**Занятие 18**

# [Психология мышления](http://footballtrainer.ru/phyhologyc/88-psixologiya-myshleniya.html)

 Тактическое мышление - это скорость принятия решений, это синхронность принятия решений группой игроков, это оценка игровых ситуаций и предугадывание развития момента. А ежедневная работа над реальными ситуациями способствует постоянному росту и созреванию футбольного интеллекта. Только постоянные решения задач моделируют особенности мышления игроков, которое развивается в процессе игровой деятельности.

 В работе с молодыми футболистами, когда показ конкретизирован, а мышление предметно, мы подбирали целенаправленные упражнения, соответствующие уровню обучающихся. Если сравнить мышление детей 12-13 лет, то заметим, что им недоступно решение игровых задач в нескольких вариантах, поэтому тактическая подготовка должна носить более конкретный характер. В группах совершенствования игроки стремятся к анализу, к мобилизации физических и моральных сил, где необходим достаточный запас ребят, здесь требуется принципиально другой подход в подготовке. Опять посмотрим на другие спортивные игры. Во-первых, все они проходят в относительно постоянных условиях, во-вторых, там просматривается заданностъ и предопределенность конкретных действий. В футболе эти факторы отсутствуют, что в принципе меняет взгляд на подготовку.
 В отличие от предыдущих годов обучения, главной целью подготовки становится выработка групповых и командных принципов развития мышления. Необходимо уточнить, что тактическая подготовка детей и подростков происходит постоянно и ежедневно, но целенаправленно, с четко поставленными задачами она начинается в группе совершенствования. На этом этапе именно мышление станет центральной стратегией достижения успеха. Футбол становится все более быстрее и сложнее. И только в творчестве и развитии игровых идей мы найдем верный путь к росту игрока. Вначале необходимо привести в соответствие с групповыми принципами игровые установки самих футболистов, потому что каждый их них играет согласно своему пониманию игры. Далее - определить командное мышление, то есть попытаться привести всех игроков к общему пониманию цели игры: как они представляют себе цели и задачи командной игры, какие имеются расхождения в их реализации. И естественно, что это необходимо закрепить на фоне утомления, оставляя при этом ясное тактическое мышление.

 Футбол - игра со сложными координационными двигательными приемами, где необходима соревновательная надежность и стабильность. Без этого невозможно исполнительское мастерство и скоростной темп мышления. Скорость плюс скорость - такова тенденция развития современного футбола. Скоростная выносливость футболиста должна быть выше необходимой соревновательной, таким образом, игрок будет более надежен в сложных игровых условиях и ситуациях. Если же игрок не в состоянии проделать достаточно огромный объем функциональной подготовки, то вся наша работа теряет смысл. Работа над тактикой возможна лишь при активном участии всех игроков. И именно в период совершенствования мы имеем наилучшие возможности для развития этих качеств.

 Мы уже говорили о том, насколько важно иметь представление о подборе подготовительных упражнений при решении задач. Чтобы увидеть динамику развития процесса мышления, возьмем, к примеру, игру с ограниченным количеством касаний. Она отчетливо характеризует нынешний футбол: скорость ведения игры, видение поля, уровень скоростной техники и т. д. И самое главное, там тренируется рациональная футбольная техника - качество, необходимое при переходе на уровень мастерства. Это ли не базовая игра, на которой далее формируются все варианты усиления игры? На этом упражнении можно добиваться и формировать автоматизацию игровых технико-тактических действий. В тренировочных игровых условиях необходимо многие технические действия в игре (обработка мяча, передача, обманное движение и т. д.) привести из сознательного применения к подсознательному исполнению.

 Здесь еще раз отметим, как прослеживается динамика развития навыка. Вначале мы добивались автоматизации выполнения приема, далее вводи ли сбивающие факторы и усложняли прием, а сейчас необходимо эти приемы адаптировать к игре, добиваясь автоматического выполнения в игровых условиях. Уточним, что это будет управляемая двухсторонняя игра, где происходит реализация технических навыков и психической подготовленности в игровых ситуациях.

 Для повышения эффективности протекания подготовительного процесса нужно обеспечить поступление как можно большего количества информации. Постоянно меняющиеся задачи и их условия выполнения открывают неограниченные возможности выбора решений. То есть происходит стадия инкубации, или вынашивания, игровых решений, где материал обрабатывается на подсознательном уровне. А многообразие выполнения технико-тактических действий определяет мастерство и обеспечивает надежность в игре. Мы опять же приходим к необходимости поиска системы процессов обучения, обеспечивающей решение игровых задач. Постановка игры - это динамический процесс, который, как правило, не сопровождается какими-либо отчетливыми показателями. Здесь с полной уверенностью мы можем согласиться с утверждением: «Результат любой стратегии есть следствие одновременного действия факторов непосредственно не наблюдаемых».

# [Психология индивидуальной подготовки](http://footballtrainer.ru/phyhologyc/89-psixologiya-individualnoj-podgotovki.html)

 Во время обучения с ростом уровня подготовленности техника изменяется в сторону большей индивидуализации, поскольку настоящее техническое мастерство всегда индивидуально. Закладывая школу техники, тренер должен предложить ученику различные варианты выполнения упражнений, из которых впоследствии будут выбираться наиболее рациональные. При совершенствовании мастерства каждого молодого футболиста нужно выявить его сильные стороны и направленно развивать их, чтобы создать яркую индивидуальность.

 Вполне естественно, что все молодые игроки непохожи друг на друга как по образу мышления, так и по поведению. Одни предпочитают мыслить образами, другие предпочитают анализировать каждое действие. Здесь главное то, что у них возникает более устойчивое и более верное представление о себе, о своих возможностях. А тренеру необходимо найти средства воздействия на личностные качества футболиста. Сочетание коллективного обучения с индивидуальным подходом к каждому игроку обеспечивает будущий успех.

 Важной особенностью психики человека является возможность компенсации одних свойств за счет других, а задача тренера и его помощников - найти средства управления этим процессом. Квалифицированный педагог должен по возможности компенсировать природные недостатки игрока за счет его сильных качеств. Совершенствуя индивидуальные особенности игрока, мы тем самым формируем его игровую подготовку. И естественно, что у футболистов могут быть свои личные цели и игровые приемы, которые нужно использовать, но активность в первую очередь должна идти от них. Именно мотивация определяет начало процесса совершенствования и развития способностей. Все это, несомненно, требует осмысления и практического опыта тренера.
Индивидуальная подготовка - это задачи и требования к игроку, это игровые упражнения на совершенствование исполнения, это умение самостоятельно повышать свое игровое мастерство.

 Индивидуальная подготовка - это требования и к тренеру. Под ними мы подразумеваем разделение игроков по группам и на основе их игровых амплуа, индивидуальных особенностей, совершенствование игровых качеств. Без кропотливой индивидуальной работы невозможно обеспечить усиление качества и результативности командной игры. Мы эту сторону подготовки не имеем права игнорировать и забывать, а должны рассматривать как главный педагогический процесс, где необходим подбор тренировочных средств и индивидуального объема нагрузок.

 Индивидуализация тренировочного процесса - это высшая форма совершенствования мастерства игрока, но это и перевод тренировочного процесса на новый технологический уровень. Его сложно осуществить в наших условиях, но это единственный путь совершенствования игроков при таком малом количестве дарований. Индивидуальный подход предусматривает анализ сильных качеств, удачных приемов, интересных тактических решений игрока. К примеру, нападающему необходимо отмечать в своем сознании удачные ходы, перемещения, элементы, которые он должен индивидуально отработать в тренировках. Методика здесь следующая: закрепить отдельный технический прием, найти 2-3 варианта его исполнения и в упражнениях с несколькими тактическими решениями попытаться использовать его.

 Что касается игры вратаря, то, по моему мнению, весь процесс в целом должен строиться на подсознательном уровне, где оценивается не столько возникающая ситуация, сколько необходимость все предвидеть, опережая события игрового момента. Недаром нас порой удивляют некоторые вратари (и игроки тоже) невероятными способностями находить верные позиции и ходы в критических моментах игры. Здесь, видимо, уже подсознание руководит действиями игрока через интуицию.
И если уж говорить об интуиции, то, видимо, чем глубже понимает футболист свои обязанности, чем выше его мастерство, тем выше его интуиция. А интуиция - это и есть процесс бессознательного решения какой-либо задачи. Можно сказать, что интуиция это подсознательное знание, основанное на сознательных тренировках и подсознательном анализе и наблюдениях. В материалистической трактовке, это видимо вера, убеждения, наработанные модели игры, - одним словом, тренировка.
Заметим, что талантливые ученики и отличаются тем, что их мысль опережает их действия. Каждый из них вносит в игру свои способы решений ситуаций, одним словом - свои способности и свое творчество. Наверняка у талантов происходит все по-другому, но я повторюсь - талантов мало. Скажем так, что это уже не сила воли и черта характера, это уже врожденная особенность и плюс активная психика. А благодаря тренировкам мы можем развить некоторые недостающие качества. У одних эти способности очевидны, но другим необходимо приложить больше усилий, чтобы их потенциал обнаружился и развился. Приобрести то, чего не дано, могут помочь только опыт и профессиональные знания тренера-педагога. Заметим, что детская одаренность неоднозначна и по своим проявлениям, и по особенностям развития, что никакая диагностика и максимальный учет всех факторов не позволяют построить точный прогноз относительно будущих достижений.

Если говорить о таланте футболиста, это, видимо, совокупность хотя бы двух способностей игрока (скорость + техника, техника + мышление и т. д.), которые необходимо раскрыть и найти достойное применение. В крайнем случае, это мышление высшего порядка, и игроков, наделенных этим даром от природы, очень мало. Одним словом - это сумма скоростей - скорости движения, скорости обработки, скорости мышления и т. д.

 Всевозрастающий динамизм современного футбола еще более усложнил проблему поиска и подготовки молодых дарований, поэтому пути легкие и быстрые нередко превращаются в самые трудные и бесперспективные. Талант трудно втиснуть в рамки каких-то ограничений, и сила его влияния удивительным образом развивает и обогащает футбол. В конечном итоге талант отдельных игроков работает на перспективу развития футбола. А задача тренера - увидеть и раскрыть его самобытность, развивая игровой потенциал.
Если рассматривать психологические задачи подготовки в игре и тренировке, то они будут следующими: в тренировке - игрок должен знать задачи недельного цикла, видеть себя в нем и знать, что от него требуется. Тогда он будет анализировать свое состояние и свои действия. А задача тренера создать все условия для ежедневного развития способностей игрока. В игре - очень много факторов, определяющих успех, но исходный пункт успешной игры - это готовность футболиста как на физическом, так и на психологическом уровне. Более подробно психологию игры мы рассмотрим в следующей статье.

 Формирование психологической активности происходит ежедневно и постоянно, но как сконцентрировать всю психологическую активность к 90 минутам игры, это уже педагогическое умение тренера. Психология активности как раз и подразумевает формирование психики футболиста не стихийно, а с приложением собственной воли и умения тренера. Подготовка к игре должна иметь совершенно конкретное содержание, и если игрок недостаточно четко представляет свои действия, то и игра тоже будет неопределенной. Сильных игроков отличает постоянный анализ действий партнеров и игроков противника. Если более конкретно рассмотреть этот вопрос, то заметим, что в личности футболиста всегда присутствует два независимых «Я».
Тренер часто сталкивается с ситуацией, когда в неожиданных условиях соревнования игроки не могут показать своей лучшей игры. При таком несоответствии игрок всегда смотрит в сторону тренера, задача которого найти пути взаимодействия всех составляющих. Здесь просто необходимо выяснить степень понимания футболистом обязанностей в игре и целей тренировок. Все имеет свою причину. Если игрок плохо играет, то задача тренера - понять почему. Знание самого себя - это самое главное в педагогике. У плохой игры наверняка есть психологические и физиологические причины. Как это ни странно, но тактика начинается с умения ставить себе границы дозволенного (ограничение своего «Я»). Это очень ответственная работа, потому что, не признавая дисциплину, игрок или переусердствует в желании, или не выполнит своих прямых обязанностей. Бывает достаточно поработать с воспитанником индивидуально, и он уже психологически готов к игре. При таком целевом подходе к совершенствованию футболиста выявляется, это многие непонятные действия объясняются и корректируются довольно легко. Другими словами, когда заиграет наш игрок, зависит только от него. И лучшее, что может сделать для него тренер, - это навести порядок в его психике, иначе неизбежны простои в его совершенствовании.

 На первых этапах подготовка детей в максимальной степени зависит от среды и личности педагога. При совершенствовании главным качеством становится профессионализм тренера, и ставка должна делаться на индивидуальные качества ученика и его мышление, которые органически вписываются в общую готовность команды. В том и в другом случае команда должна иметь соответствующие нравственные нормы, стимулирующие игроков на достаточно долгий и нелегкий труд.

  Профессионализм тренера, работающего с командой, - очень деликатный вопрос, поскольку результат его работы - это игра его команды. Опасайтесь тренеров, которые гарантируют результат. Дело в том, что не все зависит от них. Так и в большом футболе играют не самые талантливые, а самые настойчивые и целеустремленные ученики. Предполагаемая схема деятельности тренера - это, по сути, желаемая модель футбольного наставника, которая включает в себя профессиональные и личностные качества. При равновесии этих необходимых качеств команда может идти только вперед.