

# Модуль 2. Элементы, формирующие личность спортсмена

## 2.1 Элементы, составляющие игру

### Игрок в команде

«Когда вы приедете в Барсу, первое, чему вас научат, - это думать. Думать, думать, думать» (Хави Эрнандез эн Барперо, 2011, <http://www.rtve.es/deportes/20110211/xavi-hernandez/404399.shtml>)

С учетом вклада науки о сложности, по мнению Футбольного клуба «Барселона», игрок рассматривается с многомерной точки зрения (Сейрулло, 2016), эмоциональные потребности спортсмена оцениваются в постоянном контакте с образом игры, мышления, чувств, наслаждения, который в этом спортивном учреждении называется «наша идентичность», «наша ДНК».

Таким образом, в процессе тренировки/настройки, через который игрок проходит во время его/ее опыта спортивных приемов, ему/ей удастся адаптироваться через практическую вариативность - нелинейную - к потребностям различных и неопределенных сценариев, предлагаемых и предоставляемых игрой.

«Когда идеи сосредоточены на игре, такой как футбол, наука изначально не появляется; появляются альтернативы игре, альтернативные знания, элементы, которые можно интерпретировать по-разному» (Сейрулло, 2016).

С этой точки зрения считается необходимым помогать игроку в соответствии с его/ее талантом и требованиями, которые возникают в игре. Если рассматривать талант с системной точки зрения, имеется в виду то, что Сейрулло (2005) называет мгновенным проявлением «следа доступа», подразумевающего перемены в его/ее структурах. Таким образом, на разных этапах тренировочного процесса спортсмена должна быть предложена соответствующая подготовка с постоянным последующим наблюдением, позволяющим получить больше информации о его/ее эволюции в различных аспектах игры, подчеркнутых в идее «нашей игры».

Во взаимодействии между игроком и командой цель состоит в том, чтобы интегрировать игрока в команду, не принижая от его/ее таланта. По этой причине необходимо наблюдать и контролировать собственную модель и игроков, чтобы применять ее на этапах обучения.



Согласно данному предложению, игроку не требуется преждевременно специализироваться на конкретной позиции. Таким образом, чтобы понять игру, он/она должен занять и исследовать все зоны как средство для оптимизации эмпатии.

Одна из основных целей при сотрудничестве с игроком и его/ее различными структурами состоит в том, чтобы все команды, входящие в состав организации, имели одинаковое понимание и философию игры.

Следовательно, различные события, пережитые игроком в его/ее опыте, будут решающими и уникальными для конфигурации каждого игрока и его/ее конкретных возможностей по созданию связей в сложных средах интерактивных видов спорта в общем пространстве (DIEC, на испанском), например футбола (Сейрулло, 2017).

Важно рассматривать спортсмена как результат сложной структуры, состоящей из взаимодействий и обратной связи, которые проявляются через процессы различных систем и подсистем, составляющих его.

Межсистемные процессы, через которые проходит спортсмен, через постоянные и неисчерпаемые взаимодействия и обратную связь, порождаются различными пересечениями, которые возникают из опыта и, таким образом, позволяют формировать игрока как личность (Сейрулло, 2005).

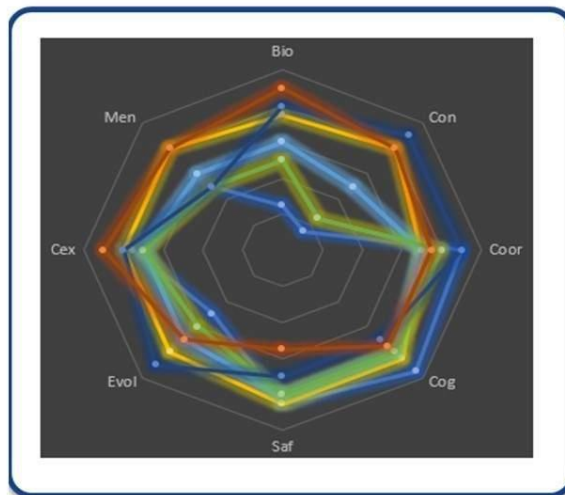
Перед лицом этого энергия рассеивается через основные процессы, которые проявляются через эти различные структуры:

- Биоэнергетическая структура.
- Условная структура.
- Координационная структура.
- Познавательная структура.
- Социально-аффективная структура.
- Эмоционально-волевая структура.
- Выразительно-творческая структура.
- Психическая структура.



Рисунок 1: Поток структур

### Взаимодействие структур людей - спортсменов



Источник: Подготовлено авторами.

На рис. 1 представлены различные структуры, являющиеся компонентами игрока; они не выражены в терминах статистических данных, поэтому их следует принимать во внимание через призму динамических систем, зависящих от потока взаимодействий (и обратной связи), через которые спортсмен проходит в заданном контексте, будь то тренировочное упражнение или соревнование.

В данном смысле неделимые отношения между игроком, командой и игрой позволяют конфигурировать тренировочные ситуации для командных видов спорта, адаптированные к функциональной реальности спортсмена, тем самым позволяя согласовать теорию систем с тренировочной практикой в интерактивном режиме, спорт в общем пространстве (Сейрулло, 2017).

По этой причине очень важно постоянно оценивать и интерпретировать каждую из упомянутых выше структур, поскольку они являются компонентами игрока на протяжении всей его/ее спортивной жизни.

Основные моменты каждой структуры упомянуты ниже. Учитываются окружающая среда, взаимодействия, формирующие последовательности и коллективная игровая культура.

Начинается подобное описание со ссылки как на спорт в целом, так и на футбол в частности, рассматривая его как образовательный инструмент, поскольку он является



местом, где спортсмены выражают свои знания, потребности и обязанности. Другими словами, это поле выражения, в котором их структуры постоянно взаимодействуют:

Футбол - это ИГРА игр благодаря его внутренней структуре, из-за отношений, которые она обеспечивает между игроками (товарищами по команде и противниками), потому что он проходит на большом поле, пространство является общим, в футбол играют ногами, в нем очень простые правила и т. д. Он представляет собой альтернативу взаимоотношений между людьми, которая очень похожа на реальную и повседневную жизнь людей (Сейрулло, 2016).

### Биоэнергетическая структура

Одна из характеристик, окружающих эту структуру, связана с подачей энергии, основанной на усилиях, которым спортсмен подвергается в определенной ситуации. Другими словами, игроку нужна энергия, чтобы принимать решения и выполнять их. Это позволит ему/ей оставаться сконцентрированным и оптимальным образом использовать различные рецепторы. В то же время когнитивные процессы по отношению к системам координации (различные двигательные действия в различных контекстах и постоянная самоорганизация) влекут за собой энергетические затраты, которые, в соответствии с конкретной практикой, отдыхом и диетой позволяют оптимизировать результативность игрока.

### Условная структура:

Еще одна из структур, формирующих игрока и его талант, - это так называемая условная. Она известна своей физической ценностью, поскольку касается взаимодействия между системами, которые составляют физические возможности, такие как: сила, скорость, выносливость (базовая), а также гибкость (фасилитаторы).

Исходя из классической парадигмы, условная структура (физические возможности) очень важна в процессах анализа и количественной оценки игрока, связывая, например, результаты различных тестов с возможностью быть или не быть частью команды. Эта условная аналитическая тенденция анализирует результативность спортсмена во фрагментированных обстоятельствах в ситуациях, которые изолированы от среды, в которой спортсмен сформировался, и устраняет любую возможность самоорганизации на основе его/ее опыта из ситуаций изменчивости при ограничении конкретных условий репрезентативных упражнений.



В рамках этой структуры необходимо выделить важность, способствуя постуральному равновесию спортсмена за счет наращивания мышечной массы при упражнениях в каждом конкретном случае, в каждой ситуации, разрабатывая междисциплинарную тренировку с медицинской командой клуба.

Другими словами, исходя из общего видения, выраженного в нелинейных отношениях, в открытых и динамических контекстах, возникающих в результате различных действий, следует рассмотреть общие аспекты оптимизации указанной структуры, не забывая при этом об акценте на качестве .



Таблица 1: Элементы, которые следует учитывать при создании условной структуры

<p><b>Ресурсы окружающей среды</b></p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Натуральные</li> <li>• Инструментальные</li> <li>• Само тело</li> <li>• Место</li> </ul>	
<p><b>Характеристики мышечных действий</b></p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Вид сокращения</li> <li>• Номер групп мышц</li> <li>• Угол и локализация</li> <li>• Скорость сокращения</li> </ul>	
<p><b>Аспекты перегрузки</b></p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Номер перемещённых килограммов</li> <li>• Ситуация относительно CG</li> <li>• Вид контакта</li> </ul>	
<p><b>Количественные условия времени тренировки</b></p>	<p><b>Количество попыток</b></p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Серии</li> <li>• Повторения</li> </ul>
	<p><b>Пауза</b></p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Микро-пауза (-2')</li> <li>• Макро-пауза (+2')</li> <li>• Не пауза</li> </ul>

Источник: Сейрулло, 2001, стр.10,

В этом новом подходе тренировка и взаимодействие структур составляют уникальный процесс оптимизации спортсмена (Сейрулло, 2002).

Структура координации:

В стремлении оптимизировать результаты спортсменов структура координации в командных видах спорта основана на создании экологичных и гибких упражнений, в



которых прогресс игроков колеблется в соответствии с различными ритмами и требованиями, возникающими в самой игре. Предполагается, что у каждого спортсмена разные характеристики (Массафрет и Маримон М. 2017). В связи с этим структура координации учитывает, среди прочего, отношения (прямые или косвенные) игрока с мячом, игру, опоры, движения, изменения направления и повороты.

Другими словами, они позволяют максимально совместить реальную и номинальную величину моторного действия, укрепить точность и стабильность движения модели организма (Массафрет, Серрес, 2005).

Сейрулло и Массафрет (2001) разрабатывают предложение о возможностях координации в трех основных областях, представляющих выражение движения:

**Таблица 2: Элементы координационной способности**

<b>Область моторных характеристик</b>	<b>Область временных характеристик</b>	<b>Восприятие временного фактора реакции</b>
<b>Возможность управления движением</b>	<b>Возможности реализации в пространстве</b>	<b>Емкость времени реакции</b>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Кинестетическая дифференциация</li> <li>• Сегментная дифференциация</li> <li>• Вариативность движения</li> <li>• Комбинация движений</li> <li>• Управляемый движением контроль</li> <li>• Текучесть и расслабление</li> <li>• Диапазон движения</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Ориентация движения</li> <li>• Направленность движения</li> <li>• Топографическое расположение движения</li> <li>• Расположение движения в пространстве</li> <li>• Динамический статический баланс</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Ожидание _ Двигательная реакция</li> <li>• Ритмическая дифференциация</li> <li>• Ритмическая вариативность</li> <li>• Время отклика</li> <li>• Ритмическое восприятие</li> </ul>

Источник: Массафрет и Сейрулло, 2001, стр. 62,

Важно отметить, что в рамках данной структуры координационные способности (с системной точки зрения, связанной с потребностями игрока и игры) не развиваются изолированно друг от друга; однако некоторые элементы, возникающие в результате конкретного технического действия, будут иметь приоритет над другими.



Наличие системной организации, сопровождающей тренировочный процесс, позволит выделить роль координационной структуры, рассматривая ее как один из элементов настройки, на которых должна основываться практика командных видов спорта, и выразить вид спорта с точки зрения индивидуальной техники и со стороны спортсмена в конкретном движении (Массафрет и Маримон, 2017).

В командных видах спорта, таких как футбол, возникают постоянные нарушения, которые выражаются в целостных сценариях в условиях неопределенности. Это средство для улучшения способности игрока двигаться в его/ее общей конфигурации.

**Таблица 3: Элементы, которые следует учитывать при формировании координационной структуры**

<b>Варианты исполнения движений</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>. Нюансы (сильнее, слабее, быстрее, медленнее, ...).</li> <li>. Амплитуда (включено, не включено, ...).</li> <li>. Симметризация (расположение по оси тела).</li> </ul>
<b>Комбинация движений</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Последовательная.</li> <li>• Альтернативная.</li> <li>• Симметричная.</li> </ul>
<b>Пространственные вариации исполнения</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>. Ориентация.</li> <li>. Направленность.</li> <li>. Мобильность.</li> </ul>
<b>Временные вариации в исполнении</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>. Ожидание.</li> <li>. Приспособление.</li> <li>. Вариации темпа.</li> </ul>
<b>Упражнения при утомлении</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>. Из-за слишком большого количества информации.</li> <li>. Физиологическое истощение.</li> <li>. Накопление упражнений.</li> </ul>

Источник: Сейрулло, 2001, стр. 11.

### Когнитивная структура

Относится к интерпретации и пониманию игры в целом и «нашей игры» в частности.

С точки зрения тренировок командных видов спорта, понимается как структура, состоящая из всех внутрисистемных и межсистемных процессов, которые происходят с игроком и позволяют ему/ее к оптимизации его/ее функциональности в целях:

- Перехват мяча.



- Обработка мяча.
- Преобразование техники.

Рисунок 2: Внутрисистемные и межсистемные процессы



Источник: Подготовлено авторами на основе материалов Сейрулло, 2013, стр. 1.

Другими словами, эта структура содержит всю информацию, полученную из любого из указанных процессов, добавленную к различным элементам, возникающим в множественных средах вместе с ситуациями, которые пережил игрок во время его/ее взаимодействий как на соревнованиях, так и на тренировках (Сейрулло, 2013).

По словам Хеско Эспара (2017), когнитивные способности дают возможность знать, распознавать и запоминать информационные элементы, облегчающие действия, выполняемые игроками на поле. Эти действия выполняются в оптимальное время и в оптимальном месте в соответствии с намерениями и желаниями, исходящими от игрока.

Возвращаясь к идее когнитивной функциональности: она вносит вклад в игрока с точки зрения сложности окружающей среды с намерением переосмыслить чувствительность, через которую он/она проходит. Эту структуру поддерживают 3 различных элемента:

1) Извлечение (когнитивная функциональность I):

Основная цель выражена созвучно проявлению игрока во время игры. Этот функционал оптимизирован во время тренировки и через игру.

До, во время и после участия игрок должен извлечь всю циркулирующую информацию внутри себя, из конкретных тренировок и игры через различные «системы», которые позволяют ему/ей регистрировать состояния и изменения окружающей среды вокруг него/нее, присутствующие в каждый момент его/ее активного или пассивного вмешательства в события.

Рисунок 3: Системы, участвующие в когнитивных функциях II



Источник: Подготовлено авторами на основе Сейрулло (2013).

2) Процесс (когнитивная функциональность II)

Системы и подсистемы когнитивной структуры будут обрабатывать всю включенную информацию, которая поступает из:



- Участие.
- Социализация.
- Вербализация.
- Концептуализация.

Рисунок 4: Системы и подсистемы когнитивной функциональности III

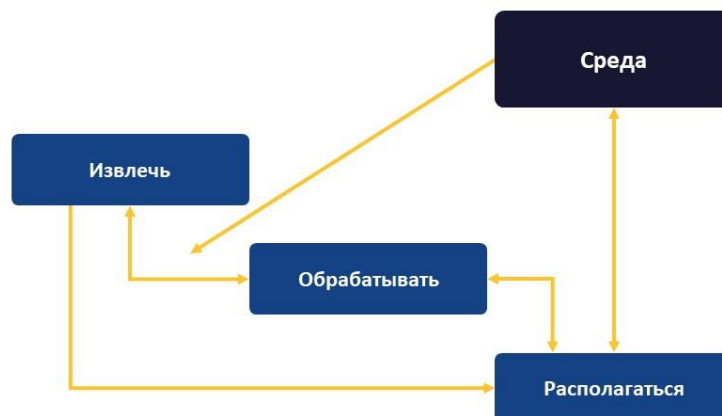


Source: Подготовлено авторами на основе Seirul-lo (2013)

### 3) Преобразование (когнитивная функциональность III)

После обработки информации ее можно преобразовать в действия, происходящие в игровой среде, и в соответствии с желаниями и ожиданиями.

Рисунок 5: Интерактивная функциональность



Источник: Подготовлено авторами на основе Сейрулло (2013).

Процесс принятия решений в спорте с совместным взаимодействием очень сложен из-за бесчисленных элементов, которые нужно учитывать при принятии решений. Однако конкретное обучение приближает жизненный опыт и ускоряет повышение эффективности игры (Эспар, 2017). По этой причине взаимодействие и чувствительность как инструменты, способствующие процессу формирования спортсмена, будут стимулировать системы, поддерживающие структуру.

Наконец, когнитивные элементы, возникающие в игре, предоставляют всю информацию, которая должна быть обработана игроком. Таким образом, если тренер знает различные задействованные элементы, он/она сможет разработать тренировочные ситуации и упражнения, направленные на оптимизацию результатов игрока. Согласно Сейрулло (2012), каждый из данных элементов несет важную информацию.

#### Социально-эффективная структура:

«Самоуправление группы - единственная лодка, способная идти желаемым курсом в море сложности игры» (Сейрулло, 2016).

В бесчисленных случаях звучат выражения в рамках различных анализов: «эта команда играет наизусть» или «эти двое (игроки) играют наизусть». С точки зрения структурированной тренировки, связанной с постоянным взаимодействием между



игроками в открытом, динамичном и целостном виде спорта, таком, как футбол, использование термина «устойчивый резонанс» считается актуальным и уместным. Эта концепция относится к устойчивым моторным коммуникациям, основанным на эффективном межличностном эмпатическом понимании, которое позволяет предсказать не только двигательные навыки, формирующиеся у нашего товарища по команде, но также и то, что он/она почувствует сразу после этого (Сейрулло, 2004).

С другой стороны, если анализировать спорт с традиционной точки зрения, суть игры прямо и линейно связана с результатом (победой). Это узкая и чисто аналитическая точка зрения, заключенная в ловушку количественного акцента и, таким образом, исключающая возможность исследования «как» или «почему», хотя это очень важные аспекты при размышлении о командных видах спорта. По словам Сейрулло, чтобы побеждать в этих видах спорта, необходимо «рассчитывать на других» (2016). Необходимо построить стабильные и приносящие удовлетворение (межличностные и межгрупповые) связи, которые возникают и воспроизводятся во время игры. Эти связи - истинный успех команды (Сейрулло, 2017).

Практика интерактивных видов спорта в общем пространстве дает игроку возможность адаптироваться к меняющейся среде, в которой он/она должны действовать в сотрудничестве с остальными товарищами по команде. Она указывает на то, что сотрудничество способствует взаимопониманию между людьми (игроками) и, если оно не оптимально, нежелательно повлияет на развитие и результативность спортсмена.

Существующие диалектические отношения между индивидуумом и группой показывают, что такая игра, как футбол, возможна только в том случае, если можно рассчитывать на товарищей по команде. Благодаря взаимодействию между игроками можно нацелить и трансформировать индивидуальное значение выигрыша как основного элемент (который классически был очень актуален). Рождается так называемая коллективная культура игры, в которой строятся межличностные отношения и могут быть идентифицированы различные признаки общения. Другими словами, создается коллективная связь с различными элементами команды на основе событий, возникающих в игре (Сейрулло, 2004).

Когда акцент делается на игроке и его/ее взаимодействии с другими и его/ее процессе самоорганизации, возникает роль «партнера» в этой структуре, которая определяется на основе знания игры с социально-эмоциональной точки зрения. (Сейрулло, 2017).

Факторы, возникающие из взаимоотношений между игроками, раскрывают сыгранные матчи и пропущенные встречи в их календаре. Таким образом подчеркивается важность поиска и получения ожиданий и идентификаций, которые усиливают чувства от



общения, гомогенизируют различные смыслы в группе (они возникают во время столкновений и соревнований) и переопределяют окружающие взаимодействия.

Различные ожидания, с которыми сталкивается игрок:

- Чувство заботы и уважения в группе.
- Взаимовыручка между членами группы.
- Удовольствие от общения с группой на поле и за его пределами.
- Когда есть высокий уровень личного благополучия.

Вследствие этих многочисленных ситуаций, в которые каждый игрок вносит свой вклад и разделяет их с товарищами, невозможно добиться процветания индивидуально, при этом достигая оптимальной результативности. Развитие межличностных связей позволяет игрокам научиться принимать правильные решения в игровой ситуации. Например, на тренировке конструктивные упражнения для развития указанной структуры выполняются путем разработки, настройки элементов, которые, в зависимости от применяемой игровой модели, будут определять игровые упражнения в близлежащих зонах (крайний полузащитник с центральным нападающим или центральный полузащитник и крайний форвард). Другими словами, будут созданы упражнения, обеспечивающие эту динамическую интерактивность и, в свою очередь, согласованные и соответствующие игрокам действия нужны для оптимизации социально-аффективной структуры. В цели тренеров входит создание ситуаций, имитирующих реальные условия соревнования. В матче игроки разделяют пространство взаимопомощи, и пространство-время для принятия решений мгновенно. Тренировочные занятия должны предлагать упражнения, постоянно воспроизводящие ситуации, с которыми они могут столкнуться в играх, для достижения этого чуткого резонанса между игроками, что приведет к высокому уровню понимания.

Действия игрока во время развития игры включают факторы взаимодействия, которые он/она разделяет с группой на протяжении всей его/ее спортивной жизни в определенном контексте.

Используя термин «конкретный контекст», подчеркиваются не только рамки соревнований или тренировок, но и чувства, которые игрок вызывает в результате сосуществования и поддержания подвижных настойчивых отношений с тренерами, директорами, товарищами по команде и болельщиками.

Оптимизация социально-аффективной структуры является результатом различных процессов, которые игрок проходит до, во время и после переживания ситуаций



межличностных отношений, которые развиваются в определенных контекстах, например, в тренировочной или соревновательной среде. Согласно Сейрулло (2017), эти сценарии являются источником, который направляет социализацию и эмоциональные открытия каждого игрока.

Во время игры каждый игрок интерпретирует и расшифровывает определенный уровень информации, чтобы сделать свои суждения, которые можно исследовать через разные призмы:

- Знание игровых событий, выявленное в результате предыдущих соревнований и тренировок.
- Уровень ожиданий группы об этом событии.
- Обязательство игрока о вмешательстве в ситуацию.
- Состояние доверия между игроком и его/ее товарищами по команде.
- Другое.

Каждое из этих измерений, наряду с другими, которые возникают более конкретно, будет способствовать настройке и оптимизации игрока и позволит ему/ей обрести необходимую уверенность во время следующих игр (Сейрулло, 2004).

#### Эмоционально-волевая структура:

«Без **ЭМОЦИЯ** здесь нет **ПОСВЯЩЕНИЕ** и поэтому ни необходимых усилий, ни **ОПТИМИЗАЦИЯ**» 11 (Сейрулло, 2016)

Следующая структура анализируется на основе различных элементов, с которыми сталкивается игрок и которые являются его/ее частью. Можно идентифицировать элементы, которые принадлежат спортсмену и которые необходимо учитывать при разработке тренировочных упражнений, моделирующих соревновательную реальность.

Намерение состоит в том, чтобы переосмыслить текущее общее понимание, тем самым приблизившись к оптимизации результативности. В этой структуре намерение играет главную роль и считается обязательным условием «всего».

#### Возможные варианты:

- Умысел.
- Желание.
- Предрасположенность.
- Обязательство.
- Эмоции.



Оптимизм.

Мотивация.

Согласно Дамунту и Летосе (2015), то, что мобилизует спортсмена для выполнения упражнения, можно разделить на две потребности: во-первых, то, что исходит изнутри или внутреннее; и, во-вторых, то, что приходит извне.

Указанное верно в отношении мотивации (внутренней и внешней), анализируемой на основе подхода, основанного на потребностях, с акцентом на степень, в которой люди выбирают свое поведение (Дамунт и Летоса, 2015, ссылка: Гиснов, 2015).

Согласно данной концепции, целью внутренне мотивированного поведения является само удовольствие или личный интерес. Другими словами, оно базируется на определенных психологических потребностях, которые включают: личную причинность, эффективность и любопытство (Монрой А. и Саез Г., 2011).

С другой стороны, внешняя мотивация получается извне, например, влияние, которое другие люди оказывают на спортсмена, прямо или косвенно, через признание сверстников или общества. Дамунт и Летоса (2015) указывают, что в подобных типах сценариев чаще всего (не самые лучшие) преобладают тренеры, поскольку в качестве внешнего человека их нетрудно взять на себя, и они могут иметь влияние.

Мы знаем, что внешняя мотивация широко изучалась и применялась на практике разными субъектами в жизни спортсмена, будь то тренеры, семья и пресса, среди прочих. Важно более пристально взглянуть на внутренний аспект мотивации и приблизить широко изученную часть (внешнюю мотивацию) к неизученной части (внутренняя мотивация). Таким образом, происходит движение к балансу возможностей влияния с учетом существующих нелинейных отношений и качественного эффекта, который изменяет и модифицирует конфигурацию игрока в постоянном поиске его/ее автономии, отношений и конкуренции.

Для оптимизации эмоционально-волевой структуры внутренней мотивации спортсмена следует учитывать следующие цели:

- Поиск компетентности в выполняемом упражнении. Спортсмены мотивированы чувствовать, что они улучшают то, что они делают.
- Автономность в принятии решений. Спортсмены находят ее, мотивируя себя ответами на вопросы, что они могут решать, как и когда делать то, что они делают.
- Развитие личных отношений. Спортсменов



мотивирует чувство улучшения их отношений с товарищами по команде в выполняемых ими упражнениях. (Дамунт и Летоса, 2015).

Ссылка: <https://www.martiperarnau.com/optimizacion-de-forma-preferente-de-la-estructura-emotivo-volitiva-la-motivacion-intrinseca/>)

С этой точки зрения, хорошим началом для включения данных концепций в учебную сессию было бы представление лишь некоторых из целей, как предпочтительных (Дамунт и Летоса, 2015). А именно, на тренировке должны быть другие цели, помимо той, которая связана с эмоционально-волевой структурой, чтобы они были достаточно конкретными и моделировали реальность игры и, следовательно, служили эмоционально-волевой цели. Понятно, что если упражнение похоже на игру, это заставит игроков пожелать участвовать в ней, чтобы развить свою компетентность.

### Креативно-выразительная структура

Прежде всего, креативно-выразительная структура предлагает нам задуматься о существующих отношениях между игроком, пространством, временем (как теоретическим понятием, в действительности отсутствующим) и элементом (мячом); элементы, которым подвергается команда в различных (изменяющихся) сценариях, являющихся частью интерактивных видов спорта в общем пространстве. Другими словами, что нужно делать во временной последовательности до, во время и после того, как команда будет владеть мячом?

В декларативном когнитивном контексте данная структура связана со способностью распознавать скрытые закономерности и, таким образом, устанавливать новые связи между несвязанными ситуациями и действиями. Таким образом, игрок должен открыть свой разум новым возможностям и, следовательно, новым решениям. Новые знания, приобретаемые игроком, позволят ему/ей самоорганизоваться в свете новых ситуаций неопределенности и изменчивости, которым он/она подвергается, и генерировать новые способы решения новых ситуаций.

Каждый игрок должен проявлять неожиданное действие над соперником в каждом соревновании. Подобный факт указывает на необходимость развития и расширения возможностей интеллектуально творческих спортсменов, способных временами создавать сбои и неожиданности, а иногда и понимать сюрпризы своих товарищей по команде (социальная эмоциональность) (Кастанос, 2017).

Однако в координационном и когнитивном процедурном поле (необходимое для возникновения моторного действия) творчество приобретает большее



распространение и дает игроку возможность исследовать различные ситуации/действия, которые до этого были невозможны. В то же время увеличивается гибкость координации, так что появляются движения, адаптированные к конкретной ситуации, что позволяет игроку исследовать новые движения или адаптировать знакомое действие путем вариаций ритма или последовательности его исполнения. Творчество требует включения множества тренировочных упражнений, чтобы такой новый привлекательный элемент также был эффективным. Это следует понимать с точки зрения процесса настройки каждого спортсмена.

Креативного игрока следует наделить полномочиями тренера. Игроки должны чувствовать, что тренер полагается на их творческие способности в решении проблемы (творческие и выразительные) в ситуациях, когда «стратегия разведки» не может контролировать непредсказуемость игры и предложения оппонента (Кастанос, 2017).

Креативность, понимаемая как двигательное действие, возникающее в результате взаимодействия между различными частями системы принятия решений, направлена на то, чтобы уловить движение как выражение намерения игрока коммуницировать. Игрок становится менее предсказуемым и усваивает с помощью различных упражнений большее количество ресурсов перед лицом изменяющейся среды, в которой он/она действует (конкуренция). Следовательно, тренер, который не заботится о потребностях данной структуры и не может ее оптимизировать, воспитывает игрока с меньшими ресурсами для решения задач в открытой, динамичной и разнообразной системе, такой как футбол. С другой стороны,

Разнообразие тренировочных упражнений, выражающееся в изменении правил, пространства или изменении позиций игроков, среди прочего, увеличивает ресурсы, где способность к общению между владельцем и возможными получателями мяча подчеркивается через упражнения путем постоянной разведки. Важно подчеркнуть, что для оптимизации показателей спортсмена в его/ее коллективном развитии игроку необходимо исследовать, изучать, взаимодействовать со своими товарищами по команде, принимать новые решения в ситуациях, ранее выбранных командой, тренировать и изменять свое поведение во время упражнения. Движение или выразительность (невербальное общение) благоприятствуют творчеству, а это требует эмоционального мужества для применения на практике. Следовательно,

### Психическое строение



В общих чертах цель этой структуры - понять, осмыслить и определить смысл и цель нашего существования.

Другими словами, каковы цели игрока? Кем он хочет быть?

Ментальная структура относится к формам, влияющим на игрока, так называемым непредвиденным ситуациям и тому, как он/она преодолевает новый неизвестный сценарий, который не был частью его/ее мысленного планирования и искажает его/ее первоначальную цель, отдаляют от мотивации. Новые действия срабатывают, когда мяч находится в игре, во время соревнования. Эта связь между ментальным и контекстным оказывается в ловушке внутренних ощущений, которые спортсмен испытывает в своей изменяющейся окружающей среде. Например: как результат игры влияет на принятие решений, как игрок действует перед лицом неоднократной провокации соперника, перед лицом решений судьи, с которыми он/она не согласен, перед лицом решений тренера, что не случайно, и т. п.

Эта структура сосуществует и функционально взаимодействует с другими. Например, игровая ситуация, в которой счет не является благоприятным для команды, может иметь отношение к социально-эмоциональной структуре, поскольку в подобном конкретном случае игрок понимает, что он/она терпит неудачу своих товарищей по команде.

С этой точки зрения использование данной структуры считается очень важным по двум причинам.

- Прежде всего, необходимость определения набора ограничений, которые явно проявляются во время игры.
- Вторая причина состоит в том, чтобы включить в одну структуру действия, которые можно оптимизировать с помощью провокационных правил, в упражнениях в ситуациях, подобных соревнованию.

Намерение оптимизировать такую структуру предоставляет игроку новые способы действий, диапазон возможностей в меняющейся среде игры. Игрок сможет поддерживать или адаптировать свои действия правильно (оптимально) независимо от того, что может произойти во время соревнования. Другими словами, нервозность, которая влияет на игрока во время футбольного матча, не оказывает на него/нее отрицательного воздействия, и футболист сохраняет решимость делать то, что он/она считает необходимым в любой момент, чтобы избежать, как следствие, преждевременного решения, разочарования или эйфории.

С практической точки зрения, игрок будет разочарован, если его/ее команда пропустит гол во второй раз, исходя из внешней мотивации (связанной с эмоционально-волевой



структурой), которая крайне нацелена на победу в игре (показана в учебных упражнениях под призмой настройки элементов, отвечающих потребностям спортсмена), и он/она не сможет избежать разочарования без преодоления себя. Тем не менее, при оптимизированной ментальной структуре это не повлияет на принятие решений спортсменом, и он/она будет придерживаться игровой стратегии и игровых намерений команды.

Следует сделать вывод, что, понимая человека и сложность, в которую он погружен, можно конструировать новые элементы и обучающие ситуации, которые производят эти взаимодействия между многоуровневыми структурами различных систем, составляющих человека. Это оправдывает многие ситуации, которые ранее считались догмами на занятиях по традиционной педагогике (Сейрулло, 2002).

Многофакторность и вариативность интерактивных видов спорта в общем пространстве дают возможность сосредоточить внимание не только на одной способности спортсмена или на конкретном элементе спорта, но и на совместном участии. Другими словами, в футболе колебания, через которые проходит спортсмен (возникающие в результате различных процессов в условиях неопределенности), таковы, что при конфигурации и взаимодействии систем, составляющих его структуры, «нет ничего важнее».

Это будет взаимосвязь между всеми способностями и настройка системы спортсмена, а также его адекватное участие и сочетание каждого этапа спортивной жизни спортсмена, который приносит ему/ей оптимизированные спортивные результаты (Массафрет и Маримон, 2017).

В то же время важно подчеркнуть, что возможность оптимизировать футбольные результаты игрока (всесторонне) посредством тренировок, и их постоянный анализ выполняется в индивидуальном профиле игрока. Это играет важную роль не только для самого игрока, но и для тренера, поскольку позволяет оценивать процессы, через которые проходит спортсмен, и применять его/ее улучшение и рост на каждом этапе конфигурации.

Другими словами, с помощью ежедневных записей в профиле игрок может тренировать свои собственные ресурсы и оптимизировать свой игровой и личностный потенциал.

### **Тренировочный процесс поэтапно:**

#### **1. Этап инициации:**



Посвящение (1) -> До 10 лет (от 7 до 9 лет).

Посвящение (2) -> Новички (от 10 до 11 лет).

2. Этап специализации:

- Специальная подготовка для -> молодежь и кадеты (от 12 до 14 лет).
- Специализация -> Кадеты и юниоры В (от 15 до 17 лет).

3. Этап выступлений в турнирах:

- Соревнования -> Юниоры А и Барса В (> 18 лет).
- Высокий профессионализм -> Первая команда.

Рисунок 6: Методология структур на разных этапах становления спортсмена



Источник: Подготовлено авторами.

«Очень важно, чтобы спортсмены на протяжении всей своей жизни руководствовались проектом во избежание частых ошибок, которые возникают при срочном проведении спортивных мероприятий и временном несоблюдении важных критериев оптимизации личности» (Сейрулло, Ф., 1995, 2004, стр. 3).

Индивидуальный профиль игрока считается методическим инструментом, позволяющим сосредоточиться на игроке и наблюдать индивидуальный прогресс (не на основе модели). В этом смысле обучение может



осуществляться за счет собственных ресурсов игрока, оптимизируя как игровой, так и личностный потенциал.

- Во-первых, определяются текущие условия и таланты игрока, которые можно использовать для оптимизации его/ее результативности. Собственный талант атлета определяет его/ее главное достоинство.
- Во второй группе определяются условия, которые необходимо изменить. Это недостатки, наблюдаемые у игрока и требующие тренировки в целях повышения результативности в игре через взаимодействие между структурами.
- Наконец, при необходимости можно ввести раздел для наблюдений за социальным поведением игрока. Определенные привычки, недостатки... или могут появиться другие поведенческие черты, которые необходимо устранить. В некоторых случаях исключение их полностью может не требоваться или даже быть невозможным, но, по крайней мере, стоит попытаться минимизировать их.

Далее будет показан пример создания профиля игрока с использованием нескольких элементов. Кроме того, предоставляется доступ к руководству, позволяющему внести свой вклад в процесс, через который проходит спортсмен, а также в сбор данных для тренера. Важно учитывать взаимодействие обоих в рамках педагогического процесса, в который они вовлечены.





Таблица 5: Профиль игрока по структурам

Карта игрока		Сезон 2015-16
структуры	Объяснение к оценке	
биоэнергетический		
условный		
координационный		
познавательный		
Социально-аффективный		
Эмоционально-волевой		
Креативно-выразительный		
Ментальный		
Наблюдения		

Источник: Подготовлено авторами.



Таблица 6: Профиль игрока на этапе восстановления владения мяча

Карта игрока				Сезон 2015-16		команда	
Ф.И.О						Боковые	
Тренера							
Данные				30/09/2015	31/1/2016	30/05/2016	
зона	фазы восстановления		l	Оценка 1-5			
<b>A</b>	Поддерживать стабильность линии (связь)		•				
	Обозначение маркировочных знаков		•				
	Внимание/действие на соперника с мячом		•				
	Контроль пространства		•				
	Контроль зоны риска (зоны)		•				
	Оборонительная организация сосредоточена на остановленном мяче		•				
	Освободить (удалить соперников) зону		•				
	Ожидание последовательностей (отказы, 2-я игра и т. д.)		•				
<b>B</b>	Поддерживать стабильность линии (связь)						
	Обозначение маркировочных знаков						
	Внимание/действие на соперника с мячом						
	Контроль пространства						
	Концепции оптимизации зон B, C и D						
<b>C</b>	Поддерживать стабильность линии (связь)						
	Поисковые превосходства: тип						
	Контроль пространства						
	Концепции оптимизации зон C и D						
<b>D</b>	Превосходства и концепции восстановления владения мячом в зоне D		•				

Источник: Подготовлено авторами.



Таблица 7: Профиль игрока на этапе владения мячом

Данные отчета			30/09/2015	31/1/2016	30/05/2016	
зона	Этап владения мячом		1	Значение 1->5		
<b>A</b>		PR				
		PR				
		PR				
		P				
		P				
		P				
<b>B</b>						
<b>C</b>						
<b>D</b>						

Источник: Подготовлено авторами.

Периодический мониторинг данного профиля игрока позволит видеть его прогресс и в то же время оптимизировать спортивные результаты. После указанных шагов необходимо для игрока предварительно принять вызов



изменения своих действий, чтобы иметь возможность лучше адаптироваться к нашему стилю игры в соответствующем контексте.

### **Игрок и тренер**

«Отношение, иллюзия, желание учиться, желание передавать - вот что действительно имеет наибольшее значение для тренера» (Вила, 2016).

Одна из основных характеристик футбола - это взаимодействие, которое, исходя из целостного подхода, представляет игру в условиях различной сложности. В этом отношении именно тренер и его/ее команда инструкторов должны будут искать элементы для создания упражнений, влияющих на коллективное поведение и помогающих команде решать «проблемы» скоординированным образом в соответствии с нашими интересами (Морено, 2013).

По словам Кано (2014), тренеры должны думать «об игроках», а не «за» них, поскольку нет игры, которую можно было бы показать им, но они - в зависимости от своих чувств и мыслей - будут выражать потенциальные игровые наиболее вероятные условия.

### Особенности поведения тренера:

Аспекты для анализа на тренировках и в поведении тренеров

#### 1. Внимание и формальные аспекты:

- Тайм-менеджмент:
  - На тренировках: пунктуальность, тайм-менеджмент в упражнениях и т. д.
  - В играх: контроль времени, изменений в соответствии с исходом и т. д.
  - В командных переговорах: продолжительность, приоритет и т. д.
- Одежда:
  - Уместная и согласно требованиям ФКБ.
- Внимание к материалу:
  - На тренировках (расположение, уход, порядок тренировок, майки, мячи, вода).



2. Отношение:
  - Отрицательное: при отрицательном отношении во время игр (скамейки запасных) или тренировок.
  - Пассивное: не участвует в тренировках, играх, в разных ситуациях.
  - Реактивное: реагирует после игровых сценариев.
  - Проактивное: со способностью и инициативой предвидеть возможные сценарии игры.
  - Активное: активный, динамичный, вовлеченный, близкий к игроку и т. д.
3. Качество информации:
  - Лаконично: как гласит популярная пословица: «Краткость - сестра таланта».
  - Точность и ясность: ясные и точные указания в передаваемых сообщениях.
  - Полезность: не только ради конкретных целей, но и на самом деле полезно, и чтобы игрок поверил в это.
  - Быстрая или повторяющаяся информация: правильная или повторяющаяся информация, иногда избыточная.
  - Решающая информация: принимать решения, которые соответствуют игроку.
4. Постановка цели:
  - Вербально:
    - Устно или письменно.
    - Положительно или отрицательно.



- Невербально:
    - Физические приемы: жесты, движения, позы, взгляды, тон голоса, согласованные сигналы и т. д.
    - Положительно или отрицательно.
  - Критика:
    - Связана с наказанием, выговором игроку и т. д.
  - Положительное подкрепление:
    - Способствует достижениям или помогает игроку.
5. Способность передавать информацию (концепции, ценности и общение) с игроками относительно всех структур:
- Биоэнергетическая структура: дает энергию для жизни, еды, отдыха.
  - Условная структура: условные и физические способности.
  - Структура координации: поддерживает индивидуальную и координационную технику.
  - Когнитивная структура: понимание и интерпретация игры.
  - Социально-аффективная структура: близость, отношения и интеграция в команде.
  - Эмоционально-волевая структура: «Что меня волнует? Чего я хочу?»
  - Выразительно-творческая структура: усвоение новых сигналов взаимодействия между собой и коллективом.
  - Ментальная структура: «Кем я хочу быть? Куда я хочу идти?» Понимание и интерпретация смысла жизни.

## Наши цели

### Относительно наших тренеров:

- Консультации по основам игры и методике тренировок ФКБ.
- Обеспечение непрерывного обучения в целях оптимизации подготовки и их отношений с игроками.
- Влюбленность в наш стиль игры для передачи, тренировки и внедрения в практику всех представленных фундаментальных аспектов вместе с игроками со требуемыми страстью и убежденностью.



## Обучение персонала

Обучение наших тренеров состоит из:

- Теоретические и практические занятия для объяснения, понимания и комментирования концепций нашей игры.
- Просмотр видео и роликов с действиями первой команды и других команд из нашей футбольной сети с использованием нашей игры в качестве справочника.
- Анализ, обсуждение и консенсус по видео.
- Полевая практика, чтобы подтвердить и развить концепции и методологию нашего обучения в рамках сессий и нашей игры.
- Предложения по упражнениям и предпочтительные моделирующие ситуации (ПМС) от одних и тех же тренеров.
- Мониторинг тренировок и игр для воплощения указанной идеи и модели в жизнь.

## Требования

Для обеспечения эффективности упражнений тренера необходимо несколько ключевых аспектов.

У тренера должна быть идея, которой он руководствуется в своей работе. Растите вместе с этой идеей, основываясь на великой самоотдаче, усилиях, решимости и отзывчивости. Положитесь на доверие руководства, заставьте их искренне верить и не меняйтесь в зависимости от результата.

Окружите себя людьми, которые разделяют ваши идеи (тренеры, соавторы). Людьми, которые верны своему образу мыслей и действий и могут добавить что-то позитивное и быть полезными. Они должны быть гибкими и открытыми для последовательных, новаторских и оптимизирующих предложений.

Следует уметь передать свои идеи игрокам, чтобы они могли в них поверить. Без сомнения, всегда позитивно и саморефлексивно. Установите для них вызов, приверженность и вовлеченность в качестве основных ценностей. С динамизмом, стремлением к совершенствованию и амбициями. Необходимо находиться рядом с игроком.



Работайте над такими ценностями в рамках собственного обучения или ответственности, с самоотдачей, уверенностью и командной работой.

### **В качестве собеседника**

Тренер - это собеседник между игрой и игроком, два основных элемента.

Независимо от того, непосредственно или в процессе обучения, цель тренера состоит в том, чтобы направлять игрока и делиться своими знаниями и опытом, а также сопровождать его/ее на различных этапах (обучение или профессиональная подготовка), чтобы оптимизировать навыки и талант футболиста, направляя все это в игру. Если работа тренера выполняется правильно, результатом процесса может стать взаимообогащающий опыт, так как лучшими учителями каждого тренера являются сама игра и игрок. По словам Вальдано: «Как игроки и тренеры, мы формируем подлинно живую и активную часть футбола, и, следовательно, футбол будет таким, каким мы хотим его видеть, несмотря на всех, кто хочет его изменить» (Вальдано, 1987, опубликовано).

**Рисунок 7: Взаимодействие между частями, составляющими идею проекта**



Источник: собственная разработка.

Источник: Подготовлено авторами



В заключение важно подчеркнуть, что как интерес тренера к участию в тренировках спортсмена, так и его стремления зависят от постоянного взаимодействия с другими, основанного на ощущении принадлежности к спортивной организации и вовлеченности в ее сложность. Все это, в дополнение к удовольствию от игры, получению эйфории от владения мячом и обмена им со всей командой, позволяет превратить простую первоначальную идею в реальность на службе у болельщиков. Таким образом создается игровая идентичность, клубная идентичность: наша идентичность.



## Использованная литература

**Барреро З.** (11 февраля 2011 г.). Хави: «Первое, чему вас научат в Барсе, - это думать.» Corporation de Radio y Television Espanola [цифровое издание]. Ссылка: <http://www.rtve.es/deportes/20110211/xavi-hernandez/404599.shtml>

**Кано О.** (2014). Дугадорес Диего. Ссылка: Гомез П. Футбол с запасом прочности (Стр. 28-29). Испания. Футбол дель Либро: [www.futboldellibro.com](http://www.futboldellibro.com)

**Кастанос Г.** (2017). *Гвардиола ворует идеи. Творчество в инновациях в футболе.* Буэнос-Айрес: Hojas del Sur SA

**Дамунт Х. и Летоса Л.** (2015). Оптимизация предпочтительной формы эмоциональной структуры. La motivation intrinseca [онлайн-статья] Ссылка: <https://www.martiperarnau.com/optimizacion-de-forma-preferente-de-la-estructura-emotivo-volitiva-la-motivacion-intrinseca/>

**Эспар Х.** (2017). Когнитивная структура. Ссылка: Сейрулло Ф. (Ред.) Обучение в командных видах спорта (стр. 244-257). Испания. Барселона. Mastercede.

**Массафрет М.** (2017). *Стандартная структура. Проекция конкретного спортивного движения в игре.* Ссылка: Сейрулло Ф. (Ред.) Обучение в командных видах спорта (стр. 213-239). Испания. Барселона. Mastercede.

**Массафрет М. и Серрес Р.** (2005). *Процессы отношений. Оптимизация техник. Профессиональный мастер в индустрии высоких достижений. Командные виды спорта. Биомедицина.* Instituto nacional de Educacion Fisica de Catalunya. [www.mastercede.com](http://www.mastercede.com).

**Монрой А. и Саез Г.** (2011). Мотивация результативности в командных видах спорта. <http://www.efdeportes.com/efdl63/la-motivacion-y-el-rendimiento-en-el-deporte.htm>

**Морено Р.** (2013). *Мой рецепт "4-4-2". Отражение, развитие и применение практики с точки зрения этой системы.* Испания. Футбол дель Либро: [www.futboldellibro.com](http://www.futboldellibro.com)

**Сейрулло Ф.** (2002). *Физическая подготовка в командных видах спорта. Структурированное обучение. Главное управление спорта. Подготовка к спортивным показателям.* <http://www.motricidadhumana.com/preparacion fisica deportes equi po Entrenamiento Estructurado Seirul lo 2002 Valencia.pdf>.



**Сейрулло Ф.** (2004). Заметки о классе. Основная моторика и ее применение к началу занятий спортом.

[http://www.educacionmotriz.org/articulos/motribasic\\_inicdep\\_seirul.pdf](http://www.educacionmotriz.org/articulos/motribasic_inicdep_seirul.pdf)

**Сейрулло Ф.** (2013). Когнитивная структура. Учебные занятия для тренеров.

[http://www.entrenamientodeportivo.org/articulos/Estructura\\_Cognitiva\\_Seirul\\_lo\\_2013.pdf](http://www.entrenamientodeportivo.org/articulos/Estructura_Cognitiva_Seirul_lo_2013.pdf).

**Сейрулло, Ф.** (2004). Социально-аффективная структура. Instituto nacional de Educacion Fisica de Catalunya, Испания.

[http://www.entrenamientodeportivo.org/articulos/estructura\\_social\\_aff\\_activa\\_francisco\\_seirullo\\_vargas\\_2004.pdf](http://www.entrenamientodeportivo.org/articulos/estructura_social_aff_activa_francisco_seirullo_vargas_2004.pdf).

**Сейрулло Ф** (2016). Выставка Франсиско Сейрулло Варгаса в Академии тренеров Барсы.

**Сейрулло Ф.** (2017). Тренировка в командных видах спорта. Барселона: Мастерсед.

**Сейрулло Ф.** (2001). Физическая подготовка, применяемая к коллективным видам спорта: гандбол. Галисия: Laverde Ediciones Lea.

**Сейрулло Ф. и Массифрет М.** (2001). Профессиональный мастер в индустрии высоких достижений. Командные виды спорта. Биомедика. Instituto nacional de Educacion Fisica de Catalunya. [https://mastercede.com/wp-content/uploads/2017/02/ESTRUCTURA-COORDINATIVA\\_MARCEL%20B7L%20C3%8D-l.pdf](https://mastercede.com/wp-content/uploads/2017/02/ESTRUCTURA-COORDINATIVA_MARCEL%20B7L%20C3%8D-l.pdf)

**Вальдано Х** (1987). Так я вижу тренера. Второй съезд футбольных тренеров. Дюна. Неопубликованная рукопись. Астурия.

**Вила З.** (2017). Выставка Жоана Вила в Академии тренеров Барсы.

