

значимые связи между рассматриваемыми явлениями. Чем выше эмоциональный интеллект, тем выше коммуникативные способности, компетентный тип и ниже зависимый тип коммуникативных умений. Выдвинутая в начале исследования гипотеза о том, что существует взаимосвязь эмоционального интеллекта с коммуникативными способностями у юристов на стадии адепта, а именно чем выше общий показатель эмоционального интеллекта, тем выше коммуникативные способности и компетентный тип коммуникации, полностью подтвердилась.

1. Бочкова, М. Н. Эмоциональный интеллект и социальное взаимодействие: зарубежные исследования / М. Н. Бочкова, Н. В. Мешкова. – Текст: электронный // Электронный журнал «Современная зарубежная психология». – 2018. – № 2. – С. 49-59. – URL: https://psyjournals.ru/files/93926/jmfp_2018_n_2_Vochkova_Meshkova.pdf (дата обращения: 06.04.2023).
2. Валиуллина, Е. В. Коммуникативные способности студентов младших курсов медицинского университета / Е. В. Валиуллина. – Текст: электронный // Вестник Северо-Восточного федерального университета им. М. К. Аммосова. Серия: Педагогика. Психология. Философия. – 2021. – № 1. – С. 32-37. – URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/kommunikativnye-sposobnosti-studentov-mladshih-kursov-meditsinskogo-universiteta> (дата обращения: 06.04.2023).
3. Люсин, Д. В. Связь эмоционального интеллекта и личностных черт с настроением / Д. В. Люсин, В. В. Овсянникова. – Текст: непосредственный // Психология. Журнал Высшей школы экономики. – 2015. – № 3. – С. 154-164.
4. Никулина, И. В. Эмоциональный интеллект: инструменты развития: учебное пособие / И. В. Никулина. – Самара: Издательство Самарского университета, 2022. – 82 с. – ISBN 978-5-7883-1778-6. – Текст: электронный. – URL: http://repo.ssau.ru/bitstream/Uchebnye-izdaniya/Emocionalnyi-intellekt-instrumenty-gazvitiya-99069/1/978-5-7883-1778-6_2022.pdf (дата обращения: 06.04.23).
5. Райгородский, Д. Я. Практическая психодиагностика. Методики и тесты. Учебное пособие / Д. Я. Райгородский. – Москва: Издательство «Бахрах-М», 2022. – 672 с. – ISBN 978-5-9464-8092-5. – Текст: непосредственный.
6. Селиванова, С. А. Сущностная характеристика понятия «Коммуникативная компетентность» / С. А. Селиванова. – Текст: непосредственный // Психология и педагогика: методика и проблемы практического применения. – 2014. – № 22. – С. 353-358.
7. Шилков, В. Ю. О формировании коммуникативной способности / В. Ю. Шилков, Ю. М. Шилков. – Текст: электронный // Вестник Санкт-Петербургского университета. Политология. Международные отношения. – 2009. – № 3. – С. 49-53. – URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/o-formirovanii-kommunikativnoy-sposobnosti> (дата обращения: 06.04.2023).
8. Bar-On, R. The Multifactor Measure of Performance: Its Development, Norming, and Validation / R. Bar-On. – Text: electronic // Frontiers in psychology. – 2018. – № 9. – P. 140-156. – URL: <https://www.frontiersin.org/articles/10.3389/fpsyg.2018.00140/full> (date of application: 05.04.2023).

Дубков Р.В.¹, Илюшин О.В.^{1,2}

Формирование командных действий в различных видах спорта

¹Казанский государственный энергетический университет

²Казанский Федеральный университет

(Россия, Казань)

doi: 10.18411/trnio-06-2023-91

Аннотация

Рассмотрены особенности требований к отработке согласованных действий игроков в различных командных видах спорта. Показано, что психологическая подготовка игроков тем сложнее, чем больше число игроков на поле и чем быстрее меняется игровая обстановка. Выявлены общие требования к участникам командных видов спорта

Ключевые слова: командные виды спорта, подготовка игроков, тактические мероприятия, индивидуальная игра, оборона, атака.

Abstract

The peculiarities of requirements for coordinating the actions of players in various team sports have been examined. It has been shown that the psychological preparation of players becomes more

challenging as the number of players on the field increases and the game situation changes faster. Common requirements for participants in team sports have been identified.

Keywords: team sports, player preparation, tactical events, individual play, defense, offense.

Согласованные действия спортсменов требуются в различных видах спорта. Прежде всего, командные действия характерны для игровых видов спорта: футбол, хоккей, волейбол, баскетбол, регби, водное поло. Но также в синхронном плавании, различных эстафетах. Игровые командные виды спорта развивают силу воли, устойчивость психики, чувство коллективизма.

Все разновидности спорта требуют особой подготовки, которая заключается в освоении согласованных действий. Не достаточно просто знать приемы, необходимо, чтобы участники команды видели и предсказывали изменения на игровом поле, оперативно реагируя на них. Похоже, это главная задача тренеров. Совместные действия в командном спорте являются ключом к достижению успеха.

Например, в волейболе коллективные тактические мероприятия играют значимую функцию и проявляются в разнообразных аспектах игры. Во время выполнения передач и нападений, отражения атак противника, игроки совместно действуют, разбиваясь на группы. В волейболе присутствуют разные роли и типы игроков. Уверенным владением постановки блока и проведения атаки характеризуется нападающий первого темпа. Универсальным игроком, участвующим и в атаке, и в защите, является нападающий второго темпа. За надежную передачу мяча в различных сложных игровых ситуациях отвечает связующий игрок. Он сталкивается с высокими требованиями в организации игровых мероприятий. Коллективные, групповые и индивидуальные тактические мероприятия реализуются, используя все технические возможности игры. Групповые комбинации строятся на индивидуальных тактиках, определяемых в начале соревнования.

Эффективность команды определяется ее способностью адекватно реагировать на действия противника, варьируя приемы и расстановку игроков на площадке. Успех операции блокирования ударов соперника в значительной степени зависит от того, насколько хорошо игроки согласовывают свои действия. В игре важна взаимная страховка игроков, каждый из которых должен четко действовать в границах отведенной ему площадки, соответствующей его физической и тактической подготовке.

Все это требует определенной психологической готовности игроков к действиям в условиях быстро меняющейся обстановки и твердого настроя на победу.

Командные действия в футболе

Командные действия имеют определяющее значение для игры как в обороне, так и в атаке. В защите игроки должны сгруппироваться на потенциально опасном участке игрового поля. Задачей являются командные действия по замедлению продвижения нападающих, снижению темпа игры. При этом готовится обстановка для контратаки.

В современном футболе редко применяется стратегия индивидуальной игры в обороне из-за риска блокировки игрока более сильным противником. Более эффективна зонная защита, когда за каждым игроком заранее закрепляется определенная зона, в которой только и планируется индивидуальная игра. Но и такая форма игры имеет свои недостатки, а именно возможность противника уходить из площадки, где его могут наиболее эффективно контролировать. Наиболее эффективен комбинированный подход, объединяющий использование персональной и зонной систем обороны. Например, часть игроков ведет слежение за конкретными противниками, в то время как другие игроки занимают позиции в определенных зонах. В ходе матча тактический план может подвергаться изменениям в зависимости от игровой обстановки, и футболистам приходится самостоятельно выбирать наиболее эффективные методы оборонительных действий.

Тактика нападения в футболе заключается в создании оптимальных условий для взятия ворот соперника, что достигается правильной оценкой ситуации, использованием различных технических и тактических приемов. Эффективность наступательного маневра обеспечивается

созданием временного перевеса сил на критически важном участке игрового поля, направленных на борьбу за мяч, выбором направления удара из различных положений игроков на площадке.

Аналогичны задачи команд и в других игровых видах спорта, в которых общим является:

- 1) Индивидуальные тренировки с целью развития физической подготовки спортсмена;
- 2) Составление стратегии сотрудничества двух игроков в различных игровых сценариях;
- 3) Улучшение коллективных умений в области обороны и атаки;
- 4) Сочетание методов действия и совместная игра, достигаемые эффективным использованием тактики.;
- 5) Знакомство с потенциальным противником, анализ его игр с другими соперниками, выявления сильных и слабых мест в тактической подготовке противника;
- 6) Психологическая готовность каждого игрока следовать разработанным тактическим заготовкам и указаниям тренера.

Подготовка команд к эстафетам (бег, биатлон и др.)

Эстафета - это соревнование в спорте, где команды соревнуются в различных дисциплинах, таких как бег, плавание и другие, путем преодоления определенного расстояния. В ходе эстафеты участники команды поочередно занимают трассу и передают друг другу предмет, известный как эстафетная палочка (иногда это передача происходит условно). Здесь также важен командный дух спортсменов. Тактический прием состоит в правильной последовательности включения спортсменов в соревнование с участниками команды соперников. Поскольку игроки не действуют одновременно, это усложняет психологическую ситуацию, но позволяет спортсмену проявить все свои спортивные возможности в парном соревновании с конкретным членом команды соперников.

Особенности подготовки команды в синхронном плавании

Синхронное плавание - это сложный художественный вид спорта, в котором необходима высокая координация. Синхронное плавание объединяет в себе красоту выступлений, пластичность движений, а также физическую и эстетическую развитость. Участницы синхронного плавания должны быть способными работать в воде с задержкой дыхания и выполнять различные движения и позы. Причем требуется синхронизация движений с музыкой. Сложным в подготовке спортсменок является тренировка, направленная на развитие способности выдерживать физические нагрузки в условиях гипоксии.

Следствием этих тренировок является развитие гликолитического метаболизма и быстрой адаптации к нехватке кислорода. Ошибки всего лишь одного игрока могут фатально отразиться на игре всей команды. Поэтому для команды важна индивидуальная подготовка и уровень мастерства каждой участницы.

Из особенностей и длительности подготовки вытекают специфические требования к ведению наблюдений за выполнением упражнений другими участниками, обнаружению ошибок, в том числе собственных с целью работы над их исправлением. Рекомендуется вести дневники для фиксации результатов тренировок и соревнований. Это заметно отличает подготовку спортсменок синхронного плавания от подготовки команд других видов спорта [5].

Однако, можно выделить общее, характерное для всех командных видов:

- А. психологическая готовность к коллективным действиям (командный дух);
- Б. следование указаниям тренера;
- В. способность к анализу ситуаций и прошедших соревнований с целью оценки применяемых методик и методов, эффективности участия спортсменов в команде.

Как мы видим, командные виды спорта требуют не только физической подготовки спортсмена, а, главное, способности действия в коллективе при значительной психологической нагрузке.

Некоторые характеристики командных видов спорта приведены в таблице. Эти характеристики в какой-то мере позволяют оценить сложность подготовки игроков. Надо отметить, что практически во всех видах спорта эта подготовка начинается с 5-7 лет.

Таблица 1

Характеристики командных видов спорта.

| <i>№ п/п</i> | <i>Вид спорта</i> | <i>Количество спортсмен-ов на поле</i> | <i>Средняя длительность начальной и учебно-трениро- вочной подготовки</i> | <i>Допустимое количество замен игроков в играх под эгидой федераций</i> | <i>Приказ Минспорта России</i> |
|------------------|---------------------|--|---|---|--|
| 1 | Футбол | 11 | 8 | 5 | От 16 ноября 2022 г. № 1000 |
| 2 | Волейбол | 12 | 8 | 6 | От 24 января 2022 г. № 41 |
| 3 | Баскетбол | 5 | 8 | Не ограничено | От 16 ноября 2022 г. N 1006 |
| 4 | Регби | 15 | 12,8 | 8 | От 1 декабря 2021 г. № 937 |
| 5 | Хоккей | :6 | 15 | Не ограничено | От 15 мая 2019 г. № 373 |
| 6 | Хоккей на траве | 11 | 8 | Не ограничено | От 16 апреля 2018 г. № 350 |
| 7 | Эстафета (бег) | 4 | 8 | Отсутствует | От 20.08.2019г. № 673 |
| 8 | Водное поло | 7 | 8 | Не ограничено | От 1 июня 2021 г. N 389 |
| 9 | Синхронное плавание | 2, 8 или 10 | 8 | Отсутствует | От 27.12.2017 N 1118) (ред. от 30.11.2020) |

Психологическая подготовка спортсменов тем сложнее, чем больше игроков в команде. По этому показателю лидируют волейбол и регби. Эти игры требуют особой слаженности при непрерывающихся значительных физических нагрузках. Близок к этим видам спорта и футбол. Особо можно отметить важность влияния болельщиков на психологический настрой спортсменов на победу. Имеет значение и ограничения на возможные замены игроков. Наиболее жестко такое ограничение в футболе. Хоккей же отличается высокой скоростью передвижения игроков и повышенными требованиями к способности быстро анализировать обстановку на поле. Поэтому длительность подготовки игрока в хоккее наибольшая среди рассмотренных видов спорта.

Таким образом, имеет место большое разнообразие условий, отличающих один вид спорта от другого при наличии многих общих положений в программах подготовки игроков.

1. Гасина А.О. Методика проведения спортивной эстафеты в подразделении без ограничений / А.О. Гасина, А.В. Шабалина// М.-2020.- 3 с.
2. Пахомова С.В. Витун Е.В. Подвижные игры и эстафеты в системе физического воспитания студентов. Методические указания / С.В. Пахомова, Е.В. Витун// Оренбург: Государственное образовательное учреждение высшего профессионального образования «Оренбургский государственный университет». Кафедра физического воспитания.- 2005.- 24 с.
3. Василисков И.Ю., Алексеева Д.А. Программа спортивной подготовки по виду синхронное плавание/ И.Ю. Василисков, Д.А. Алексеева // С.-Петербург: СПб ГБУ СШОР.- 2017.- 47 с.