

В.К. Мухлядо, доц.,  
Заслуженный тренер Республики Беларусь;  
С.А. Треско, ст. преп. (БГПУ, г. Минск)

## **ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ УСЛОВИЯ ПОДГОТОВКИ КОМАНДЫ ПО ФУТБОЛУ В ПРЕДСОРЕВНОВАТЕЛЬНЫЙ ПЕРИОД**

Современный век характеризуется информационными компьютерным «всплеском», «взрывом», что проявляется в стремлении каждого молодого человека быть в курсе всех новостных событий, а также часть общества проявляет свои способности через участие в различных компьютерных играх, что не всегда положительно сказывается на психологической составляющей личности. Однако, молодое поколение, студенческая молодежь, которая занята спортивной деятельностью, не страдает так называемым «синдромом компьютерного зависания», но и им так же, как и другим растущим над собой личностям, требуется поддержка, психологическая основа которой заключается в тренерском подходе с позиций личностно-ориентированного образования.

Создание психологических условий в ходе подготовки команды в предсоревновательный период основывается на создании так называемого психологического комфорта или психологической устойчивости.

Рассмотрим основные направления в трактовке данного понятия. Возможны различные подходы к трактовке психологической устойчивости. Она может быть понята как соразмерность постоянства и изменчивости личности. Речь идет о постоянстве главных жизненных принципов и целей, доминирующих мотивов, способах поведения, реагирования в типичных ситуациях. Изменчивость проявляется в динамике мотивов, появлении новых способов поведения, поиске новых способов деятельности, выработке новых форм реагирования на ситуации.

При таком рассмотрении подчеркивается, что в основе психологической устойчивости личности лежит взаимодополняющее сочетание, гармоническое единство постоянства личности и динамичности. На фундаменте постоянства выстраивается жизненный путь личности, без него невозможно достижение целей жизни. Оно поддерживает и укрепляет самооценку, способствует принятию себя как личности и индивидуальности.

Динамичность и приспособляемость личности теснейшим образом связаны с самим развитием и существованием личности. Развитие невозможно без изменений, которые происходят в

отдельных сферах личности и в личности в целом, они обусловлены как внутренней динамикой, так и средовыми воздействиями. По сути, развитие личности и представляет собой совокупность ее изменений.

В психологической устойчивости важен еще один аспект - соразмерность приятных и неприятных чувств, сливающихся в чувственном тоне, соразмерность между ощущениями благополучия и переживаниями радости, счастья, с одной стороны, и ощущениями неудовлетворенности жизнью и своими делами, собой, чувствами грусти и печали, страданиями - с другой. Без тех и других вряд ли возможно чувство полноты жизни, ее содержательной наполненности.

Для психологической устойчивости личности необходима способность к саморазвитию, формированию собственной индивидуальности.

Представим несколько приемов, используемых нами в работе по формированию культуры спортивной игры и психологической устойчивости в предсоревновательный период со студентами факультета физического воспитания БГПУ.

– прием «своевременной информации». Считаем, что необходимо своевременно информировать каждого участника о планах и перспективах развития команды, успехах и поражениях и при необходимости - о профессионально-значимых качествах тренера и т.д. Средством достижения такой информированности могут служить встречи с руководящим составом, внутренняя информационная сеть для оперативного распространения (включая и современные информационно-коммуникативные средства – интернет, социальные сети и др.), а также разъяснение информации касающейся предстоящей деятельности спортивной (футбольной) организации в целом [3].

– прием «мотивационные мероприятия». Считаем важным организовывать различные мотивационные мероприятия. Игроки команды должны чувствовать, что они — одна большая семья. Дать понять каждому, что к нему неравнодушны, ценят его мнение, опыт, творческий подход, инициативу, спортивную квалификацию, возможности. Внедрять всевозможные «ритуалы» и коллективные праздники. Например, отмечать дни рождения каждого члена команды, дату создания команды, каждый гол и др.

– прием «создания победной атмосферы». Создаем комфортную атмосферу работы на поле в ходе тренировочных занятий и игр (как официальных, так и неофициальных); проводим работу в других направлениях – приобретение удобной спортивной формы и другого необходимого спортивного инвентаря, что способствует максимальной отдаче на поле во время игры и достижению лучших результатов.

– прием «поощрения в коллективе». Важно поощрять игроков, достигших наилучших результатов в ходе конкретной игры. Также практикуется вручение грамот, дипломов, ценных и памятных подарков в различных номинациях: «лучший игрок», «лучший защитник», «лучший нападающий», «лучший вратарь» по результатам соревнований. Считаем важным осуществлять публичные награждения с целью укрепления собственного достоинства каждого игрока и поднятия корпоративного командного духа.

– прием «мужского плеча». В ходе тренерской работы осуществляем политику опеки по отношению к каждому игроку. Оказание помощи в решении жизненных проблем, обеспечении семейного (детского) отдыха и т. д.

– прием «карьерного роста». Каждому игроку команды необходимо предоставить возможность дальнейшего обучения и повышения квалификации.

– прием «заинтересованности в каждом». Считаем важным поддерживать у игроков уверенность в будущем. Необходимо показать, что даже в сложной ситуации, тренерский состав будет заинтересован в каждом игроке.

Таким образом, формируя культуру игры, следует четко понимать, что ею невозможно управлять непосредственно, можно лишь создавать психологические условия, в которых она будет развиваться и будет способствовать достижению побед и спортивных результатов [1].

## ЛИТЕРАТУРА

1. Биткин В.М. Методические приемы применения восстановительных средств в подготовке высококвалифицированных футболистов: Автореф. дис. на соиск. учен. степ. канд. пед. наук: 13.00.04 / Смолен. гос. ин-т физ. культуры. - Смоленск, 1999. - 24 с.

2. Борисевич, А.Р. Межкультурная коммуникация в контексте высшего образования: физическая культура, спорт и туризм. Терминологический практикум «Cross-cultural Communication in the context of Higher Education: physical training, sport and tourism. Terminology Practicum /Борисевич, А.Р., Чурай О.В., Коваль Ж.Э. – Минск: БГПУ, 2021. – 32 с.

3. Стула А.И. Использование новых методов педагогического контроля в тренировочном процессе футболистов: Дис. на соиск. учен. степ. д-ра пед. наук: 13.00.04 / Ин-т физ. воспитания. - Варшава-Гожув Велькопольски, 1996.