

Apr 01, 2025

The effect of warm-up during the break of a football match on the physical performance of football players in the second half

DOI

<https://dx.doi.org/10.17504/protocols.io.4r3l29dbjv1y/v1>

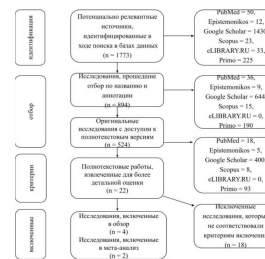
Pshenichka Ivan Vladimirovich¹

¹university



Pshenichka Ivan Vladimirovich

university



Create & collaborate more with a free account

Edit and publish protocols, collaborate in communities, share insights through comments, and track progress with run records.

Create free account

OPEN  ACCESS



DOI: <https://dx.doi.org/10.17504/protocols.io.4r3l29dbjv1y/v1>

Protocol Citation: Pshenichka Ivan Vladimirovich 2025. The effect of warm-up during the break of a football match on the physical performance of football players in the second half . **protocols.io**

<https://dx.doi.org/10.17504/protocols.io.4r3l29dbjv1y/v1>

License: This is an open access protocol distributed under the terms of the **Creative Commons Attribution License**, which permits unrestricted use, distribution, and reproduction in any medium, provided the original author and source are credited

Protocol status: Working

We use this protocol and it's working

Created: February 28, 2025

Last Modified: April 01, 2025

Protocol Integer ID: 123619

Keywords: Футбол, Разминка, Работоспособность , Преодоленная дистанция, Быстрота, Скоростно-силовые способности, Координационные способности, physical performance of football player, football match on the physical performance, effect of warm, soccer match break, football players in the second half, football player, тренировочного занятия, football match, занимающиеся различными видами спорта, various sport, рандомизированные контролируемые исследования, футбольного матча на показатели физической работоспособности футболистов, футбольного матча на показатели физической, включения работ был выбран, athlete, временной отрезок, up during the break, physical performance, работ,

Abstract

Спортсмены, занимающиеся различными видами спорта, разминаются в начале тренировочного занятия. Несмотря на то, что был проведен ряд исследований на тему влияния разминки в перерыве футбольного матча на показатели физической работоспособности футболистов во втором тайме, научного консенсуса по данной теме нет. В связи с этим, актуальным является проведение обзора исследований, изучающих данную тему. Цель – провести систематический обзор и мета-анализ рандомизированных контролируемых исследований, рассматривающих влияние разминки в перерыве футбольного матча на показатели физической работоспособности футболистов во втором тайме. Поиск литературы будет производиться в базах данных MEDLINE (PubMed), Epistemonikos, Google Scholar, Scopus, eLIBRARY.RU, Primo (University of Aberdeen). Временной отрезок для включения работ был выбран 15 лет. Язык исследований не ограничен. Критерии включения: активная разминка в перерыве матча по футболу; отсутствие разминки и/или пассивная разминка; показатели физической активности перед вторым таймом и/или во втором тайме; рандомизированные контролируемые исследования. Качество работ будет оцениваться при помощи шкалы Jadad, инструмента RoB2. Этот систематический обзор рандомизированных контролируемых исследований будет проведен для определения существующих на сегодняшний день пробелов в литературе и внесения предложений для будущих исследований.

Athletes involved in various sports warm up at the beginning of a training session. Despite the fact that a number of studies have been conducted on the effect of warming up during halftime of a football match on the physical performance of football players in the second half, there is no scientific consensus on this topic. In this regard, it is relevant to conduct a review of studies studying this topic. The aim is to conduct a systematic review and meta-analysis of randomized controlled trials examining the effect of warm-up during halftime of a football match on the physical performance of football players in the second half. The literature will be searched in the MEDLINE (PubMed), Epistemonikos, Google Scholar, Scopus, and eLibrary databases.RU, Primo (University of Aberdeen). The time period for the work to be included was 15 years. The research language is not limited. Inclusion criteria: active warm-up during a soccer match break; no warm-up and/or passive warm-up; physical activity indicators before the second half and/or in the second half; randomized controlled trials. The quality of the work will be assessed using the Jadad scale, the RoB2 tool. This systematic review of randomized controlled trials will be conducted to identify current gaps in the literature and make suggestions for future research.



Protocol references

Bangsbo J., Skovgaard C. Warm-up in football: optimize performance and avoid injuries. – Routledge, 2021.

Mohr M, Krstrup P, Bangsbo J. Match performance of high-standard soccer players with special reference to development of fatigue. *J Sports Sci* 2003 Jul; 21 (7): 519-28

Mohr M, Krstrup P, Nybo L, Nielsen JJ, Bangsbo J. Muscle temperature and sprint performance during soccer matches – beneficial effect of re-warm-up at half-time. *Scand J Med Sci Sports*. 2004;14:156–162

Jadad, A.R., Moore, R.A., Carroll, D. Assessing the quality of reports of randomized clinical trials: is blinding necessary? // *Control Clin Trials*. – 1996. – №17 (1). – P.1-12, – DOI: 10.1016/0197-2456(95)00134-4

Samson, D. Chapter 2: medical tests guidance (2) developing the topic and structuring systematic reviews of medical tests: utility of PICOTS, analytic frameworks, decision trees, and other frameworks / D. Samson, K. M. Schoelles // *J Gen Intern Med*. – 2012. – № 27, Suppl 1(Suppl 1). – pp 11-19. DOI: 10.1007/s11606-012-2007-7.