

муниципальное бюджетное образовательное учреждение
дополнительного образования
детско-юношеская спортивная школа № 3
городского округа - г. Волжский Волгоградской области

**Тема: «Организация работы тренера в
группе начальной подготовки 1 года обучения»**

Разработал:
тренер-преподаватель
(баскетбол)
Старогородский М.Н.

Волжский 2016

Пояснительная записка.

Актуальность этой методической работы обусловлена тем, что методических пособий по баскетболу для молодых тренеров на сегодняшний день очень мало, а если есть такие работы, то они в основном разработаны для работы на этапе развития или совершенствования каких-либо задач и иногда написаны трудным языком и молодой тренер с трудом понимает, с чего же ему начать свою работу.

Попробуем ему помочь и поделиться с ним своим опытом работы в группах начальной подготовки.

Итак, с чего начать?

Содержание.

Раздел I. Отбор в группах начальной подготовки.

1. Работа в школах по месту жительства учащихся.
2. Оборудование места занятия и инвентарь.
3. Подготовка к занятию.

Раздел II. Проведение учебно-тренировочных занятий.

4. Структура тренировки
5. Само подготовленность к занятию
6. Важные моменты в работе

1. Работа в школе по месту жительства.

Молодой тренер, – он и есть – молодой тренер. Ему нужно много ходить. Ходить по школам, приглашать детей к занятиям в спортивную школу. Нужно ходить по классам и вступать с детьми в первый свой непосредственный «контакт». Они уже чувствуют «своего» тренера, устанавливается первый «незримый» контакт преподавателя и ученика. Ходить придется много, но это и есть набор и отбор детей в спортивную секцию. Чтобы дети не забывали место и расписание занятий, рекомендую подготовить заранее расписание и предложить каждому ребенку такое расписание.

Иногда по решению администрации образовательного учреждения возможен вариант, когда учащихся могут приводить на тренировку преподаватели групп продленного дня. Тогда наполняемость спортивного зала увеличится, но многие учащиеся будут заниматься без желания и по принуждению и по-настоящему работы не получится. Опыт работы показывает, что только добровольное и систематическое занятие определенным видом деятельности дает хорошие и прочные результаты.

Хотя нужно обязательно учитывать интересы данной школы, где Вам придется работать. И если получится такой вариант, где Вам будут приводить детей, то ходить по близлежащим школам Вам все равно придется, чтобы еще поискать хороших, интересных детей в Вашу детскую баскетбольную команду. Дерзайте!

2. Оборудование места занятия и инвентарь.

Конечно, место занятия и инвентарь имеют значение. Идеальным считается стандартный спортивный зал и столько баскетбольных мячей, чтобы хватило на каждого учащегося. Нужны мячи для мини-баскетбола, несколько волейбольных мячей (не все могут добросить баскетбольный мяч до кольца), 1 футбольный мяч для подвижных игр, 6 баскетбольных щитов. Это идеальные условия, но не всегда так бывает. Будем исходить из того, что есть. Хотя бы 2 кольца и 6-8 мячей для проведения тренировки в парах.

Итак, начинать нужно не с того, что бы хотелось, а с того что есть. От наличия места занятия и оборудования зависит и Ваш первый план работы. Нужно на первых занятиях просто заинтересовать учащихся, чтобы им было интересно, не забывайте, что они приходят просто поиграть в мяч или в какие-

нибудь игры, и им не понятны Ваши «высокие» тренерские устремления. Может получится, что у Вас на тренировке всего 1 мяч или даже ни одного. Продумайте заранее план тренировки, чтобы дети не ушли не поиграв, а то они могут больше и не придти к Вам. Но не огорчайтесь, настоящие «Ваши» ученики останутся, хотя их может быть и не так много, как Вам бы хотелось.

3. Подготовка к занятиям.

Первое занятие. Оно очень важно. Как начнете, так и пойдет. Подготовьте все: зал, мячи, необходимые документы для записи и регистрации учеников. Рекомендую Вам на первом занятии познакомиться с учащимися и записать их данные кратко. Дети любят, когда их «записали», но делать это нужно кратко, так как дети быстро устают от этого. Проверьте мячи, они должны быть накачены! Желательно, чтобы на всех кольцах были баскетбольные сетки и подвязаны, а также мяч должен проходить свободно в сетку. Если мяч застревает и Вы будете заняты его доставанием, то Ваша группа учеников «расползется» по залу и у вас будут проблемы с организацией занятия. Не забудьте о своем внешнем виде. Обязательна спортивная форма. Но не требуйте строго от своих учеников сразу же таких же требований. Начинайте с себя. Будьте им примером. Итак, все готово, начнем!

4. Структура тренировки.

Структура тренировки занятия рассчитана на 1,5 часа, но не всегда. Особенно на первых занятиях, необходимо придерживаться этого условия. Необходимо наблюдать за учениками. За их интересом к занятию. Опыт показывает, что на первых занятиях можно сократить объем занятия до 1 часа или чуть больше, но занятия должны проходить эмоционально, интересно. Тогда дети придут к Вам еще. Рекомендую Вам после представления и знакомства с учащимися, разрешить им просто поиграть с мячами, произвольно как они хотят, но и не разрешать грубого и недостойного поведения в спортивном зале. Нужно наблюдать за их интересом. Если они играют и им интересно, то и не «трогать» их некоторое время. Обычно на это уходит 10-15 минут. Если же интерес к мячу у детей падает и они начинают «скучать», то необходимо переходить к следующему заданию.

Рекомендуем начинать обучение обязательно с броска мяча в кольцо, так как они все равно будут бросать, но лучше, если их сразу правильно будете

научать (переучивать всегда труднее) еще 15 минут. Если они уже устали, то оставьте обучение и переходите к играм. Толку уже не будет. Вообще лучше разделить время тренировки пополам. Половина времени на разминку и обучение, половина на игры.

Какие игры лучше применять? Конечно, подводящие к баскетболу! Но не сразу с мячами. Дети любят поиграть в простые подвижные игры, не обязательно с мячом. Хотя одну игру с мячом все таки нужно включить в занятие. Остерегайтесь давать футбол. Не все играют. Но многие играют страстно, и может возникнуть привычка играть в футбол и Ваша работа может превратиться в тренировку по футболу, но Вы и в футбол не научите играть, и от баскетбола отойдете. Будьте внимательны!

В конце занятия рекомендую дать все же обязательно баскетбол по упрощенным правилам для ознакомления учеников с тем, чем им предстоит заниматься многие годы. Пусть выбирают.

В заключительной части тренировки необходимо посадить детей на скамейки и дать им возможность успокоиться, и просто поговорить с ними и напомнить им расписание занятий. Если есть возможность, нужно предложить желающим остаться еще поиграть с мячом, и Вы увидите. У кого есть интерес к игре с мячом. Это Вам на пользу.

Самоподготовленность к занятию.

Молодой тренер, даже если он имеет хорошую теоретическую подготовку, имеет очень и очень мало практической подготовки. Жизнь показывает, что опыт работы в любом деле – незаменимая вещь. Но этот опыт приходит не сразу, а с годами. желательно, если в спортивной школе есть опытный тренер. Необходима его методическая помощь. Можно попроситься посмотреть его тренировки и попросить его методической помощи и наставления. Ему наверняка есть, что рассказать!

Вообще это нормально, когда «старый» опытный тренер передает свои умения и опыт работы молодому коллеге. Но вот, к сожалению, не все молодые тренеры хотят становиться то же «учениками», им кажется, что они уже многое могут. Это ошибка. Наверное, это по молодости, по наличию многой «энергии». Нужен опытный руководитель. но его нужно то же выбирать. Если такового нет, то – чтение специальной литературы, но ее очень мало. Самое главное – опыт, терпение, целеустремленность.

Важные моменты в работе.

В течение всей тренировки, от начала ее и до самого завершения, (до одевания детей в раздевалке) необходим постоянный контроль тренера за учащимися! Если дети «разыграются» до начала тренировки, то потом очень трудно их остановить и направить в нужное Вам направление. И после окончания тренировки могут возникнуть всевозможные конфликты. Тренеру при работе с группой начальной подготовки 1 года обучения очень много работы. Все время «на ногах». Идет формирование группы, закладывается фундамент будущей Вашей маленькой баскетбольной команды. Не упустите момент! Что посеешь, то потом и пожнешь! Внимание, компетентность, выдержка, терпение – вот главное в работе с группой начальной подготовки. Необходим контакт с родителями. В начале учебного года желательно провести собрание родителей, объяснить им цели, задачи обучения, довести до них нужные Вам требования, план работы на учебный год. Необходимо установить систему связи с родителями, поддерживать с ними контакт.

Работы очень много. Всего сразу раскрыть невозможно. Но постепенно все образуется, наладится и при Вашем твердом желании и настойчивости укрепится и Вы сможете в скором времени увидеть плоды своих трудов. Чего Вам и желаем!