

Мельников Сергей Александрович,

тренер – преподаватель,

МБУДО СШ № 6

г. Белгород, Россия

ПСИХОЛОГИЧЕСКАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА ИГРЫ В ФУТБОЛ

Аннотация. В статье рассматриваются психологическая характеристика игры в футбол.

Ключевые слова: психологическая характеристика, футбол, тренер.

Футбол - самая популярная игра в мире. Как заметил один из выдающихся русских футболистов Михаил Сушков, «желающих играть в футбол всегда больше, чем игровых мест».

При характеристике футбола как игровой спортивной деятельности специалисты по этой игре обычно отмечают:

- командный характер деятельности;
- необходимость взаимодействия с партнерами;
- обязательное наличие у спортсменов хорошего развития таких спортивно важных психических процессов, как произвольное внимание, оперативная память, тактическое мышление, стрессоустойчивость;
- высокая и динамично-взрывная работа организма спортсмена в режимах субмаксимальной и максимальной интенсивности; подчиненность игрового амплуа, требований к действиям отдельного игрока общекомандным задачам и целям;
- сложность действий футболистов; необходимость единоборства в тесном контакте с соперником;

**АКТУАЛЬНОЕ РАЗВИТИЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО ПРОСТРАНСТВА:
педагогические системы, образовательный процесс, воспитательные ситуации**

- частые скоростные перемещения игроков на достаточно большие расстояния, прыжки, рывки, финты;
- чередование успехов и неудач;
- зависимость успешной деятельности команды от согласованности действий партнеров между собой, четкого распределения игровых функций, взаимозаменяемости и взаимовыручки на поле;
- наличие большого количества зрителей и публичности соревнований;
- общественная значимость игр;
- интерес к футболистам со стороны прессы, болельщиков, широкой общественности и средств массовой информации;
- частые переезды, игры на «чужом поле», высокая стоимость профессионального труда футболистов-мастеров и др.

Задачи и условия деятельности футболистов предъявляют достаточно высокие и специфические требования к различным сторонам их функциональной, технической и психологической подготовленности. Как показывают исследования, ориентировочный и исполнительный компоненты спортивного действия в играх тесно связаны и должны рассматриваться в единстве. У квалифицированных футболистов сенсорно-перцептивные и интеллектуальные качества значительно определяют их технико- тактическую подготовленность, поэтому понятно желание тренера и самого игрока знать уровень развития своих психомоторных, волевых и психических свойств, участвующих в управлении движениями. Не случаен также интерес специалистов по футболу к оценке уровня развития волевых качеств и двигательных навыков как компонентов специальной и функциональной подготовленности футболистов разного игрового амплуа.

**АКТУАЛЬНОЕ РАЗВИТИЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО ПРОСТРАНСТВА:
педагогические системы, образовательный процесс, воспитательные ситуации**

Тренеру важно знать и личностные характерологические особенности каждого футболиста для предсказания его поведения и активности а игре и на досуге в целях педагогически обоснованного воздействия на него с учетом самовнушения и состояний в самых напряженных матчах на «чужом поле». Поэтому личностные особенности игрока (мотивационная, эмоционально-волевая сфера) также являются предметом самого пристального внимания тренера и спортивного психолога.

Коллективный характер деятельности требует от футболиста тонкого чувства взаимодействия с партнерами, умения быстро находить с ними общий язык, согласовывать свои действия без слов – движением тела, кивком головы, жестом руки и др., иными словами – невербальные способы и средства психомоторного общения наиболее типичны для футболистов как участников коллективной игры. Членам футбольной команды важно также уметь быстро согласовать с партнерами свои интересы, желания, ожидания оценки других и себя с интересами всей команды, партнеров. Влияя на других, игрок испытывает влияние своих партнеров и всей микросреды, в которой он готовится, соревнуется, непосредственно общается, живет. Как отмечал психолог Ю.Л. Ханин, «возникает вопрос о том, насколько влияния среды благоприятны для раскрытия возможностей футболиста, насколько он сам приносит пользу в решении общекомандных задач непосредственно в деятельности и в жизни всего коллектива».

Выше отмеченное подчеркивает необходимость специального изучения социально-психологических характеристик футбольной команды в целом и психологии конкретных игроков, являющихся лидерами команды. Выявления особенностей внутри коллективных психологи-

**АКТУАЛЬНОЕ РАЗВИТИЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО ПРОСТРАНСТВА:
педагогические системы, образовательный процесс, воспитательные ситуации**

ческих связей в команде, влияющих на ее целостность, сыгранность, сплоченность, является непростой психолого-педагогической задачей для тренерской деятельности. Опытные футбольные тренеры знают, что от эмоционального самочувствия игрока в коллективе во многом зависит продуктивность не только его индивидуальной игровой деятельности и дальнейший рост его мастерства, но прежде всего командный результат в конкретном соревновании. Доказано, что спортивное долголетие успешной команды зависит прежде всего от грамотных действий тренера команды, что подтверждает в случае неудач русскую поговорку: «Рыба гниет с головы», а головой футбольной команды всегда являются тренер и ее капитан. Из перечня факторов деятельности футболистов ясно, что психологическая работа в команде должна строиться на основе определенных педагогических принципов.

Первым принципом - является ориентация на требования игровой деятельности, которая определяет критерии в оценке уровня развития и возможностей футболистов. Именно требования игры в футбол определяют задачи тренерской деятельности и необходимость систематической работы игроков над собой, профессиональную оценку себя, самокритичное отношение к своим возможностям и качествам, качество выполнения своей игровой роли в ансамбле командных взаимодействий.

Второй принцип - вытекает из первого - необходимость комплексной оценки ситуации в команде и изучения каждого игрока, включая его способность управлять своими движениями, личностные особенности и социально-психологическую характеристику его самого и команды.

Третий принцип - максимальная приближенность методики и задач психологической подготовки футболиста к задачам и проблемам игровой деятельности футболистов, а также учет условий их работы в тренировочном процессе.

Если речь идет о постановке систематической и продуктивной работы психолога в команде, то целесообразно проведение двух углубленных обследований в начале сезона и текущего контроля в ходе игр. Цель углубленного психологического обследования знакомство с личностью каждого игрока, выявление структурных, относительно устойчивых характеристик его личности и команды в целом. Текущий контроль предполагает исследование и регуляцию динамических показателей у футболистов, чаще всего их предыгровых состояний, что необходимо для профилактики неблагоприятных социально-психологических факторов и осуществления системы психогигиенических и психопрофилактических мероприятий с учетом вопросов, возникающих уже непосредственно в процессе выступления команды в соревнованиях.

Список литературы

1. *Искусство подготовки высококлассных футболистов Науч.-методич. пособие / Под. ред. проф. Н.М. Люкшинова. – 2-е изд., испр., доп. – М. : Советский спорт, ТВТ Дивизион, 2006. – 432 с.*