
ВСЬОГО:	22

5. Квітень – травень 2017 року:

Змагальний період – клуби.

6. Червень 2017 року:

Проведення навчально-тренувального збору та участь в міжнародному/товариському матчах (05.06-13.06.2017) 08.06 м.Черкаси(Україна-Польща).

(Змагальний період)

Завдання:

1. Удосконалення групових і командних ГТД в захисті та атаці.

2. Награвання основного складу команди.

3. Теоретична підготовка.

4. Комплексне обстеження.

Зміст	Кількість годин
Фізична підготовка	3
Техніко-тактична підготовка	12
Теоретична підготовка	4
Комплексне обстеження	1
Ігрова діяльність	4
ВСЬОГО:	24

7. Липень 2017 року:

Підготовка у футбольних клубах (змагальний період).

8. Серпень 2017 року:

Проведення навчально-тренувального збору з метою підготовки до відбіркових матчів чемпіонату світу 2019 та участь в контрольних іграх - 2 (19.08-26.08.2017, місце проведення – за призначенням).

(Змагальний період)

Завдання:

1. Сприяти розвитку спеціальної (ігрової) витривалості.
2. Удосконалення групових і командних ТТД в захисті та атаці.
3. Награвання основного складу.

Зміст	Кількість годин
Фізична підготовка	3
Техніко-тактична підготовка	10
Теоретична підготовка	2
Ігрова діяльність	2 X 4 = 8
ВСЬОГО:	23

9. Вересень 2017 року:

Проведення навчально-тренувального збору та участь у відбіркових матчах чемпіонату світу сезон 2017/2019 (11.09-19.09.2017, країна – за призначенням).

(Змагальний період).

10. Жовтень 2017 року:

Проведення навчально-тренувального збору та участь у відбіркових матчах чемпіонату світу сезон 2017/2019 (16.10-24.10.2017, країна – за призначенням).

11. Листопад 2017 року:

Проведення навчально-тренувального збору та участь у відбіркових матчах чемпіонату світу сезон 2017/2019 (20.11-28.11.2017, країна – за призначенням).

Календар міжнародних матчів, НТЗ жіночої національної збірної команди України з футболу

Станом на 05/12/2016

2017 рік

Команда	Дата /місце проведення	Назва заходу	Примітка
W «А»	<u>19, 21,24 січня</u> Гуанжоу (Китай)	Міжнародний турнір ФА Китаю (Товариський турнір)	Вікно ФІФА: 16 - 24 січня
W «А»	<u>1 – 8 березня</u> м. Умаг (Хорватія)	Кубок Істрії (Товариський турнір)	Вікно ФІФА: 27 лютого – 7 березня або 27 лютого - 8 березня
W «А»	<u>6, 8, 11 квітня</u>	Кваліфікація КС ФІФА 2019 (Попередні змагання)	Вікно ФІФА: 3 - 11 квітня
W «А»	<u>8 червня</u> м. Черкаси	Україна – Польща (Товариський турнір)	Вікно ФІФА: 5 – 13 червня
W «А»	<u>16 липня - 6 серпня</u> Нідерланди	УСФА ЄВРО – 2017 серед жіночих команд	
W «А»	11 - 19 вересня	Кваліфікація КС ФІФА 2019 (груповий етап)	2

W «А»	16 - 24 жовтня	Кваліфікація КС ФІФА 2019 (груповий етап)	2
W «А»	20 - 28 листопада	Кваліфікація КС ФІФА 2019 (груповий етап)	2

2018 рік

Команда	Дата /місце проведення	Назва заходу	Примітка
W «А»	15 - 23 січня	Кваліфікація КС ФІФА 2019 (груповий етап)	2: Офіційні або товариські матчі, товариські турніри, континентальні фінальні турніри або фінальні турніри ФІФА, фінальний раунд кваліфікаційних турнірів Олімпійських футбольних турнірів в конфедераціях.
W «А»	26 лютого – 6 березня або 27 лютого – 7 березня	Кваліфікація КС ФІФА 2019 (груповий етап)	2: Офіційні або товариські матчі, товариські турніри, континентальні фінальні турніри або фінальні турніри ФІФА, фінальний раунд кваліфікаційних турнірів Олімпійських футбольних турнірів в конфедераціях. 4: Якщо товариські турніри (ТТ)
W «А»	2 - 10 квітня	Кваліфікація КС ФІФА 2019 (груповий етап)	2: Офіційні або товариські матчі, товариські турніри, континентальні фінальні турніри або фінальні турніри ФІФА, фінальний раунд кваліфікаційних турнірів Олімпійських футбольних турнірів в конфедераціях.
W «А»	4 – 12 червня	Кваліфікація КС ФІФА 2019 (груповий етап)	2: Офіційні або товариські матчі, товариські турніри, континентальні фінальні турніри або фінальні турніри ФІФА, фінальний раунд кваліфікаційних турнірів Олімпійських футбольних турнірів в конфедераціях.

W «А»	27 серпня – 4 вересня	Кваліфікація КС ФІФА 2019 (груповий етап, останій матч 4 вересня)	2: Офіційні або товариські матчі, товариські турніри, континентальні фінальні турніри або фінальні турніри ФІФА, фінальний раунд кваліфікаційних турнірів Олімпійських футбольних турнірів в конфедераціях.
W «А»	1 - 9 жовтня	Кваліфікація КС ФІФА 2019 (Плей - офф)	2: Офіційні або товариські матчі, товариські турніри, континентальні фінальні турніри або фінальні турніри ФІФА, фінальний раунд кваліфікаційних турнірів Олімпійських футбольних турнірів в конфедераціях.
W «А»	5 - 13 листопада	Кваліфікація КС ФІФА 2019 (Плей - офф)	2: Офіційні або товариські матчі, товариські турніри, континентальні фінальні турніри або фінальні турніри ФІФА, фінальний раунд кваліфікаційних турнірів Олімпійських футбольних турнірів в конфедераціях..
W «А»	17 листопада – 4 грудня		Фінальні турніри Офіційні або товариські матчі, товариські турніри, континентальні фінальні турніри або фінальні турніри ФІФА, фінальний раунд кваліфікаційних турнірів Олімпійських футбольних турнірів в конфедераціях.

2019 рік

Команда	Дата /місце проведення	Назва заходу	Примітка
W «А»	14 - 22 січня		2: Офіційні або товариські матчі, товариські турніри, континентальні фінальні турніри або фінальні турніри ФІФА, фінальний раунд кваліфікаційних турнірів Олімпійських футбольних турнірів в конфедераціях.

W «А»	25 лютого – 5 березня або 25 лютого – 6 березня		2: Офіційні або товариські матчі, товариські турніри, континентальні фінальні турніри або фінальні турніри ФІФА, фінальний раунд кваліфікаційних турнірів Олімпійських футбольних турнірів в конфедераціях. 4: Якщо товариські турніри (ТТ)
W «А»	1 - 9 квітня		2: Офіційні або товариські матчі, товариські турніри, континентальні фінальні турніри або фінальні турніри ФІФА, фінальний раунд кваліфікаційних турнірів Олімпійських футбольних турнірів в конфедераціях.
W «А»	10 – 18 червня		2: Офіційні або товариські матчі, товариські турніри, континентальні фінальні турніри або фінальні турніри ФІФА, фінальний раунд кваліфікаційних турнірів Олімпійських футбольних турнірів в конфедераціях.
W «А»	Червень – липень Франція	Кубок світу ФІФА™ серед жіночих команд	
W «А»	26 серпня – 3 вересня		2: Офіційні або товариські матчі, товариські турніри, континентальні фінальні турніри або фінальні турніри ФІФА, фінальний раунд кваліфікаційних турнірів Олімпійських футбольних турнірів в конфедераціях.
W «А»	30 вересня - 8 жовтня		2: Офіційні або товариські матчі, товариські турніри, континентальні фінальні турніри або фінальні турніри ФІФА, фінальний раунд кваліфікаційних турнірів Олімпійських футбольних турнірів в конфедераціях.
W «А»	4 – 12 листопада		2: Офіційні або товариські матчі, товариські турніри, континентальні фінальні турніри або фінальні турніри ФІФА, фінальний раунд кваліфікаційних турнірів Олімпійських футбольних турнірів в конфедераціях.

Кадрове забезпечення:

Одним з найважливіших факторів успішності підготовки національної збірної команди України є селекція гравців, формування тренерського штабу.

Тренерський склад:

Рева Володимир	Головний тренер
Верезубова Тетяна	Асистент головного тренера
Мітько Олександр	Тренер воротарів
Славінська Олександра	Начальник команди, адміністратор
Гарбузюк Олександр	Адміністратор ФФУ
Павліченко Павло	Лікар
Жукова Ганна	Масажист
Лазаренко Володимир	КНГ

Спортсмени:

Апанащенко Дарія	«Зірка – 2005» (Перм, Росія)
Андрущак Ія	«Житлобуд – 1» (Харків)
Басанська Ольга	«Рязань – ВДВ» (Рязань, Росія)
Бойченко Ольга	«Росіянка» (Росія)
Василюк Ірина	«Житлобуд - 2» (Харків)
Іванишин Мар'яна	«Спарта» (Прага, Чехія)
Єременко Христина	«Житлобуд – 1» (Харків)
Зварич Ірина	«Зірка – 2005» (Перм, Росія)
Калініна Яна	«Житлобуд – 2» (Харків)
Кравець Дарія	«БПК-Казигурт» (Шимкент, Казахстан)
Козиренко Тетяна	«Гінтра» (Литва)
Кочнєва Ірина	«Житлобуд - 1» (Харків)
Овдійчук Ольга	«Житлобуд – 1» (Харків)
Романенко Тетяна	«Емполі» (Італія)
Самсон Катерина	«Рязань – ВДВ» (Рязань, Росія)
Філенко Анастасія	«Наdejда – Дніпр» (Могильов, Білорусь)
Хіміч Таміла	«Легенда» (Чернігів)
Дятел Віра	«Житлобуд - 2» (Харків)
Андрухів Вероніка	«Житлобуд - 2» (Харків)
Шульга Вероніка	«Житлобуд - 1» (Харків)
Корсун Катерина	«Житлобуд - 2» (Харків)
Шматко Любов	«Спарта» (Прага, Чехія)
Панцулая Натія	«Житлобуд - 1» (Харків)
Шевчук Юлія	«Житлобуд - 1» (Харків)
Костюченко Єлізавета	«Житлобуд - 1» (Харків)
Бондарчук Дарина	«Житлобуд - 2» (Харків)
Говорунова Карина	«Легенда» (Чернігів)