«Создать команду - вырастить «звезду».

(эссе)

Часть 1. Отбор.

С первого дня, когда тренер проводит отбор в спортивную школу, он должен увидеть, выявить самых талантливых из желающих заниматься футболом.

Ребята выполняют контрольные упражнения: несколько вариантов бега, прыжок в длину с места, отжимания. Также претенденты участвуют в коллективной игре. На основании результатов выполнения контрольных упражнений и двухсторонней игры формируется модель будущей команды, еще выполненная пунктирными линиями, но так необходимая для правильного построения графика тренировок.

Часть 2. Система спортивной подготовки.

Уже с начального этапа закладывается основа будущей системы многолетней спортивной подготовки. За макроцикл берется один учебный год, разбивается на месячные мезоциклы. В месячном мезоцикле выделяю недельные микроциклы. Расписываю цели и задачи по каждому микроциклу. Во втягивающем микроцикле- постепенное подведение организма ребенка к более напряженным тренировкам (а также после болезни). После втягивающих микроциклов применяю базовый – больше суммарной нагрузки – физической, тактической, волевой, психологической. Ближе к соревнованиям уже моделирую микроциклы, похожие на игры. Много игровых упражнений, двухсторонние, похожие на официальные, матчи. Провожу соревнования внутри группы. Соревновательный микроцикл – все упражнения с мячом.

Часть 3. Советы начинающим.

И вот начинается многодневная, кропотливая работа и перед каждым тренером встает вопрос: как из ребят «слепить» хорошую команду, а в команде вырастить «звезду»?

1. Роль тренера в детском футболе простирается далеко за рамки просто обучения игре. Это – вдохновитель, мотиватор и наставник, формирующий не только футбольные навыки, но и характер детей. Правильная мотивация, сбалансированный подход к тренировкам и учет возрастных особенностей – ключи к развитию юных футболистов и формированию ценных качеств, которые будут с ними на протяжении всей жизни.
2. Тренер должен научиться быть спокойным, не кричать, если у ребят что-то не получается, а спокойно объяснять их ошибки.
3. Проявлять индивидуальный подход, чтобы лучше узнать своих игроков (тогда легче мотивировать). Где-то даже быть на равных с ребятами. В первую очередь понимать юного футболиста, ведь он еще не был взрослым, а вы уже были ребенком.
4. Тренер должен лично уметь показать, как выполнить упражнения. Только показав пример-можно быть уверенным, что тебя правильно поймут. (Наставник должен быть «человеком из футбола»).
5. Всегда поддерживать своих игроков (особенно если терпят неудачу, провели плохой матч, поддержать, подбодрить, сказать, что следующий матч будет лучше).
6. Выявить сильные стороны, развивать индивидуальность – со временем это перерастет в талант. Развивать их футбольный интеллект: «В футболе играют головой, а ноги лишь инструмент» (Мишель Платини).
7. Все занятия проводить с мячом, начиная с разминки (испанский подход). Привычка к мячу – это важно.

Часть 4. Заключение.

Футбол – это тренировки, сборы, соревнования. Тренер должен учить с самого начала подчинять свою жизнь определенному режиму. Воспитывать и вырабатывать сильную нервную систему, характеризующуюся выносливостью и стрессоустойчивостью. Это позволяет допускать меньше ошибок в игре. Цель игрока – прогрессировать, становиться лучше в техническом, физическом и психическом аспекте. Тренер должен мотивировать советом, подсказкой не только в трудной ситуации во время игры, но и в повседневной жизни. Тренер должен усвоить: главное при подготовке таланта в футболе – личность тренера. Тренер сегодня педагог и психолог, умеющий с раннего детства распознать, спрогнозировать и развивать талант юного футболиста, чтобы выпестовать большого мастера, выдающуюся личность, гражданина страны.

Автор эссе – тренер-преподаватель высшей квалификационной категории МБОУ ДО СШ «Факел» г. Екатеринбурга Сергей Михайлович Боровков.