Вязовский В.А.

ФУТБОЛ

Система подготовки профессионального футболиста

Цели и задачи. Результат.



Методическое пособие.

Преамбула.

Цели и задачи при подготовке профессионального футболиста.

Футбол многоуровневая, многокомпонентная, многофункциональная, взаимозависимая и взаимовлияющая СИСТЕМА объединяющая различные факторы, части, условия а также Участников.

У Футбола, как социального явления (являющегося частью шоу-бизнеса), вопрос профессиональной подготовки футболистов, не является приоритетным. Последние сто лет развития футбола (особенно после его перехода на профессиональные рельсы) свидетельствует о приоритете “естественного отбора”.

Огромные финансовые средства задействованные в футболе, социальная значимость профессии, высокие зарплаты, популярность, престиж и так далее, порождают высокую конкуренцию всех Участников/частей системы подготовки (клубов/команд, академий, тренеров, игроков, агентов, скаутов….) и привлекают огромное количество желающих получить профессиональный контракт. А дальше вступает в действие принцип конкуренции - “выживает/побеждает сильнейший”. В футболе это означает движение вверх по иерархии лучших из лучших, сумевших выиграть постоянную конкурентную борьбу на каждый момент (этап, период) подготовки. Уточняю “сильнейший” это по совокупности **всех качеств.**

Так что перед всеми Участниками (структурами) подготовки профессионального футболиста стоит задача **выбора** наиболее подготовленных, перспективных игроков, на которых можно делать ставку.

Для выбора используются различные методические приёмы, формируются **Рейтинги** игроков (ранжированные по разным параметрам, критериям, факторам), поиск (и последующее обучение) перспективных футболистов по всему миру и так далее. Среди Участников также существует сильная

конкуренция. Более авторитетные и богатые диктуют свои условия всем остальным.

Из вышесказанного можно сделать вывод что вопрос прогресса и развития становится **индивидуальным делом каждого игрока и заинтересованных в этом конкретных Участников процесса.** Возможностью реализовать индивидуальные качества как данные от Природы - предопределенности, способности, врождённые физические, физиологические и психологические качества, так и приобретённые/развитые в результате целенаправленных тренировочных воздействий.

Если не учитывать таланты, особо одарённых игроков, то процентов двадцать футболистов составляющих конкурентоспособную массу верхней части пирамиды имеют приблизительно равные возможности (в рамках 10-15 процентов). Но это количество игроков в несколько раз превышает объём потребностей рынка футбольных профессионалов. В этих условиях возможность (современными методиками обучения, развития и совершенствования), повысить конкурентные преимущества играют важную роль.

В футболе всё взаимосвязано и если я выделяю какую-то часть подготовки, то только с целью конкретизировать цели и задачи, вполне понимая что эта часть и сама влияет и подвержена воздействию различных аспектов подготовки в целом и отдельных в частности.

Для меня, тренера с пятидесятилетним стажем, конечно, главным является представить/показать практические аспекты данной методической работы. Но я понимаю что без некоторых общих вопросов (теории) не обойтись. Определять цели, ставить задачи, расставлять акценты и приоритеты и оценивать тренировочные воздействия с точки зрения конечного результата – важное умение тренера.

Методика описанная в данной работе соответствует современной информационной технологии и позволяет работать в интерактивном режиме. Вы можете, при чтении электронного варианта Пособия, в один клик просматривать видеоролики, схемы, фотограммы, читать, перейдя по ссылке, тестовый материал получая более объёмную информацию по отдельным аспектам подготовки. Что в свою очередь позволяет «не утяжелять» данное Пособие.

I. ТЕОРИЯ

В приведённой ниже таблице Системы индивидуальной подготовки профессионального футболиста (СИППФ), определён условный возрастной рубеж, определяющий когда мы можем говорить о профессионализации подготовки игрока. Это 14 лет. В зависимости от фактора акселерация это - минус год, плюс два.

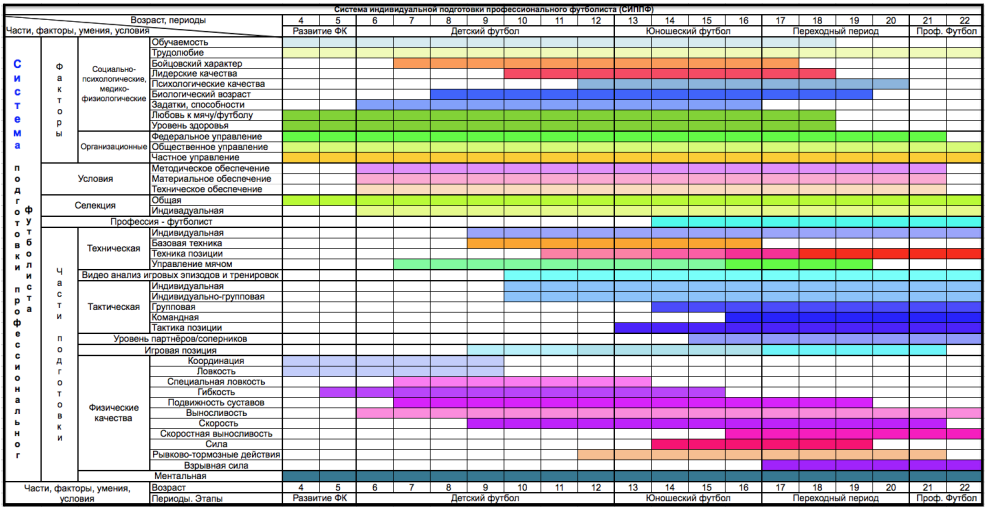


Таблица 1.

Крупно смотреть здесь

Одна из характеристик этой Системы - необходимость многолетней подготовки что требует от нас сначала выделения конечной Цели и затем более подробного обсуждения его этапов и периодов. Условные четырнадцать лет это не начало, а продолжение процесса формирования индивида в спортивного профессионала.

Законы и закономерности развития и обучения в спорте показывают что за много лет до постановки Цели (профессиональный спорт) начинает закладываться фундамент достижения высокого Результата. СИППФ надо рассматривать совместно с перечнем Участников процесса подготовки на всём промежутке времени до достижения конечной Цели.

Система индивидуальной подготовки профессионального футболиста

	Возраст / Участники \ Периоды	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22
		Развитие ФК		Детский футбол							Юношеский футбол				Переходный период				Проф. Футбол	
1	Родители																			
2	Ребёнок																			
3	Тренер индивидуальный																			
4	Тренер/команда																			
5	ДЮСШ или Академия																			
6	Молодёжная команда																			
7	Полупрофессиональная команда																			
8	Профессиональная команда																			
9	Агенты																			
10	Клубы, скауты																			
11	Везение, Фортуна, Удача																			

Таблица 2.

Крупно смотреть здесь

Таким образом мы видим полную картину процесса подготовки от факторов, частей, условий до Участников (структур). Следующий этап это многолетнее планирование.

Необходимо подчеркнуть что в спорте существует понятие Сенситивные периоды. Это **периоды наибольшей предрасположенности для развития двигательных или иных качеств, на которые осуществляется тренировочное воздействие**.

Получается что Цели/Результаты ещё не определены, а совершать какие-либо Действия уже надо. Действия которые непосредственно влияют на очень далёкие Цели/Результаты (даже если они и промежуточные) и значительно повышают уровень конкурентоспособности футболиста.

Посмотрим на схему 1.

Цели, задачи подготовки. Результат.

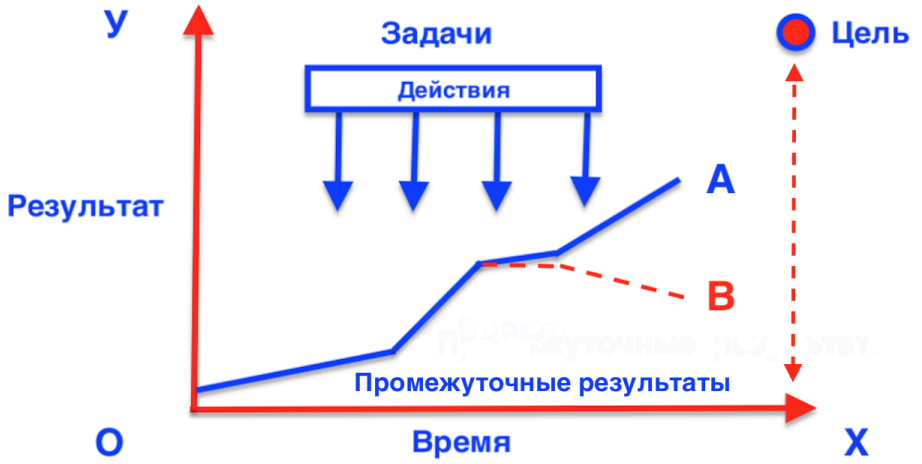


Схема 1.

Так как процесс подготовки профессионального футболиста занимает несколько лет (ось ОХ, **Время**), то для достижения **Результат**а (ось ОУ), надо планировать решение отдельных **Задач**. Которые выполняются определёнными **Действия**ми. Определим **конечную Цель**. Чтобы сверять правильность направления Движения введем определение **Промежуточных результатов**.

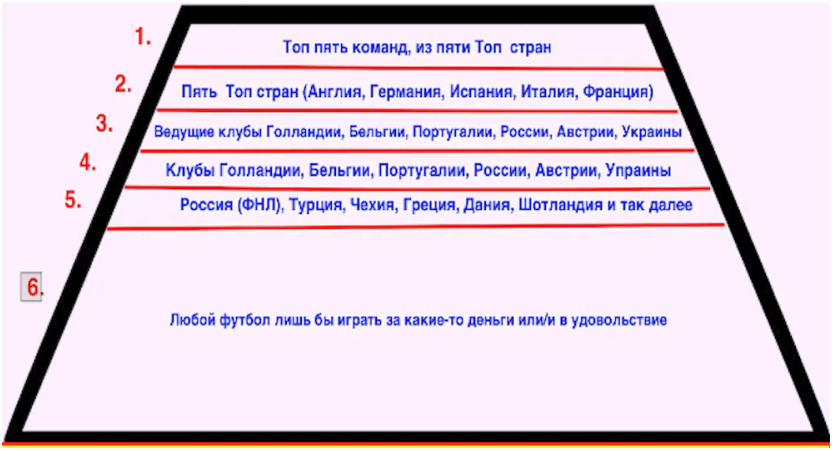
1.Цель

Цель - это то, ради чего ведется деятельность, это ориентир. Именно с точки зрения достижения поставленной цели и надо оценивать любую деятельность. Например.

Слово **Цель** определяет конечное или промежуточное представление о будущем.

Слово **цель** определяет точку местоположения на поле или в створе ворот и тому подобное.

Для достижения поставленной Цели надо её конкретизировать. Чтобы определиться с необходимыми для реализации ресурсами. Более высокие (амбициозные) Цели, требуют больше ресурсов.



Представленная Пирамида Целей имеет несколько ступеней. По идеи Цели всегда должны быть выше имеющихся ресурсов. Но и слишком большой разрыв в цепочке Цели - Ресурсы может негативно сказаться на динамике достижения конечной Цели.

2. Результат

Результат - реализованная Цель. Профессиональный Контракт является Результатом работы системы подготовки. Результат зависит не только от того, сколько усилий (действий) прикладывают, но и куда их направляют.

3. Промежуточные результаты.

Промежуточные результаты позволяют контролировать/корректировать направление “А”, “В” движения к Цели. Различные тесты, контрольные упражнения, аналитические оценки позволяют “оцифровывать” оценку достижения промежуточных результатов. Разнообразные Рейтинги, составленные различными Участниками проекта по

самым разнообразным критериям распределяют футболистов по “этажам пирамиды перспективности”. Занимающие (условно) первые места Рейтинга (это один - два процента) идут “вне конкурса”. А вот среди следующих трёх - восьми процентов будет ожесточенная борьба за место “под солнцем”. И в этой группе игроков важное значение может сыграть индивидуальный подход обучению и развитию.

4. Задачи

Постановка задач позволяет: планировать направления подготовки, определить способы решения, собрать информацию, выделить необходимые для этого ресурсы для решения поставленных задач.

5. Действия.

Действия это практическое решения поставленных задач, направленных для достижения Цели/Результата.

Рассмотрим каждый пункт подробнее.

1.Цель

Цель это представление о будущем или желаемом результате, который человек или группа людей представляют себе, планируют и обязуются достичь. Применительно к футболу это звучит так. Игрок хочет в будущем стать профессиональным футболистом. Для этого надо добиться Результата - заключить контракт. То есть вся многолетняя подготовка нацелена на конкретный Результат - профессиональный контракт. Назовём его Конечная Цель.
Цель - предполагаемый результат, результат - реализованная **цель**. В свою очередь, каждую из задач можно разбить на подзадачи.

Срок становления футболиста-профессионала около восьми лет. Начиная со старших юношей 14-15 лет и заканчивая

в 20-21 год. Мы понимаем, что отдельные факторы и части подготовки профессионального игрока лежат в детско-юношеском футболе и закладываются (как фундамент) в очень раннем возрасте, когда имеют наибольшую эффективность их формирования. Следовательно мы должны ввести “промежуточные цели и задачи”, этапы и периоды, которые помогают выстраивать вектор движения (тренировочных усилий) по направлению к Конечной Цели.

Целью подготовки футболиста является достижение максимально возможного уровня мастерства и конкурентоспособности достигнутого на данный период времени, выраженный в подписание профессионального контракта.

Формулировка “максимально возможный уровень” означает тот самый индивидуальный подход к процессу обучения и развития.

2. Результат

Результат - реализованная Цель. Результат зависит не только от того, сколько тренировочных усилий прикладывается, но и куда усилия/действия направляются. Чтобы добиться высоких результатов, нужно расставить приоритеты и день за день направлять свои усилия с учетом степени важности **задач.**

3. Промежуточные результаты.

Промежуточные результаты важный механизм поддержания правильного вектора (приложения усилий) реализации Цели. Средства, методы, действия контроля могут быть самыми разнообразными.

4. Задачи

Задачи записанные с датой становится Планом.

Определять цели, ставить задачи, расставлять акценты и приоритеты, оценивать тренировочные воздействия с точки зрения конечного результата с опорой на промежуточные (тактические и оперативные) показатели/достижения - важное умение тренера.

В обучении и развитии важно ставить длительные Задачи и поэтапно контролировать динамику изменений. Это можно делать разными способами, в том числе и через анализ качественных изменений подтверждённых видео материалами.

Выделим главные направления подготовки профессионального футболиста уже учитывая этапы и периоды.

1. ПЛАНИРОВАНИЕ.
   1.1. Стратегическое
   1.2. Тактическое
   1.3. Оперативное

5. Действия.

Какие бы мы не ставили (планировали) задачи при обучении, развитии и совершенствовании отдельных качеств, знаний, умений, навыков футболистов, они всегда осуществляются через определённые Действия.

План расписанный по Шагам/Этапам становится ориентиром для Действий. Совершаемые Действия ведут через выполнения Задач и Цели (через промежуточные Результаты).

II. ПРАКТИКА

Переходя к описанию практических тренировочных усилий (действий) сделаю уточнения:

1. Если взглянуть на Таблицу 2 (Участники и структуры), то по пунктам 1-7 и 9-11 я имею личный тренерский и организационный опыт. И только по пункту 8 могу рассуждать теоретически.

2. Чем ближе мы подходим к практическим делам, тем больше значения имеют детали, нюансы, акценты и так далее. От их правильного применения во многом зависит эффективность тренировочного воздействия и его коэффициента полезного действия (КПД).

3. Увы, мне не всегда хватает видеоматериалов для иллюстрации отдельных положений Пособия. Мой принцип

“Лучше один раз увидеть чем сто раз услышать, но один раз увидев надо десять тысяч раз повторить”. Буду стараться добавлять зрительную наглядность.

4. К сожалению, некоторые термины и слова имеют (при одинаковости написания) в разных контекстах отличающиеся смысловые значения.

Чаще всего написанные с заглавных букв слова Цель, Результат, Задачи, Действия, Время - относятся к Главе Теория.

Эти же слова цель, результат, задачи, действия, время написанные маленькими буквами относятся к Главе Практика и применяются при описании упражнений, заданий в тренировочном процессе.

5. Практическое значение данной Методики заключается в том, что Вы можете применять её в для своего сына в любом возрасте, получая верный ориентир в сложном процессе обучения, развития и совершенствования.

Тренировочная работа по подготовке профессионального футболиста ВСЕГДА индивидуальна. Даже когда она ведётся в какой-то структуре, в рамках командных занятий. Сам футболист (в первую очередь) и другие Участники должны иметь это в виду.

Единственное исключение - главный тренер профессиональной команды. Потому что в силу специфичности своей должности он **в первую очередь отвечает за командный результат.** Конечно, главный тренер команды в той или иной мере контролирует индивидуальное развитие всех своих футболистов. Конечно, в рамках его личной концепции в общей формуле главных компонентов построения игры “техника - тактика - физические качества - ментальная подготовка” часто присутствуют индивидуализированные предпочтения, но главные тренера приходят и уходят, а личные, индивидуальные интересы игроков и Участников остаются.

В футболе всё взаимосвязано и взаимозависимо. Части подготовки выделяются только с целью конкретизировать их цели и задачи для повышения эффективности тренировочного процесса.

Исходя из неделимости Времени подготовки профессионального футболиста я построю логические цепочки взаимодействия частей процесса в следующем порядке.

1. Развитие физических качеств
2. Обучение технике
3. Обучение тактике
4. Ментальная подготовка.

Для наглядности обобщим Таблицы 1 и 2.

Это позволит нам совместить во Времени и пространстве две части подготовки. Обратите внимание что есть Родители, но нет сына. Это означает что в данное время есть только **мечта Родителей**. Это свойство присущее людям, мечтать о будущем ребёнка.

Папа мечтает о сыне “звезде” футбола, баскетбола, а мама о сыне теннисисте, фигуристе. В этот период появляется Участник “тренер индивидуальный”. Сын ещё слишком мал чтобы ходить в спортивную/музыкальную школу. Но часто папы “сами себе тренера”.

Креативный папа

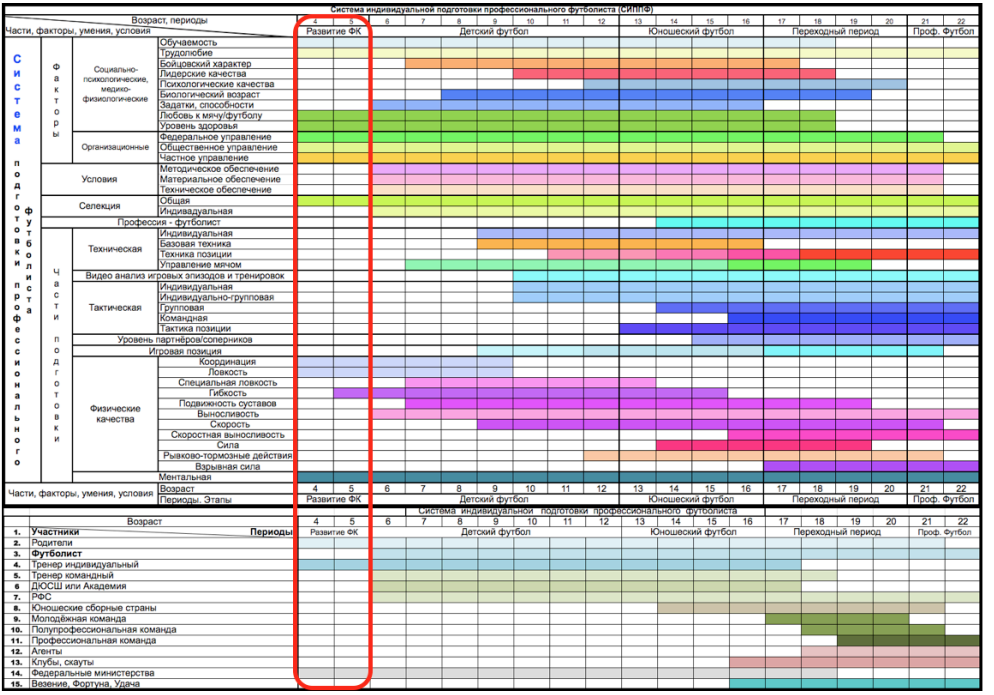
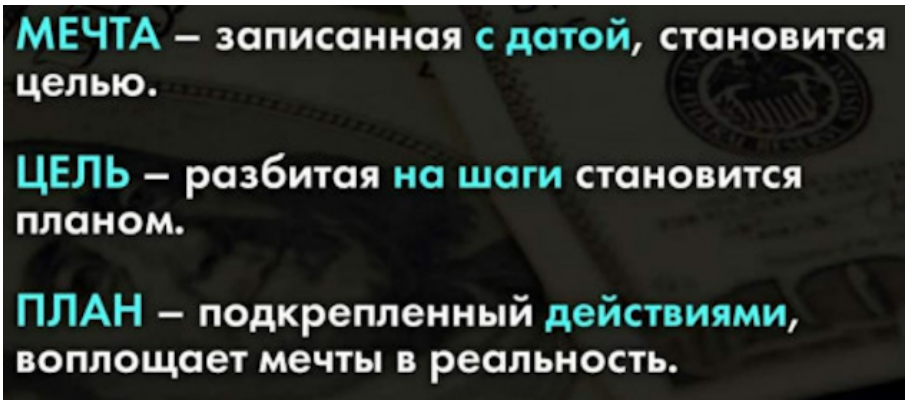


Таблица 3.1

Крупно смотреть здесь

На этапе Развития физических качеств (4-5 лет)

В любом случае инвестиции Родителей в физическое развитие совсем маленького ребенка это выгодные вложения. Сын вырастет целеустремленным, трудолюбивым, двигательно активным человеком со стремлением к здоровому образу жизни. И с хорошим “бонусом” при выборе профессиональной спортивной карьере.



Но если говорить о Цели и пути к ней (для осуществления мечты), то важно понять следующее - стоит ли себя обманывать, если потенциальных способностей не хватает? Многим просто Природа не позволит достигнуть её (конечной Цели). Посмотрим на Таблицу 3.2.

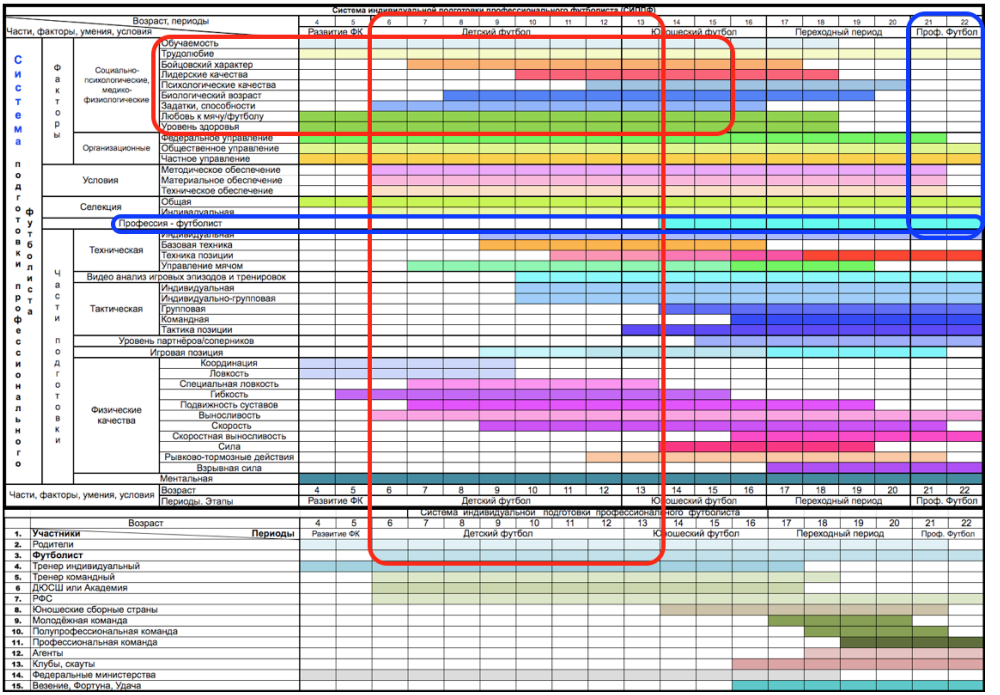


Таблица 3.2.

Крупно смотреть здесь

Для того чтобы достичь конечной Цели (синие выделение) и получить профессиональный контракт, надо в течении нескольких лет решать задачи (красное выделение). И всё время идёт отбор/селекция футболистов по различным критериям.

Профессиональный футбол (как явление), с его повышенной конкурентностью, не оставляет шансов на успешную карьеру игрокам ниже уровня определяемого различными Рейтингами (ранжированные футболиста по разным параметрам, критериям, факторам и так далее). При этом надо учитывать что законы бизнес-шоу привносят в процесс подготовки факторы/интересы далёкие от чисто спортивных составляющих.

Есть такое выражение “много амбиции, но мало аммуниции”. **Все Участники** процесса подготовки профессионального футболиста должны соотносить свои желания/мечты с реальными ресурсами. Свои потенциальные возможности с наличием способности их реализовать.

Если Вы поставили “амбициозную Цель”, то надо определиться с “амуницией”.