**МАУДО «Спортивная школа им. Н.Б. Радзевич»**

Учебно-методический материал по теме:

***«***Несколько слов о психологии в детском футболе (возрастная категория – 7-14 лет)***»***

**Автор:** тренер-преподаватель по футболу

Макарова Кристина Андреевна

г. Оренбург, 2024

Сегодня психологический аспект в детском спорте выходит на первый план. От того, насколько молодые спортсмены готовы морально переносить трудности спортивной подготовки, принимать горечь неудач и поражений, во многом зависит их становление в качестве профессиональных спортсменов. В этом свете отдельное место занимает осознание себя спортсменом в качестве индивидуально сильной боевой единицы, способной самостоятельно решать стоящие задачи в процессе соревнований и тренировок.

Для детского футбола психология крайне важна. Ниже рассматриваются отдельные аспекты, которые, по нашему скромному мнению, оказывают значительное влияние на формирование профессионального футболиста. Безусловно, возрастной промежуток от 7 до 14 лет, который мы решили затронуть, содержит в себе несколько этапов становления личности юного спортсмена. Даже мотивационная составляющая у разных возрастных групп в рамках выделенного промежутка отличается. Как отмечают Гогунов Е.Н. и Мартьянов Б.И., «привлекательность физической культуры имеет и характерные возрастные особенности. Младшими школьниками прежде всего управляет интерес к двигательной активности вообще (на основе первичных мотивов). Они и без уроков физической культуры любят бегать, прыгать и играть. Подростки занимаются физическими упражнениями, используя мотивы, связанные с развитием личности (вторичные мотивы). Например, ими движет желание быть похожим на какого-либо «героя», который является их кумиром, эталоном для подражания, или развивать объем мышечной массы для того, чтобы иметь авторитет среди определенного круга людей. Старшеклассники на первое место ставят мотивы, связанные с их жизненными планами. Их занятие физическими упражнениями в первую очередь вызвано целью подготовить себя к конкретной будущей профессиональной деятельности».

Таким образом, с психологической точки зрения, целью тренировочного процесса является спортивное совершенствование – то есть педагогический процесс, обеспечивающий высокий уровень спортивного мастерства за счет максимального развития индивидуальных психических качеств, физических способностей и формирования положительных свойств личности спортсмена.

Для достижения указанной цели в процессе тренировок тренеры надлежит неукоснительно соблюдать общие для спортивной психологии правила, согласно которым необходимо:

- повышать активность всех познавательных и других психических процессов (ощущения, восприятие, память, мышление);

- активизировать необходимые свойства внимания (интенсивность, устойчивость);

- развивать способности стимулировать волевые усилия;

- формировать устойчивые мотивы и глубокий интерес к футболу;

- воспитывать высокие моральные, интеллектуальные и эстетические чувства;

- разрабатывать индивидуальный стиль спортивной деятельности, максимально соответствующий индивидуальным особенностям спортсмена;

- планомерно использовать средства контроля и учета текущих результатов.

Вместе с тем, одной из теоретических основ методики тренировок должно быть создание условий по восприятию молодым футболистом своей личности не в качестве винтика большого механизма, а как отдельного безупречно функционирующего самостоятельного механизма, способного решать самые сложные задачи на футбольном поле.

По-нашему мнению, несмотря на всю командность, футбол является очень индивидуальным видом спорта, в котором профессиональные футбольные команды формируются не теми, кто вместе тренировался и играл на детском и юношеском уровне, а таким образом, чтобы каждую позицию на поле заполнить наиболее мастеровитым игроком. Если же удается найти и приобрести игрока, способного одинаково хорошо сыграть на разных позициях (так называемого универсала), считается, что скаутская служба команды сработала «на отлично». Описанное вскрывает основную причину, почему наши молодежные команды на юношеском этапе добиваются высоких результатов, однако впоследствии никто из игроков не только не становится футболистом мирового уровня, но в большинстве случаев либо заканчивает карьеру, либо играет в командах низших дивизионов. При этом их места в основе российских клубов высшей лиги занимают иностранцы.

Индивидуальное мастерство решает. Наши игроки не способны конкурировать с иностранцами в нем. Российские футболисты могут не уступать в скорости, силе, ловкости, координации, но значительно проигрывают в технике владения мячом, индивидуальной обводке, выполнении тех или иных финтов «нерабочей» ногой, дриблинге и прочих элементах, обучение которым должно начинаться с семилетнего возраста и оттачиваться постоянно.

С психологической точки зрения, умение работать в команде рассматривается как важная составляющая успешности индивида. Психологами разработано множество тестов и опросников, позволяющих определить наличие у испытуемого соответствующих навыков. Одной из функций спорта в целом и футбола в частности является социализация личности, приобщение ее к командному взаимодействию. При этом основой командности являются такие принципы как «один в поле не воин», «один всех не обыграет», «футбол – это командная игра» и так далее.

По нашей скромной оценке, «окоманднивание» юного футболиста пагубно сказывается на его спортивных навыках и способностях. Проблема заключается в том, что осознание молодым футболистом наличия партнеров позволяет ему фактически переложить на них часть функций, которые он с легкостью (при достаточном уровне подготовки) может выполнить сам. Приведем следующий пример.

Детско-юношеский футбол в России нацелен на результат. Тренеры детских команд без колебаний дают своим игрокам указания типа «Играй проще», «Быстрее расставайся с мячом», «Не водись», «Не надо ничего выдумывать», «Сохрани мяч», «Отыграй назад» и так далее. Это немудрено. Потеря мяча чревата контратакой и голом, как следствие положительный результат не будет достигнут. Молодые футболисты быстро привыкают к осознанию того, что важно не потерять мяч, не «обрезать» полкоманды, не ошибиться. Тот, кто берет игру на себя, становится в командах чужим, а зачастую лишается игровой практики и покидает коллектив. В лучшем случае обводка приветствуется у чужой штрафной площади и направлена на создание условий для прострела (для фланговых игроков) или удара по воротам (для нападающих). Все остальные нестандартные действия не подвергаются критике со стороны тренера до тех пор, пока не наступает та самая потеря мяча. В конечном итоге это приводит к непониманию большинством молодых футболистов истинной ценности обводки и индивидуальной техники («если победы добываются без обводки и техники, зачем вообще нужны обводка и техника»). При прочих равных на поле выходит более надежный игрок, чем техничный. От последнего можно ведь ждать чего угодно, а первый предсказуем и «не подведет».

В данном конкретном матче он действительно скорее всего не подведет: «сохранит мяч», «не будет ничего выдумывать» и всегда «сыграет проще». Но как эти установки сказываются на самом молодом футболисте? По нашему мнению, юный игрок становится безынициативным, серым, не способным взять на себя игру, боящимся совершить ошибку. Ему больше не нужно быть не таким как все, выдающимся, великим (а ведь именно об этом он мечтал, когда начинал заниматься футболом). Его заботит только победа команды. Он ждет очередной медали за победу в очередном турнире. Проблема в том, что при просмотре в профессиональный футбольный клуб его будут оценивать не по медалям и кубкам, а по имеющимся футбольным навыкам, вместо развития которых он «играл проще и сохранял мяч».

На играх детско-юношеских футбольных школ часто можно увидеть, как дети возле своих ворот выбивают мяч в аут, играют на отбой, бьют «в борьбу» на чужую половину поля. Они делают это, чтобы не «привезти» гол в свои ворота. Даже не задумываются, что скорее всего мяч опять достанется сопернику, а в противном случае, даже если его подберет или «отборит» игрок их команды, продолжение атаки не будет логичным, задуманным, изобретенным, это будет простая случайность. Ни они, ни тренеры также не задумываются над тем, что таким образом молодой футболист снимает с себя ответственность за принятие решения, перекладывает ее на случай.

Представляется, что давно созрела необходимость разработки новой методики тренировок (назовем ее методикой футбольной школы нового типа), которая должна быть направлена на формирование у молодых футболистов устойчивого желания «возиться с мячом». Обучение обводке одного, двух, трех и более игроков, самостоятельному выходу из обороны без подключения партнеров, запрет «избавляться» от мяча – вот основные составляющие психологии победителя и индивидуально сильного футболиста. Как верно отмечал один из величайших футболистов современности Йохан Круифф, «молодой футболист, обладающий собственным стилем, всегда придает игре дополнительные элементы неожиданности, смелости, ловкости и изобретательности». Автор настоящего поста, безусловно, понимает, что в профессиональном футболе обводка хороша в меру (это не касается Неймара и Адамы Траоре, ибо их обводка, по нашему мнению, уникальна и всегда уместна), применяется только игроками высоко класса и в ситуациях, когда после нее может быть создан острый момент у ворот соперника. Но даже в профессиональном футболе игроки зачастую выходят из обороны через обводку, что создает численное преимущество их команды на разных участках поля и как следствие формирует предпосылки для опасной атаки.

В детско-юношеском футболе поощрение обводки является основополагающим элементом формирования у юных спортсменов психологии победителя. От игрока, занимающегося на основании методики футбольной школы нового типа, целесообразно требовать в обязательном порядке после получения или отбора мяча обыграть выдвинувшегося на него соперника, войти в образовавшуюся зону и ударить по воротам (если действие происходит у штрафной площади соперника) или отдать обостряющую передачу (то есть такую, которая создаст голевой момент у ворот соперника). В противном случае футболисту надлежит «тащить» мяч дальше, выполняя описанные выше действия. Передачи без обострения, а тем более пасы назад или поперек поля в футбольной школе нового типа должны быть запрещены.

По нашей оценке, подобные установки сформируют из воспитанников футбольной школы нового типа «храбрых» игроков, которые не будут иметь страха потери мяча, авторитетов среди соперников, других психологических барьеров. Молодые футболисты, тренирующиеся по нашей методике, откроют в себе лидерские качества (если их раньше не было), разовьют уже имеющиеся, научатся преодолевать трудности самостоятельно, брать на себя ответственность не только за свои действия, но и за партнеров. Впоследствии, как представляется, эти навыки они перенесут на повседневную трудовую деятельность и межличностные отношения.

В очередной раз ссылаясь на экспериментальность описываемой методики, отметим, что в ведущих футбольных европейских и латиноамериканских странах инициатива и обводка поощряются, именно поэтому профессиональные футболисты, прошедшие футбольные школы указанных государств, на профессиональном уровне радуют любителей «спорта номер один» красивыми финтами и неординарными действиями. Они с детства привыкли обыгрывать соперников. Российские футболисты, к нашему огромному сожалению, аналогичными умениями и навыками похвастать не могут.

В завершение рассмотрения психологического аспекта в теории футбольной школы нового типа целесообразно остановиться на вопросе ранней специализации, присущей российским футбольным академиям и детско-юношеским школам. Проблема в данном контексте заключается в следующем. Тренирующийся на основе устоявшейся методики юный российский спортсмен после попадания в команду на основе уже имеющихся у него навыков (чаще всего антропометрических показателей и данных природой способностей) получает на поле согласно мнения тренера определенную позицию. Так, наиболее рослые футболисты занимают обычно место в центре обороны или атаки, быстрые – на флангах полузащиты или становятся крайними защитниками. В центре поля играют выносливые и крепкие (на этой позиции необходимо много перемещаться и бороться за мяч). По нашей оценке, подобный подход является абсурдным, особенно с учетом биологических этапов изменения антропометрических показателей индивида. Невысокие в 12 лет спортсмены к 18 годам могут перегнать ровесников и наоборот – те, кто превосходит остальных в росте сегодня, через несколько лет могут потерять свое преимущество. Но играя в течение этих нескольких лет на одной и той же позиции, футболисты не смогут сменить футбольную специализацию после естественного изменения антропометрических показателей, ведь одни в играх и на тренировках учились только защищаться, а другие – только атаковать. Молодым футболистам, даже наиболее целеустремленным, придется переучиваться, тратить уйму времени и сил на постижение особенностей игры в новом амплуа, при чем все это они должны будут делать самостоятельно. Таким образом, сама методика, основанная на ранней специализации, по нашему мнению, является ошибочной и даже вредной.

Методика футбольной школы нового типа основывается на принципе всестороннего развития молодого футболиста, согласно которому игрок до 14 лет обучается футбольному мастерству и играет на различных позициях, чередуя их по указанию тренера в каждом матче. Таким образом молодым футболистам прививается универсальность, что в будущем приведет к их востребованности в командах мастеров. Как уже отмечалось, умение одинаково хорошо сыграть на разных позициях присуще на сегодняшний день только игрокам мирового уровня.

Необходимо особо отметить, что развитие индивидуального мастерства футболиста как основа подготовки молодых игроков не является новшеством, изобретенным автором настоящего поста. Впервые подобный подход к обучению игроков применил голландский специалист Вил Курвер, метод которого впоследствии получил название «метод Курвера». Согласно этому методу, «техника – это тот базис, на который наращиваются дальнейшие навыки». Со слов самого Курвера В., «индивидуальное мастерство - это то, что отличает великого игрока от хорошего». В соответствии с указанным методом, обучение молодого футболиста состоит из шести ступеней: контроль мяча – умение отдавать и принимать передачи – действия один-на-один с соперником – скорость – завершение момента – командная игра. «Метод Курвера» был настолько революционным, что большинство европейских футбольных федераций отказались от его использования, в связи с чем голландец принял решение внедрить его в странах третьего мира (с футбольной точки зрения), в частности в Индонезии, Японии, Австралии, Новой Зеландии и ряде государств Африки.

Результатом применения «метода Курвера» стал резкий рост показателей футбольного мастерства у молодых футболистов из указанных стран. Это послужило основанием для последующего экспериментального введения его в Европе, где метод также продемонстрировал высокую эффективность. В настоящее время «метод Курвера» принят в качестве основы для обучения футбольному мастерству в академиях таких клубов как «Манчестер Юнайтед», «Ньюкасл Юнайтед», «Арсенал» (все - Англия), а также «Бавария» (Германия), ряде французских футбольных школ. Анализ имеющихся материалов о «методе Курвера» свидетельствует о его несомненной прогрессивности по сравнению с устоявшимися методиками обучения молодых футболистов.

В рамках тренировочного процесса в футбольной школе нового типа возрастные особенности обучающихся, безусловно, должны приниматься во внимание, однако уникальность самого метода обучения футбольному мастерству позволит свести к минимуму возможное влияние возрастных психических свойств и характеристик личности на овладение футбольными навыками. Причиной этого является суть методики футбольной школы нового типа – формирование профессионального футболиста высокого мирового уровня. С учетом того, что в процессе тренировок футбольные навыки неуклонно растут, а мерилом успеха являются не награды за победы в турнирах (для достижения которых некоторые воспитанники футбольных академий и детско-юношеских спортивных школ зачастую не играют важной роли, что внутренне сами прекрасно понимают), а формирование конкретных двигательных навыков, внимание и усилия спортсменов по большей части будут направлены на тренировочный процесс. Добавим к этому постепенное формирование у воспитанников «установки на рост» (на эту тему планирую написать отдельный пост) путем приведения доводов, создания условий для решения сложных задачи и пр. и получим идеальную модель юного спортсмена, спешащего на каждую тренировку для того, чтобы стать лучше, чем он был вчера, и в конечном итоге достичь своей цели – стать футболистом мирового уровня.