Соколов Сергей Викторович

тренер-преподаватель МБУДО СШ № 6

г.Белгород, Белгородская обл.

Бузин Виталий Владимирович

Тренер-преподаватель МБУДО СШ № 6

г.Белгород, Белгородская обл.

Моральная, волевая, психологическая и тактическая подготовка юного футболиста

Аннотация: нередко в погоне за результатом тренеры забывают о самом главном-воспитании молодых футболистов. Взаимоотношения с другими людьми существенно влияют на жизнь человека. Агрессивность, неуважение, принижение других людей ни к чему хорошему не приводят.

Начинающий футболист уже воспитан примерами родителей в семье, близких, старших товарищей, вызывающих уважение, героев книг, кино- и телефильмов, которым хочется подражать. Тренер должен продолжать воспитание, используя и развивая то положительное, что стало частью юной натуры, и, решая свои задачи, прививать качества, необходимые для успешных занятий юных спортсменов.

В своей работе следует руководствоваться следующими педагогическими принципами:
- сознательности (спортсмен осознано, с доверием принимает советы-указания;)
- систематичности (планируемое тренером постоянное, последовательное, целенаправленное применение средств воздействия;)
- всесторонности (воздействие на направленность личности, психомоторику, интеллект;)
-согласованности (мероприятия психического воздействия должны сочетаться с другими, составляющими логическую систему спортивной тренировки.)

Морально-волевая и психологическая подготовка будет успешна, если в планах органично объединить задачи, отражающие специфику футбола и наиболее типичные задачи для большинства видов спорта:
- создание коллектива и оптимального психологического климата в нем;
-формирование мотивации достижений;
- применение воспитывающих воздействий для формирования личности спортсмена;
- формирование уверенности в реализации его возможностей;

- освоение приемов самоконтроля и саморегуляции;
-овладение спортсменами умением управлять психическим состоянием в тренировке и на соревнованиях с помощью психорегулирующих внешних и внутренних воздействий;
- определение наиболее вероятных источников напряжения при подготовке к главному старту сезона;
- освоение средств и методов психического восстановления. Морально-волевая подготовка

Морально-волевая подготовка юного спортсмена направлена на решение ряда задач, среди которых основной и наиболее значимой является воспитание моральных сторон личности спортсмена, включающее формирование сознательности, ответственности за свои поступки, трудолюбия, добросовестного отношения к тренировкам, дисциплинированности, смелости, решительности, выдержки, самообладания, умения преодолевать трудности, настойчивости, уважения к членам коллектива, стремления прийти на помощь окружающим.

Все виды деятельности, включая спорт, связаны с преодолением трудностей и требуют от человека физических, умственных, интеллектуальных и волевых усилий. Очень часто показывают высокие результаты и одерживают победы на соревнованиях не самые талантливые, а самые трудолюбивые, волевые.

Волевая подготовка – необходимая составляющая физической, технической, тактической и теоретической подготовок спортсмена, без которой немыслимы успехи в спорте. Тренер должен строить весь многолетний учебно-тренировочный процесс так, чтобы воспитанники, зная, что такое воля, во имя чего и как проявляются волевые качества, имели практику направленных волевых решений и действий. Необходимо многократное повторение волевых действий, чтобы правильное поведение превратилось в привычку, а проявления отдельных волевых качеств – в черты характера. Волевая подготовка должна быть частью содержания всех остальных сторон подготовки спортсмена. Тренер обязан постоянно заниматься совершенствованием волевых качеств своих воспитанников и стимулировать их проявления в напряженной и упорной борьбе с достойными соперниками.

Психологическая подготовка

Основные задачи психологической подготовки – формирование интереса и любви к футболу, готовности к тренировочной и соревновательной деятельности, требующей волевых усилий для преодоления внешних и внутренних препятствий, совершенствование эмоциональных свойств личности, развитие и совершенствование интеллекта спортсмена. Успешное решение этих задач зависит от знаний и педагогического мастерства тренера, от владения спортсменами системой специальных знаний о психике человека.

Задачи психологической подготовки:
-формирование значимых морально-волевых качеств;
- совершенствование свойств внимания;
- создание психологических предпосылок для ускорения процесса овладения техникой игры в избранном упражнении;
- развитие координационных способностей;
-овладение умением сосредотачиваться и мобилизоваться во время выполнения упражнений и других видов деятельности;
- овладение умением управлять своими чувствами, эмоциями, действиями, поведением;
- овладение умением регулировать психическое состояние во время игры;
- развитие способностей к самоанализу, самокритичности, требовательности к себе;
- овладение умением противостоять неблагоприятным воздействиям внутренних и внешних факторов;
-создание уверенности в своих силах;
-формирование готовности к выступлениям на соревнованиях;
-воспитание стремления целеустремленно бороться за победу.

Наиболее значимой из основных задач психологической подготовки является достижение состояния готовности к соревнованиям, выражающееся в мобилизованности спортсмена на решение поставленных задач. Особенно это важно перед ответственными, главными соревнованиями. Этой способности мобилизоваться нужно учить при решении повседневных задач, в процессе учебно-тренировочных занятий постоянно, изо дня в день.

Психологическая подготовка к тренировочным занятиям предусматривает решение основных задач, среди которых формирование мотивов для тренировочной работы и осознанного положительного отношения к спортивному режиму, тренировочным нагрузкам и требованиям. Целью психологической подготовки является формирование состояния, обеспечивающего достижение высоких спортивных результатов. От состояния психики, от умения управлять собой, своими эмоциями зависит успех выступлений на соревнованиях.

Велико значение произвольной саморегуляции при подготовке к выступлению и во время соревнований, когда спортсмен должен справиться с психологической напряженностью, снижающей его работоспособность. Задача тренера – подготовить воспитанника таким образом этапу его спортивной деятельности, чтобы спортсмен мог самостоятельно оценить сложившуюся соревновательную ситуацию, быстро принять правильное решение и справиться со своим состоянием.

Психологическая напряженность может проявляться в слишком высоком или слишком низком уровне нервно-психической активности.

После соревнований тренеру и спортсмену необходимо обсуждать результаты выступления, не оставляя без внимания положительные и отрицательные явления, анализировать их причины. Сделанные выводы необходимо фиксировать в дневнике, в тренировочной работе и на соревнованиях проверять их достоверность. Важно приучить спортсмена самому критично оценивать свое поведение, управлять собой в сложных ситуациях, владеть самоанализом.

Тактическая подготовка

Тактическое мастерство спортсмена базируется на хорошем уровне технической, физической, психологической подготовленности. Основу спортивно-тактического мастерства составляют качество тактического мышления и тактические знания, умения, навыки.

Под тактическими знаниями подразумеваются сведения о принципах и рациональных формах тактики, выработанных в избранном упражнении. Тактические знания находят практическое применение в виде тактических умений и навыков, которые спортсмен использует при изменившихся обстоятельствах.

Тактическое мышление проявляется в способности спортсмена быстро оценить ситуацию, кратчайшим путем найти среди нескольких вариантов решений то, которое ведет к успеху с наибольшей вероятностью.

Спортсмен должен хорошо знать не только возможные изменения, но и содержание вариантов тактических решений, направленных на преодоление негативных последствий неожиданно возникших изменений.

Готовясь к соревнованиям, футболист во время учебно-тренировочных занятий по заданию тренера или самостоятельно должен, представив разные варианты изменений внешней среды или своего психофизического состояния, вносить коррективы в организацию выполнения удара, передачи мяча и иные технические приемы. Объективные факторы изменений обстоятельств и внешней среды при проведении игры
- сильный порывистый ветер, изменяющийся по направлению и силе;

-вмешательство судьи.

Субъективные факторы, отрицательно влияющие на результат игры

-перенапряжение
-сомнения, неуверенность в оценке своих действий;
-переутомление,

-нарушение согласованности действий игроков.

Знания по тактике, не подкрепленные личным двигательным опытом спортсмена, не могут значительно положительно повлиять на спортивный результат. Главный путь приобретения соревновательного опыта – это систематическое участие в соревнованиях различного уровня.

Воспитательная работа

Воспитательная работа должна быть направлена на формирование личности юного спортсмена. Главная задача – воспитание высокой сознательности, чувства ответственности за свои поступки, настойчивости в достижении поставленной цели, добросовестности, организованности, умения преодолевать трудности, умения работать в команде, взаимоуважения, способности сопереживать, коллективизма, когда только совместные усилия приводят к достижению общей намеченной цели.

Одним из главных качеств спортсменов является дисциплинированность. Ее воспитание следует начинать с первых занятий, строго требуя четкое исполнение указаний тренера, соблюдения правил поведения на тренировках и соревнованиях.

Успешность воспитания юных спортсменов определяется способностью тренера-преподавателя сочетать в учебно-тренировочном процессе задачи спортивной подготовки и общего воспитании. В целях эффективности воспитания необходимо, организовывая тренировочный процесс, постоянно ставить перед юными спортсменами задачи ощутимого совершенствования, спортивного и интеллектуального. Отрицательно влияют на эффективность воспитательной работы недостаточная вариативность средств и методов обучения.

В формировании нравственного облика юных спортсменов велика роль убеждения. Доводы, яркие примеры, сравнения должны быть доказательными. Не менее важно поощрение, отражающее положительную оценку действия юного спортсмена. Одобрение, похвала, благодарность должны соответствовать значимости поступка. Нельзя без оценки оставлять проступки юных спортсменов: нарушения дисциплины, лень, проявление слабоволия. Наказание должно соответствовать проступку. Провинившийся должен осознать свою неправоту, оценив справедливость наказания. Виды наказания разнообразны. Это - осуждение, замечание, анализ проступка в коллективе, отстранение от учебно - тренировочного процесса. Иногда подростку просто необходимо дружеское участие.

http://dcsignal.sumy.ua/forum/27-29-1