

*К. А. Гордей*

*Науч. рук. В. С. Молчанов,  
преподаватель*

## ТАКТИЧЕСКИЕ СХЕМЫ ИГРЫ СБОРНОЙ АРГЕНТИНЫ НА ЧЕМПИОНАТЕ МИРА 2022

Самым главным инструментом сборной Аргентины на чемпионате мира была вариативность гибридной схемы в разных фазах атаки и идеальный подбор футболистов под функции и роли в этих схемах.



Рисунок 1 – Стартовая расстановка и схема игры при владении мячом

На рисунке 1 мы видим стартовую расстановку в матче против Нидерландов, это основная расстановка почти на весь турнир, в процессе игры она не использовалась и нужна была лишь для удобного перестроения в переходных фазах. При владении сборная использовала ложных инсайдов (Альварес и Де Пауль), Месси исполнял роль ложной девятки и приходил в середину поля для продвижения мяча, а вместо него поднимался МакКалистер и приходил на помощь Альваресу. К угловым флажкам устремлялись Акунья и Молина для подачи мяча в штрафную, а Де Пауль и Энцо Фернандес шли в линию к Месси для помощи в продвижении и для подстраховки фланговых игроков. Такая система позволяла двигать мяч в разных направлениях и максимально разнообразно использовать лучшие качества футболистов [1]. Быстрый и ловкий Акунья часто создавал угрозу с левого края, а «диспетчер» Лео Месси раз за разом доставлял мяч в штрафную или бил по воротам после проходов. Отрыв при быстрых атаках обеспечивал быстрый и мобильный Альварес.

Такая отложенная система позволяла быть команде максимально эффективной и мобильной, рационально использовать футболистов и их сильные стороны.

### Литература

1 Примаченко, П. В. Основные тенденции развития современного футбола / П. В. Примаченко // Дни студенческой науки: материалы LI студенческой научно-

практической конференции (Гомель, 19–20 мая 2022 года) : в 2 ч. Ч. 2 / ред. коллегия: Р. В. Бородич [и др.]; Министерство образования Республики Беларусь, Гомельский государственный университет им. Ф. Скорины. – Гомель : ГГУ им. Ф. Скорины, 2022. – С. 78.

**П. В. Молчанова**

Науч. рук. **В. С. Молчанов**,  
преподаватель

### ИССЛЕДОВАНИЕ АКТИВНОЙ КЛЕТОЧНОЙ МАССЫ СПОРТСМЕНОК РАЗЛИЧНЫХ СПОРТИВНЫХ КВАЛИФИКАЦИЙ

Активная клеточная масса (АКМ) представляет собой массу тела человека за исключением жировой ткани. В нее входят мышечная ткань, внутренние органы, клетки мозга и нервная ткань. Важно при похудении расходовать энергию, полученную из расщепления жировой ткани и сохранять стабильный уровень активной клеточной массы.

Тренеру или спортсмену необходимо отслеживать, чтобы активная клеточная масса спортсменок поддерживалась с помощью тренировок и правильного питания. Процентная доля активной клеточной массы – это часть принимающих участие в обмене веществ АКМ клеток в тощей массе. Стандартно у женщин она больше 50 %, а для мужчин больше 53 %. У тренированных спортсменов эти показатели должны быть выше. Невысокие показатели процентной доли АКМ может объясняться неправильным или недостаточным питанием. Увеличение доли АКМ указывает на улучшение уровня физической подготовленности спортсменов и улучшения их работоспособности.

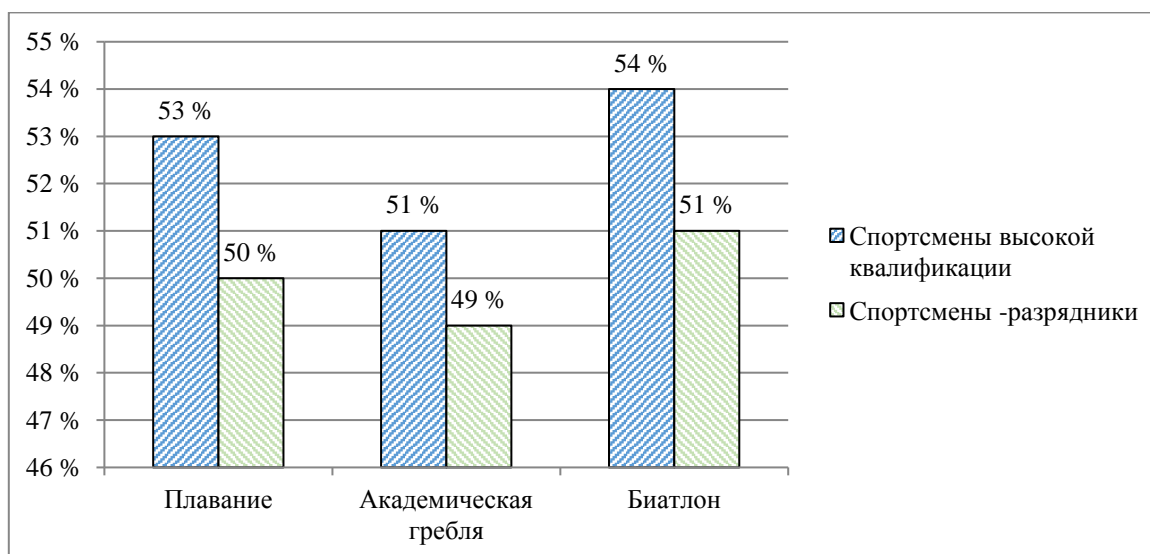


Рисунок 1 – Средние показатели активной клеточной массы у спортсменок

У высококвалифицированных спортсменок в плавании показатель активной клеточной массы – 61 %, разница со спортсменками-разрядницами составляет 8 %. В академической гребле и биатлоне показатели активной клеточной массы меньше, чем у представительниц плавания, и составляют 58 % и 57 % соответственно. У спортсменок-разрядниц в академической гребле этот показатель составляет 57 %, в биатлоне в 55 %. В целом можно сделать вывод, процент АКМ у высококвалифицированных спортсменок выше (рисунок 1).