

Imants Bleidelis

ORCID 0009-0007-0179-9220

Inovatīvs Latvijas jaunatnes
zēnu čempionātu spēļu formāts
futbolā U13 vecuma grupai

Promocijas darba kopsavilkums zinātnes doktora grāda
“zinātnes doktors (*Ph. D.*)” iegūšanai

Nozaru grupa – medicīnas un veselības zinātnes

Nozare – veselības un sporta zinātnes

Apakšnozare – sporta pedagogija

Rīga, 2026

Promocijas darbs izstrādāts Rīgas Stradiņa universitātē, Latvijā

Promocijas darba vadītāja:

Dr. paed. asociētā profesore **Signe Luika**,
Rīgas Stradiņa universitāte, Latvija

Zinātniskie konsultanti:

Dr. paed. profesore **Andra Fernāte**,
Rīgas Stradiņa universitāte, Latvija

Dr. paed. asociētā profesore **Irēna Upeniece**,
Rīgas Stradiņa universitāte, Latvija

Dr. psych. docents **Aleksandrs Koļesovs**,
Latvijas Universitāte

Dr. paed. vadošais pētnieks **Behnam Boobani**,
Latvijas Universitāte

Oficiālie recenzenti:

Dr. paed. profesore **Žermēna Vazne**,
Rīgas Stradiņa universitāte, Latvija

Dr. sc. admin. asociētais profesors **Ilvis Ābelkalns**,
Latvijas Universitāte

Ph. D. asociētais profesors **Artur Litwiniuk**,
Jozefa Pilsudska Fiziskās audzināšanas universitāte, Polija

Promocijas padomes priekšsēdētājs:

Dr. paed. asociētais profesors **Kalvis Ciekurs**,
Rīgas Stradiņa universitāte, Latvija

Promocijas padome:

Dr. paed. profesors **Juris Grants**,
Rīgas Stradiņa universitāte, Latvija

Dr. paed. asociētā profesore **Inta Bula-Biteniece**,
Rīgas Stradiņa universitāte, Latvija

Dr. paed. profesore **Žermēna Vazne**,
Rīgas Stradiņa universitāte, Latvija

Dr. paed. docents **Renārs Līcis**,
Rīgas Stradiņa universitāte, Latvija

Promocijas darbs tiks aizstāvēts Veselības un sporta zinātņu promocijas padomes atklātā sēdē 2026. gada 24. augustā plkst. 13.00 Hipokrāta auditorijā, Dzirciema ielā 16, Rīgas Stradiņa universitātē

Ar promocijas darbu var iepazīties RSU bibliotēkā un RSU tīmekļa vietnē:
<https://www.rsu.lv/promocijas-darbi>



Pētījums tiek realizēts Eiropas Savienības Atveseļošanas un noturības mehānisma plāna un valsts budžeta finansēta projekta “RSU iekšējā un RSU ar LSPA ārējā konsolidācija”
Nr. 5.2.1.1.i.0/2/24/I/CFLA/005 ietvaros īstenotā Doktorantūras grantā

Satura rādītājs

Satura rādītājs	4
Darbā izmantotie saīsinājumi	5
Ievads	6
Darba mērķis.....	8
Darba uzdevumi.....	9
Pētījuma metodes.....	9
Darba hipotēze.....	9
Darba novitāte.....	9
Spēļu formātu īstenošanas ietekme uz futbolistu attīstību	11
Secinājumi	16
Priekšlikumi	19
Publikāciju, ziņojumu un patentu saraksts par promocijas darba tēmu.....	21
Literatūras un avotu saraksts	22

Darbā izmantotie saīsinājumi

<i>FIFA</i>	Starptautiskā Futbola federāciju asociācija; franču valodā: <i>Fédération Internationale de Football Association</i>
LFF	Latvijas Futbola federācija
LJČ	Latvijas Jaunatnes čempionāts futbolā
RSU	Rīgas Stradiņa universitāte
<i>UEFA</i>	Eiropas Futbola asociāciju savienība; angļu valodā: <i>Union of European Football Associations</i>

Ievads

Futbols nereti tiek dēvēts par sporta karali – tā ir globāla spēle, kas nepazīst valstu robežas. Tā ir izplatīta visos pasaules kontinentos, kur regulāri notiek visdažādākā līmeņa sacensības: no draudzības spēlēm un reģionāliem turnīriem līdz pat pasaules čempionātiem un kausu izcīņām (Rubenis, 2006). Spēles unikalitātes un rezultātu neparedzamības dēļ futbols piesaista miljoniem skatītāju, laika gaitā pārtopot no vienkāršas sporta spēles par ietekmīgu sabiedrisku kustību.

Saskaņā ar Ulda Ulmaņa (2010) datiem, futbola pirmsākumi Latvijā ir meklējami 1907. gadā. Tolaik Rīgas fabriku, īpaši – rūpnīcas “Salamandra”, angļu darbinieki nodibināja pirmo futbola komandu – British Football Club. Sākotnēji komandai nebija citu spēļu partneru, izņemot Rīgā iebraukušo Anglijas kuģu jūrniekus. Šī iemesla dēļ tās dibinātāji nolēma popularizēt jauno sporta veidu vietējās sporta biedrībās.

Lai gan futbola pirmsākumi Latvijā tiek saistīti ar 1907. gadu, atsevišķas aktivitātes notika jau agrāk: 1906. gadā sporta apvienība “Ķeizarmežs” rīkoja sporta svētkus, kuru programmā bija iekļauts arī futbols, bet 1905. gadā tika organizēti kājbumbas paraugdemonstrējumi. Latvijas futbola vēsturi var iedalīt trīs galvenajos posmos: pirmais (1907.–1940.), otrais jeb padomju okupācijas periods (1945.–1991.) un trešais – posms pēc neatkarības atgūšanas, sākot ar 1992. gadu, kad valstsvienība atgriezās starptautiskajā apritē (Rubenis et al., 2000).

Par izcilāko sasniegumu mūsdienu Latvijas futbola vēsturē tiek uzskatīta valstsvienības kvalificēšanās 2004. gada Eiropas čempionāta finālturnīram Portugālē. Šīs izlases, kuras spēlētāju vidējais vecums bija 25–27 gadi (Girvičs, 2020), panākumu pamatā bija augsta spēlētāju konkurētspēja. No 23 finālturnīram pieteiktajiem spēlētājiem 12 pārstāvēja spēcīgus ārvalstu klubus tādos čempionātos kā Anglijas Premjerlīga, Krievijas un Ukrainas virslīgas, kā arī Austrijas, Dānijas un Izraēlas līgas.

Salīdzinājumam – 2022. gada oktobrī tikai astoņi nacionālās izlases kandidāti spēlēja ārzemju klubos, turklāt, – salīdzinoši vājākos čempionātos. Šis spēlētāju meistarības kritums atspoguļojas arī rezultātos: diemžēl Latvijas izlase FIFA rangā atrodas tikai 129. vietā, kas liecina par zemu individuālās meistarības līmeni pašreizējā sastāvā.

Viens no būtiskākajiem iemesliem Latvijas futbola izlases ilgstošajai neveiksmju sērijai pēc 2004. gada ir jaunatnes treniņu sistēmas sabrukums pēc neatkarības atgūšanas. Šo situāciju trāpīgi raksturojis bijušais Rīgas Futbola skolas direktors Ilmārs Krastiņš: “Agrāk pieteicās simtiem spēlēt gribētāju, tagad – daži desmiti. Agrāk bija nepieciešami atlases testi. Tagad ņemam pretī katru, kurš vēlas spēlēt. Vairāki labi treneri aizgājuši prom, jo nevarējām viņiem sagādāt normālus darba apstākļus” (Ulmanis, 2010).

Jau vairākus gadus Eiropas Top5 futbola līgās nav neviena Latvijas pārstāvja, kā arī Latvijas futbolistu skaits, kuri spēlē ārzemēs, ir krietni mazs, salīdzinot ar mūsu Baltijas kaimiņiem. Jautājuma aktualitāte par konkurētspējīgu sportistu sagatavošanu profesionālajam futbolam nekad nav raisījusi šaubas (Haugaasen et al., 2014). Par to liecina ievērojams skaits pētījumu, kas veltīti šim jautājumam (Grossmann et al., 2015, Schroepf et al., 2017, Roynesdal et al., 2018, Webb et al., 2020). Ir skaidrs, ka bez kvalitatīvas jauno futbolistu paaudzes sagatavošanas Latvijas futbolam nav nākotnes. Lai gan sporta zinātnē ir uzkrāts milzīgs teorētiskā un eksperimentālā materiāla apjoms par sportistu attīstību (Lundqvist et al., 2022), tā praktiska pielietošana Latvijas apstākļos joprojām ir izaicinājums.

Pēdējos gados ir pieaudzis publikāciju skaits, kurās tiek analizētas mūsdienu tendences jaunatnes futbolā (Nikolaienko et al., 2021), uzsverot nepieciešamību veidot efektīvas sacensību un treniņu sistēmas (Nikolaienko et al., 2023). Līdz ar to treniņu procesa un sacensību organizācijas pilnveidošana ir kļuvusi par vienu no centrālajām problēmām sporta veida tālākā attīstībā (García-Angulo et al., 2020).

Sacensības ir atzīts un efektīvs līdzeklis sportistu prasmju pilnveidošanai (Gulbin et al., 2013), taču futbolā to loma ir īpaši nozīmīga. To nosaka divi galvenie faktori: pirmkārt – lielais spēļu skaits, kas sezonā var sasniegt 50–100, un, otrkārt – augstā intensitāte, jo katras spēles slodze bieži pārsniedz treniņa slodzi. Šo faktoru dēļ sacensību ietekme uz spēlētāju attīstību ir ārkārtīgi liela (Teixeira et al., 2021). Tomēr jāsecina, ka pašreizējā Latvijas jaunatnes futbola sacensību sistēma un ar to saistītās pedagoģiskās pieejas negatīvi ietekmē konkurētspējīgu spēlētāju sagatavošanu. Lai gan Latvijai ir salīdzināms infrastruktūras līmenis, treneru kvalifikācija un klubu skaits, mēs atpaliekam no tādām valstīm kā Islande, Slovēnija un pat no Igaunijas un Andoras.

Empīriskā Latvijas futbolistu mācības sistēmas analīze atklāj, ka futbola klubu un Latvijas Futbola federācijas (LFF) akadēmiju zemās darbības efektivitātes pamatā ir vairāki savstarpēji saistīti iemesli, tostarp:

- pārmērīga visu iesaistīto pušu – klubu vadītāju, treneru un vecāku – orientācija uz tūlītēju sportisko rezultātu (iegūtie punkti, godalgotas vietas), nevis uz ilgtermiņa attīstību;
- nesabalansēta jaunatnes sacensību sistēma, kuras formāts un mērķi ir vērsti uz komandas rezultātu, nevis uz individuālu spēlētāju meistarības pilnveidošanu;
- nepietiekams treniņu procesa apjoms un intensitāte, ko vēl vairāk negatīvi ietekmē pārmērīga spēlētāju noslodze sacensībās, tādējādi kavējot mērķtiecīgu prasmju attīstību.

Saskaņā ar sportista ilgtermiņa attīstības pamatprincipiem, kas izklāstīti fundamentālos pētījumos (Bloom, 1985; Balyi, 2001; Norris et al., 2010), talantīgam sportistam ir nepieciešami astoņi līdz divpadsmit gadi mērķtiecīgu treniņu, lai sasniegtu elites līmeni. Tomēr Latvijas futbolā daudzi treneri galveno uzmanību pievērš īstermiņa rezultātiem, pielietojot metodes, kas vērstas tikai uz gatavošanos tuvākajām spēlēm – pieeja, kas pazīstama kā “*peaking by Friday*” (sasniegt maksimumu piektdienā) (Balyi et al., 1999). Šāda pieeja ignorē faktu, ka ilgtspējīgi panākumi balstās mērķtiecīgā treniņu procesā un stabilā sniegunā ilgtermiņā, nevis atsevišķās īstermiņa uzvarās.

Sacensību kalendārs ir noteicošais faktors, kas ietekmē treniņu slodžu plānošanu gada ciklā (Coutinho et al., 2015). Mērķtiecīga treniņu procesa kvalitāte būtiski pazeminās, ja jaunie futbolisti jau no agra vecuma tiek pārslogoti ar regulārām sacensībām (Torres et al., 2007). Šī uz rezultātu orientētā vide rada situāciju, kurā futbola klubu vadītāji prioritizē nevis radošus un uz attīstību vērstus trenerus, bet gan tādus speciālistus (funkcionārus), kuri spēj nodrošināt augstu vietu turnīra tabulā, bieži vien upurējot spēlētāju individuālās izaugsmes perspektīvas.

Saskaņā ar LFF Jaunatnes klubu akreditācijas nolikumu periodam no 2022. līdz 2025. gadam, A līmeņa akadēmijām vecuma grupās no U13 līdz U18 ir obligāti jāpiedalās Latvijas jaunatnes čempionāta Elites grupā vismaz četrās vecuma grupās. Šie noteikumi faktiski piespiež klubu vadību un trenerus prioritizēt īstermiņa rezultātu, koncentrējoties uz šauru vadošo spēlētāju loku. Lai sasniegtu noteiktos mērķus, šie spēlētāji tiek pārslogoti un spēlē ar minimālu rotāciju, kamēr pārējie komandas biedri, kuri atrodas rezervē, nesaņem pilnvērtīgai attīstībai nepieciešamo spēļu praksi. Tādējādi sistēma pati rada priekšnoteikumus nekonkurētspējīgu spēlētāju sagatavošanai, jo attīstības iespējas tiek nodrošinātas tikai nelielai daļai audzēkņu.

Lai gan sporta zinātnē ir uzkrāts ievērojams daudzums pētījumu par šo tēmu, pētnieku vidū ilgu laiku pastāvēja domstarpības par bērnu un jauniešu sacensību galvenajiem mērķiem (Kochanek et al., 2019). Latvijas futbola lēmumu pieņēmējiem, treneriem un vecākiem ir nepieciešams pārskatīt pašreizējo pieeju jaunatnes attīstībai. Starptautiskā pieredze rāda, ka veiksmīgas attīstības sistēmas pamatprincips ir spēļu formāts, kas ir orientēts nevis uz rezultātu par katru cenu, bet gan uz spēlētāju pakāpenisku un vispusīgu attīstību.

Darba mērķis

Inovatīva spēļu formāta izstrāde Latvijas jaunatnes zēnu čempionātam futbolā U13 vecuma grupā.

Darba uzdevumi

Promocijas darba mērķa sasniegšanai izvirzīti šādi uzdevumi:

1. Teorētiski izpētīt futbola spēļu formātus sacensību darbībā zēniem.
2. Izpētīt normatīvo regulējumu Latvijā un citās valstīs futbola spēļu formātiem zēniem U13 vecuma grupā.
3. Izpētīt U13 vecuma grupas futbolista mācīšanās vajadzības un ilgtermiņa mērķu sasniegšanu futbola spēļu formātos 9 pret 9 un 11 pret 11.
4. Izpētīt treneri viedokļus par futbola spēļu formāta 9 pret 9 ieviešanos piemērotību U13 vecuma grupai.
5. Izstrādāt inovatīvu Latvijas jaunatnes čempionātu spēļu formātu zēniem futbolā U13 vecuma grupai, balstoties uz pētījumā iegūtajiem rezultātiem.

Pētījuma metodes

1. Zinātniskās literatūras un avotu izpēte.
2. Dokumentu kontentanalīze.
3. Videonovērošana.
4. Instrumentālā datu reģistrēšana.
5. Intervija.
6. Atvērtā un aksiālā kodēšana.
7. Matemātiskās datu apstrādes metodes.

Darba hipotēze

Ja mainītu spēļu formātu zēniem futbolā U13 vecuma grupai, no 11 pret 11, ar laukumu izmēriem 106×68 m, uz 9 pret 9, ar laukumu izmēriem 74×52 m, tad pieaugtu spēlētāju tehnisko un taktisko darbību mainīgums un skaits, kā arī palielinātos komandu uzbrukuma skaits pie pretinieku komandas vārtiem.

Darba novitāte

Šī pētījuma mērķis ir izstrādāt inovatīvu un zinātniski pamatotu spēļu formātu Latvijas jaunatnes zēnu čempionātam U13 vecuma grupā. Spēļu formāta izstrādē tiks ņemta vērā gan citu valstu labākā prakse, gan Latvijas jaunatnes futbola specifika. Izstrādātais spēļu formāts kalpos par pamatu Latvijas Futbola federācijai (LFF), lai veiktu uz pierādījumiem balstītu jaunatnes sacensību sistēmas reorganizāciju. Papildus tam pētījuma metodoloģiju var izmantot, lai analizētu citus spēļu formātus un novērtētu to atbilstību spēlētāju attīstības vajadzībām.

Pētījuma praktiskā nozīme ir tā rezultātu un izstrādātā inovatīvā spēļu formāta nodošana Latvijas futbola sabiedrības rīcībā. Ilgtermiņa perspektīvā pētījuma rezultāti ir vērsti uz to, lai

veicinātu paradigmas maiņu iesaistīto pušu – klubu vadītāju, treneru un vecāku – domāšanā, mazinot pārmērīgu fokusu uz īstermiņa rezultātiem. Tādējādi tiks radīta labvēlīgāka vide jauno futbolistu talantu atklāšanai un viņu potenciāla pilnvērtīgai attīstībai.

Spēļu formātu īstenošanas ietekme uz futbolistu attīstību

Par zēnu futbola spēļu formātu salīdzinošo pētījumu novatori var pamatoti saukt zinātnieku komandu – Lapresu, Aranu un Navajasu. Viņi, izmantojot Angueras (Anguera, 1988) novērošanas metodoloģiju, 2001. gadā pirmo reizi futbolam veltītajā zināšanu jomā uzdrošinājās veikt pētījumu par zēnu spēļu formātiem 9 pret 9 un 11 pret 11, lai atbildētu uz šādiem jautājumiem:

- spēlējot kurā no spēļu formātiem: 9 pret 9 vai 11 pret 11, rada bērniem visvairāk prieka;
- kurš no spēļu formātiem: 9 pret 9 vai 11 pret 11, vislabāk atbilst 12–13 gadus veca bērna fizioloģiskajām vajadzībām;
- kurš no spēļu formātiem: 9 pret 9 vai 11 pret 11, visvairāk veicina tehnisko un taktisko spēju attīstību.

Sekojo 2000. gadu sākuma zinātnes tendencēm, zinātnieku grupa (Arana, Lapresa, Garzo, León, 2002) veica pētījumu, kurā arī, izmantojot Angueras (Anguera, 1988) novērošanas metodoloģiju, salīdzināja zēnu futbola spēļu formātus 7 pret 7, 9 pret 9 un 11 pret 11, bet, ņemot vērā vietējo treneru vienprātību jaunatnes futbola jomā, ar kādām pamatproblēmām spēlētāji saskaras 12–13 gadu vecumā pirmajā gadā, pārejot uz spēļu formātu 11 pret 11, proti:

- bioloģiskā brieduma priekšrocības pār tehniku spēles attīstības un gala rezultāta ziņā;
- spēlētāji ar vēlāku somatisko attīstību izjūt ievērojamas adaptācijas grūtības un bieži tiek atstumti no spēles epizodēm, jo viņus bieži izkonkurē fiziski spēcīgāki, agrīni nobrieduši vienaudži, kuri dominē, pateicoties fiziskajiem dotumiem, nevis tehniskajai meistarībai;
- spēlētāja tehnisko paņēmienų izpildījuma kvalitāte saglabājas tikai tajās spēles epizodēs, kas neprasa garo piespēļu vai tālu sitienu izmantošanu;
- stūra sitiena laikā spēlētājs nevar nogādāt bumbu soda laukumā, maksimāli līdz pirmajam vārtu stabam;
- uzbrukuma virziena izmaiņas notiek ārkārtīgi reti;
- zona, kurā sākas uzbrukuma darbības, parasti sakrīt ar zonu, kurā tās beidzas;
- reti sitieni pa vārtiem no zonas ārpus soda laukuma;
- sitot bumbu prom no vārtiem, bumbu parasti izsit nevis vārtsargs, bet gan spēcīgākais aizsargs;
- bērna antropometrisko rādītāju dabiskais ikgadējais pieaugums ir asimetrisks un ievērojami atpaliek no sporta infrastruktūras (futbola vārtu) standartu lēcienveidīgās palielināšanās.

Vēl viens spēļu formātiem veltīts zinātnisks pētījums (Lapresa, Arana, Carazón, Egüén, Amatria), kura ietvaros tika izmantota tāda pati metodoloģija, norisinājās 2010. gadā. Tajā zinātnieki, izmantojot aprakstošo statistiku kā vispārīgu pamatu un identificējot laika modeļus ar konkrētiem piemēriem, salīdzināja bērnu tehnisko un taktisko attīstību vecuma grupā līdz astoņiem gadiem divos spēļu formātos – 3 pret 3 un 5 pret 5.

2013. gadā zinātnieku grupa – Arana, Lapresa, Anguera, Garzón – veica pētījumu vecuma grupā U11–U12 starp spēļu formātiem 7 pret 7, 9 pret 9 un 11 pret 11, izmantojot novērošanas metodoloģiju (Bakeman et al., 1987) kopā ar regulāru struktūru noteikšanu (*T-patterns*), lai identificētu, kurš no spēļu formātiem ir labāk piemērots spēlētāja spējām šajā vecumā.

Par nākamo nozīmīgo darbu zinātnieku aprindās jauniešu spēļu formātu jautājumā var saukt zinātnieku grupas pētījumu (Lapresa et al., 2015), kura analizēja zēnu spēļu formātu atšķirības 7 pret 7 un 8 pret 8 U12 vecuma grupā, vairāk paļaujoties uz spēles vietas izmantošanu spēles laikā, un pētījumu hipotēžu veidošanu, pamatojoties uz uzbrukuma sākuma zonām ar to veiksmīgas pabeigšanas zonu korelāciju.

Nākamais solis šāda veida pētījumu turpināšanā bija zinātnieku grupas (Amtria et al., 2016) pētījums U10 vecuma grupā zēnu spēļu formātos 7 pret 7 un 8 pret 8, kurā zinātnieki ieviesa jaunu koncepciju – izmantojot vairākus loģiskās regresijas modeļus, lai prognozētu uzbrukuma panākumus, pamatojoties uz spēles formātu un laukuma zonu, kurā spēle tika uzsākta, kā arī izveidoja divus vienkāršus loģikas regresijas modeļus, lai novērtētu, kā spēles formāts ietekmēja tehnisko un taktisko prasmju apguvi. Kā panākums tika definēts sitiens pa pretinieka vārtiem.

Arī 2016. gadā tika veikts pētījums (Lapresa, Arana, Anguera, Perez-Castellanos, Amatria), kurā novērošanas eksperimentā tika izmantota vienkārša un daudzkārtēja loģiskā regresija, lai noskaidrotu, kurš no spēļu formātiem – 3 pret 3 vai 5 pret 5, ir piemērotāks bērnu vecuma grupai no 6 līdz 8 gadiem. Lai analizētu spēles laukuma (spēles dziļuma) izmantošanu, tika pielietots vairāku loģiskās regresijas modelis, un, pamatojoties uz trim vienkāršiem loģiskās regresijas modeļiem, tika noteikts, kurš no šiem spēļu formātiem visticamāk uzlabos tehnisko un taktisko rādītāju efektivitāti.

Izmantojot modernāku novērojumu metodoloģiju (Anguera & Hernández Mendo, 2015), 2017. gadā tika veikts salīdzinošs pētījums (Jimenez, Dios, Garcia, M. Garcia, Bosque) starp diviem spēļu formātiem – 7 pret 7 un 8 pret 8. Ierakstot un iekodējot datus, izmantojot datorprogrammu *Lince 1.2.1.* (Gabin et al., 2012), tika veikta statistiskā analīze, lai noteiktu, kurš spēļu formāts vislabāk atbilst U8 vecuma grupas spēlētāju vajadzībām, kā arī viņu taktiskajām un fiziskajām spējām.

Lai novērtētu spēļu formātu ietekmi U12 vecuma grupā, zinātnieku grupa (Garcia-Angulo, Palao, Gimenez-Egido, J. Garcia-Angulo, Ortega-Toro, 2020) veica kvaziekperimentu ar spēlētāju skaita, vārtu lieluma un laukuma izmaiņām. Manipulējot ar noteikumiem, kā arī mainot spēles formātu no 5 pret 5 uz 8 pret 8, zinātnieki analizēja spēlētāju skaita palielināšanas laukumā ietekmi un tās iespaidu uz futbolistu tehniskajām un taktiskajām darbībām.

Vēl viena pētījumu kategorija, kas nav tieši saistīta ar salīdzinājumu, kurš no spēļu formātiem ir piemērotāks konkrētajam vecumam, bet ir saistīta ar spēļu formātiem, kā, piemēram pētījumi par spēļu mijiedarbības modeļu meklēšanu futbolā, izmantojot *SOF-CODER* kodēšanas sistēmu (Anguera et al., 2006); pētījumi sacensību inženierzinātņu jomā kā strukturāla pieeja konkurences vides maiņai jaunatnes sportā, lai nodrošinātu labvēlīgāku sacensību pieredzi (Burton et al., 2011); spēlētāja līmeņa un vecuma kategorijas ietekme uz pozicionālo un taktisko uzvedību spēļu formātos 7 pret 7 un 8 pret 8 (Serra-Olivare et al., 2019); sacensību noteikumu izmaiņu ietekme uz kolektīvo efektivitāti un pašefektivitāti jaunatnes futbolā vecuma grupā U12 un spēļu formātos 5 pret 5 un 8 pret 8 (Garcia-Angulo et al., 2020).

Apkopojot zinātniskos pētījumus par zēnu spēļu formātiem, var secināt, ka lielākajā daļā pētījumu tika izmantota zinātniskā novērošanas metode, kuru 1988. gadā aprakstīja Anguera un kurā vēlāk tika veikti papildinājumi un korekcijas. Eksperimentu laikā iegūtie dati tika kodēti un tiem tika piemērota statistiskā analīze. Jaunākajos pētījumos ir parādījušies loģiskās regresijas modeļi, kas novērtē izredzes gūt panākumus uzbrukuma fāzēs (pretinieka vārtu laukuma sasniegšana vai sitiens pa pretinieka vārtiem) atkarībā no laukuma zonas, kurā sākās uzbrukums.

Jauniešu futbolam ir svarīgi, lai treniņu un spēļu process tiktu veidots, ņemot vērā futbolista gatavības principu. Spēlētāja gatavību var definēt kā viņa spēju sekmīgi izpildīt uzdevumus, kas uzdoti kā daļa no plānotās ilgtermiņa attīstības programmas. Jaunajiem futbolistiem pakāpeniski jāpaaugstina prasības attiecībā uz treniņiem un sacensībām. Tas var nozīmēt pāreju uz augstāku veikspējas līmeni vai sekot ceļam uz zemāku dalības līmeni jaunatnes futbolā. Nav jēgas dot sportistiem mērķus, ja viņi nespēj tos saprast vai izpildīt (Reilly et al., 2004).

Pāreja uz pieaugušo futbola spēļu formātu 11 pret 11 viennozīmīgi ir viens no lielākajiem izaicinājumiem sportistu ilgtermiņa sagatavošanas procesā. Daudzi autori secina, ka spēļu formāts 11 pret 11 pat uz laukuma ar iespējami mazākiem izmēriem ir pārāk liels spēlētājiem U13 vecuma grupā (Lapresa et al. 2001, Lapresa et al. 2006, Small 2006, Nikolaenko et al., 2021), jo spēles gaitā viņi daudz laika pavada bez bumbas ar ierobežotām

mijiedarbības iespējām, kā arī viņiem ir ļoti limitētas iespējas izpildīt sarežģītas tehniski-taktiskās darbības, piemēram, garās un diagonālās piespēles, kas būtiski samazina individuālo tehnisko prasmju pilnveidošanas iespēju (Gréhaigne & Godbout, 1995).

Par netiešu apstiprinājumu futbolistu negatīvībai spēļu formātam 11 pret 11 U13 vecuma grupā var uzskatīt Bleideļa un Luikas (2024) veikto pētījumu par piespēļu izmantošanas efektivitāti vecuma grupās U13 un U14 starp Latvijas čempionāta zēnu komandām, kurā atklājas priekšlaicīgas pārejas uz spēļu formātu 11 pret 11 iespējamie riski. Autori iestājas par pakāpeniskāku pāreju no spēļu formāta 8 pret 8 uz spēļu formātu 11 pret 11, kas varētu notiks 14 gadu vecuma grupā.

Zinātniskie pētījumi, kas aizsākās 2000. gadu sākumā (Lapresa, Arana u. c.), konsekventi pierāda, ka priekšlaicīga pāreja uz lielo spēles formātu (11 pret 11) 12–13 gadu vecumā negatīvi ietekmē jauno futbolistu tehniski-taktisko un psiholoģisko attīstību. Izmantojot novērošanas metodoloģiju un loģistikās regresijas modeļus, pētnieki ir identificējuši, ka pārāk liels laukums un spēlētāju blīvums bērniem liedz funkcionāli izmantot laukuma telpu, padara spēli atkarīgu no fiziskā brieduma (nevis tehnikas) un ierobežo bumbas kontroles laiku. Tāpēc mūsdienu futbola zinātnē dominē atziņa par nepieciešamību stingri ievērot spēlētāju “gatavības principu”, rosinot pakāpenisku spēļu formātu un laukuma izmēru palielināšanu (piemēram, no 8 pret 8 uz 9 pret 9) atbilstoši bērnu vecumposma fizioloģiskajām un kognitīvajām spējām.

Sporta sacensības ir neatņemama jauno futbolistu attīstības sastāvdaļa, taču to spēļu formātam ir jāatbilst bērnu bioloģiskajai un kognitīvajai gatavībai. Zinātniskie pētījumi un ilgtermiņa sportistu attīstības (*LTAD*) modeļi pierāda, ka priekšlaicīga pāreja uz pieaugušo spēles formātu (11 pret 11) vecumposmā līdz 13 gadiem negatīvi ietekmē tehnisko un taktisko prasmju apguvi, liedzot funkcionāli izmantot laukuma telpu, kā arī var veicināt spēlētāju pārslodzi, izdegšanu un sporta pamešanu. Tā vietā mūsdienu futbola pedagoģijā priekšroka tiek dota samazinātiem spēļu formātiem (piemēram, 7 pret 7, 8 pret 8 un 9 pret 9), kas nodrošina spēlētājiem biežāku kontaktu ar bumbu un piemērotu vidi optimālai attīstībai un lēmumu pieņemšanai.

Analizējot Eiropas vadošo futbola valstu (Anglijas, Vācijas, Itālijas un Zviedrijas) pieredzi, atklājas mērķtiecīga pieeja U13 vecuma grupā izmantot spēļu formātu 9 pret 9 ar pielāgotiem laukuma un vārtu izmēriem, kā arī inovatīvu spēles laika sadalījumu (piemēram, spēles trīs trešdaļās). Šī sistēma primāri fokusējas uz katra spēlētāja individuālo izaugsmi un spēles prieku, ievērojami mazinot rezultāta nozīmīgumu. Pretstatā tam, Latvijas jaunatnes futbola sistēmā U13 vecuma grupā joprojām dominē spēļu formāts 11 pret 11 (izņemot “Ādas bumbas” čempionātu). Pēdējo gadu statistika liecina, ka šī straujā un nepiemērotā pāreja uz

pieaugušo spēļu formātu 11 pret 11 izraisa ievērojamu komandu un spēlētāju zudumu pārejot uz U14 vecuma grupu.

Darba novitāte un praktiskā nozīme izpaužas arī pētījuma rezultātu un jaunizveidotā spēļu formāta nodošanā Latvijas futbola sabiedrības rīcībā. Ilgtermiņa perspektīvā šie rezultāti ir vērsti uz to, lai veicinātu nozīmīgu paradigmas maiņu visu iesaistīto pušu – klubu vadītāju, treneru un vecāku – domāšanā, sekmējot pārmērīga fokusa mazināšanu uz īstermiņa rezultātiem. Tādējādi pētījums sekmē labvēlīgākas vides radīšanu jauno futbolistu potenciāla pilnvērtīgai attīstībai.

Secinājumi

Izpētot zēnu jaunatnes futbola spēļu formātu būtību, treneru viedokļu par spēļu formātu 9 pret 9 ieviešanas piemērotību LJČ U13 vecuma grupā un to saistību ar spēlētāju mācīšanās vajadzībām un ilgtermiņa mērķu sasniegšanu, secināts:

1. Sporta sacensības ir fundamentāla un neatņemama jauno futbolistu ilgtermiņa attīstības procesa sastāvdaļa, jo tās nodrošina nepieciešamo emocionālo un fizisko stimulu, kalpo par objektīvu meistarības mērauklu un sniedz neaizstājamu spēles pieredzi. Tomēr, lai sacensības pilnvērtīgi sekmētu, nevis kavētu spēlētāju izaugsmi, to noteikumiem un spēles formātam (spēlētāju skaitam, vārtu un laukuma izmēram) ir jābūt precīzi pielāgotam bērnu bioloģiskajai un kognitīvajai gatavībai, izvairoties no priekšlaicīgas pārejas uz pieaugušo futbola standartiem.
2. LFF Spēlētāju attīstības programma (2018) nosaka, ka, sākot ar U13 vecuma grupu, komandām jāspēlē spēļu formātā 11 pret 11 (izņemot “Ādas bumbas” čempionātu). Šai vecuma grupai spēles notiek uz laukuma ar izmēriem no 90 līdz 120 m garumā, un no 45 līdz 90 m platumā. Tiek izmantoti standarta vārti ($2,44 \times 7,32$ m) un 4. izmēra bumba. Šāds spēļu formāts Latvijas jaunatnes čempionātos tiek izmantots jau vairāk nekā 25 gadus. Saskaņā ar UEFA 2023. gada pētījumu, kurā tika analizēti dati no 41 Eiropas futbola asociācijas, U13 vecuma grupā netiek piemērots viens vienots spēļu formāts. Visizplatītākie ir divi formāti: spēļu formāts 9 pret 9 (ko izmanto 44 % valstu) un spēļu formāts 11 pret 11 (41 % valstu). Ievērojami retāk, 15 % gadījumu, tiek izmantots spēļu formāts 8 pret 8 vai cits spēļu formāts. Šī formātu daudzveidība norāda, ka katras valsts federācija izvēlas sev piemērotāko modeli, vadoties no nacionālajiem kritērijiem un attīstības stratēģijas. Gandrīz vienlīdzīga popularitāte starp spēļu formātiem 9 pret 9 un 11 pret 11 liecina, ka abi tiek uzskatīti par leģitīmiem un efektīviem spēlētāju attīstībai šajā vecumposmā.
3. Pētījuma rezultāti pārliecinoši demonstrē, ka spēļu formāts 9 pret 9 ir optimāls – tas daudz veiksmīgāk apmierina Latvijas U13 vecuma grupas spēlētāju attīstības vajadzības un atbilst ilgtermiņa sagatavošanas mērķiem, salīdzinot ar spēļu formātu 11 pret 11. Pāreja uz spēļu formātu 11 pret 11 vecuma grupā U13 ir pāragra. Tā piespiež 12–13 gadīgus futbolistus pielāgoties pieaugušo futbola fiziskajām un taktiski ierobežotajām prasībām, upurējot svarīgāko – individuālās tehnikas, spēles izpratnes un radošuma attīstību. Spēļu formāts 9 pret 9 rada optimālu mācību vidi, kas ir intensīva, dinamiska, tehniski un taktiski bagāta un kas vislabāk atbilst šī vecumposma spēlētāju ilgtermiņa attīstības mērķiem.

4. Respondentu vidū pastāv dominējošs atbalsts spēļu formāta 9 pret 9 ieviešanai vecuma grupai U13, jo lielākā daļa to uzskata par vispiemērotāko, kamēr ievērojama daļa tieši norāda, ka pašreizējais spēļu formāts 11 pret 11 šim vecumam nav piemērots. Galvenās priekšrocības ir saistītas ar spēlētāju attīstību: formāts nodrošina biežāku kontaktu ar bumbu, kas ir kritiski tehnisko iemaņu pilnveidošanai, veicina intensīvāku spēli un sadarbību mazās grupās, kā arī ir labāk piemērots spēlētāju fiziskajām spējām, nodrošinot dabisku pāreju no U12 vecuma. Tomēr kā galvenie izaicinājumi tiek minēti praktiski organizatoriski jautājumi, piemēram, nepieciešamība pēc papildu laukumu sagatavošanas, un “futbola sabiedrībā” iesīkstējuši stereotipi, ka vecumā U13 jau jāspēlē spēļu formātā 11 pret 11. Treneru un speciālistu viedoklis ir pārliecinoši par labu spēļu formātam 9 pret 9, kā pedagoģiski pamatotam solim, kas prioritizē spēlētāju ilgtermiņa tehnisko un taktisko attīstību, un galvenie šķēršļi nav saistīti ar pašu spēli, bet gan ar praktiskiem un stereotipiskiem aizspriedumiem.
5. Inovatīvais spēļu formāts 9 pret 9 kalpo kā loģisks un pārdomāts savienojošais posms, kas nodrošina vienmērīgāku un mazāk saspringtu spēlētāju sagatavošanu futbola spēļu formātam 11 pret 11 vecuma grupā U14. Mazāks spēlētāju skaits garantē biežāku katra futbolista kontaktu ar bumbu, kas ir tehnikas attīstības pamats, vienlaikus dabiski veidojot spēles situācijas, kas atbilst šī vecuma fiziskajai un psiholoģiskajai attīstībai un veicina gan individuālo, gan grupu taktisko iemaņu apguvi, ļaujot treneriem pakāpeniski ieviest dažādas taktiskās shēmas. Šī spēļu formāta augstākā intensitāte ar lielāku paātrinājumu un bremzēšanas kustību skaitu mērķtiecīgi attīsta tādas fiziskās īpašības kā ātrums un veiklība. Turklāt spēles struktūra, kas sastāv no trim 25 minūšu trešdaļām ar obligātu spēles laiku visiem dalībniekiem pirmajās divās daļās, efektīvi garantē spēļu praksi katram spēlētājam, kamēr brīvās maiņas un pārtraukumi sniedz treneriem nepieciešamo taktisko rīcības brīvību un iespējas komunikācijai.

Pētījuma rezultātā izvirzītā hipotēze tika apstiprināta daļēji, demonstrējot diferencētu ietekmi, ko uz spēles parametriem atstāj pāreja no spēļu formāta 11 pret 11 uz spēļu formātu 9 pret 9. Pāreja uz samazinātu spēles laukumu, saglabājot nemainīgus noteikumus, neuzrādīja statistiski nozīmīgu kopējo tehniski un taktisko darbību apjoma pieaugumu. Pretstatā tam – tika novērotas kvalitatīvas izmaiņas specifiskos spēles elementos. Tika fiksēts palielināts vidējais bumbas pieskārienu skaits laika vienībā, kā arī uzbrūkošo darbību biežums un mainīgums pretinieku komandas vārtu tuvumā. Tas izpaudās kā daudzkārtēja nokļūšana pretinieku vārtu tuvumā un daudzveidīgāku epizožu ģenerēšana uzbrukuma noslēguma fāzē. Secināms, ka spēļu

formāta 9 pret 9 primārais ieguvums nav vispārējs spēles darbību kvantitatīvais pieaugums, bet gan kvalitatīva spēles satura transformācija, kas mērķtiecīgi stimulē spēlētāju individuālo iesaisti un paaugstina uzbrukuma darbību efektivitāti un radošumu.

Priekšlikumi

1. LFF kopā ar LFF attīstības un jauniešu komitejām: veikt izmaiņas jaunatnes čempionāta reglamentā, nosakot spēļu formātu 9 pret 9 kā obligātu U13 vecuma grupai visā Latvijā. Šis solis ir nepieciešams, lai prioritizētu spēlētāju ilgtermiņa attīstību, novirzot fokusu no priekšlaicīgas adaptācijas pieaugušo futbola fiziskajām prasībām uz tehnisko iemaņu, spēles izpratnes un radošuma pilnveidošanu. Pāreja uz šo spēļu formātu radīs optimālu pedagoģisko vidi, kas atbilst šī vecumposma futbolistu fiziskajām un psiholoģiskajām īpatnībām un veicinās meistarīgāku spēlētāju sagatavošanu nākotnē (skat. pētījuma empīriskos datus par tehnisko un taktisko darbību intensitāti un spēlētāju iesaisti spēļu epizodēs, kā arī diskusijas sadaļu 128.–134. lpp., kas pierāda spēļu formāta 9 pret 9 priekšrocības un vārtu gūšanas iespēju pieaugumu).
2. LFF un jaunatnes futbola klubiem: ieviest sacensību praksē pētījumā aprakstīto inovatīvo spēles formātu, kas paredz spēles sadalījumu trijās 25 minūšu trešdaļās. Nostiprināt normatīvajos dokumentos noteikumu par obligātu spēles laika nodrošināšanu visiem spēlei pieteiktajiem spēlētājiem pirmo divu trešdaļu laikā, lai efektīvi garantētu spēļu praksi katram spēlētājam neatkarīgi no viņa meistarības līmeņa. Brīvās maiņas atļaut tikai trešajā trešdaļā, nodrošinot treneriem taktisko rīcības brīvību un iespējas komunikācijai pārtraukumos (balstīts uz Zviedrijas (*SvFF*) un Itālijas (*FIGC*) futbola federāciju prakses analīzi un inovatīvās spēles organizāciju, skatīt 1.10. un 1.11. tabulu 51.–54. lpp.).
3. LFF sadarbībā ar reģionālajiem centriem: izstrādāt skaidras vadlīnijas un praktiskus ieteikumus klubu infrastruktūras pielāgošanai (laukumu marķēšanai, pārvietojamo vārtu izmantošanai). Nodrošināt īpaša mācību moduļa integrāciju esošajās UEFA C un UEFA B licenču apmācības programmās, fokusējoties uz spēļu formātu maiņas metodisko un fizisko pamatojumu, kā arī piemērojot nepieciešamos pakāpeniskuma un konstruktīvisma pedagoģiskos principus un pieejas. Organizēt regulārus izglītojošus seminārus treneriem, klubu vadītājiem un spēlētāju vecākiem jaunā formāta priekšrocību skaidrošanai, mazinot iesīkstējušus stereotipus par pāreju uz formātu 11 pret 11 (tas izriet no pētījuma 3.2. posmā veiktajām treneru intervijām un kvalitatīvo datu analīzes, kur kā galvenie šķēršļi tika identificēti laukuma sagatavošana spēlei un treneru ambīcijas spēlēt spēļu formātā 11 pret 11, skatīt 122. lpp.).
4. LFF: oficiāli integrēt spēļu formātu 9 pret 9 vecuma grupai U13 LFF apstiprinātajā Spēlētāju attīstības programmā, formalizējot šo pāreju kā stratēģisku un pārdomātu lēmumu. Izveidot vienotu un loģisku spēlētāju sagatavošanas ceļu, veidojot pakāpenisku pāreju no spēļu formāta 7 pret 7 U10–U11 vecumā uz spēļu formātu 9 pret 9 U12 un U13 vecumā, un tikai pēc tam – uz spēļu formātu 11 pret 11 U14 vecuma grupā, mazinot adaptācijas stresu un

traumu risku (pamatots ar Latvijas Jaunatnes čempionāta statistikas datiem par lielo komandu atbirumu pie pārejas no U13 uz U14 vecumu, skatīt 1.6. tabulu 46. lpp., kā arī diskusijas atziņām par spēlētāju gatavības principu un ilgtermiņa attīstības (*LTAD*) modeli 134. lpp.).

5. LFF izglītības nodaļai: izveidot sistemātisku monitoringa un datu ievākšanas sistēmu jaunā spēļu formāta ilgspējas nodrošināšanai. Regulāri apkopot kvantitatīvos un kvalitatīvos datus par spēles parametriem un veikt treneru/spēlētāju aptaujas atgriezeniskās saites gūšanai. Organizēt turpmākus pētījumus, kas analizē pārejas efektivitāti no spēļu formāta 9 pret 9 (U13) uz spēļu formātu 11 pret 11 (U14), zinātniski pamatojot ilgtermiņa attīstības stratēģiju (izriet no pētījuma metodoloģijas būtības un diskusijas noslēguma 134.–135. lpp. par nepieciešamību sistemātiski uzraudzīt un validēt spēļu formātu ilgtermiņa ietekmi uz spēlētāju attīstību).

Publikāciju, ziņojumu un patentu saraksts par promocijas darba tēmu

Publikācijas:

1. Bleidelis, I., Luika, S. 2024. Comparison of the Effectiveness of Passing Performance in Football Matches for U-13 and U-14 Elite League Players of Latvian Academy of Sport Education. *LASE Journal of Sport Science*, 1-2, 49-58. doi: 10.25143/lase_joss.v15i1-2.05
2. Bleidelis, I., Luika, S., Kolesovs, A., Boobani, B. 2025. A Comparison of Box-to-Box and Positional Possession Styles: Selecting an Appropriate Game Format for U13 Footballers (A Pilot Study). *Frontiers in Sports and Active Living*, 7. 10.3389/fspor.2025.1634446

Ziņojumi un tēzes:

1. Bleidelis, I., Luika, S., 2023. The evolution of football game rules. Reasons and Consequence. Akademia Wychowania Fizycznego Józefa Piłsudskiego w Białej Podlaskiej, Poland. The 16th Conference of Baltic Society of Sport Sciences: “Current trends in sports sciences and physical education”.
2. Bleidelis, I., Luika, S., 2024. Comparison of variability of passes, their effectiveness, and their usage in football matches of the Latvian youth championship for age groups U13 and U14. The Institute of Sport Sciences and Physiotherapy, Tartu, Estonia, 17th Conference of Baltic Society of Sport Sciences: “From Recreational Fitness to Performance”.
3. Bleidelis, I., Luika, S., Kolesovs, A. 2025. Tendencies in the Use of Game Zones and the Effectiveness of Players’ Actions in Different Game Formats in the U13 Age Group. Vytautas Magnus University, Kaunas, Lithuania, The 18th Conference of Baltic Society of Sport Science: “Expanding Horizons in Sport Science and Innovations”: Abstract book, 19, 113.

Literatūras un avotu saraksts

1. Anguera, I. 1988. Medicina psicosomatica. Barcelona, Doyma. Available from: <https://www.abebooks.com/MEDICINA-PSICOSOM%C3%81TICA-Anguera-Sojo-Peyra-L/18412425100/bd>
2. Anguera, M. T., Blanco, A., Losada, J. L., & Hernández, A. 2000. La metodología observacional en el deporte: conceptos básicos. *Lecturas: Educación Física y Deportes*, 5(24). Available from <https://typeset.io/pdf/la-metodologia-observacional-en-el-deporte-conceptos-basicos-4y3zzx2juu.pdf>
3. Arana, J., Lapresa, D., Anguera, M. T., & Garzón, B. 2013. Adapting football to the child: an application of the logistic regression model in observational methodology. *Quality & Quantity*, 47, 3473–3480. Available from DOI:10.1007/s11135-012-9734-z
4. Bakeman, R., & Gottman, J. M. 1987. Applying observational methods: A systematic view. In J. D. Osofsky (Ed.), *Handbook of infant development*, 2, 818–854. Available from: <https://psycnet.apa.org/record/1987-97963-016>
5. Balyi, I. 2001. Sport system building and long-term athlete development in British Columbia. *Coaches report*, 8(1), 22–28. Available from: <https://citeseerx.ist.psu.edu/document?repid=rep1&type=pdf&doi=f08aabdf147e1a5c0e46192532cda62f095cd4e0>
6. Balyi, I., & Hamilton, A. 1999. Long-term planning of athlete development, the training to win phase. *FHS: The UK's Quarterly Coaching Magazine*, 3, 7–9. Available from: <https://citeseerx.ist.psu.edu/document?repid=rep1&type=pdf&doi=f08aabdf147e1a5c0e46192532cda62f095cd4e0>
7. Bloom, B. 1985. *Developing talent in young people*. New York, Ballantine books, 19–24.
8. Coutinho, D., Gonçalves, B., Figueira, B., Abade, E., Marcelino, R., & Sampaio, J. 2015. Typical weekly workload of under 15, under 17, and under 19 elite Portuguese football players. *Journal of sports sciences*, 33(12), 1229–1237. Available from DOI: 10.1080/02640414.2015.1022575
9. Gabin, B., Camerino, O., Anguera, M. T., & Castañer, M. (2012). Lince: multiplatform sport analysis software. *Procedia-Social and Behavioral Sciences*, 46, 4692–4694. Available from DOI:10.1016/j.sbspro.2012.06.320
10. García-Angulo, A., García-Angulo, F. J., Torres-Luque, G., & Ortega-Toro, E. (2019). Applying the new teaching methodologies in youth football players: toward a healthier sport. *Frontiers in physiology*, 10, 121. Available from DOI: 10.3389/fphys.2019.00121
11. García-Angulo, A., Palao, J. M., Giménez-Egido, J. M., García-Angulo, F. J., & Ortega-Toro, E. 2020. Effect of the modification of the number of players, the size of the goal, and the size of the field in competition on the play actions in U-12 male football. *International journal of environmental research and public health*, 17(2), 518. Available from DOI:10.1016/j.psychsport.2020.101688
12. Girvičs, K. 2020. *Mūsu lielās spēles*. Rīga, Latvijas Futbola federācija, 11.–22.
13. Grossmann, B., & Lames, M. 2015. From talent to professional football–youthism in German football. *International Journal of Sports Science & Coaching*, 10(6), 1103–1113. Available from DOI:10.1177/17479541177464
14. Gulbin, J., Weissensteiner, J., Oldenziel, K., & Gagné, F. 2013. Patterns of performance development in elite athletes. *European journal of sport science*, 13(6), 605–614. Available from DOI: 10.1080/17461391.2012.756542
15. Haugaasen, M., & Jordet, G. 2012. Developing football expertise: a football-specific research review. *International review of sport and exercise psychology*, 5(2), 177–201. Available from DOI:10.1080/1750984X.2012.677951
16. Haugaasen, M., Toering, T., & Jordet, G. 2014. From childhood to senior professional football: A multi-level approach to elite youth football players' engagement in football-specific activities. *Psychology of sport and exercise*, 15(4), 336–344. Available from DOI:10.1016/j.psychsport.2014.02.00

17. Jiménez, M. A., Dios, R. M., García, S. L., García, J. E. M., & del Bosque, R. A. 2017. Verdades y mitos del fútbol 8: ¿ realmente se adapta más la competición al niño?. *Revista Internacional de Deportes Colectivos*, 31, 110–125. Available from: <https://investigacion.ubu.es/documentos/60c7ffa6c5de236d050c8930>
18. Lapresa, D., Álvarez, I., Anguera, M., Arana, J., & Garzón, B. 2015. Comparative analysis of the use of space in 7-a-side and 8-a-side soccer: How to determine minimum sample size in observational methodology. *Motricidade*, 11(4), 92–103. Available from DOI:10.6063/motricidade.4138
19. Lapresa, D., Arana Idiakez, J., Anguera Argilaga, M. T., Pérez Castellanos, J. I., & Amatria, M. 2016. Application of logistic regression models in observational methodology: game formats in grassroots football in initiation into football. *Anales de Psicología*, 32(1), 288–294. Available from DOI:10.6018/analesps.31.3.186951
20. Lapresa, D., Arana, J., Carazón, B., Egüén, R., Amatria, M. 2010. Adaptació de la competició en la iniciació al futbol: estudi comparatiu de les modalitats de futbol 3 i futbol 5 en categoria prebenjamí. *Educació Física i Esports*, 101(3), 43–56. Available from: <https://raco.cat/index.php/ApuntsEFE/article/view/248111>
21. Lundqvist, C., Gregson, W., Bonanno, D., Lolli, L., & Di Salvo, V. 2024. A worldwide survey of perspectives on demands, resources, and barriers influencing the youth-to-senior transition in academy football players. *International Journal of Sports Science & Coaching*, 19(1), 162–170. Available from DOI: 10.1177/174795412211356
22. Nikolaenko, V. V., & Vorobiov, M. I. 2023. Aspects of technical and tactical training of young football players. *Вид-во УДУ імені Михайла Драгоманова*, 4 (163), 12–17. Available from: <http://enpuir.npu.edu.ua/handle/123456789/40384>
23. Nikolaenko, V., & Maksymchuk, B. 2021. Cycles of training sessions and competitions of youth football players. *Revista Românească pentru Educație Multidimensională*, 13(2), 423–441. Available from: <https://reposit.uni-sport.edu.ua/xmlui/handle/787878787/4021>
24. Norris, S. R. 2010. Long-term athlete development Canada: attempting system change and multi-agency cooperation. *Current sports medicine reports*, 9(6), 379–382. Available from DOI:10.1080/17461391.2012.756542
25. Reilly, T., Richardson, D., Stratton, G., & Williams, A. M. 2004. Youth soccer: From science to performance. London, Routledge. Available from DOI: 10.4324/9780203644133
26. Roynesdal, O., Toering, T., & Gustafsson, H. (2018). Understanding players' transition from youth to senior professional football environments: *A coach perspective*. *International Journal of Sports Science & Coaching*, 13(1), 26–37. Available from DOI: 10.1177/1747954117746497
27. Rubenis, M. 2004. *Latvijas futbola ceļš uz Portugāli*. Rīga, Jumava, 7.–13.
28. Rubenis, M. 2006. *Latvijas futbolam 100*. Rīga, Latvijas Futbola federācija, 9.–10.
29. Rubenis, M., Brīvers, I., Ērmanis, A., Karpuškins, V., Beldavs, A. 2000. *Latvijas futbola vēsture*. Rīga, Apgāds Jāņa sēta, 9.–20.
30. Schroepef, B., & Lames, M. 2018. Career patterns in German football youth national teams – a longitudinal study. *International journal of sports science & coaching*, 13(3), 405–414. Available from DOI:10.1177/1747954117729
31. Teixeira, J. E., Forte, P., Ferraz, R., Leal, M., Ribeiro, J., Silva, A. J. & Monteiro, A. M. 2021. Monitoring accumulated training and match load in football: *A systematic review*. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 18(8), 3906. Available from DOI:10.3390/ijerph18083906
32. Torres, C. R., & Hager, P. F. 2007. De-emphasizing competition in organized youth sport: Misdirected reforms and misled children. *Journal of the Philosophy of Sport*, 34(2), 194–210. Available from DOI:10.1080/00948705.2007.9714721
33. Torres, C. R., & López Frías, F. J. 2023. A just organized youth sport. *Journal of the Philosophy of Sport*, 50(1), 83–99. Available from DOI:10.1080/00948705.2023.2165931

34. Ulmanis, A. 2010. *Patiesībā bija tā*. Jūrmala, Lielupes izdevniecība, 6.–15.
35. Webb, T., Dicks, M., Brown, D. J., & O’Gorman, J. 2020. An exploration of young professional football players’ perceptions of the talent development process in England. *Sport management review*, 23(3), 536-547. Available from DOI:10.1016/j.smr.2019.04.007