

Амонтурдиев Бахтиёр Курбонович

проф. кафедры Физического воспитания и спортивных игр

Термезский государственный университет

ПРОБЛЕМА ОРГАНИЗАЦИИ ЗАЩИТНЫХ ДЕЙСТВИЙ В ПРОФЕССИОНАЛЬНОМ ЖЕНСКОМ ФУТБОЛЕ

Аннотация: В статье рассматривается проблема организации защитных действий в профессиональном женском футболе. Обосновано, что качество обороны не может оцениваться только количеством отборов, перехватов или пропущенных мячей. Защитная эффективность определяется согласованностью линий, компактностью командного блока, скоростью перехода после потери мяча, контролем свободных зон, индивидуальной устойчивостью в единоборствах и способностью команды управлять пространством перед штрафной площадью

Ключевые слова женский футбол, профессиональный футбол, защита, оборонительный блок, компактность, переходная фаза, фланговая защита.

Amonturdiev Bakhtiyor Kurbonovich

Professor, Department of Physical Education and Sports Games

Termez State University

PROBLEM OF ORGANIZING DEFENSIVE ACTIONS IN PROFESSIONAL WOMEN'S FOOTBALL

Abstract: The article examines the problem of defensive organization in professional women's football. It argues that defensive performance cannot be assessed only through tackles, interceptions, or the number of goals conceded. Defensive efficiency depends on the coordination between team lines, compactness of the defensive block, reaction after ball loss, control of free spaces, individual stability in duels, and the team's ability to manage the area in front of the penalty box.

Keywords women's football, professional football, defence, defensive block, compactness, defensive transition, wide-area defence, duels, tactical discipline.

Постановка проблемы. Профессиональный женский футбол развивается быстрее, чем методическое обеспечение его тренировочного процесса. FIFA прямо связывает развитие женского футбола с повышением стандартов клубов и лиг, а программа профессионализации женского футбола ориентирована на создание устойчивых клубных и соревновательных структур ([FIFA](#)). В этих условиях возрастает значение не только атакующей подготовки, но и системной организации защиты.

На практике защитные действия женской команды часто анализируются упрощённо. Тренер фиксирует количество пропущенных мячей, индивидуальные ошибки защитниц, проигранные единоборства или неудачную игру вратаря. Такой подход даёт поверхностное описание результата, но не раскрывает механизма возникновения опасной ситуации. Пропущенный мяч редко является следствием одного действия. Чаще он формируется как последовательность малых нарушений: несвоевременное включение в прессинг, разрыв между линиями, запоздалое смещение фланговой защитницы, слабая страховка опорной зоны, потеря концентрации при втором темпе атаки.

В профессиональном женском футболе проблема защиты имеет особую значимость. Игровая интенсивность растёт, команды чаще используют высокий прессинг, быстрые фланговые атаки, диагональные передачи за спину защитниц, агрессивное подключение крайних игроков и стандарты с большим числом повторных подборов. FIFA в глобальных отчётах по женскому футболу подчёркивает расширение профессиональной инфраструктуры, рост числа лиг и клубов, а также необходимость опоры на данные при управлении развитием женского футбола¹. Следовательно, анализ обороны должен переходить от общих тренерских оценок к воспроизводимым критериям.

Защита в футболе является не изолированной функцией защитников, а коллективным способом управления пространством, временем и

¹ [FIFA](#)

направлением атаки соперника. Ещё в классических работах по футболу подчёркивалось, что игровая деятельность футболиста определяется не только физической подготовленностью, но и способностью принимать решения в условиях дефицита времени и постоянного изменения игровой ситуации [1; 2]. В тактических исследованиях футбола конца XX века командная игра рассматривается как система взаимодействий, где значение имеет не отдельное действие, а структура связей между игроками [3].

Для женского футбола этот тезис особенно важен. Ошибка центральной защитницы может быть вызвана не её индивидуальной слабостью, а запоздалым давлением полузащитницы на игрока с мячом. Проигранный фланг может быть связан не только с действиями крайней защитницы, но и с отсутствием поддержки со стороны вингера. Пропущенный мяч после передачи в штрафную может возникнуть не из-за вратаря, а из-за того, что команда не закрыла зону подбора.

Модель анализа защиты включает пять взаимосвязанных блоков.

Первый блок — позиционная компактность. Оцениваются расстояния между линиями, наличие свободной зоны перед центральными защитницами, открытость полуфлангов и своевременность смещения блока к мячу. Тренировочная задача — синхронное сужение пространства, страховка опорной зоны и запрет свободного приёма между линиями.

Второй блок — переходная защита. Анализируются первые секунды после потери мяча: ближайшее давление, перекрытие вертикальной передачи, позиция центральных защитниц и готовность опорной зоны к подбору. Тренировочная задача — немедленное давление после потери и защита центрального коридора.

Третий блок — фланговая организация. Оцениваются взаимодействие крайней защитницы, вингера и ближайшей центральной защитницы, блокировка подачи, контроль зоны за спиной и позиция дальней защитницы. Тренировочная задача — отработка ситуаций 2 в 2, смещение дальней линии и контроль второй волны атаки.

Четвёртый блок — индивидуальная дуэльная устойчивость. Анализируются действия в ситуациях 1 в 1, верховой борьбе, подборе и блокировке удара. Основные показатели — положение корпуса, дистанция, момент вступления в отбор и устойчивость после контакта. Тренировочная задача — индивидуальная работа с защитницами и опорными полузащитницами в ограниченном пространстве.

Пятый блок — завершение оборонительного эпизода. Оцениваются действия после первого выноса, блока, отскока или повторной подачи: контроль подбора, закрытие дальней штанги и готовность к повторному удару. Тренировочная задача — моделирование стандартов, вторых мячей и повторных атак до полного завершения эпизода.

Проблема защиты в женском футболе связана не только с физической силой или скоростью, а прежде всего с качеством взаимодействия, распределением пространства и своевременностью решений. Команда может иметь быстрых защитниц, но регулярно допускать угрозы из-за разрывов между линиями, слабого контроля опорной зоны и поздней реакции после потери мяча.

Профессиональный анализ должен начинаться с реконструкции эпизода: кто не оказал давление на мяч, почему открылась центральная зона, почему крайняя защитница осталась без поддержки, почему после первого выноса не был закрыт подбор. Эти ответы определяют содержание тренировки: компактность блока, переходная защита, фланговая страховка, дуэльная устойчивость и работа со вторыми мячами.

Выводы. Защита в профессиональном женском футболе является коллективной системой управления пространством, временем и направлением атаки соперника. Основные проблемы обороны связаны с нарушением компактности, поздним переходом после потери мяча, слабой фланговой страховкой, проигрышем ключевых дуэлей и снижением концентрации во второй фазе эпизода.

Предложенная модель переводит анализ защиты из эмоциональной оценки ошибок в воспроизводимую систему наблюдения, коррекции и тренировочного планирования.

Профессиональный рост женской команды требует регулярного анализа оборонительных эпизодов, индивидуальных карт защитных действий и обязательного включения выявленных проблем в недельный микроцикл.

Список литературы

1. Bangsbo J. Fitness Training in Football. A Scientific Approach. Bagsværd: NO+Storm, 2004.
2. Reilly T. Science and Soccer. London: E & FN Spon, 2006.
3. Garganta J. Modelação táctica do jogo de Futebol. Porto: Universidade do Porto, 2007.
4. Gréhaigne J.-F., Godbout P., Bouthier D. The Foundations of Tactics and Strategy in Team Sports. Journal of Teaching in Physical Education. 2000. Vol. 18. No. 2. P. 159–174.
5. Amonturdiyev B. Futbol o'yini. O'quv qo'llanma. Termiz: Surxon-nashr, 2021.
6. Bradley P.S., Vescovi J.D. Velocity thresholds for women's soccer matches. International Journal of Sports Physiology and Performance. 2015. Vol. 10. No. 1. P. 112–116.
7. Datson N., Hulton A., Andersson H., Lewis T., Weston M., Drust B., Gregson W. Applied Physiology of Female Soccer. Sports Medicine. 2014. Vol. 44. No. 9. P. 1225–1240.
8. FIFA. Women's Football Development Programme. Zurich: FIFA, 2024.
9. FIFA. Setting the Pace. FIFA Women's Football Benchmarking Report. 3rd edition. Zurich: FIFA, 2023.
10. FIFA. Women's Football Professionalisation. Zurich: FIFA, 2024.
11. UEFA. Unstoppable. UEFA Women's Football Strategy 2024–2030. Nyon: UEFA, 2024.

12. Termiz davlat universiteti. Jismoniy tarbiya va sport o‘yinlari kafedrasini haqidagi ma’lumotlar. Termiz, 2024–2026.