**Занятие 21**

**Роль капитана в футбольной команде**

К категории формального лидера можно отнести капитана команды, который значительно меньше, чем тренер, но все же выполняет лидерские функции. Если, например, одной из характеристик тренера как формального лидера является успешность выполнения административных обязанностей, то капитан команды не несет этих функций и выделяется как формальный лидер в силу своих спортивных способностей, мастерства, умения в трудных соревновательных условиях повести за собой, морально поддержать, ободрить в трудные минуты спортивной борьбы, найти логически верное решение в критических ситуациях и т. д. В некоторой степени этими качествами (необходимыми для формальной сферы общения в командных видах спорта) обладает тренер, но проявляет он их, как правило, позднее, чем капитан, потому что ряд сложных тактических, психологических и чисто спортивных задач капитану приходится решать в момент спортивных состязаний.

Помимо лидеров в спортивный коллектив входят люди, которых можно отнести к категории занимающих низкий статус в специфической спортивной деятельности.

Как показали наши исследования, аутсайдеры отличаются от лидеров не только чисто спортивными, но и психологическими качествами. Так, лидеры в формальной сфере общения в отличие от аутсайдеров стараются постоянно и во всем быть с группой, стремятся к согласию. Эти данные подтверждают одну из концепций теории лидерства о том, что лидеру в большей мере, чем кому-либо, присуще стремление к интеграции, объединению, сплочению членов группы. Аутсайдер же стремится к независимости, имеет склонность к агрессии, пренебрегает советами и помощью коллег, не желает пользоваться поддержкой членов коллектива.

Значительные различия между лидерами наблюдались и в проявлении специфических качеств. Старательность и исполнительность на тренировочных занятиях, настойчивость, быстрота восприятия нового в элементах техники, дисциплинированность, умение заставить себя работать с полной отдачей сил – эти качества у лидеров на достоверном уровне оцениваются группой и тренером выше, нежели у аутсайдеров. Однако самооценки этих качеств не уступали самооценкам у лидеров, за исключением такого качества, как умение заставить себя тренироваться с полной отдачей сил (самооценка его на достоверном уровне ниже, чем у лидеров). В этом проявились, вероятно, защитные реакции аутсайдеров. Не соглашаясь с тем, что они менее способны, хуже воспринимают новое в технике и тактике, о чем говорят оценки группы и тренера, они через самооценку представляют дело таким образом, будто единственным их недостатком является неумение заставить себя тренироваться с полной отдачей сил, а в остальном они – не хуже лидеров; стоит им только собраться, захотеть – и равных им не будет, даже среди лучших спортсменов.

У капитана команды должны быть опыт в общении и понимание своей роли лидера в команде. Ему приходится постоянно доказывать это в игре, быть настоящим, неназначенным лидером, вести за собой команду. Желательно, чтобы это был образованный человек, хорошо информированный обо всем, что происходит в коллективе, интересующийся семейной жизнью своих товарищей. Главный тренер должен всегда общаться с капитаном команды, узнавать с его помощью психологическую атмосферу в коллективе. Одна из главных задач капитана – настроить команду на игру. Будучи помощником главного тренера, капитан во время игры должен подсказывать ребятам, иногда и подбодрить уставших. И пока у нас в клубах нет профессиональных психологов, роль капитана трудно преувеличить. Он должен суметь найти подход к любому игроку, при необходимости – поговорить по-мужски. Но, к сожалению, в наших командах значение личности капитана за пределами поля минимально, если вовсе не сведено к нулю. Для измерения личностных качеств в спортивной психологии в настоящее время существует множество инструментальных и бланковых методик, которые, будучи собраны исследователем по тому или иному принципу в так называемые батареи тестов, дают весьма солидный материал.

**Как стать хорошим капитаном**

**1. Полностью отдавайтесь игре.** Самая важная задача капитана — быть примером и вести за собой других. Партнеры всегда смотрят на своего капитана и следуют за ним. В любой ситуации они должны видеть, что вы прикладываете максимальные усилия для победы. Капитан — первый игрок, с которого спрашивают в случае поражения и хвалят после успешной игры.

Примеры надлежащего отношения: не бегите трусцой, когда необходимо нестись во весь опор, а также никогда не сдавайтесь. Если дать слабину или снизить требования к себе, то ваши партнеры посчитают, что им тоже нет смысла рвать жилы.

Это особенно важно, если игра складывается не в вашу пользу. Не позволяйте ситуации влиять на ваши усилия. Покажите партнерам по команде, что вы всегда оставляете на поле все силы вне зависимости от результата игры. Сложно идти вперед в заведомо проигрышном матче, но вашим партнерам просто необходим образец для подражания.

**2. Оставайтесь порядочным спортсменом.** Во время матча относитесь к сопернику с уважением, а после игры не забудьте пожать руки своим оппонентам. Каким бы напряженным ни был матч, вам следует поздравить их с хорошей игрой. Покажите своим партнерам, что соперника нужно уважать в любой ситуации.

Уважительно относитесь к болельщикам. После игры всегда благодарите и аплодируйте своим болельщикам вместе с командой. Стремитесь игнорировать свист, упреки и оскорбления, ведь они не должны влиять на игру команды. Не нужно кричать в ответ или показывать непристойные жесты зрителям.

Обсуждайте с партнерами вопросы образцового спортивного поведения. Спросите у них, какое значение они вкладывают в это понятие и как будут применять эти правила во время игры. Так им не придется угадывать ваши мысли. Периодически напоминайте партнерам, как нужно относиться к соперникам и друг к другу.

**3. Уважительно относитесь к арбитрам.** Во многих видах спорта только капитаны команд имеют право разговаривать с арбитрами. Не нужно кричать на судей из-за решений, которые вы считаете несправедливыми. Помните, что арбитр — главный на поле, а судейские решения не должны влиять на игру вашей команды.

Не бойтесь обсуждать решения с арбитром, но при этом не забывайте об уважении. Так, лучше спросить, почему судья зафиксировал или не зафиксировал нарушение и объяснить собственную точку зрения, а не громко доказывать, что он неправ. Спросите у судьи: «В чем здесь нарушение?» — и узнайте ответ, а не выкрикивайте обвинения вроде: «Это нелепость», — или: «Вы же не наказали другую команду в аналогичной ситуации».

В некоторых видах спорта судья сообщает полевым игрокам некоторые правила через капитана. Обязательно передавайте эту информацию партнерам и тренерам, чтобы все владели важными сведениями.

В большинстве видов спорта оскорбление арбитра влечет за собой наказание и даже удаление с поля. Такое поведение станет не только плохим примером, но и принесет вред команде.

**4. Принимайте ответственность за свои ошибки.** Быть примером — значит показывать партнерам, что необходимо признавать свои ошибки. Не ищите оправданий, если у вас что-то не получается. При необходимости можно принести извинения. Наберитесь смелости и скажите: «Я тогда ошибся. Прошу меня извинить». Если отказываться от ответственности, тогда у партнеров не будет причин вести себя иначе.

И еще немного о разговорах с арбитрами. Если партнеры увидят, что вы жалуетесь на решения судьи, то они посчитают это оправданием своему поражению и откажутся от ответственности за результат.

Отвечайте только за свои ошибки. Капитан команды не обязан нести ответственность за ошибки партнеров. Если всегда брать вину на себя, то партнеры по команде расслабятся и перестанут видеть свои ошибки.