

Підситков І.В., Явдошенко О.Л.

ОСНОВНІ МОМЕНТИ ПСИХОЛОГІЧНОЇ ПІДГОТОВКИ ГРАВЦІВ У РЕГБІ

Частіше за все, у питанні , чи добрий гравець чи дійсно видатний, тренер визначає , дивлячись на його силу волі та кмітливість. Основна мета психологічної підготовки та розвитку психологічної стійкості, направлена, на навчання гравців використовувати свої фізичні здібності у повну силу, виховання бажання перемогти та отримання задоволення від гри.

Фізична підготовка, володіння технікою, зосередження, впевненість у своїх силах, основа будь-якого успіху команди. І якщо, це згуртований колектив одностайців, така команда являється супер колективом [1].

Успіх спортивної діяльності команди у значній мірі залежить від того, як тренер побудує свої відносини зі спортсменами та командою. Не має нікого краще тренера, який випромінює доброзичливість. Кожен тренер повинен робити все, що у його змозі, показуючи гравцям і внушаючи їм доброзичливість у відносинах. Як рідкісний виключний випадок, тренер має право на критику [2].

Моменти, які доводять, що тренер налаштований доброзичливо, наступні: він добре сприймається гравцями та близький до своєї команди; є здібність впливу на команду [3]; є здібність збільшити у гравців особисту самооцінку; є вміння тримати у руках стресову ситуацію змагань (турнірів); є вміння ефективно керувати негативними емоціями [4].

Складається позитивне доброзичливе відношення з наступного: заохочуючи підбадьорювання та доброзичливі коментарі [5]; робити більш очевидними результати роботи, тренувань та всієї підготовки; заохочувати будь-які успіхи, з яких потім поступово зростає справжній триумф [6].

Висновки. Кожна команда, гравець і тренер, які досягли таких висот, неодмінно включали наступні компоненти у свої перспективні програми: бажання досягти успіху; готовність до самовідданої праці, вище середнього рівня; рішучість; установка на досягнення ясних та реальних цілей; розвиток здорових та позитивних відносин; вміння давати настанови та поради у доброзичливій, легко доступній формі, як всій команді, так і кожному гравцю окремо.

Література: 1. Хайхем Е.С., Хайхем В.Ж. Регбі на високих скоростях. – М.: Фізкультура и спорт, 1970. – с.272; 2. Пулен Р., Регбі. Игра и тренировка. - М.: Фізкультура и спорт, 1970. – с.152; 3. Холодов Ж.К., Варакин Б.А., Петренчук В.К., Основы подготовки регбистов. - М.: М.: Фізкультура и спорт, 1970. – с.189; 4. Сорокин А.А., Регбі. - М.: Фізкультура и спорт, 1968. – с.120; 5. Перевод с англ. Витошкина Н., Принципы успешной подготовки регбистов:-Rugby in Practice SARFU Publication. – Киев, 2006. - с.155; 6. Перевод с нем., Фізкультура и спорт (Малая энциклопедия). – М.,1982. – с. 130.