

Гончарова Юлия Васильевна

учитель физической культуры

Муниципальное общеобразовательное учреждение

средняя общеобразовательная школа №36

Хабаровский край, г. Комсомольск-на-Амуре

ТРЕНЕР – ДУША БАСКЕТБОЛЬНОЙ КОМАНДЫ

В США на родине баскетбола, говорят, что если до 12 лет подросток не брал в руки мяч, он может его и не брать. Как бы талантлив мальчишка ни бы, проку всё равно будет мало: баскетбол не прощает пятилетнего опоздания. Любить или не любить можно лишь то, что знаешь.

Хороший игрок отличается от выдающего лишь тем, что он всегда делает то, что другие делают лишь иногда.

Каждый родитель, приводя своего ребёнка на баскетбол, сразу же начинает интересоваться, когда он достигнет результата. Нужно понимать, что более 50 % успеха зависит от игрока, от его трудолюбия и желания. Очень часто бывает, что ребёнок обладает потрясающими физическими данными, но ни хочет трудиться. Вероятность стать чемпионом не велика. Возможность стать чемпионом у того, кто не обладая способностями, тренируется не покладая рук и в результате добивается желаемого.

Первое что вы должны помнить, что специалист в баскетболе должен понимать, что первые положительные результаты придут ещё не скоро и не должен оказывать давление на начинающего игрока.

Профессиональный тренер должен сам понимать какой уровень нагрузки следует давать подопечному, чтобы это шло не во вред, а только на пользу. Найти специалиста в этой области не очень просто. К сожалению, в нашей стране финансирование юношеского спорта проходит на очень низком уровне. Хороший тренер должен обладать качествами психолога, понимать детей и давать им нужное направление. Чтобы понять подходит ли вам тренер,

обратите внимание на поведение вашего сына после тренировок. Если он приходит на позитиве, то с тренером стоит работать. Если же мальчик подавлен, у него наблюдается эмоциональный сбой, то лучше отказаться от такого тренера и продолжить поиски.

Тренеры не должны видеть в своих игроках шахматные фигуры, которые перемещаются в соответствии с тем, как их двигают. Молодые игроки не являются игрушкой тренера. Они, хотя и дети, и подростки, но такие же люди со своими правами, и тренер, работающий с такими игроками, должен начинать с понимания, принятия и уважения этих прав.

Тренер должен определить, за счёт каких технических и физических качеств можно вырастить из этого игрока яркую личность, звезду.

Только нужно, чтобы в эту идею поверил сам игрок, иначе успеха не будет. Ещё лучше, если тренер вместе с игроком выработает приёмы, которые станут основными в его тренировках.

Молодые игроки должны выполнять свои обязанности перед другими. Игрок должен тренироваться определённое количество дней и играть какое-то количество игр в конце недель. И эти обязанности игрок должен выполнять даже тогда, когда он к этому не расположен. Обязанности означают, что в каких-то случаях игрок должен жертвовать своими личными желаниями и приносить что-то в пользу команды.

Тренеры должны учить своих игроков осознанию персональной ответственности в группе как чему-то естественному, приносящему пользу команде, а не являющемуся тяжёлым грузом.

По этой причине важно, чтобы игроки понимали, что они должны делать и что ждут непосредственно от каждого из них. Игроки должны сознавать важность их личной отдачи команде. В равной степени важна и роль тренера в подчёркивании и поддержки тех сторон личного поведения, которые существенны для всей группы, особенно тех, которые обычно менее заметны и менее выделяемы.

Тренер должен поощрять игроков, заблокировавших соперников, если он желает, чтобы у игроков сохранялось чувство персональной ответственности за успех группы. В этом случае, тренер должен помогать своим игрокам вести ту же игру и поощрять такие действия, но что ещё важно это то, что тренер должен продолжать совершенствовать этот элемент, акцентируя внимание на личной ответственности каждого игрока.

Игрок обязан защищаться один на один против соперника. Он должен нести персональную ответственность за то, чтобы успешно справляться со своими задачами. Вся команда рассчитывает на него. Если атакующий забрасывает мяч, вся команда страдает от этого; если сопернику не удаётся забросить, то все партнёры от этого выигрывают.

Однако никто не может овладеть искусством взаимодействия, только играя в баскетбол (в действительности многие баскетболисты не обучены командной работе), вот почему так важно, чтобы тренер подчёркивал значение взаимодействия и так строили тренировки, чтобы игроки лучше понимали друг друга.

Тренер должен добиваться взаимного уважения и проявлений солидарности среди игроков команды посредством своего поведения. Сам тренер должен служить примером, уважая всех игроков, не взирая на их различия.

Тренер должен поощрять тех игроков, которые вносят вклад в объединение в группе партнёров по команде даже с разными привычками и взглядами, и наоборот тренер должен пресекать, если кто-то из игроков демонстрирует своё превосходство перед отличным от него.

Тренер должен уделять особое внимание на хорошие манеры своих игроков по отношению к соперникам: они не должны оскорблять их, должны помогать подняться при падении, должны говорить с ними по окончании игры, поздравлять в случае их победы.

Понятно, что игроки более счастливы, когда побеждают, чем когда

проигрывают, демонстрируя, что, как настоящие спортсмены, они отдали всё для победы. Однако, ни победы, ни поражения не должны быть приоритетными для тренера. Тренер должен поощрять своих игроков за их усилия, независимо от победы или поражения. Когда команда выиграла или проиграла, тренер должен отметить те действия, которые были правильными и поставить новые задачи на будущие перспективы.

Молодые игроки должны научиться идти на компромисс, как упорствовать в своих усилиях, как сохранять настойчивость в самых сложных ситуациях. Подростки могут научиться личной ответственности за успех группы, работая как единая команда и уважению других людей. И более того, они должны научиться принимать победы и поражения, как составную часть их роста, не позволяя результатам останавливаться их на пути к поставленной цели.

Тренер должен поддерживать решения, принимавшиеся игроками в конкретных эпизодах, а не замыкаться на результаты.

Педагог должен поправлять игроков. Отмечая, что они делают неверно, так чтобы игроки сами понимали, в чём совершали ошибки, и давая игрокам возможность их исправления.

Положительный опыт можно приобретать через следующие аспекты:

1. Удовольствие игрой
2. Мастерством
3. Достижением поставленных целей
4. Социальное признание тренером и партнёрами
5. Ценный внутренний опыт (позитивные ощущения, личное удовлетворение, гордость)
6. Ощущение социальной нужности для тренера и партнёров.

Лучший тренер это не тот, кто слепо подражает именитым наставникам, а тот, который работает, учитывая особенности своей команды, такие, например, как возраст игроков, их мастерство и общие цели, которые желательно

достигнуть в каждом конкретном случае.

Своим поведением тренер может украсить или разрушить молодого игрока, зависящего от тренерских поступков и решений. Эта ответственность предполагает, чтобы тренер уделял особое внимание следующему:

- Игрок не капризничал;
- Внимательно оценивал решение, оказывающие влияние на игроков;
- Требовал от игроков усилий и стараний, позволяющих отвечать соответствующим образом на требования баскетбола;
- Представлял игрокам необходимые отзывы;
- Проводил границы между действиями игроков и результатом;
- Поддерживал игроков соответственно их усилия и прогресс, независимо от результата, который могут принести игры;
- Всегда проводил различие между стараниями и выступлением игроков и их личными усилиями.

Тренер для центровых - не только учитель, но и советчик, и друг, а часто и защитник. Обмануть доверие такого игрока грозит потерей самого игрока. Работая с центровыми, необходимо индивидуально готовить их к тренировкам, матчам, постоянно укреплять в них веру в свои силы, развивать их лучшие качества. Разъясняя центровому его задачу, перед предстоящей игрой лучше прибегнуть к обсуждению: выслушать его предложения, подробно проанализировать сильные и слабые стороны его опекуна из команды противника.

Кроме таланта педагога в педагогическом процессе важны разные компоненты. К положительным типам тренера относятся:

- * Поддерживающий – всегда рядом со спортсменом, готов поддержать, предостеречь от ошибок, сориентировать на победу.
- * Хладнокровный – в напряжённых ситуациях спокоен, принимает верные решения, критикует с глазу на глаз, может успокоить.

* Психолог – может довести спортсмена до нужной «кондиции» перед стартом, умело руководит после поражения, может перевести страх в преимущество, чувствует состояние учеников до и после соревнований.

* Оратор – удачно использует слово, умеет настроить учеников на активность без лишнего давления.

К отрицательным типам относятся:

* Оскорбляющий – таких тренеров больше всего не любят.

* Крикун – считающий, что успех зависит от величины шума, который он создаёт.

* Мститель – внушающий ученикам, что их неудачи ставят под угрозу его карьеру, готовый мстить за низкую активность и старание.

Список литературы

1. «Баскетбол. Секреты мастера» Гомельский А. Я. Москва 1997
2. «Ограничусь баскетболом» Пинчук А. Москва «Физическая культура и спорт» 1991
3. «Баскетбол». Линдерберг Ф. «Физическая культура и спорт» Москва 1971