

УДК: 13.00.04

Исроилов Шоолим Шоакрамович
Преподаватель кафедры теории и методики тенниса, бадминтона
Узбекский государственный университет физической культуры и
спорта

РОЛЬ КОМАНДЫ В ФОРМИРОВАНИИ ЛИЧНОСТИ ИГРОКА

Аннотация: В данной статье рассматривается основная задача тренера - формирование сплоченной команды спортсменов и личности игрока

Ключевые слова: Игра, тренер, команда, личность, роль, соревнования, спорт

Isroilov Shoolim Shoakramovich
Lecturer at the Department of Theory and Methods of Tennis,
Badminton
Uzbek State University of Physical Culture and Sports

THE ROLE OF THE TEAM IN THE FORMATION OF THE PLAYER'S PERSONALITY

Annotation: This article discusses the main task of the coach - the formation of a cohesive team of athletes and the player's personality

Key words: Game, coach, team, personality, role, competition, sport

Команда играет очень важную роль в психологической подготовке игрока и формировании личности. Поэтому одна из основных задач, стоящих перед тренером, - формирование сплоченной команды спортсменов. Чтобы группа спортсменов была командой, это объединение должно сочетать в себе функции общественно полезной деятельности. Например, команда ставит перед собой следующие цели: проблемы со здоровьем, завоевание медалей на международных соревнованиях,

повышение престижа спортивного сообщества и воспитание чувства патриотизма и так далее.

Спортивная практика показывает, что хорошо подготовленные, трудолюбивые спортсмены высокого класса часто выходят из команд с сильными традициями, строгой дисциплиной и высокой сознательностью.

Как команда влияет на формирование личности спортсмена?

Во-первых, через отношения с общественностью. Когда командные отношения укрепляются, взаимодействие спортсменов внутри команды охватывает все аспекты их жизни, и их поведение улучшается. Когда черты характера проявляются на тренировках и соревнованиях, легче преодолевать трудности внутри коллектива.

Во-вторых, в процессе развития дружеские отношения проходят в форме консультирования, поддержки, исправления ошибок во время тренировок, психологического приложения во время соревнований.

В-третьих, это достигается взаимным соблюдением установленной повестки дня, дисциплины, гигиенических правил, а также выполнения заданий и инструкций, данных тренером. Когда требования к коллегам совпадают с высокими требованиями к себе членов команды, в коллективе ценятся взаимные требования.

В-четвертых, за счет сплоченности команды. Для этого при соблюдении дисциплины повысится интерес к игре, спорту, тренировкам. Очень важно создание полезных традиций в командообразовании: это поздравление победителей соревнований, приглашение зрителей на выставку, хорошо организованные тренировки, поздравление спортсменов с важной датой, фотомонтаж о жизни и работе коллектива. и т. д.

В-пятых, через организацию самоуправления. При этом необходимо наладить отношения со всеми членами команды, избегать грубости, непристойности, чтобы каждый игрок учитывал мнение команды.

Это одно из условий воспитания уважения к спортивной команде, появления на поле с активными намерениями, внесения вклада в успех оставшихся ее членов, развития и укрепления чувства патриотизма у спортсменов. Таким образом, достижение высоких успехов на крупных соревнованиях остается патриотическим долгом каждого спортсмена.

- Вести дневник для записи характеристик игры противников, их побед и поражений, ситуации до и во время соревнований и других усвоенных материалов;

- Самостоятельный возврат дневниковых записей;

- Устное сопровождение обучаемых со стороны тренера;

- Соблюдение принципа последовательности в обучении от известного к неизвестному, от простого к сложному;

- Попросите долгосрочное запоминание, например: «Я спрошу вас об этом через 10 дней», «Знайте о своих конкурентах, вы всегда должны быть готовы их охарактеризовать», а затем следите за тем, что вспоминают.

Таким образом, развитие памяти у спортсмена ускоряет процесс формирования его опыта. Память требует постоянных упражнений, как мышцы.

Специализированное познание и его развитие. Одним из отличительных признаков высокого спортивного мастерства игрока является идеальное владение мячом, что означает, что у него очень тонкое, сложное, специализированное восприятие мяча. Он основан на различении точных и точных приводов разных анализаторов при работе с шариком. Мышечно-моторные ощущения, зрение, тактические ощущения, как и другие органы чувств, играют ключевую роль в этом сложном специализированном восприятии. Исходя из этого, игрок имеет четкое представление о характеристиках мяча, его весе, натяжении, силе удара по мячу, что обеспечивает точные движения с мячом.

«Чувство мяча» формируется при длительных и систематических упражнениях. Для игрока наличие этого чувства является убедительным доказательством его технического, тактического мастерства и подготовленности.

«Чувство мяча» развивается при выполнении различных упражнений с мячом. К ним относятся: жонглирование мячом, перенос и перемещение мяча, а также специальные упражнения для получения мяча при различных подъемах. Инструктаж тренера во время упражнения помогает лучше развить интуицию и познание, что обеспечивает правильный контроль «ощущения мяча». Например, при выполнении упражнения по жонглированию мячом игрок должен обращать внимание на развитие зрительно-моторной координации, т.е. согласованной деятельности зрительного и мышечно-моторного восприятия и восприятия. Чем сложнее и разнообразнее упражнения жонглирования, тем лучше зрительно-моторная координация. При переноске и вращении мяча игрок должен быть проинструктирован, что сила удара нормальная в соответствии со скоростью бега. При выполнении упражнений на прием мяча внимание игрока следует обращать на траекторию, направление мяча, характер полета в пространстве (правильный, круговой полет), точность восприятия скорости мяча. Самоконтроль в точном восприятии летающего характера мяча проявляется в определении места падения мяча, точном выходе на летящий мяч и точном приземлении мяча на стопу. Зрительно-двигательная координация при подъеме мяча партнеру успешно формируется в результате выполнения упражнений на одинаковой дистанции. При этом глаз «измеряет» силу удара по мячу, чтобы пролететь расстояние, измеренное глазом. Такие упражнения не только развивают у игрока зрительно-моторную координацию, но и развивают способность визуально оценивать расстояние, постепенно развивая умение измерять расстояние.

Развитие визуализации дистанции напрямую связано с повышением навыков игроков, так как правильное и своевременное выполнение каждого приема связано со способностью точно оценить расстояние между движущимися игроками и мячом. Чтобы игрок успел вовремя схватить мяч, он должен знать направление мяча и траекторию полета, точно оценивать расстояние до мяча, до партнеров, до ворот. Визуализация расстояния необходима не только для точной оценки расстояния, на которое направлен мяч, но и для измерения силы удара по мячу с этого расстояния.

Исследования показали, что визуализация расстояния напрямую связана с тренировочной позой спортсмена. В частности, визуальная точность игроков в тренированном состоянии составляет в среднем 35-40% по сравнению с нетренированным (В.В.Медведев).

В футболе, помимо упомянутых, существуют и другие специализированные типы восприятия. К ним относятся «восприятие времени» и «восприятие пространства».

Помимо косоглазия, для игрока важно поле зрения, чтобы быстро забить гол во время игры. Восприятие пространства формируется исходя из объема пространства.

Как показали исследования, восприятие пространства расширяется в тренированном состоянии спортсмена и сужается в нетренированном состоянии.

Если восприятие пространства ограничено, то игрок не сможет воспользоваться возникающими благоприятными ситуациями для развития и завершения атаки, а принятые решения будут неадекватными (неверными) по отношению к ситуации. Это создает условия для успешного движения соперника. Причина в том, что игрок плохо видит игровую ситуацию, делает больше ошибок, потому что продолжение атаки

игнорирует большинство благоприятных условий, которые возникают для ее завершения.

Чтобы развить чувство пространства, во время тренировки и игры внимание игрока должно быть сосредоточено на восприятии как можно более широкого пространства, а затем спортсмен должен сообщить тренеру или самому себе о воспринимаемом пространстве.

При обучении игроков необходимо не только развивать двигательные мышцы, зрение, тактические чувства, но и развивать чувство равновесия. Чувство равновесия очень важно во время игры. В первую очередь они помогают сохранять равновесие при беге, разгоне, быстрых поворотах, падениях. Хорошо развитое чувство равновесия усиливает волю спортсменов, а также помогает им быстро нацеливаться в возникающих ситуациях, быстро принимать решения и, наконец, точно и своевременно выполнять технические движения с мячом во время игры.

Литература:

1. Abdullaeva Nasiba Burronovna. (2020). Integration Of Scientific And Rational And Artistic And Aesthetic Aspects In Design And Art. *International Journal of Advanced Science and Technology*, 29(8s), 1334 - 1336.
2. NafosatZikirova, Nasiba Abdullayeva, Ozoda Nishanova, Baktior Djalilov, Enajon Nishanbayeva. (2020). Issues On Using Interactive Strategies In Teaching Process. *Journal of Advanced Research in Dynamical and Control Systems*, 12 (02), 2753-2756.
3. Nafosat, Z., Nasiba, A., Ozoda, N., Baktior, D., & Enajon, N. (2019). Interactive strategies and methods of education.
4. Abdullaeva, N. B. (2015). THE ESSENCE AND CONTENT OF THE AESTHETIC COMPONENT IN DESIGN. *ISJ Theoretical & Applied Science*, 9(29), 169-171.
5. Абдуллаева, Б. (2014). Диалектическое видение эстетического компонента в дизайне. *Credo new*, (3), 14-14.
6. Абдуллаева, Н. Б. Дизайн как фактор формирования культурного пространства. *Фалсафа ва ҳуқуқ*, 2/4/2017, 70-72.

7. KAMALOVNA, N. T., KHABIBOVNA, G. M., AKHMEDOVNA, N. M., MUKHTORJANOVNA, L. N., & KIZI, Z. H. O. (2020). MECHANISMS OF IMPROVING SOCIAL PROTECTION OF WOMEN: RISK INDICATORS AND STATISTICS (IN THE CONTEXT OF GENDER-BASED VIOLENCE). *Journal of Critical Reviews*, 7(4), 38-41.
8. Nurmatova, M. A. (2014). Nekotorye osobennosti dukhovno-nravstvennogo vospitaniia studentov meditsynskikh vuzov [Some peculiarities of spiritual and moral education of medical university students]. *Molodoi uchenyi [Young scientist]*, 6, 868-870.
9. Nurmatova, M. A. (2014). Zhabborova Yu. D., Umarova N. Kh., Khudaiberdiev AK Some features of the spiritual and moral education of students of medical universities. *Young scientist*, (6), 868-870.
10. Nurmatova, M. (2009). Shaxs kamolatida axlqoiy va estetik qadriyatlar uyg'unligi. *Toshkent: "Universitet"*, 53.
11. Нурматова, М. А. (2009). Особенности дидактики Мусульманского Востока. *Вопросы гуманитарных наук*, (1), 84-86.
12. МА Ахмедова, МА Нурматова, ЮД Джабборова Забота о старшем поколении-наше достойное будущее. - Научный аспект, (1) 2016. 67-71.
13. Нурматова, М. А. (2014). Духовные и нравственные ценности во взглядах и деятельности джадидов. *Credo new*, (3), 17-17.
14. Yuldasheva, M., Nurmatova, M., & Tolipova, O. ADVANTAGES OF USING GAME TECHNOLOGIES IN EDUCATION.
15. NURMATOVA, M. The theory of the harmonization of moral and aesthetic values in the history of the development of Eastern thinking: comparative analysis. *AVICENNA*, 54.