

Модуль 3: Идентификационные элементы FCB

Введение

Критерии, которые считаются необходимыми для подготовки игрока, связаны со стилем игры, который FCB разрабатывал на протяжении многих лет. Мы начнем углубленно изучать эту идею с целью понимания каждой переменной, которая ее образует.

В этом модуле мы изучим концепции, которые сформировали игровую модель FCB, и сумеем отметить их собственную идентичность. Это было вызвано не только его правильным применением, но и другой методикой работы, которая была разработана благодаря тому, что мы по-другому смотрели на динамику тренировок для коллективных видов спорта.

Группа 3.1 Идеи для игр

Позиционная организация игроков на игровом поле стремится к четкой цели, связанной с постоянной идеей владения мячом и необходимостью немедленного восстановления, результатом постоянного давления, в случае его потери. Эти концепции обучаются с методологическим подходом, который не только обобщается в его реализации, но и понимается как философский вопрос внутри клуба.

На тренировочных этапах понимается, что правильное использование понятий порождает паттерны понимания игры, которые связаны с идентичностью клуба.

Как уже упоминалось, элементы, определяющие FCB, связаны с его тренировочным подходом и основами его стиля игры. После установления этих целей, в той мере, в какой обучение продолжается, мы сможем сформировать стиль игры в соответствии с целями, которые преследуются клубом.

За последние несколько лет была создана уникальная идентичность, которая считается **собственным стилем FCB**. Ни одна такая цель не достигается без подхода, который осуществляется во всех аспектах подготовки каждого игрока. Вы можете видеть сходство в стилях игры резервной команды и первой команды.

Командные виды спорта (ТС) характеризуются тем, что они слишком сложны, чтобы их можно было анализировать, наблюдать и понимать с точки зрения простоты. Если есть что-то, что характеризовало футбол на протяжении всей его истории, так это тот факт, что это может быть единственный вид спорта, о котором у каждого есть свое мнение, независимо от того, являются ли они тренерами или экспертами по этому вопросу. FCB



поощряет людей думать об этом явлении с новой парадигмы, которая характеризуется включением бесконечного числа переменных, характеризующих этот вид спорта.

Область знаний, ориентированная на командные виды спорта, находится в постоянном развитии. Как уже упоминалось в первых модулях, человеческий атлет (ха) больше не воспринимается как обычная машина. Он/она конкурирует в рамках динамических взаимодействий, иногда неожиданных, частично неизвестных и всегда неповторимых, и которые не должны обучаться на основе традиционных моделей. Спортивные ситуации страдают от неопределенности, изменчивости, турбулентности, самоорганизации и чрезвычайных ситуаций. С этой точки зрения монокаузальные события не принимаются во внимание, поскольку причинность эквивалентна редукционизму.

Концепция *чрезвычайной* ситуации добавляет ценность анализу командных видов спорта, который состоит в интерпретации того, почему *много* происходит из *малого* и не может быть сведено к элементам, которые, как представляется, являются его причиной.

Вам нужны гипотезы квантовой физики, общей теории относительности, принципа неопределенности, теории динамических систем и всех теорий сложности, чтобы иметь инструменты, позволяющие всем тренерам командных видов спорта идентифицировать игровые ситуации и лучше их анализировать.

Различные теории, изучающие сложность, могут быть переинтерпретированы для разработки тренировочных подходов к командным видам спорта. Новая парадигма сложности становится частью мира командной спортивной подготовки в результате конгруэнтности между этими двумя областями. Игры проводятся в контексте, где интервенционные пространства управляются другими спортсменами, а отношения между ними изменчивы и динамичны.

"Спортсмен как диссипативная структура само структурируется в соответствии с биологическими процессами, что обеспечивает непрерывное динамическое взаимодействие между операционными формами, считающимися несовместимыми классической парадигмой обучения" (Seirul-lo, 2017).

Применение этих новых отраслей знаний в области командных видов спорта привело к оптимизации показателей деятельности человека-спортсмена, а также расширило знания о переменных, влияющих на оптимизацию показателей.



Рисунок 1: модели обучения в соответствии с различными парадигмами



Источник: Seirul-lo, 2017, p 29

Методологический подход FCB, частично основанный на том, что предлагают теории динамических систем, поддерживает его практическое применение в его изменчивости. Эта изменчивость выражает гибкость в системах, чтобы приспособиться, выбрать или изменить к новым моделям и таким образом приспособиться к изменениям.

Как тренеры адаптируются к новым подходам

Как уже упоминалось в предыдущем модуле, инструкции и *обратная* связь, которые получают спортсмены, являются частью изменений, которые начали применяться в тренировочных занятиях на основе методологического подхода. Кларамунт и Балаге (2010, 2011) утверждают, что постоянная *обратная* связь может иметь негативные

последствия как для тренированных, так и для нетренированных спортсменов. Использование параметров идеальной техники, которые, вероятно, исходят из тренировочных методик отдельных видов спорта, может мешать координационным структурам некоторых игроков. Инструкции часто используются, когда спортсмены не приспосабливаются к желаемым моделям движения. Кларамент и Балаге (2010) утверждают, что это не создает у спортсмена возможности самоорганизации, необходимой ему для собственного анализа и принятия решений.

Поскольку в каждом виде спорта существуют заранее установленные модели двигательных паттернов, на протяжении многих лет тренеры старались постепенно приближать спортсменов к этим параметрам в качестве цели тренировочного подхода. В этом случае понятие индивидуальности спортсмена утрачивается или неверно интерпретируется, в том числе, в то время как разнообразные и творческие решения отвергаются.

При создании эффективных команд вариативность индивидуальных ресурсов повышает возможность повышения эффективности. Это не так, когда команды реагируют на одни и те же идеальные паттерны. Эта изменчивость означает, что одни и те же движения никогда не происходят (ни индивидуально, ни на уровне команды). Хотя это может показаться сложным для анализа, оно порождает выживание в контекстах с изменяющимися характеристиками, типичными для коллективных видов спорта, и увеличивает возможные решения.

Ниже приведены некоторые из идентифицирующих характеристик футбольного клуба Барселона, основанные на его тренировочном подходе.

Идентифицирующие элементы FCВ

Высокое индивидуальное и коллективное техническое качество:

- Постоянный контакт с мячом со стадии инициации.
- Работа над координационными переменными (с мячом и без него).
- Работа над техническим содержанием (что?) на разных этапах учебного процесса (когда?).
- Постоянная ясность в понятиях и инструкциях (как?) для оптимизации всего технического содержания.
- Почему? Потому что исторически стиль игры FCВ ассоциируется с техническим совершенством, пластичностью и постановкой шоу.

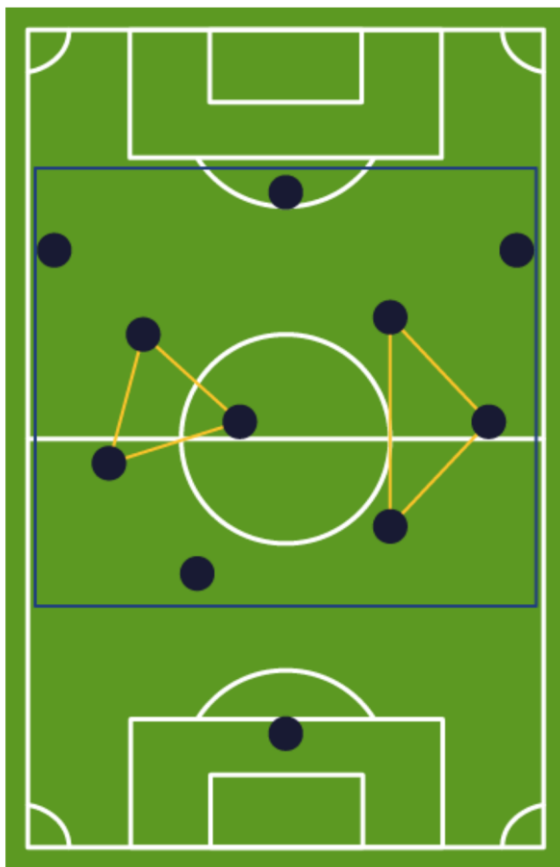
Рациональное занятие пространств на игровом поле:

- Мы говорим о **положении** игроков на разных дорожках.



- На стадии владения мячом поле всегда становится большим. С мячом всегда один шаг назад.
- During the **recovery** На стадии восстановления пространство всегда сокращается. Без мяча всегда шаг вперед.
- Постоянное формирование треугольников к:
- На этапе владения мячом: оптимизируйте систему поддержки и прогресс в игре.
- На этапе восстановления: оптимизация эффективности восстановления. Всегда поддерживайте короткие расстояния между игроками и между ними по отношению к мячу (пространства для вмешательства, взаимной помощи и сотрудничества).

Рисунок 2: позиционная организация 1



Источник: подготовлено авторами

3 Ps: стиль игры футбольного клуба Барселоны основан на трех фундаментальных концепциях.

- Позиция: положение и расположение игроков на поле

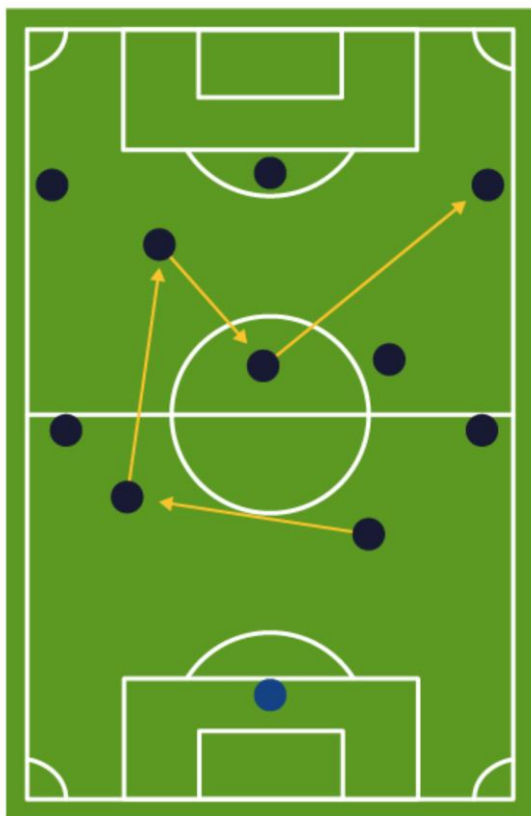
- Владение: связано с защитой мяча.
- Давление: немедленное восстановление мяча, когда он потерян.

Взаимосвязь, существующая между этими 3 понятиями, значима тем, что: the положение игроков на игровом поле позволяет оптимизировать эффективность владения и восстановления мяча. Это позволяет и создает возможность иметь мяч, чтобы наслаждаться и играть. Конечная предпосылка FCВ.

Защита мяча:

Команда, у которой есть мяч, владеет игрой.

Рисунок 3: позиционная организация 2



Источник: подготовлено авторами

Игровой стиль FCВ основан на двух предпосылках:

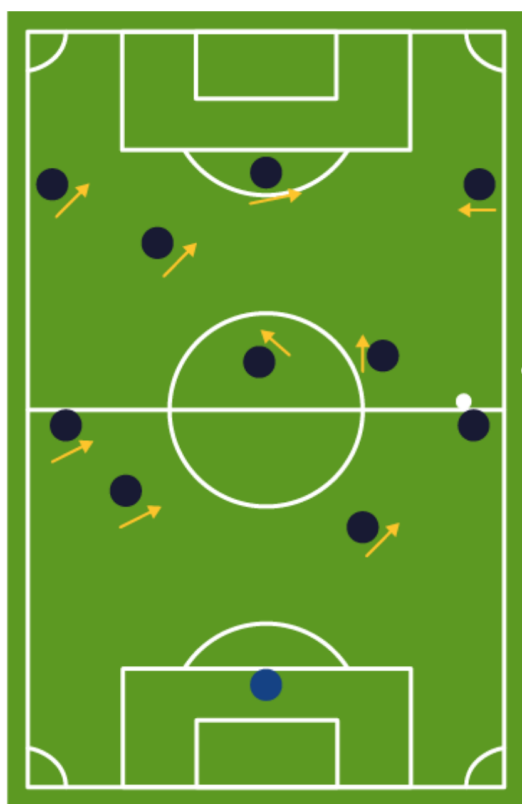
- Не потеряйте мяч.
- Не выпадайте из позиции.

К этому мы добавим чередование коротких пьес с дальними пьесами (глядя вблизи и глядя далеко).

- Большое количество коротких передач создает давление со стороны команды соперника и потери мяча.
- Большое количество длинных передач приводит к постоянной потере мяча (снижается точность).

Мобильность игроков без мяча:

Рисунок 4: позиционная организация 3, мобилизация без мяча



Источник: подготовлено авторами.

Мы говорим о траектории игроков (поддержка и открытие), чтобы:

- Создавайте, занимайте и пользуйтесь свободными пространствами.
- Помогите игроку, у которого есть мяч и прогресс в игре

Цели:

- Мяч должен быть получен в оптимальных условиях для того, чтобы играть.

- Чтобы обеспечить лучший выбор для партнера по команде, у которого есть мяч.
- Облегчите совместные действия команды на этапе владения мячом.
- Препятствуйте наступательным действиям команды противника.

Мобильность-это не то же самое, что много бегать. Важно уметь бегать , а не просто бегать ради этого. Цель состоит в том, чтобы оптимизировать движения и траектории игрока.

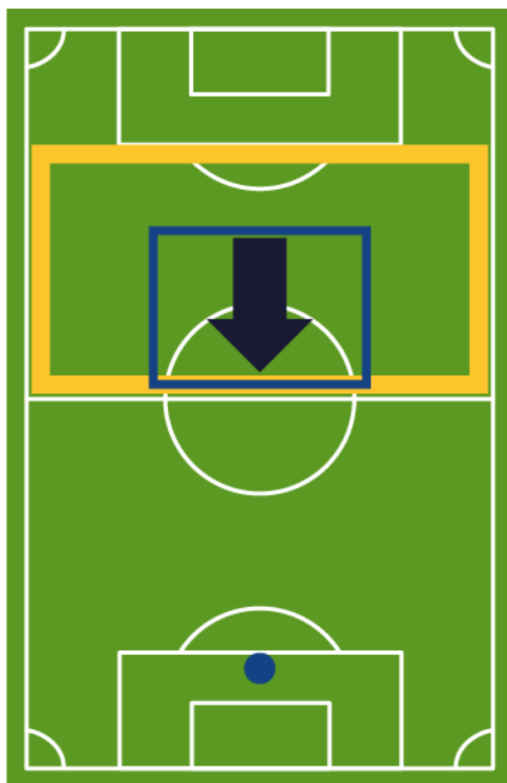
Функциональное единство всех игроков как команды в

этом смысле мы имеем в виду:

- Когда у вас есть мяч, вся команда играет и получает удовольствие.
- Когда у тебя нет мяча, вся команда бежит.

Команда должна пониматься как сумма работы между каждым из игроков. Поэтому игра понимается как непрерывный процесс, а не разделенный (сложность *континуума*).

Рисунок 5: Направленность Движения



Источник: подготовлено авторами.

Интерпретация и понимание игры обучение смотреть, воспринимать и решать (познание)

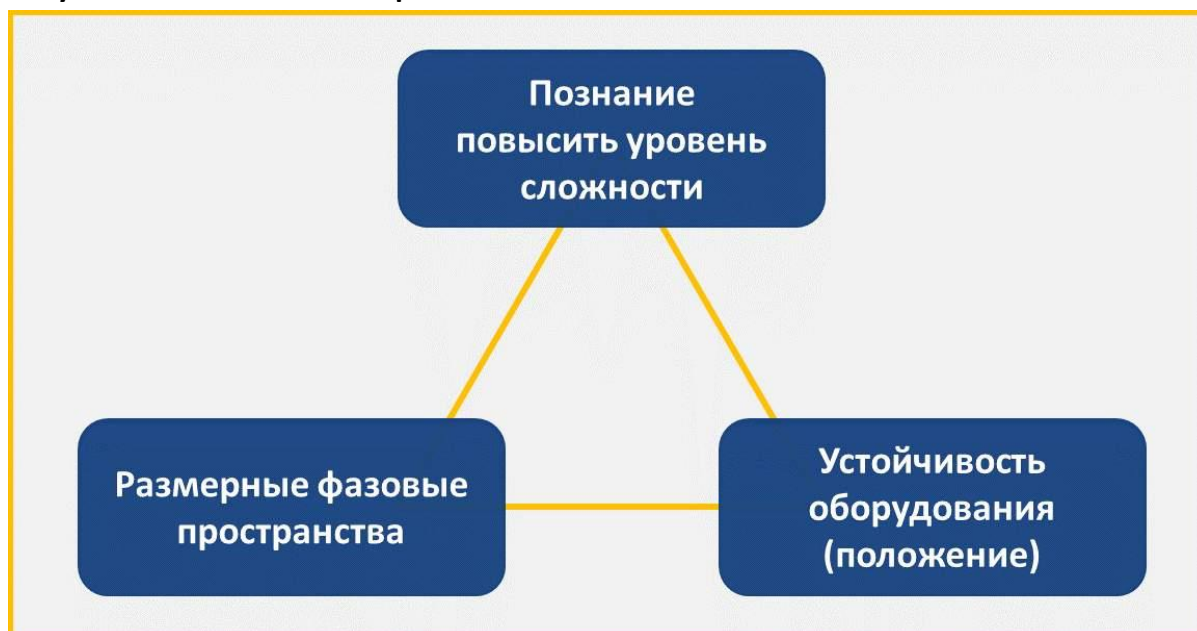
- Восприятие и управление пространствами (Е).
- Управление временем (Т) и контроль темпа игры.
- Определите и интерпретируйте игровую ситуацию (товарищи по команде, соперники, мяч и намерения).

Эффективные и действенные действия или казни

- Мониторинг и оценка действий.
- Ясность в понятиях "до", "во время" и "после".

Согласно тому, что обсуждалось до сих пор, игровой стиль FCВ основан на:

Рисунок 6: аспекты стиля игры FCВ



Источник: подготовлено авторами

Как уже упоминалось в предыдущей таблице, **познание** связано с повышением уровня сложности восприятия.

Рисунок 7: Восприятие



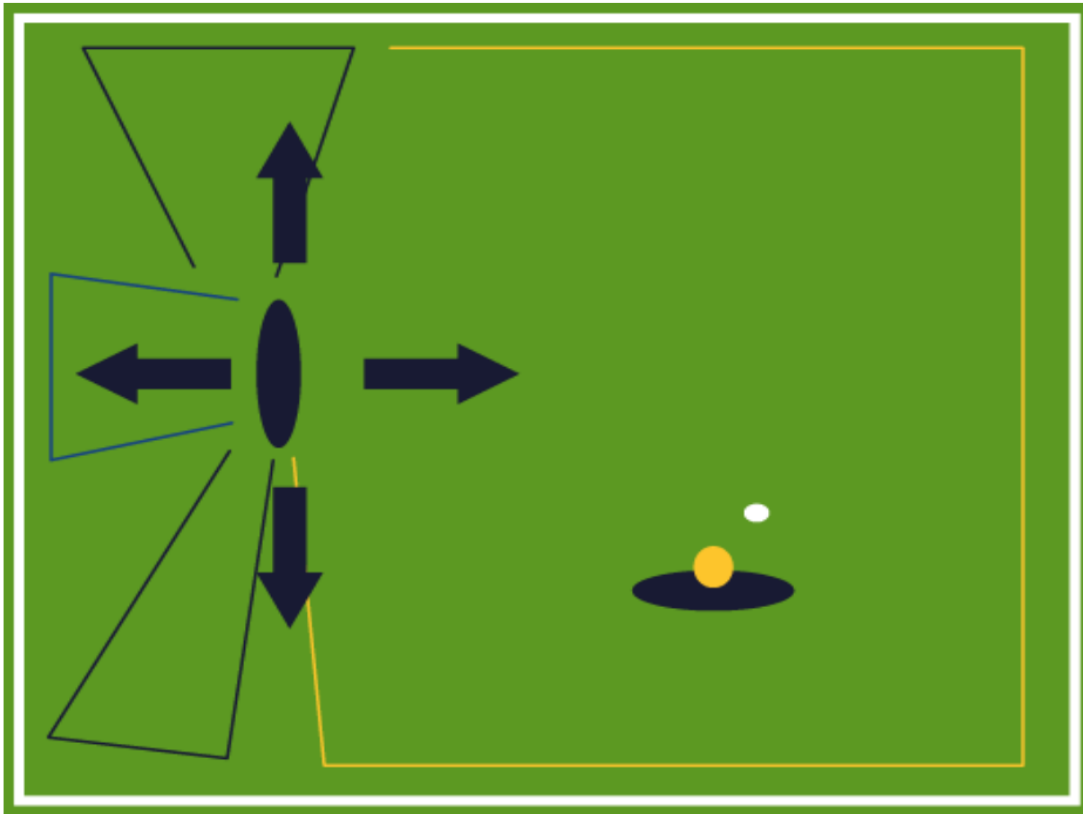
Источник: подготовлено авторами

1. Познание

Поворот головы: это позволяет игроку собирать информацию о пространствах, товарищах по команде и противниках, которые не входят в его/ее переднее поле зрения. Периферия входит в 4 измерения.

Рисунок 8: параметры восприятия





Источник: подготовлено авторами

Взгляд: профиль, ориентация тела, голова и глаза с намерением расширить поле зрения.

Воспринимайте: в этом случае должны быть обнаружены ситуации; ближние пространства (пространства взаимопомощи); дальние пространства (пространства сотрудничества).

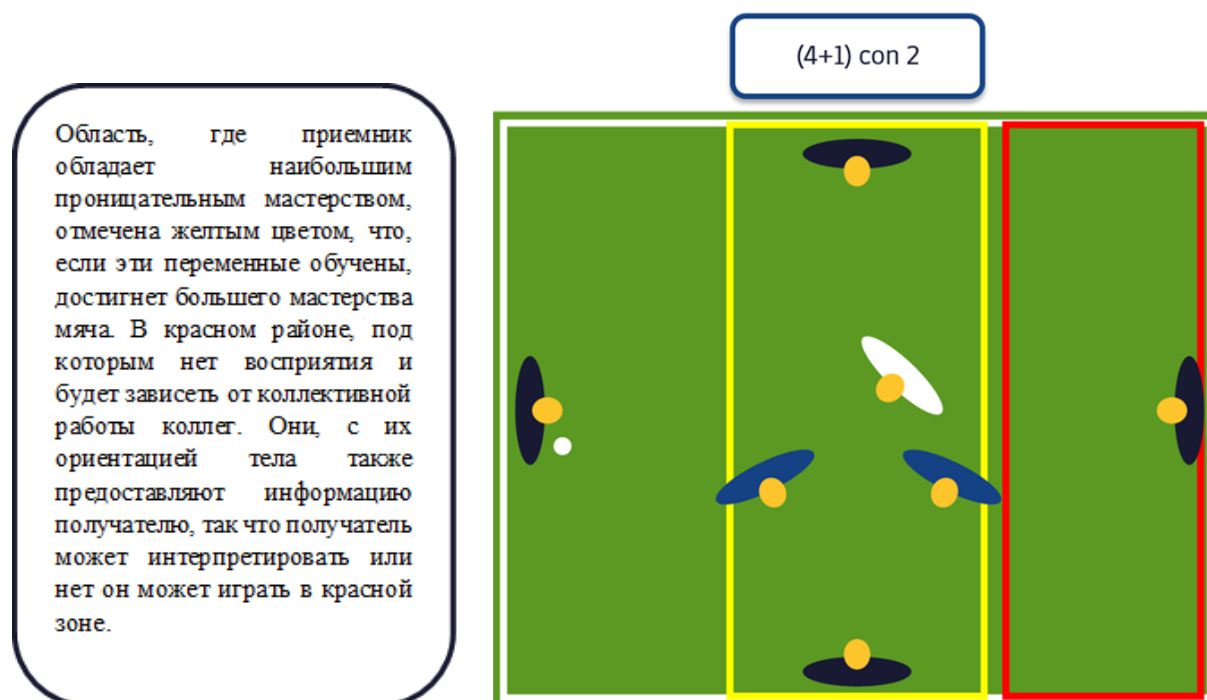
Анализ и понимание ситуаций: фиксация взгляда, периферическое зрение. Обнаружение пространств, которые открываются и закрываются. Предвидеть следующий шаг.

Решите: лучший признанный вариант для нашей команды.

Прежде чем мяч будет введен в игру, игрок, находящийся во владении, должен уже обработать всю эту информацию. Именно там *continuum* начинается континуум сложности.

Действие: после обработки соответствующей информации действие становится эффективным и действенным. Коммуникация между игроком, владеющим мячом, и принимающим его игроком оптимизируется с помощью мяча.

Рисунок 9: восприятие и распределение на поле



Источник: подготовлено авторами

Постоянная концентрация на игре

Хотя концепция владения будет обсуждаться более подробно в последующих модулях, это одна из переменных, которую FCB разработала больше всего за эти годы и продолжает изучать для последующих методологических подходов.

Во время стадии владения мячом есть три момента которые игроки должны учитывать:

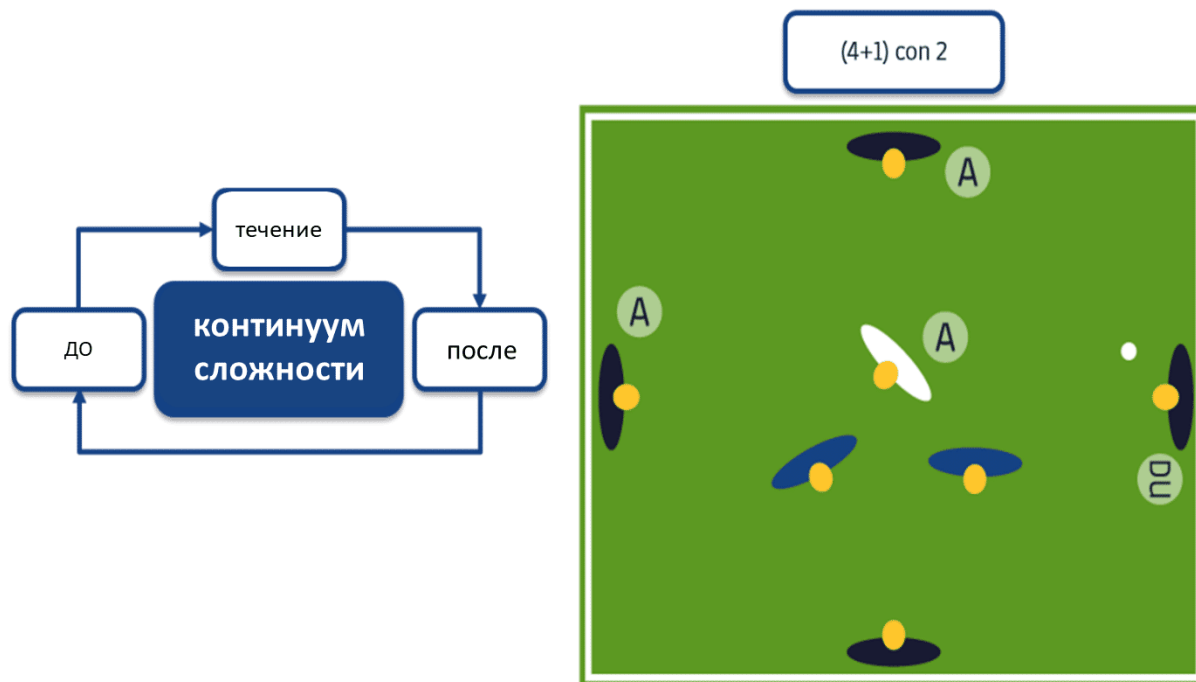
Перед владением мячом

Этапы этого процесса формируют так называемое **сложное познание** (взгляд, восприятие, анализ, предвосхищение и принятие решения о том, что делать).

Во время (момент контакта с мячом): на этом этапе выполнение должно быть эффективным и результативным. Это переход от приемника к владельцу и взаимосвязь технического действия, совершаемого игроком с мячом.

После контакта с мячом: подвижность-это переход владельца в потенциального нового получателя. Передача мяча.

Рисунок 10: распределение на игровом поле



Источник: подготовлено авторами.

2. Сольшие сценические пространства.

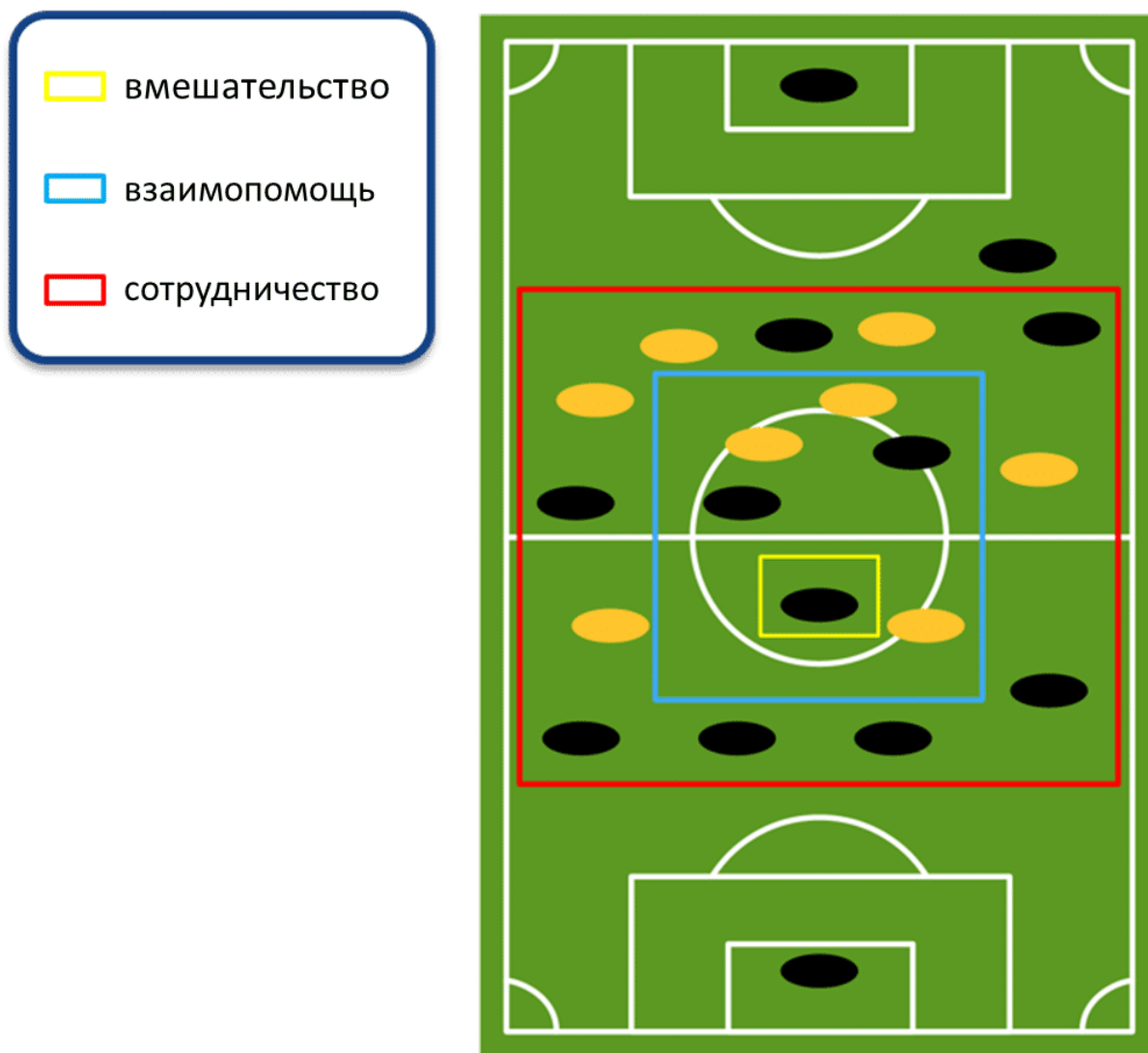
Пробелы: площадь занимаемого поля, длина и ширина

- Вмешательство.
- Взаимопомощь.
- Сотрудничество.

Стадия: владение мячом (с мячом) - восстановление (без мяча)

Размер: размеры, заданные каждому из этих пространств.

Рисунок 11: вмешательство, взаимопомощь и сотрудничество



Источник: подготовлено авторами, стабильность коллектива (ситуация)

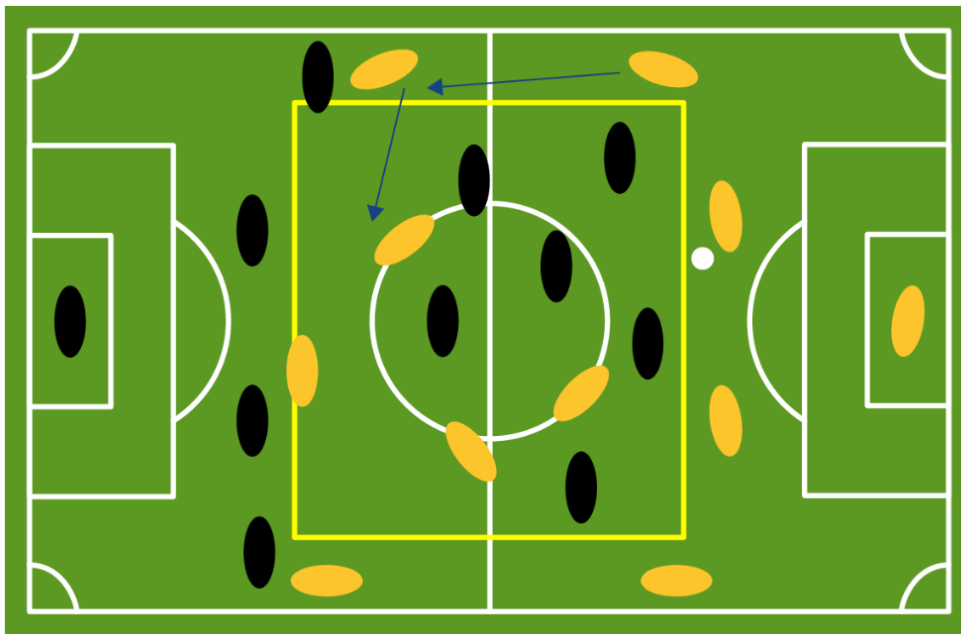
3. Стабильность:

- Расположение и положение игроков и мяча на поле.
- Расстояние между игроками и их расстояние от мяча.
- Траектории движения игроков и мяча.
- Ориентация игроков и сама игра.
- Организация всех частей команды для достижения превосходства в каждый момент игры по отношению к команде противника.

Реорганизация команды

- Организация команды должна быть построена с учетом информации тренера и конкретных критериев, определяемых некоторыми игроками, когда возникает определенное неудобство, с тем чтобы вернуться к требуемой организации.

Рисунок 12: позиционная реорганизация



Источник: подготовлено авторами

Индивидуальное и коллективное участие:

Мяч всегда движется быстрее чем упомянутый нами игрок:

- Траектории движения и циркуляции мяча: по воздуху или по земле. Пас, контроль, бег, *дриблинг*, удары ногами. все инструкции считаются важными.
- Общение между товарищами по команде: когда? Но как? - Куда же? В какую сторону? Почему и для чего? С каким намерением? Товарищи по команде должны определить эти намерения, основываясь на организациях, созданных тренером и самой командой.

Цель: доминировать в игре, осуществляя превосходящие действия по отношению к команде противника.

Индивидуальные качества всегда на службе команды:

- В команде не должно быть эгоизма.
- Чувство команды и коллективности должно быть первостепенным.
- Личный вклад - это вклад в команду.
- Талант каждого игрока интегрирован в коллектив



Источники

Кларамунт, К. и Балаге, Н. (2010). Influencia de las instrucciones técnicas en la efectividad del tiro en baloncesto. *Apunts d 'Educacio Fisca*, 99, 65-71.

Сейрул-Ло, Ф. (2017). El Entrenamiento en los deportes de equipo Barcelona: Mastercede.

