

ОСНОВНІ ЗАКОНОМІРНОСТІ УПРАВЛІННЯ ТРЕНУВАЛЬНИМ ПРОЦЕСОМ ФУТБОЛІСТІВ

Алла АЛЬОШИНА, Ігор БИЧУК

Волинський державний університет імені Лесі Українки

Не зважаючи на чималий масив теоретико-методичних знань, які нагромаджені в сфері управління тренувальним процесом у багатьох видах спорту, діяльність тренерів усе ще базується на суб'єктивних підходах, а не на об'єктивній кількісній і якісній оцінці стану рухової функції, психічних процесів і техніко-тактичної майстерності спортсменів [2,5,6].

Аналіз думок багатьох фахівців, які активно працюють в галузі теорії спорту дає підставу зробити висновок про те, що подальше підвищення якості підготовки кваліфікованих спортсменів стане можливим лише за умови, якщо цей процес буде організовуватись і здійснюватись згідно з вимогами, що висувуються до процесу управління [1,2,5].

Варто зазначити, що технологія управління тренувальним процесом на основі кількісної інформації досить чітко сформульована В.М. Платоновим [4]. При цьому, як зазначає автор, основне завдання в технології управління – визначити кількісні та якісні цілі управління, суть яких полягає в описі рівня спеціальної підготовленості, необхідної для досягнення запланованого спортивного результату.

Підвищення результатів футбольної команди можна досягнути за рахунок ефективнішого управління тренувальним процесом футболістів. Саме тому це питання потребує детального вивчення.

Мета нашої роботи – проаналізувати основні закономірності управління діяльністю футболістів.

Методи дослідження – аналіз спеціальної літератури з питань управління тренувальним процесом у фізичному вихованні і спорті.

Результати дослідження. Аналіз літературних джерел засвідчує, що структура управління складається з двох систем: управляючої системи (тренер) і системи якою управляють (спортсмен) [1,2,3,4]. Управляюча система впливає на систему якою управляє з метою кількісної та якісної зміни параметрів її діяльності відповідно до поставлених завдань управління.

Як відомо, у процесі спортивної діяльності відбуваються різні зміни спортсмена як системи на біологічному, педагогічному, соціальному і психологічному рівнях. Досягнення різних ефектів на кожному з цих рівнів розглядається як інтегральне вираження спортивної діяльності, обумовлене спортивним результатом.

Варто зауважити, що ефективне управління характеризується якістю переробки збереження і передачі інформації. У спортивній діяльності важливим фактором є швидкість отримання і відтворення інформації, що деякою мірою характеризує якість управляючих впливів. Як правило, характер параметрів інформації обумовлений метою управління процесом підготовки спортсменів. У системі спорту мета носить складний характер, відбиваючи структуру й ієрархію системи. При цьому з погляду управління окремі спортсмени чи команди можуть розглядатися як системи.

Одним з головних завдань управління є переведення системи з одного стану в інший. Це здійснюється за допомогою різних впливів. У підготовці спортсменів це

У першу чергу, належать фізичні вправи, а також фактори зовнішнього середовища, режим харчування, відновлювальні заходи.

Перед тим як здійснити певні впливи приймаються певні управлінські рішення. Більшість фахівців поділяють управлінські рішення за спрямованістю, тривалістю, швидкістю дії, складністю виконання, обов'язковістю виконання, ситуацією, у якій приймаються рішення, масштабом розв'язуваних проблем.

У сфері спорту рішення приймаються в умовах визначеності, коли результат передбачуваний, і в умовах ризику, коли кожен варіант рішення припускає більш ніж один наслідок. У першому випадку управлінські рішення спрямовані на реалізацію певних простих завдань і їхнє рішення, як правило, не сприяє розвитку системи, у другому – управлінські рішення приймаються з умовою, що поставлені цілі можуть бути досягнуті з тим чи іншим ступенем імовірності.

Якість управлінських рішень у процесі спортивного тренування залежить від різних факторів, особливо таких як: рівень компетентності і професіоналізму тренера; наявність інформації; наявність часу на розробку й ухвалення рішення; емоційний стан; мотивація тренера.

Доцільно зазначити, що в процесі управління управляючий об'єкт і об'єкт, яким управляють, завжди поєднані прямими та зворотними зв'язками. Зворотний зв'язок може бути позитивним або негативним. При цьому необхідно пам'ятати, що управління може бути успішним лише за умови якісного зворотного зв'язку, що дозволяє порівняти фактичний стан системи із запрограмованим.

Варто також зауважити, що управління може здійснюватися при дотриманні певних умов: а) наявності управляючої системи; б) наявності каналу прямого зв'язку; в) наявності каналу зворотного зв'язку; г) необхідної швидкості та частоти передачі інформації.

У спортивному тренуванні найпростіша схема управління має такий вигляд:



Управління процесом тренування здійснюється тренером при активній участі спортсмена і передбачає три групи операцій:

- а) збір інформації про стан спортсменів, включаючи показники фізичної, техніко-тактичної, психічної підготовленості, реакції різних функціональних систем на тренувальні і змагальні навантаження, параметри змагальної діяльності;
- б) аналіз цієї інформації на основі зіставлення фактичних і заданих параметрів, розробка шляхів планування і корекції характеристик тренувальної чи змагальної діяльності в напрямку, що забезпечує досягнення заданого ефекту;
- в) прийняття і реалізація рішень шляхом розробки та впровадження цілей і завдань, планів і програм, засобів і методів, які забезпечують досягнення заданого ефекту тренувальної і змагальної діяльності.

Варто зауважити, що перераховані операції можливі лише при здійсненні цілеспрямованого комплексного контролю. Залежно від видів контролю розрізняють поточне й оперативне управління.

Метою етапного управління є діагностика і зміна спортсмена під впливом тривалого періоду тренування. Етапне управління процесом підготовки

пов'язано з установленням кількісних характеристик структури тренуваності та змагальної діяльності, діагностикою стану спортсменів, розробкою і корекцією планів підготовки. Усі ці операції здійснюються у визначеній послідовності. Ефективність етапного управління визначається такими факторами: наявністю чітких представлень про рівень тренуваності і підготовленості, який повинні досягти спортсмени наприкінці визначеного етапу підготовки; добром і раціональним застосуванням у часі засобів і методів вирішення завдань інтегральної підготовки; наявністю об'єктивної системи контролю за ефективністю процесу підготовки і його корекція.

При поточному управлінні оцінюється реакція організму на навантаження окремих тренувальних занять, їхніх серій і мікроциклів, реєструються щоденні зміни показників підготовленості спортсменів, що обумовлені систематичними тренувальними заняттями. До основних умов ефективного поточного управління відносять: забезпечення оптимального співвідношення в тренувальному процесі занять з різними за величиною навантаженнями; раціональне співвідношення в мезоциклах навантажувальних і відновлюючих мікроциклів як основи для ефективного адаптаційного оптимального співвідношення в мікроциклах і мезоциклах роботи різної спрямованості тренувальних і змагальних навантажень; цілеспрямоване управління працездатністю відновлювальними й адаптаційними процесами шляхом комплексного застосування педагогічних і додаткових засобів.

Слід також зауважити, що у процесі поточного управління поряд з педагогічними аспектами планування і здійснення тренувального процесу важливе значення має постійний контроль за зміною психофізіологічних і біохімічних показників реакції організму спортсменів на тренувальні і змагальні навантаження.

Основною метою оперативного управління є визначення адаптаційних реакцій організму спортсменів на тренувальні і змагальні навантаження. При оперативному управлінні оцінюється реакція організму спортсмена на окремі вправи, і коректуються управлінські впливи з метою досягнення заданого тренувального ефекту.

У кожному виді спорту існує своя система оперативного управління. У спортивних іграх, і в тому числі у футболі вона в основному складається з двох рівнів – оперативного управління тренувальною і змагальною діяльністю спортсменів.

У сучасних умовах ефективного управління підготовкою спортсменів неможливо без використання засобів і методів комплексного контролю.

Управління тренувальним процесом у футболі пов'язане з вибором оптимальних впливів, на організм спортсменів які будуть адекватні стану і сприятимуть росту тренуваності. А тому, ефективне управління станом футболістів та їх перехід на більш високий рівень працездатності можливе лише при комплексному обстеженні всіх сторін їхньої підготовленості.

На основі викладеного вище матеріалу можна стверджувати, що ефективне управління підготовкою футболістів залежить від таких факторів як оволодіння тренером знань основних аспектів педагогіки, біології, біомеханіки і психології управлінських впливів у процесі фізичної, теоретичної, психологічної і змагальної діяльності футболістів і комплексного контролю за результатами їхньої тренувальної і змагальної діяльності. Одним із перспективних напрямків удосконалення системи підготовки спортсменів є розробка і практична реалізація нових, вискоелективних технологій комплексного контролю й управління тренувальним процесом.

Висновки

1. Одним із головних завдань управління є переведення системи із одного стану в інший. Структура управління тренувальним процесом включає – управляючу систему і систему якою управляють. Ці системи поєднані між собою прямими та зворотними зв'язками.
2. Управління тренувальним процесом футболістів передбачає три стадії: збір інформації, її аналіз, прийняття та реалізацію рішень, і залежить від таких факторів – оволодіння тренером необхідною інформацією про підготовку спортсменів з педагогічної, біологічної, біомеханічної і психологічної точок зору; використання комплексного контролю підготовки футболістів; наявності власного професійного досвіду.
3. Підвищення ефективності управління тренувальною діяльністю футболістів можливе при здійсненні оптимальних впливів на організм спортсмена, використанні комплексного контролю, швидкій та якісній переробці й передачі інформації.

Література

1. Годик М.А. Спортивная метрология: Учебник для институтов физ. культ. – М.: Физкультура и спорт, 1988. – 192 с., ил.
2. Карев Н.В. Системный подход и целевое управление в спорте. – К.: Здоров'я, 1984. – 144 с.
3. Лисенчук Г.А. Управление подготовкой футболистов. – К.: Олимпийская литература, 2003. – 271с.
4. Платонов В. Н. Общая теория подготовки спортсменов в олимпийском спорте. – К.: Олимпийская литература, 1997. – 384с.
5. Рыбиковский А.Г. Управление двигательной активностью человека (системный анализ). – Донецк: ДонГУ, 1998. – 300 с.
6. Управление тренировочным процессом высококвалифицированных спортсменов / Под ред. В.А. Запорожанова, В.Н. Платонова. – К.: Здоров'я, 1985. – 192 с.

THE STUDY OF THE BASIC APPROPRIATENESS OF TRAINING PROCESS CONTROL OF FOOTBALLERS

ALYOSHINA A., BYCHUKI.

Volyn State University named after Lesya Ukrainka

Abstract. In the article a structure, types and basic tasks of management by training activity of footballers is reflected. The factor from which a management process depends are indicated.

Key words: training process, appropriateness of training, control of footballers.