**государственное бюджетное учреждение Тверской области « Спортивная школа олимпийского резерва по игровым видам спорта»**

Статья тренера по волейболу **Любимова С.В.**

«**Организация набора и работы в группах начальной подготовки»**

*1. Сроки и методы набора.*

По поводу сроков в ГНП существует несколько теорий.

1. Ранний набор.

Согласно этого варианта набор детей в группу волейбола начинают с 1 -го - 2-го класса школы, реже с подготовительных групп детского сада. В этом случае есть плюсы и минусы. Плюсы:

а)тренер имеет возможности наиболее полного и качественного
выбора детей;

б)повышаются шансы успешной подготовки и выступления на
первенстве России (ПР) младшего возраста ( 11-12 лет).

Минусы:

а) необходимо огромное терпение как тренера, так и игроков,
чтобы завершить обучение в спортшколе;

б)ранее «натаскивание» на результат приводит к травмам,
уменьшает «век» спортсмена, снижает ростовые показатели;

в) недостаточно соревнований на ранней стадии.

2. Средний набор.

По этому варианту набор детей в группы волейбола начинают с 3-го - 4-го класса школы, реже с 5-го класса. Есть свои положительные и отрицательные моменты и у этого варианта.

Плюсы:

а) все еще достаточно много шансов для качественного выбора детей;

б)в этом возрасте более очевидны природные данные
спортсменов, их психика и координация;

в)нет времени на «раскачку», появляется возможность
соревноваться.

Минусы:

а) потери набора неизбежны из-за оттока в секции футбола,
хоккея, баскетбола, начинающих очень рано;

б)снижаются, но еще реальны шансы подготовить сильную
команду к младшему возрасту ПР.

По такому принципу работал я с группами ребят 1979, 1987, 1990, 1994, 2000 гг. рождения. Так работает сейчас тренер Шалаева Г.М с группой юношей 1999г.р. 3. Поздний набор.

Данный вид набора детей также имеет право на существование - у него много минусов, но есть и положительные моменты. Плюсы:

а)можно отобрать неплохих ребят, занимавшихся в других
видах спорта, но не добившихся там серьезных результатов;

б)природные данные очевидны, ошибиться невозможно.

Минусы:

а)« потеряны» соревнования в младшей возрастной группе, не
будет успеха в среднем возрасте;

б)нужны поистине титанические усилия, чтобы успеть к
старшему возрасту. Какие-либо потери в тренировочном
процессе ( пропуски занятий, летние отпуска, малая
интенсивность, неточности в обучении технике и тактике)
обрекают на полный провал;

в)массу негативных моментов в первоначальных результатах
может выдержать далеко не каждая команда и тренер.

 Этот вариант годится при объединении нескольких неперспективных групп от разных тренеров. По позднему принципу набора выступали мои команды 1973, 1983 г.р., добившиеся неплохих результатов. На данном этапе так сформирована команда юношей 1997г.р. тренера Манерова Р.Ф.

Обобщая выше сказанное в пункте П.1, считаю наилучшим вариантом для спортшколы, средний вариант набора, но при обязательном соблюдении организации ежегодного набора детей в ГНП максимальным количеством тренеров.

*2. География набора в школах города Твери.*

 За свою педагогическую деятельность в детском волейболе мне довелось делать набор в разных школах города Твери, кроме этого я часто слышал мнение других тренеров в этом плане, поэтому хочу тезисно предложить молодым коллегам несколько важных «рецептов»:

а)отдавать предпочтение в месте набора школам, которые
регулярно занимают высокие места в районных спартакиадах.
Здесь учителя физкультуры очень требовательны, и помогают тренеру в наборе;

б)никогда не набирайте детей из гимназий или
специализированных школ: там все подчинено учебе и Вы не
будете поддержаны руководством школы и класса;

в)не приходите набирать детей в школы, где традиционно
сильны позиции какого-либо другого вида спорта - баскетбола,
например, Вам достанутся «объедки с барского стола»;

г) поищите детей в школах « спальных» районов, где давно
никто из ДЮСШ не работал - дети очень соскучились по
хорошим тренерам и соревнованиям;

д)отдавайте предпочтение школам, обладающим двумя
спортивными залами;

е)не теряйте время в школах, имеющих один-два класса в
параллелях.

Я понимаю, что высказываюсь достаточно субъективно, но в основном тезисы верны.

Времена и предпочтения могут меняться, но на данный момент лучшими школами для набора детей являются: №14и №18 в Центральном районе, №48 и №49 в Московском районе, №7, №46 и №53 в Заволжском районе.

*3. Первые «шаги» тренера*

 Очень важным в процессе набора ГНП является самая начальная фаза: « Как завлечь в зал ребят нужных и способных?» Существует, как минимум, два варианта. Вариант 1.

Придя в какую-либо школу, Вы самостоятельно или при согласовании с учителем физкультуры и директором просматриваете лично нужную Вам параллель классов. Для этой цели идеально подходят уроки физкультуры, несколько хуже отбор во время урока с помощью классного руководителя. Нужные ребята берутся на заметку ( фамилия, имя, класс, адрес, телефон), а затем предпринимаются усилия по комплектованию группы. По такому пути идут все начинающие тренеры, не имеющие заслуг и связей с руководством физвоспитания школ. Этот путь очень сложен, трудоемок, требует умения убеждать взрослых и детей, личного обаяния. Взамен Вы получите наиболее полное представление о потенциале детей данной школы. Вариант 2.

Вы надеетесь на помощь в наборе учителя физкултьтуры школы, который самостоятельно, зная лучше Вас ситуацию в нужной Вам параллели классов, соберет на первую тренировку или собрание перспективных ребят. Для этого, как минимум, нужны: уважающий свою работу и стремящийся к спортивным успехам учитель физкультуры и, конечно, Ваши тренерские заслуги за последние пять - десять лет. К сожалению, рассчитывать на такой вариант первоначального набора все труднее и труднее в силу обоих главных обстоятельств, и начинающему тренеру надеяться на этот вариант чрезвычайно трудно. Кроме этих могут быть вспомогательные варианты, если результаты - «имя» тренера - начинают «работать на Вас». Родители ребят, зная добротную работу тренера, сами находят Вас и приводят детей на первое занятие. Это, конечно, приятно, но не всегда реально помогает, так как иной раз очень трудно отказать знакомому человеку, хотя ты видишь, что ребенку волейбол не подойдет.

*4. Тренировочный процесс*

Предположим, Вам удалось «заманить» в зал по одному из вариантов нужное количество способных детей. Что же дальше? Как сделать так, чтобы детям понравилось, они остались в волейболе и с удовольствием совершенствовали свое мастерство?! Надо отметить, что игра в волейбол достаточно сложна технически в отличии от, например, футбола, бега, лыжных гонок и т. п. Сложность начальных тренировок в том, что необходимо сразу заниматься техникой игры, что весьма скучно для детей. Во избежание этого существует несколько правил, которые сочетают малоинтересные, но крайне важные технические занятия в единый, интенсивный и весьма привлекательный для ребят тренировочный комплекс:

а) технические упражнения не должны быть слишком
растянутыми по времени;

б)обязательно должна присутствовать соревновательная фаза;

в)упражнения по технике должны чередоваться с более
интенсивными упражнениями по ОФП и другим элементам
волейбола;

г) технические задания должны оцениваться тренером с
назначением незначительных отработок (например,
отжиманий);

д)детям должны даваться «домашние» задания, что ускоряет
техническое обучение;

е) процесс проведения первоначальных, достаточно скучных
тренировок должен обязательно завершаться какой-либо игрой.
Вот вариант подобной тренировки (90-120 минут).

I. Начальная часть.

Построение, приветствия и объявление примерного плана

тренировки.

П. Основная часть.

1. Разминка под руководством тренера, используя в процессе
пройденный ранее материал: перемещения, падения,
имитации и т.п.
2. Эстафеты в трех-пяти командах.
3. Упражнения с мячами в парах: различные броски с ловлей

мяча партнером, передача стоя, в движении, сидя.

4. Периодически (один раз в пятнадцать-двадцать минут)
назначаются тестовые задания с отработкой. В каждом из

последующих занятий добавляется разучивание какого-либо элемента техники, но в основном идет закрепление ранее пройденного материала.

5. Игра. Это обязательный элемент каждой тренировки.
Вариантами игры на начальной стадии могут быть: «4(6)
мяча на одной стороне», «вышибалы», футбол, мини-
баскетбол с упрощенными правилами ведения мяча и
попадания в корзину, пионербол и т.п.

III. Заключительная часть.

Сообщения о достигнутых успехах в проведенной тренировки,

времени следующего занятия, проведения растяжек и висов.

*5. Соревнования*

 Для наилучшего закрепления тренировочного материала, контроля за работой тренеров, раннего определения претендентов в тренировочные группы (ТГ), выработки стойкого интереса у детей к занятием волейболом любая спортивная школа должна иметь систему соревнований уже на первом году занятий, отлаженную по срокам, организации, судейству и награждению. Это очень важно не только для детей, их родителей, но и для тренеров, которые будут заинтересованы в повышении качества своего труда, моральных и материальных поощрениях.

Вот перечень тех соревнований, которые можно применять при работе ГНП-1:

а) нормативы ОФП — их можно провести один - два раза в год
между группами занимающихся. В конце тренировочного
сезона проведение нормативов обязательно под руководством
спортивной школы;

б)пионербол - данное соревнование можно проводить уже
после двух - трех месяцев после начала занятий. Эта игра
достаточно проста и показательна. Финалы или стыковые игры
должны проводиться руководством ДЮСШ в одном зале с обязательным награждением, в том числе тренеров; в) мини-волейбол - данное соревнование проводится во второй половине учебного года, качественная работа тренеров обеспечивает успешное проведение таких игр с некоторыми ограничениями (сокращение длины подачи, первоначальной ловлей мяча и т.п.). Это проверено на практике неоднократно и дает широкий анализ для качественного выбора детей в ТГ. Финалы или стыковые игры должны также проводиться школой в одном зале в присутствии родителей и обязательным награждением, в том числе тренеров.

Большее количество соревнований среди ГНП возможно, но не эффективно, так как значительно уменьшается тренировочное время, которого и так не достаточно.

*6. Стадии набора. Рейтинговая система.*

Организация работы ГНП должна быть составлена таким образом, чтобы дать максимум возможности для широкого и качественного отбора детей в ТГ, закрепить за ребятами стойкое желание тренироваться и соревноваться. Система может быть разной в зависимости от возможностей и традиций спортивной школы, мне же хотелось предложить свое видение ситуации для СШОР.

 **Стадии набора:**

Первая стадия - набор детей в максимально возможном количестве перспективных школ города и начало тренировочной работы. Первый анализ работы по результатом соревнований по пионерболу в декабре. Определение широкого круга кандидатов на продолжение занятий в ТГ ( 60-80 человек);

Вторая стадия - добор детей в необходимых случаях рядом тренеров, тренировочная работа, заканчивающаяся соревнованиями по мини-волейболу в апреле и проведением контрольных нормативов в масштабах школы. Проведение расширенного родительского собрания по организации ТГ на следующий сезон ( 40-60 человек );

Третья стадия - городской спортивный лагерь на базе одной из средних школ в летний период, для 40-60 претендентов на ТГ под руководством двух - трех тренеров, из числа которых будут назначены двое, отвечающие за данный возраст. В городском лагере происходит максимальное тестирование возможностей детей, их характера, отношения к тренировочному процессу, способностей к обучению, углубленная сдача контрольных нормативов. По результатам третьей стадии отбор 30-40 кандидатов в ТГ;

Четвертая стадия - загородный тренировочный сбор на 18-21 день для окончательного выбора детей в ТГ. Только здесь можно наиболее точно понять характер и возможности детей и отобрать действительно лучших 18-30 ребят, ведя одновременно с отбором тренировочную работу на перспективу.

 В плане объективности отбора на третьем и четвертом этапах представляется важным определение рейтинга игрока, который в этот период может быть определен по трем-четырем показателям: сдаче контрольных нормативов ОФП, технических нормативов, двух-трех турниров один на один (верхней, нижней передаче и т.п.). Лучшие по рейтинговым показателям проходят отбор автоматически, а к ним добавляются спортсмены с более низким рейтингом, но, по мнению тренера, имеющие неплохие дальнейшие перспективы.

*7. Вывод.*

В связи с понижением несколько лет назад возраста первых официальных детских соревнований по волейболу до 11-12 лет крайне важным становится своевременный перевод юношей из ГНП в ТГ. Оптимальным представляется перевод в такие группы после четвертого класса школы (10 лет), независимо от года обучения в ГНП - основным является перспектива группы и уровень физической и технической подготовки.