

*Пушкарев Антон Владимирович,*

*тренер – преподаватель,*

*МБУДО СШ № 6,*

*г. Белгород, Россия*

## ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ ТРЕБОВАНИЯ К ПСИХОЛОГИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВКЕ В ФУТБОЛЕ

**Аннотация.** В статье рассматриваются педагогические требования к психологической подготовке в футболе.

**Ключевые слова:** тренер, футбол, психологическая подготовка.

Главной фигурой в подготовке футбольной команды к соревнованиям является ее тренер. Он формирует, и он же осуществляет педагогические требования к психологической подготовке футболистов и команды в целом к соревнованиям.

Поскольку успех в футболе непосредственно зависит от слаженности командных действий футболистов, тренер обязан учесть психологические факторы, влияющие на конечные результаты соревновательной деятельности.

1. Наличие ядра и лидеров, на которых можно опереться в учебно-тренировочной работе и в соревнованиях, в воспитательной работе. Здесь особенно важно убедиться в том, что в команде нет потенциальных отрицательных лидеров, оппозиции тренеру и идеям, которые будут предложены команде.

2. Взаимоотношения между игроками (на поле и вне тренировок, игр). Важно выделить возможные враждебные группировки, а также изолированных, отвергнутых или неприятных по разным причинам игроков и наиболее популярных, авторитетных игроков («эмоциональ-

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

ное ядро» команды) и сферы влияния лидеров. Это необходимо знать для учета возможных реакций в команде при осуществлении определенных воздействий на отдельных игроков, так как на практике, как известно, тренеру приходится иметь дело не с отдельными игроками, а с несколькими группировками.

3. Контакт игроков с тренерами и руководством команды. Это очень важный практический вопрос. От того, насколько благоприятен или неблагоприятен контакт у тренера с игроками, нередко зависит судьба коллектива и отдельных игроков, особенно в критические периоды, когда команда неудачно выступает или у игроков наблюдается временный спад, усталость. Здесь необходимо обратить внимание на игроков, с которыми тренер практически не общается, не имеет контакта, и оценить, насколько адекватен деловой контакт и доверительные отношения с ведущими игроками и лидерами команды.

4. Контакт и взаимопонимание тренеров между собой, с врачом, руководством команды. Нацеленность всех на решение общей задачи и единство требований, предъявляемых к игрокам.

5. Новые игроки в команде. Особое внимание уделяется изучению новых игроков в команде, их возможностей и особенностей, а также того, как они адаптируются в новом коллективе, находят общий язык с новыми партнерами и товарищами по команде.

При оценке возможностей и спортивно-игровых качеств каждого игрока тренер обязан знать индивидуальность каждого игрока и умело использовать их достоинства для усиления как индивидуального, так и командного потенциала игры. Психологическая ситуация для каждого конкретного игрока может быть сугубо индивидуальной.

Поэтому следует уяснить следующие моменты:

- с чем пришел к новому сезону (перспективы, настроенность, чего

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

ждет от нового сезона, на что надеется - место в составе, над чем хотел бы работать и др.);

- личные проблемы, отвлекающие факторы (ситуация дома, учебные дела, главная задача в предстоящем сезоне, наиболее важные события года);

- в чем нуждается сам или члены семьи (материальные и квартирные условия, учеба, армия);

- индивидуальное самочувствие в команде (статус и взаимоотношения с товарищами и ближайшими партнерами, включенность в группировки, ближайшие друзья по команде или вне ее, кто наиболее авторитетен для него, может оказать решающее влияние, его роль в решении общекомандных дел);

- оценка игроком своего контакта и взаимоотношений с тренером;

- как игрок оценивает свои сильные и слабые стороны, чего ему не хватает для успешной и стабильной игры в первую очередь.

Изучение этих вопросов осуществляется тренером в процессе наблюдений за игроками, в ходе бесед с ними, товарищами, родными, членами семьи, что важно для получения информации об игроке, учет которой поможет полнее использовать его психофункциональные и творческие возможности, полнее проявить свои лучшие качества, наметить программу самостоятельной работы. Внимание к этим вопросам имеет еще и самостоятельный психологический эффект в плане улучшения контакта тренера с конкретным игроком. Каждый член команды должен быть уверен, что тренер знает о его проблемах и заинтересован в его росте, стремится помочь ему, наблюдает за ним и т.п.

Опытные реперы обычно контролируют свой круг общения и следят за тем, чтобы на каждой тренировке каждому игроку по возможно-

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

сти сказать слово, заинтересоваться его самочувствием, настроением. Правда, эти отрывочные беседы и разговоры на ходу не должны заменять серьезное обсуждение важных для игрока проблем и вопросов. Однако и постоянный срочный контроль за своими игроками очень полезен для раннего выявления затруднений и нарушений взаимоотношений с ними, микроклимата в команде и специфических факторов, которые могут отвлечь футболистов от продуктивной работы.

В изучении личности футболиста тренер вынужден постоянно общаться с игроками, видеть его поведение, оценивать его отношения с товарищами по команде, знать ситуацию в его семье, как он проводит свободное время, чем интересуется, к чему стремится. Все эти отрывочные сведения тренеру полезно объединить в единую картину, в систему для планирования работы с игроками, аргументированного и обоснованного выбора средств наиболее целесообразного воздействия. Данные об игроке могут быть дополнены результатами специально отобранных и проверенных психологических тестов, проводимых психологом и включенных в общую программу медико-биологических и психолог - педагогических обследований футболистов.

Среди общепсихологических характеристик личности игрока, учет которых важен в практической работе футбольного тренера, можно выделить следующие:

- особенности сенсорно-перцептивных процессов: быстрота и точность восприятия игровых ситуаций; зрительно-моторная координация в работе с мячом; кратковременная и долговременная память; быстрота и точность принятия решений; особенности игрового мышления; общая сообразительность, прочность усвоения нового материала;

- эмоционально-волевая сфера: глубина и сила эмоциональных проявлений; самоконтроль и развитие волевых качеств; потребность в

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

одобрении; тревожность; уровень самооценки;

- система отношений: к другим людям, к себе, к своему футбольному делу.

В характеристике игроков выделяются устойчивые показатели, которые позволяют предсказать, прогнозировать надежность, поведение и деятельность в экстремальных напряженных условиях. Ситуационные показатели включают фоновые, предрабочие, рабочие (соревновательные) психические состояния, судить о которых тренер может по устойчивости психических и психомоторных функций.

Из всех личностных особенностей два показателя имеют для тренера особо важное значение: потребность игрока в одобрении и уровень его самооценки. Их сочетание (высокая потребность в похвале и низкая самооценка игрока) являются психологическим обоснованием педагогического режима воздействия на спортсмена со стороны тренера в плане его специальной психологической подготовки.

Важно также изучать и учитывать общительность игрока, его способность и умение адаптироваться в группе, находить общий язык с партнерами.

Определенную пользу может принести ведение тренером дневника, в котором он фиксирует все необычные случаи поведения и деятельности игрока. Такие записи во многом облегчают систематизацию данных об игроке и могут помочь проследить за динамикой формирования его как личности, в ряде случаев объясняют «неожиданные» сдвиги и срывы в поведении и деятельности. Такая специальная работа требует дополнительного времени, но благодаря записям тренер сможет правильно решить вопросы, связанные с улучшением организации учебно-тренировочной и воспитательной работы в команде.

Вопросы психодиагностики и управления поведением игроков

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

тесно связаны между собой. В ходе наблюдений или психологического обследования важно не столько получение информации, сколько ее адекватное использование тренером в педагогическом процессе. Поэтому очень важно найти соответствующие формы и способы обсуждения полученных данных с самими игроками (индивидуально или всей командой). Это помогает тренеру лучше разобраться в своих сильных и слабых сторонах и лучше планировать дальнейшую работу в практикуемом стиле руководства командой (авторитарный, демократический, либеральный стили), что формирует благоприятное отношение к проведению такого рода исследований, вдумчивому анализу результатов своей тренерской деятельности.

Важным дополнением к имеющейся у тренера информации, которая может быть полезна в предсезоне, являются доверительные беседы с игроками по итогам прошедшего сезона. Их проведение не всегда бывает удобно осуществить тренеру, поэтому помощь в этом может оказать психолог, которому доверяют игроки.

Опрос обычно проводится для выяснения: что дал прошедший сезон лично для игрока и для команды с его точки зрения; чего он добился, какие задачи не решил и почему; что не было заранее учтено; какие просчеты в организации, подготовке и проведении игр в сезоне в целом наблюдались и как их можно было избежать.

Такой опрос чрезвычайно важен, потому что позволяет увидеть сезон глазами игроков, наладить обратную связь и выявить эффект воздействия тренера и его организационных и педагогических мероприятий. С другой стороны, ответы игрока дают достаточно полную характеристику самому себе, своей способности объективно анализировать ситуацию, участие в общекомандных делах (значимость дел коллектива), ведущие мотивы своей деятельности и ведущую направленность

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

личности, возможные последствия сезона в плане изменения формирования определенных отношений к своим партнерам и тренерам, свои планы на будущее и др.

Полученные тренером материалы после соответствующей обработки и интерпретации следует сгруппировать в два основных раздела.

***Список литературы***

*1. Фролова М. И. Проблемы спортивной педагогики: психолого-педагогические основы руководства спортивной командой: метод. разработки. М.: ГЦОЛИФК, 1980.*