

УДК 796.323.2.

Проблема командообразования и командного духа у баскетболистов

Пряхина А. И.

УРФУ, Институт физической культуры, спорта и молодежной политики, Екатеринбург

Статья посвящена формированию командного духа в таком виде спорта, как баскетбол. В результате анализа спортивной литературы, выделен основополагающий ряд принципов командообразования. В процессе анализа выявилось, что повышение мотивации игроков команды, повышение осмысленности задач и адекватности тренировочных усилий способствует формированию команды и воспитанию командного духа игроков. Данным принципам присущ ряд методических подходов, способов и объяснений принципов.

Ключевые слова: командный дух, мотивация, баскетбол, принципы, методические подходы.

The article is devoted to the formation of team spirit in such a sport as basketball. As a result of the analysis of sports literature, the fundamental set of principles of team building is highlighted. During the analysis, it was revealed that increasing the motivation of the team's players, increasing the meaningfulness of tasks and the adequacy of training efforts contributes to the formation of a team and fostering the team spirit of the players.

Keywords: team spirit, motivation, basketball, principles, methodological approaches.

Для грамотного формирования командного духа и, в целом, командообразования, можно выделить основополагающие принципы: повышение мотивации игроков команды, повышение осмысленности выполняемых задач, повышение адекватности тренировочных и соревновательных условий.

Для реализации первого принципа используется ряд методических подходов:

- наличие положительных эмоций в тренировочном процессе. Положительные эмоции при выполнении упражнений формируются разными способами. Например, игроки получают удовольствие при выполнении упражнений на развитие реакций, если лидер будет придумывать собственные неожиданные действия. Иногда проигрывание музыки или присутствие зрителей во время тренировки способствует достижению этой цели [1];

- оценивание личного вклада каждого игрока в усилия команды. Вывешивания информации на стенде после каждой игры в спортивном зале университета свидетельствует о высокой значимости такого подхода для формирования оптимальной мотивации игроков к тренировочной и соревновательной деятельности [6].

Второй принцип был определен как принцип повышения осмысленности выполняемых заданий. Реализация этого принципа предполагает использование следующих методических подходов:

- самостоятельность мышления. Использование двух мячей в упражнении для совершенствования передач в парах заставляет игроков думать, как и в какой момент сделать передачу, чтобы избежать потери мяча. Они могут передавать мяч снизу-вверх или со стороны на сторону, проявляя при этом самостоятельное мышление.

- мысленная тренировка игровых взаимодействий. Мысленная тренировка осваивается игроками сначала под руководством тренера во время тренировки, а затем хорошо мотивированный игрок может проводить ее самостоятельно в любое время, даже перед сном.

Третий тип был определен как принцип адекватности тренировочных и соревновательных условий. Для его реализации предлагаются следующие методические подходы:

- моделирование игровых условий. Этот подход предусматривает соблюдение всех атрибутов официальной игры при проведении учебных игр во время тренировочных занятий - судейство, ведение официальной статистики. Броски с сопротивлением более эффективны, с этой точки зрения, чем без сопротивления. В соответствии с этим подходом упражнения должны быть организованы таким образом, чтобы в них всякий раз моделировались игровые ситуации оказания сопротивления. Одним из важных моментов, требующих постоянного выполнения упражнений, является нападение против зонной защиты;

- состязательность тренировочных заданий. Использование секундомера для регистрации коротких интервалов времени, во время которых два или три игрока стремятся быстрее выполнить задание, является одним из средств реализации этого подхода на практике.

Список литературы:

1. Гомельский, А.Я. Управление командой в баскетболе / А.Я. Гомельский. – Москва: Физкультура и спорт, 1985. – 160 с.
2. Гомельский, А.Я. Докажи правоту победой / А.Я. Гомельский. – Москва: Сов. Россия, 1987. – 160 с.
3. Гомельский, А.Я. Энциклопедия баскетбола от Гомельского/ А.Я. Гомельский. – Москва: Фаир-Пресс, 2002. – 352 с.
4. Загайнов, Р.М. Психолог в команде: из дневника психолога / Р.М. Загайнов. – Москва: Физкультура и спорт, 1984. – 144 с.
5. Мальчиков, А.В. Социально-психологические основы управления спортивной командой / А.В. Мальчиков; Смоленский гос. ин-т физ. культуры. – Смоленск: [б.и.], 1987. – 81 с.
6. Яхонтов, Е.Р. Шкала Сэндса // Спортивные игры. – 1977. – № 5. – С. 32.
7. Теория и методика физической культуры (курс лекций): учебное пособие / под ред. Ю.Ф. Курамшина, В.И. Попова; Санкт-Петербург. гос. акад. физ. культуры им. П.Ф. Лесгафта. – Санкт-Петербург: [б.и.], 1999. – С. 59-60.