УДК 79
ББК 75.578

DOI: 10.33065/2307-1052-2021-4-38-68-74

Практические рекомендации по совершенствованию профессиональной деятельности детского тренера по футболу

Аль Ших Мхд. Висам,

аспирант, Ульяновский государственный педагогический университет им. И. Н. Ульянова, г. Ульяновск, Россия, orcid.org/0000-0002-8650-5098

Парфенова Лариса Анатольевна,

кандидат педагогических наук, доцент, заведующий кафедрой адаптивной физической культуры и безопасности жизнедеятельности, Поволжский государственный университет физической культуры, спорта и туризма, г. Казань, Россия, orcid.org/0000-0002-6433-7214

Аннотация. Материалом для исследования послужила современная ситуация в футболе в Сирийской Арабской Республике (далее – САР). Как установлено ранее, несмотря на популярность данного вида спорта, уровень тренерского состава по футболу в республике остается низким. Задача статьи – разработка практических рекомендаций по совершенствованию профессиональной деятельности детского тренера по футболу. В статье описаны принципы работы с юными футболистами, даны рекомендации тренеру по футболу, в том числе и по повышению мотивации к занятиям у юных футболистов. Рекомендации тренерам даны с учетом разности свойств их нервной системы по совершенствованию мастерства.

Ключевые слова: детский тренер, футбол, воспитание, Сирийская Арабская Республика, практические рекомендации, совершенствование профессиональной деятельности.

Practical Recommendations for Improving the Professional Performance of a Children's Football Coach

Al Shikh Mhd. Wisam,

Postgraduate student, Ulyanovsk State Pedagogical University named after I.N. Ulyanov, Ulyanovsk, Russia, orcid.org/0000-0002-8650-5098

Parfenova Larisa A.,

Candidate of Pedagogical Sciences, Associate Professor, Head of the Department of Adaptive Physical Culture and Life Safety, Volga Region State University of Physical Culture, Sport and Tourism, Kazan, Russia, orcid.org/0000-0002-6433-7214

Abstract. The material for the study was the current situation in football in the Syrian Arab Republic. As established earlier, despite the popularity of this sport, the level of

the football coaching staff in the republic remains low. The objective of the article is to develop practical recommendations for improving the professional activity of a children's football coach. The article describes the principles of working with young footballers, gives recommendations to a football coach, including how to increase the motivation for training young footballers. The article provides recommendations for trainers taking into account the difference in the properties of their nervous system to improve their skills.

Keywords: children's coach, football, education, Syrian Arab Republic, practical recommendations, improving professional activity

Введение. Футбол – популярный вид спорта среди жителей Сирийской Арабской Республики. Повышение популярности того или иного спорта всегда приводит к тому, что процент желающих отправить своего ребенка в секцию возрастает. Как мы отмечали ранее, в САР большое количество тренеров по футболу не имеет сертификата [Аль Ших, Липатова 2021: 76–82]; в республике не существует утвержденных методик и практических рекомендаций по работе с воспитанниками.

Задача статьи – на основе анализа литературных источников, посвященных исследуемой проблеме, представить практические рекомендации по совершенствованию профессиональной деятельности детского тренера по футболу.

Настоящие практические рекомендации подготовлены в соответствии с требованиями государственного образовательного стандарта высшего образования. Они содержат совокупность рекомендаций и принципов, необходимых для совершенствования работы тренера с юными футболистами и грамотной реализации его профессиональной деятельности.

Данные материалы могут быть использованы тренерами в качестве опоры при подготовке тренировочного процесса, а также как раздаточный материал при организации работы среди детских тренеров по футболу.

Роль тренера в процессе становления юных спортсменов. Работа детского тренера должна быть направлена на выявление и раскрытие способностей ребенка с учетом его интересов. Во взаимоотношениях с детьми и родителями он занимает позицию лидера и наставника. Исследователи отмечают, что деятельность детского тренера подразумевает физические и эмоциональные нагрузки [Вощинин 2016; Вяткина 1976; Зиновьева 2006; Малкин 2016].

На сегодняшний день тренер развивает у ребенка не только двигательную активность, но и логику, мышление, умение контролировать свои эмоции. Он помогает преодолеть психологические барьеры, настраивает юных спортсменов на победу. Помимо этого, наставник оказывает влияние на дальнейшее желание ребенка заниматься спортом.

Многие родители ждут быстрых результатов от своих детей, только начинающих свой спортивный путь. Задача тренера – скорректировать настрой родителей. Мастерство тренера детской команды приходит с годами интенсивной профессиональной деятельности и зависит от его желания и мотивации работать с детьми [Полозов, Лыжина 2021].

Анализ литературы позволил выявить обязательные требования к личности тренера [Fleck, Quinn 2002; Bénézet, Hasler 2020; International Labour Organization... 2013; Monika, McGuire 2007; Coaching Tips 2021].

Во-первых, он должен знать о тенденциях современного футбола и его развитии; уметь сплотить команду, добиться слаженной работы и успеха коллектива; грамотно выбирать технические, тактические и физиологические основы тренировок, которые

позволят игрокам достичь высоких результатов. Детский тренер должен знать и уметь применять наиболее оптимальные методики для реализации эффективных тренировок.

Во-вторых, тренер должен осознавать важность соревнований и давать соответствующие рекомендации. Многие исследователи отмечают, что тренер не должен ставить в приоритет соревновательный аспект в ущерб тренировкам и практике развития навыков и умений юного спортсмена.

Принципы работы с юными футболистами. Важной частью тренировочного процесса юных футболистов является наставничество. То, как ведут себя тренеры, роли, которые они выполняют, и общее впечатление, которое они производят на своих спортсменов, способствуют получению спортивного опыта. Современный подход к деятельности детского тренера основан на компетенциях. Это означает постоянную оценку его поведения, его знаний, умений, навыков, жизненных ценностей и приоритетов.

Следование приведенным ниже рекомендациям и общим принципам поможет тренерам детских футбольных команд более грамотно реализовывать свою профессиональную деятельность.

Анализ литературы позволил нам определить руководящие принципы работы с юными футболистами. Нами было выделено шесть принципов;

1. Принцип «соответствия развитию» предполагает, что тренер в своей работе учитывает уместность применяемых упражнений; требования к деятельности должны находиться в пределах возможностей и способностей юных спортсменов;

2. Принцип четкости и краткости информация: тренер должен особым образом преподносить инструкцию воспитанникам; обилие информации подавляет их, а ее недостаток тормозит деятельность ребенка. Полагаем, что изначально необходимо предоставить подробный информационный теоретический блок, а затем предъявить новые задачи на данном тренировочном занятии;

3. Принцип «от простого к сложному»: занятия должны быть выстроены таким образом, чтобы можно было постоянно изменять и решать новые задачи, позволяющие удовлетворить интересы и способности юных спортсменов.

4. Безопасная и подходящая тренировочная площадка: в зоне тренировочной площадки не должно быть опасных предметов (например, стекла, камней, веток, ям и т.д.); площадка должна быть защищена от дорожного движения или других опасностей, связанных с окружающей средой; тренировочная среда должна быть психологически безопасной: ребенок на тренировке должен быть эмоционально защищен, страх неудачи должен быть снижен, ребенок должен не бояться идти на творческий риск, не опасаясь критики со стороны тренера;

5. Принцип «принятие решений»: тренировочный процесс должен давать возможность юным спортсменам принимать решения во время спортивной деятельности; решения могут быть пространственными (траектория движения), временными и кинестетическими (как правильно использовать мяч в ходе игры); данные виды решений должны присутствовать во всех действиях юного спортсмена;

6. Принцип «значение для игры»: существует прямая корреляция между возрастом игрока и действиями, выполняемыми на тренировке; эти действия должны отражать требования, с которыми ребенок сталкивается в процессе игры; на данном уровне детский тренер обеспечивает базовые навыки движения и мышления, которые в дальнейшем позволят юному спортсмену решать более сложные задачи.

Рекомендации тренеру детской футбольной команды. На основе анализа теоретической и методической литературы мы выявили основные рекомендации тренеру, работающему с юными футболистами. Перечислим их.

1. *Тренер должен проявлять энтузиазм.* Необходимо быть чутким к чувствам детей, получать удовольствие от занятий с ними и понимать, что футбол обеспечивает физический и эмоциональный рост юным спортсменам. Профессиональная деятельность тренера должна быть направлена на обеспечение эффективного взаимодействия с детьми.

2. *Тренеру необходимо понимать, что, прежде всего, он учитель и наставник.* Спортивный тренер должен помогать детям в обучении и работе над улучшением своих навыков и умений. В приоритете у тренера должна быть не личная выгода, а интересы ребенка. Важно обращать внимание на то, что тренировки проводятся не ради победы. Мотивация ребенка должна быть направлена на самореализацию его способностей и трансформироваться в успех его команды.

3. Безопасность и благополучие детей не должны быть поставлены под угрозу.

4. *Тренер должен быть терпеливым к успехам детей.* Необходимо избегать физического и психического переутомления ребенка. Игра в футбол должна приносить позитивные эмоции и доставлять удовольствие юным спортсменам.

5. Тренер должен видеть в игроках людей, но не только спортсменов. Программа спортивной подготовки юных футболистов – это средство для достижения цели, а не самоцель.

6. *Тренер должен побуждать своих игроков ставить высокие цели.* Задача тренера – способствовать сохранению позитивного настроения на тренировках и воздерживаться от лишаящих уверенности замечаний.

7. Тренер должен придерживаться правил. Обучая детей, тренер не использует правила в своих интересах. Тренер, который подвергает риску команду соперников, не может взаимодействовать с детьми.

8. Тренер должен демонстрировать спортивное мастерство и быть профессиональным примером для ребенка. При этом наставнику нужно вести себя сдержанно во время игры и позволять детям быть в центре внимания.

9. *Между родителями, игроками и тренером должно быть доверие.* Тренер играет важную роль в формировании спортивного опыта ребенка. На доверии строятся взаимоотношения родителя юного спортсмена и тренера.

10. *Успех детского тренера измеряется уважением, которое он получает от юных спортсменов.* Дети, которые развиваются (социально и физически) во время занятий спортом, являются лучшим показателем хорошего тренера.

12. *Тренер должен чаще давать учащимся возможность самостоятельно принимать решения и организовывать игру.* Для этого необходимо подготовить все для игры и организовать ее начало, а затем позволить детям играть самостоятельно. Комментируйте игру до или после тренировки, а также во время перерывов. Комментарии должны быть краткими и простыми для восприятия юными спортсменами

13. *Обучение игре в футбол* – это последовательный процесс. Процесс подразумевает, что тренер устанавливает ежедневные, еженедельные, ежемесячные, ежегодные цели. Учитывайте, что результаты тренировок могут стать заметными только в следующих тренировочных годах.

14. *Установите конкретные цели для каждого юного спортсмена,* соответствующие его возрасту и степени подготовки.

15. *Развивать футбольные навыки предпочтительно с младшего школьного возраста.* К 16 годам способность приобретать новые двигательные навыки начинает ослабевать, в то время как способность концептуализировать командную организацию, тактику и

стратегию возрастает. Тренеру необходимо работать, учитывая эти особенности.

16. *Тренировки с юными спортсменами не должны быть похожи на профессиональный футбол.* Дайте юным футболистам возможность увидеть, как играют более опытные и старшие игроки. Приглашайте детей присоединиться к опытным игрокам (взрослым, детям старшего возраста или профессиональным или полупрофессиональным игрокам). Используйте их, чтобы продемонстрировать высокий уровень подготовки. Позвольте своим юным спортсменам учиться, участвуя в игре с опытными игроками (вместе или против них).

17. *Навыки, полученные в определенном возрасте, необходимы для перехода на следующий уровень.* Тренеру нужно подготовить детей и самому подготовиться к переходу ребенка на следующий уровень. Тренер должен использовать методики, соответствующие развитию ребенка.

19. *Позвольте вашим юным спортсменам развить необходимые навыки.* Тренер должен учитывать, что навыки, необходимые для футбольной среды, нужно развивать в позитивном контексте. Главное – дать ребенку положительные эмоции.

20. *Проводите спортивные состязания среди детских футбольных команд.* Организовывая матчи, тренер дает юным спортсменам возможность продемонстрировать свои недавно приобретенные навыки и творческий потенциал. Победа не должна быть центром внимания ни для тренера, ни для его воспитанников.

21. *Имейте четкое представление о том, чего вы хотите достичь во время работы с юными футболистами.* Опытный тренер может использовать игры и упражнения, которые воспроизводят и повторяют движения и ситуации, характерные для большого футбола и которые позволяют игрокам чувствовать себя комфортно и уверенно во время игры. Тренер должен понимать, что советы и «уловки», которые работают во время игры – это вариации одних и тех же базовых компетенций. Дайте юным спортсменам возможность бросить вызов сопернику и добиться успеха, устанавливая определенные правила и создавая интересные задачи.

22. *Достижения приходят с опытом.* Помните, что дети учатся именно во время процесса игры.

Рекомендации тренерам с разными свойствами нервной системы по совершенствованию своего мастерства. Установлено, что индивидуальный стиль тренера зависит от свойств нервной системы. Исследователи предлагают разделять в зависимости от того, каковыми свойствами нервной системы тренеры обладают, на три типа: тренер с сильной подвижной нервной системой, тренер с сильной инертной нервной системой и тренер со слабой нервной системой.

На основе анализа источников дадим рекомендации тренерам (см. Табл.):

Табл. – Рекомендации по совершенствованию мастерства тренерам с разными свойствами нервной системы

Тренер с сильной подвижной нервной системой	Тренер с сильной инертной нервной системой	Тренер со слабой нервной системой
РЕКОМЕНДУЕТСЯ:		
Быстро и четко организовывать юных спортсменов в начале тренировки, используя при этом разнообразные методы организации	Требовать выполнения распоряжений всеми юными спортсменами	Тренировку начинать только когда будет привлечено внимание всей команды, объяснять задачи тренировки только после установления тишины

Сочетать объяснение техники выполнения двигательных действий с показом, упражнение в целом и отдельные его элементы показывать несколько раз	Четко объяснять технику упражнения, не увлекаться подробным анализом деталей ее выполнения, в целях экономии времени объяснение сочетать с показом	Перед началом тренировки повторять самому несколько раз запланированные для изучения двигательные действия, использовать для показа упражнений наиболее подготовленных спортсменов
При выполнении юными спортсменами заданий делать больше индивидуальных замечаний, особенно детям, плохо усваивающим технику этого упражнения	На первых тренировках добиваться исправления у всех юных спортсменов типичных ошибок в технике выполнения каждого упражнения	На первых тренировках обучение технике нового двигательного действия проводить фронтально, не уделять внимание только отдельным юным спортсменам с целью исправления ошибок
В общении использовать наряду с распоряжениями, командами шутки, юмор, жесты, мимику	Заранее обдумывать процесс общения с юными спортсменами в течение тренировки	Быть всегда спокойными, доброжелательными, стараться не вступать с юными спортсменами в конфликты
Требовать выполнения всех своих распоряжений, добиваться хорошей дисциплины и порядка на тренировке	На протяжении всей тренировки быть спокойным, сдержанным, терпеливым даже в случае нарушения порядка отдельными юными спортсменами или командой в целом	Следить за детьми, которые балуются. Когда начинаются разговоры или шум – сразу остановить команду или переключить внимание юных спортсменов на другую деятельность
Постепенно повышать темп тренировки в соответствии с закономерностями физиологической кривой, сдерживать увеличение темпа в первые минуты тренировки	Сохранять постепенность в повышении темпа тренировки в соответствии с физиологической кривой, но следить за тем, чтобы успеть выполнить все задачи урока	Составить карточки индивидуальных заданий с учетом особенностей усвоения двигательных действий, чтобы избежать пауз на тренировке, снижения темпа тренировки, особенно к ее концу

Общие принципы работы с родителями спортсменов. Взаимодействие с родителями – важная составляющая работы тренера. Опишем общие принципы работы тренера с родителями спортсменов.

Перед новым тренировочным годом детский тренер должен связаться с родителями каждого юного спортсмена в своей команде и пригласить их на общее собрание. Тренер может подготовить краткое руководство для родителей и осветить в нем следующие вопросы: цели, которые поставлены перед детьми на тренировочный год; результаты, которые дети получают в рамках процесса; план практики; расписание с указанием времени и места для всех занятий; расписание соревнований, а также способ уведомления об отмене или переносе тренировки, или матча. Важно дать родителям возможность задавать вопросы, давать обратную связь на высказанные тренером идеи, выражать ожидания в отношении спортивного опыта ребенка.

Первая встреча с родителями очень важна, так как закладывает основу для отношений в треугольнике тренер-спортсмен-родитель. Тренеру следует проконсультироваться с каждым из родителей, особенно с теми, кому кажется, что построение крепких взаимоотношений может вызвать сложности. Такие встречи позволяют убедить родителей в том, что они могут внести свой вклад в процесс спортивной подготовки ребенка.

Вместо заключения. Итак, значение спортивного тренера в процессе становления личности будущих спортсменов трудно переоценить. Тренер должен понимать детей и юных спортсменов. Это задача сложная и непростая. Детские спортивные тренеры – это люди, которые способны изменить жизнь ребенка, а значит и будущее страны. Когда

тренер способствует улучшению жизни своего воспитанника, он одерживает самую главную победу в подготовке спортивного резерва страны.

Источники и литература:

1. Аль Ших, Липатова А. П. Удовлетворенность педагогической деятельностью тренера по футболу в сирийской арабской республике и индивидуальный стиль его педагогической деятельности (к постановке проблемы) // Поволжский педагогический поиск. 2021. №3 (37). С. 76–82. Вошинин В. И. Спортивный отбор в работе детского тренера по футболу // Современные тенденции психолого-педагогического образования в сфере физической культуры. Материалы III Всероссийской очно-заочной научной конференции. 2016. С. 32–36.
2. Вяткина З. Н. Индивидуальный стиль деятельности учителя на уроке в зависимости от свойств нервной системы // Темперамент и спорт: сб. ст. / ПГПИ; под ред. Б.А. Вяткина. Пермь, 1976. Вып. 3. С. 99–118.
3. Зиновьев В. А. особенности педагогической деятельности детского тренера-педагога по футболу // Физическая культура: воспитание, образование, тренировка. 2006. № 2. С. 37–41.
4. Малкин В. Р., Рогалева Л. Н. Психологическая работа в детско-юношеской спортивной школе: учебное пособие. Екатеринбург: Уральского университета, 2016. 108 с.
5. Полозов А. А., Лыжина К. Н., Соколовская Л. В., Ахтемзянов А. Р. Методика отбора тренеров по футболу в частную ДЮСШ на основе запросов родителей (на примере ДФШ "Starkids") // Культура физическая и здоровье. 2021. № 2 (78). С. 76–81.
6. Dr. Thomas Fleck, Dr. Ronald W. Quinn, Dr. David Carr, William Buren, Virgil Stringfield. The Official US Youth Soccer Coaching Manual. US Youth Soccer, 2002. 88 p.
7. Jean-Michel Bénézet, Hansruedi Hasler. Youth Football. // Galledia AG, Berneck, Switzerland 2020. 257 p.
8. International Labour Organization, International Programme on the Elimination of Child Labour (IPEC) Football resource kit // Using football in child labour elimination and prevention projects. Geneva: ILO, 2013. 200 p..
9. Monika E. Schloder, Richard T. McGuire, Coaching athletes a foundation for success // 2001-2007 LA84. 190 p.
10. Coaching Tips: Overview [Электронный ресурс] // NFL Flag Football Information URL: https://www.munster.org/egov/docs/1127225149_727752.pdf (дата обращения: 30.11.2021).

Статья поступила в редакцию: 14.10.2021