

# УПРОЩЕННЫЕ ФОРМЫ ИГРЫ (УФИ)

**FIFA**

*For the Game. For the World.*

# Статистическое подтверждение пользы УФИ

**FIFA**<sup>®</sup>

*For the Game. For the World.*

# Статистическое подтверждение пользы УФИ

**Исследования сравнивающие 4 на 4, 5 на 5, 7 на 7 с 11 на 11  
(полный состав):**

## Исследования сравнивающие 4 на 4, 5 на 5, 7 на 7 с 11 на 11 (полный состав):

- **Игроки касаются мяча:**
  - в 5 раз больше в 4 на 4;
  - в 2 раза больше в 7 на 7;

## Исследования сравнивающие 4 на 4, 5 на 5, 7 на 7 с 11 на 11 (полный состав):

- **Игроки касаются мяча:**
  - в 5 раз больше в 4 на 4;
  - в 2 раза больше в 7 на 7;
- **Ситуации один-на-один:**
  - в 3 раза больше в 4 на 4;
  - в 2 раза больше в 7 на 7;

## Исследования сравнивающие 4 на 4, 5 на 5, 7 на 7 с 11 на 11 (полный состав):

- **Игроки касаются мяча:**
  - в 5 раз больше в 4 на 4;
  - в 2 раза больше в 7 на 7;
- **Ситуации один-на-один:**
  - в 3 раза больше в 4 на 4;
  - в 2 раза больше в 7 на 7;
- **В среднем голы забиваются:**
  - каждые 2 минуты в 4 на 4;
  - каждые 4 минуты в 7 на 7;

## Исследования сравнивающие 4 на 4, 5 на 5, 7 на 7 с 11 на 11 (полный состав):

- **Игроки касаются мяча:**
  - в 5 раз больше в 4 на 4;
  - в 2 раза больше в 7 на 7;
- **Ситуации один-на-один:**
  - в 3 раза больше в 4 на 4;
  - в 2 раза больше в 7 на 7;
- **В среднем голы забиваются:**
  - каждые 2 минуты в 4 на 4;
  - каждые 4 минуты в 7 на 7;
- **Голкипер вступает в игру:**
  - в 2–4 раза чаще в 7 на 7;
- **Мяч находится вне игры:**
  - 8% в 4 на 4
  - 14% в 7 на 7
  - 34% в 11 на 11

# Другие преимущества УФИ

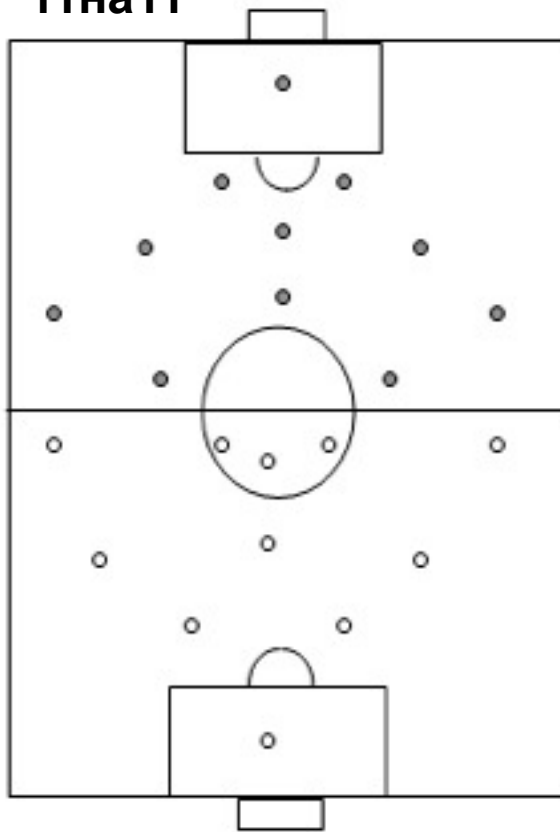
- Игра становится более понятной;
- Больше индивидуальной свободы, большее удовлетворение/удовольствие от игры;
- Учащается необходимость принятия решений;
- Моделирование базовых тактических ситуаций;
- Больше пасов вперед;
- Больше атак 1 на 1, атаки чаще доходят до штрафной соперника;
- Активное участие повышает уровень физической подготовки;



# Последствия УФИ для использования пространства

**FIFA**  
For the Game. For the World.

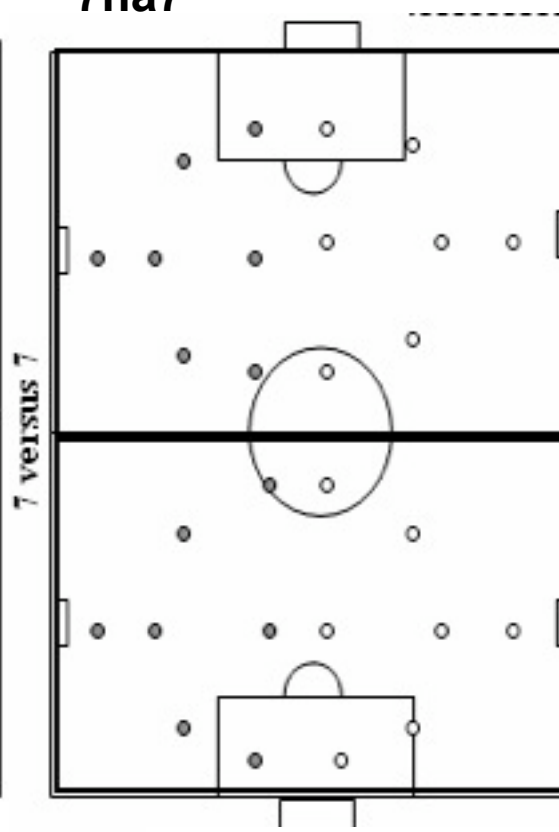
**11на11**



**11на11**

22 игрока, 1 арбитр  
ворота: 7,32x2,44м

**7на7**

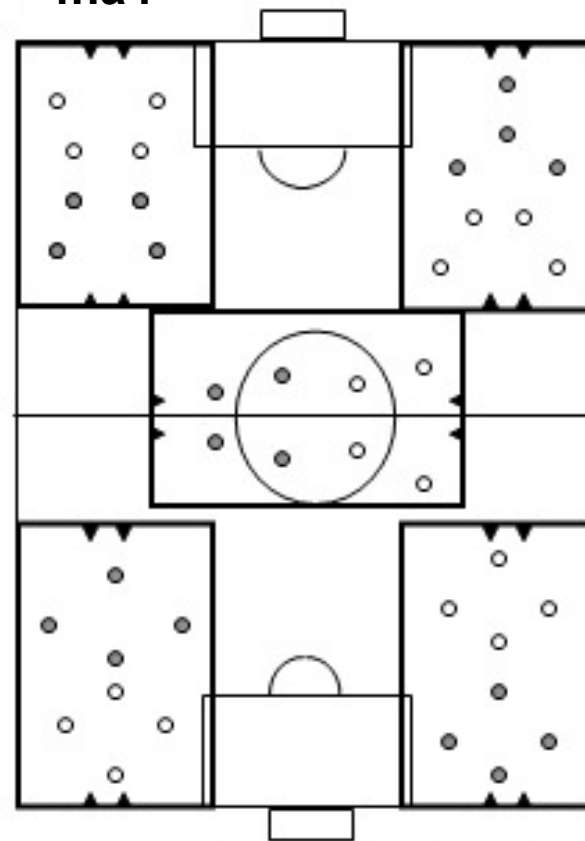


**7на7**

2 поля в ширину  
28 игроков, 2 арбитра  
ворота: 5x2м

smaller goals: 5x2 meters

**4на4**



**4на4**

5 площадок на одном поле  
40 или меньше игроков, без арбитра  
Фишки на ширине 2-3 метров вместо ворот или маленькие ворота

**«Вариации 4 на 4»**  
**Инструмент развития  
базовых принципов  
футбола**



# 4на4: самая простая форма со всеми характеристиками 11на11

- 4 на 4 / **базовая форма**

## Вариации:

- 4 на 4 / **4 маленьких ворот**  
(элемент обучения: пасовать / менять игру ??switch of play)
- 4 на 4 / **футбол в линию**  
(элемент обучения: ведение)
- 4 на 4 / **длинное маленькое поле**  
(элемент обучения: длинные пасы)
- 4 на 4 + **вратари / 2 больших ворот**  
(элемент обучения: удары)
- 4 на 4 / **турниры**  
(индивидуальный победитель/ 2+2=4 / командный турнир)

# Турнир 4 на 4 с индивидуальным победителем

ИМЯ	ИГРА 1		ИГРА 2		ИГРА 3		ИГРА 4		ИГРА 5		ИГРА 6		ВСЕГО	
													ОЧКОВ	МЕСТО

## «Вариации 4 на 4»

Инструмент развития  
базовых принципов  
футбола

