

МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего образования
«КРАСНОЯРСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ ПЕДАГОГИЧЕСКИЙ УНИВЕРСИТЕТ имени В.П. АСТАФЬЕВА»
(КГПУ им. В.П. Астафьева)

Институт физической культуры, спорта и здоровья им. И.С. Ярыгина

Выпускающая кафедра медико-биологических основ физической
культуры и безопасности жизнедеятельности

ЖИЛИНА АНАСТАСИЯ ИГОРЕВНА

ВЫПУСКНАЯ КВАЛИФИКАЦИОННАЯ РАБОТА

Воспитательная компетентность современного тренера

Направление подготовки 49.03.01 Физическая культура

Направленность (профиль)
образовательной программы Спортивная тренировка

ДОПУСКАЮ К ЗАЩИТЕ

Заведующий кафедрой
к.м.н., доцент Казакова Г.Н.

30.05.25

(дата, подпись)

Руководитель

д.п.н., профессор Завьялов Д.А.

29.05.25

(дата, подпись)

Дата защиты

17.06.2025

Обучающийся

Жилина А.И.

(фамилия, инициалы)

24.05.25

(дата, подпись)

Оценка

удовлетворительно

Красноярск 2025

Введение.....	3
ГЛАВА 1. ЛИТЕРАТУРНОЕ ИССЛЕДОВАНИЕ СТРУКТУРЫ ВОСПИТА- ТЕЛЬНОЙ КОМПЕТЕНТНОСТИ.....	5
1.1 . Определение понятия воспитательной компетентности тренера	6
1.2. Анализ структуры воспитательной компетентности.....	12
1.3 . Психология межличностных отношений как базовое понятие воспита- тельной компетентности тренера	15
ГЛАВА 2. ОРГАНИЗАЦИЯ И МЕТОДЫ ИССЛЕДОВАНИЯ.....	27
2.1. Организация исследования.....	27
2.2. Методы исследования.....	29
ГЛАВА 3. КОМПЕТЕНТНОСТНЫЙ ПОДХОД В ПОДГОТОВКЕ СОВРЕ- МЕННОГО СПЕЦИАЛИСТА	31
3.1. Реализация компетентностного подхода в работе тренера преподавателя по физической культуре.....	31
3.2. Выявление актуальных проблем в отношениях тренер- спортсмен.....	34
3.3. Повышение уровня компетентности тренеров преподавателей по физи- ческой культуре.....	37
Заключение.....	44
Библиографический список.....	

Введение

Актуальность исследования определяется многими факторами, такими как:

- Динамичность современного мира. Стремительность изменений часто порождает ситуацию неопределённости, утрату внешних ориентиров для осознанного выбора. Образование должно развивать личностные особенности человека, которые помогут ему реализоваться в быстро изменяющемся мире.
- Особенности современного поколения. Молодые люди, которые вступают в самостоятельную жизнь, родились и выросли в эпоху кардинальной смены экономического и социального уклада общества. Они имеют иную, порой достаточно неопределённую систему ценностных ориентиров и представлений о мире.
- Важность подготовки педагогических кадров.

От решения вопросов воспитательной компетентности во многом зависит эффективность профессиональной подготовки педагогических кадров.

- Роль воспитательной работы. Воспитательная работа играет большую роль в формировании ключевых компетенций учащихся. В процессе подготовки и проведения каждого воспитательного мероприятия, каждого коллективного, творческого дела одновременно формируется даже не одна, а целый комплекс ключевых компетенций.

Объект исследования: психологическая концепция развития воспитательной компетентности будущего тренера.

Предмет исследования: совокупность личностных особенностей и условий становления профессиональной компетентности тренера по фитнесу.

Цель исследования: Рассмотреть вопросы, раскрывающие особенности становления профессиональной компетентности тренера, разработать модель компетентности тренера и психолого-педагогический инструментарий для развития профессиональных и личностных качеств, позволяющих повысить эффективность деятельности тренера

Задачи исследования:

1. Изучить и раскрыть термин воспитательной компетентности
2. Исследовать компоненты воспитательной компетентности;
3. Разработать концепцию воспитания, которая улучшит коммуникацию между тренером и спортсменами, повысит уровень подготовленности спортсменов и развития личности в целом;
4. Экспериментальным путем реализовать в учебно-тренировочном процессе и подтвердить его эффективность.

Гипотеза исследования: рабочей гипотезой стало предположение о том, что становление профессиональной компетентности тренера по фитнесу будут способствовать повышению эффективности его деятельности, если:

- определить специфическую структуру компетентности тренера ;
- выявить карьерные ориентации тренеров по фитнесу и условия, способствующие их профессиональному росту;
- скорректировать содержание программ переподготовки тренеров на курсах повышения квалификации.

Научная новизна состоит в том, что психологическое содержание личностного потенциала будущего тренера определяет показатели его пси-

хологической готовности к овладению профессиональными действиями, необходимыми для осуществления воспитательной тренерской деятельности.

ГЛАВА 1. ЛИТЕРАТУРНОЕ ИССЛЕДОВАНИЕ СТРУКТУРЫ ВОСПИТАТЕЛЬНОЙ КОМПЕТЕНТНОСТИ

Мы исследовали 73 источника. Все литературные источники распределились по 3 разделам неравномерно (рис.1).

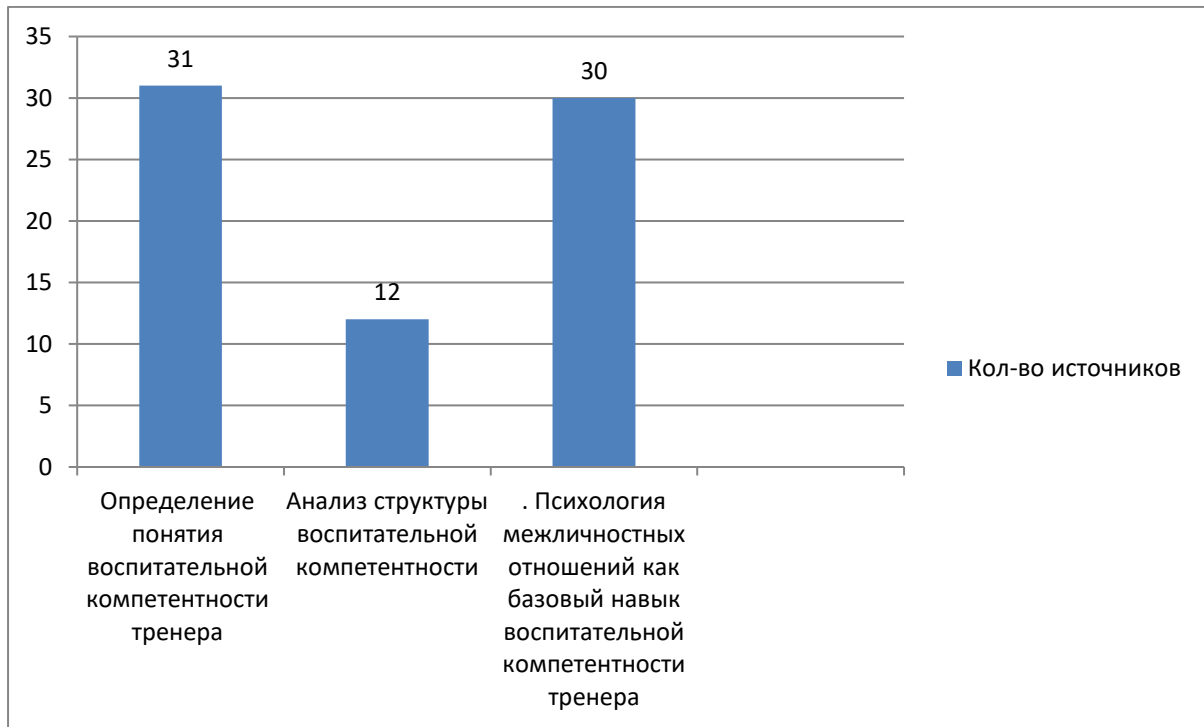


Рисунок 1 – Диаграмма анализа литературных источников

1. Определение понятия воспитательной компетентности тренера
2. Анализ структуры воспитательной компетентности.
3. Психология межличностных отношений как базовый навык воспитательной компетентности тренера

1.1 Определение понятия воспитательной компетентности тренера.

Воспитательная компетентность — это совокупность знаний, умений и личностных качеств, которые позволяют эффективно осуществлять процесс воспитания.

Некоторые характеристики воспитательной компетентности:

- Вера в силы и возможности обучающихся.

Отражает основную задачу тренера— раскрывать потенциальные возможности ученика.

- Интерес к внутреннему миру обучающихся. Предполагает знания индивидуальных и возрастных особенностей, а также выстраивание педагогической деятельности с опорой на эти особенности.

- Открытость к принятию других позиций и точек зрения. Тренер не считает единственно правильной свою точку зрения, интересуется мнением других и готов их поддерживать в случаях достаточной аргументации.

- Общая культура. Определяет характер и стиль воспитательной деятельности, позицию воспитателя в глазах воспитанников.

- Эмоциональная устойчивость. Определяет характер отношений в воспитательном процессе, помогает избегать конфликтов и сохранять спокойствие в конфликтных ситуациях.

- Позитивная направленность на воспитательную деятельность. Позволяет осуществлять образовательный процесс в единстве обучения и воспитания, осознавать свои возможности, быть уверенным в собственных силах.

Психоанализ как основа психологического мировоззрения целой эпохи, безусловно, оказал влияние и на современные методологические позиции.

Несмотря на то, что психоаналитическая школа занималась изучением состояний глубинного пласта психики, и круг интересов не затрагивал непосредственно ее смысловой стороны личностной иерархии, вопрос о представлении способа образования личностных характеристик способствовал целенаправленной работе психологов в области

выявления механизмов ценностно-смыслового ориентирования личности, к изучению ее интересов и наклонностей, форм и способов существования, приближаясь, таким образом, к проблеме смысла и смыслообразования. Что лежит в основе поступков человека? Что определяет специфику его поведения в различных ситуациях? Как вернуть ему утраченную психологическую гармонию? Эти вопросы, поставленные в контексте психоанализа, во многом и были фактором, породившим смыслоцентрированную теорию современной психологии [1].

Необходимо сузить понятие, до специальности, из этого исходит следующее понятие, что такое психология спорта.

Спортивная психология – одно из направлений психологии, которые изучают специфику конкретных видов деятельности человека: таких, как психология труда, психология игры, педагогическая психология. Спортивная психология имеет место, как в отрасли психологической науки, так и науки о спорте. Формируя собственные научные направления, наука занимает положение среди философских, социальных, естественных научных дисциплин. Как наука о спорте она связана с методикой и теорией профессионального физического воспитания, спортивной гигиеной, физиологией спорта, биомеханикой спорта, спортивной медициной и т. д. [4].

Психология спорта изучает психологическую деятельность спортсменов в условиях соревнований.

Основные цели и задачи психологии спорта – изучение и развитие у спортивных команд психологических закономерностей, необходимых для участия в соревнованиях, а также подготовка спортсменов к соревнованиям. Успешное выступление на соревнованиях – это результат работы тренеров, спортсменов и менеджеров, которая направлена на развитие должных качеств личности, необходимых для успешной тренировки и повышения эффективности спортивной деятельности. Называется это психологической подготовкой [4].

Тренер играет главную роль в формировании психологического поведения и поведения спортсмена в процессе тренировочной деятельности, а также на этапах соревнований.

Тренер заинтересован в воспитании образованного, всесторонне развитого и способного к саморазвитию спортсмена. Предмет особых забот тренеров и спортсменов – межличностные отношения в команде. Особую роль играют требовательность и уважение, умение показать себя перед соперником единым сплоченным коллективом, способность преодолевать преграды. Особый предмет тренера – обеспечение взаимной адаптации спортсменов по стилю взаимодействия. Тренер для обеспечения слаженной работы в команде должен поставить цель, раскрыть эту цель так, чтобы все спортсмены поняли ее одинаково и далее обеспечить условия для совместной деятельности спортсменов и достижения этой единой цели [4].

Поэтому тренер – это, однозначно, профессионал. Что же такое профессионализм?

Профессионализм личности как понятие и продукт современной системы непрерывного образования - сложный ресурс и условие самоорганизации качества решения задач развития личности, включенной в систему непрерывного образования. Опыт деятельности личности определяет самостоятельность и качество управления формированием самостоятельности личности, визуализируется нами через культуры самостоятельной работы, раскрывающей возможности профессионализма педагога в различных аспектах определения, измерения и акмеверификации качества решения профессиональных и профессионально-педагогических задач. Педагогическое моделирование определяет перспективность построения социально и профессионально востребованных продуктов деятельности, что подтверждается системой научного проектирования апробации, продуктивности и инновативности выбора в системе решений и продуктов деятельности педагога и обучающегося [5].

Теория и практика педагогики развития определяют успешность личности следствием качественного выбора условий развития и персонифицированным построением

модели самореализации личности, определяющих через включенность в систему непрерывного образования и учет конкурентоспособности личности и ее продуктов жизнедеятельности в иерархии детерминант и маркеров возможность исследования и измерения научного поиска и научной работы в целом.

Современная педагогика как наука определяет возможность уточнения и детализации качества тех или иных представлений о научности познания объективного в социальном и социально-образовательном пространстве, что гарантирует успешность решения задач [5].

Современная практика изучения основ педагогического знания – сложное поликультурное явление, определяемое на базовой ступени высшего образования через совокупность учебных дисциплин и курсов, первым из которых является курс «Введение в педагогическую деятельность». Именно курс «Введение в педагогическую деятельность» определяет перед будущим педагогом значение терминов «профессия» и «профессионализм». Профессия в этимологическом определении является смыслообразующим конструктом в детализации объективизации словесно-логической модели «объявляю своим делом», а профессионализм – реализуемая ценность и педагогический конструкт, детализируемый по свойствам и моделям в профессиональной деятельности [5].

В нашей жизни нередко появляется стресс, для спортсмена стресс опасен, он влияет на показатели, на общее состояние спортсмена. Как тренеру можно справляться с этим, какими методами?

Спортсмены и тренеры обычно сосредоточены на физической подготовке и дисциплине, чтобы овладеть спортивными навыками. Однако умственные и эмоциональные навыки могут быть столь же важны для успеха в спорте и в жизни за пределами спорта.

Цель спортивной психологии – решить ментальные и эмоциональные потребности спортсменов. Это повышает их общее состояние и их спортивные характеристики на высшем уровне. Сегодня обучение умственным навыкам стало такой же частью ат-

летического успеха, как и сила, и выносливость. Это благодаря движению осознанности и популярности медитации, йоги и практики визуализации в основных средствах массовой информации. Исследование преимуществ медитации осознанности в отношении устойчивости и управления стрессом перенесено в сферу спортивной психологии. И многие спортсмены продолжают извлекать выгоду из обучения навыкам умственных способностей в свою программу обучения фитнесу.

Сфера исследований спортивной психологии продолжает расти по мере накопления научных исследований, но есть некоторые общие области фокуса, используемые большинством практиков спортивной психологии. Эти области, как правило, касаются двух основных аспектов: умственной и эмоциональной подготовки спортсменов.

Повышение производительности: визуализация и умственная репетиция уже давно являются краеугольным камнем исследований и обучения спортивной психологии. Его основное внимание уделяется повышению эффективности спортсмена. Такая практика позволяет спортсмену мысленно готовиться к идеальному сценарию и развивать ментальную «карту» данного результата.

Наука визуализации, также называемая образами или самогипнозом, указывает на то, что воображаемый опыт интерпретируется аналогично реальному событию и, следовательно, ведет к повышению уверенности и повышению компетентности спортсмена. В некоторых исследованиях даже указывается, что визуализация может привести к повышению прочности у спортсменов.

Устойчивость: еще одна область, где тренер может повлиять на спортсмена, это помочь им развить умственную и эмоциональную устойчивость, особенно после серьезной неудачи, потери или травмы. Этот навык необходим для травмированных спортсменов, которые могут поддаться эмоциональному стрессу травм, становясь депрессивными, изолированными или отозванными из команды. Изучение того, как использовать определенные умственные способности для преодоления травмы, и использовать силу ума для облегчения физической реабилитации, может показаться надуманным. Но спортивные психологи и спортсмены нашли реальные преимущества

для практического применения этих умственных навыков, и спортсмены нашли реальные преимущества для практики этих умственных способностей [8].

Мотивация и эмоциональный стресс: любой спортсмен может иногда чувствовать усталость, измотанность или просто отсутствие мотивации, чтобы тренироваться изо дня в день. Но иногда это указывает на более глубокую проблему. Мотивация и отсутствие мотивации – это еще одна область, в которой квалифицированный тренер может вмешаться, чтобы помочь спортсменам понять корень их проблем. Возможно, они физически или умственно устали, перетренировались или даже столкнулись с другими эмоциональными стрессами [8].

Мотивация – это не всегда поиск подходящего музыкального плейлиста или чтение мотивационной цитаты. Иногда реальной проблемой с отсутствием мотивации является психологический, физический или социальный стресс. Квалифицированный тренер может выявить основную проблему и помочь спортсмену разработать стратегию и установить соответствующие цели, чтобы разжечь желание тренироваться [8].

1.2 Анализ структуры воспитательной компетентности

Воспитательная компетентность (педагогическая компетентность) включает в себя несколько компонентов, которые определяют готовность специалиста к осуществлению воспитательной функции.

Компоненты структуры:

- Мотивационно-ценностный. Включает профессионально значимые ценностные ориентации личности, систему профессиональных целей и ценностей.
- Интеллектуальный. Включает систему знаний, умений, навыков, представлений, мировоззрения, познавательных способностей.
- Коммуникативный. Включает способности общения, понимания и взаимопонимания, коммуникативные качества, умения и навыки.
- Творческий. Возможность находить и создавать новое в профессиональной деятельности, действовать оригинально и нестандартно.
- Эмоционально-волевой. Система эмоциональных свойств, способностей творчески использовать эмоциональные ресурсы, эффективно противостоять стрессу.
- Духовно-нравственный. Система смыслов и смысложизненных ориентаций, ценностей, жизненных позиций и моральных установок.

Байденко В.И. определяет профессиональную компетентность как готовность и способность целесообразно действовать в соответствии с требованиями дела, методически организованно и самостоятельно решать задачи и проблемы, а также оценивать результаты своей деятельности – соответствующие навыки, технические приемы. Занимаясь вопросами развития профессиональной компетентности, Введенский В.Н. отмечает, что в качестве подструктур профессиональной деятельности можно выделить коммуникативную, информационную и регулятивную ключевые компетентности. При этом коммуникативная компетентность специалиста выступает как профессионально значимое интегративное качество, основными составляющими компонентами которого являются: эмоциональная устойчивость, экстраверсия, способ-

ность конструировать прямую и обратную связь, речевые умения, умения слушать, умения делать коммуникацию «гладкой»[73].

Современный спорт требует незаурядных способностей от тренера. Он должен владеть всем арсеналом современных знаний, учитывать психологические, социальные, материально-технические и все другие аспекты подготовки спортсмена. Успехи спортсменов во многом зависят от личности тренера – его умений, навыков, педагогического таланта, авторитета, воли, способности к творческому обобщению. По своей сути тренер – это, прежде всего, педагог, к которому предъявляются такие же требования, как и к любому воспитателю.

Мастерство тренера во многом определяется имеющимися у него качествами, которые придают своеобразие его общению с учениками, определяют быстроту и степень овладения им различными умениями. К профессионально важным качествам тренера относятся:

- нравственные (гуманизм, вежливость, честность, требовательность, оптимизм и др.) основывается не только на словесной форме воздействия, но и на личном примере;

- коммуникативные (доброжелательность, общительность, вежливость и т.д.) помогают тренеру устанавливать контакт с учениками в процессе общения, и тем самым, способствуют успеху воспитательной работы тренера;

- волевые (целеустремленность, инициативность, смелость, решительность, выдержка, самообладание) их развитие является предпосылкой успеха в профессиональной деятельности тренера. Все эти качества находятся в тесной взаимосвязи и взаимовлиянии;

- интеллектуальные (ясность и логичность мышления, его критичность; воображение; изобретательность; оперативность мышления) помогают тренеру находить правильные решения в воспитательной работе, обуславливают эффективность творчества тренера, поиска им новых путей в обучении и воспитании.

- психомоторные (быстрота видения, степень концентрации внимания и т.д. быстрое реагирование и переключение на резко меняющиеся условия во время соревновательной деятельности).

Мастерство тренера обнаруживается в специфической интуиции – способности по невидимым для других признакам оценивать выполнение элементов, программ, предвидеть тенденции и прогнозировать развитие спортсмена и спортивного коллектива [14].

Чтобы успешно и грамотно построить занятие, важно иметь развернутое представление о факторах, определяющих эффективность соревновательной деятельности спортсмена. Спортивное совершенствование возможно лишь в условиях регулярного контроля со стороны тренера за уровнем работоспособности воспитанников, за их умением переносить нагрузки, за процессом восстановления и их психическим состоянием. Следя за результатами контроля, тренер обязан своевременно корректировать виды деятельности.

1.3. Психология межличностных отношений как базовое понятие воспитательной компетентности тренера

Взаимодействие тренера со спортсменом предполагает: выбор задач; принятие решений; организацию группы и выбор методов побуждения; осуществление контроля; установление взаимоотношений с учениками; регуляцию поступающей информации; установлении обратной связи с коллективом. Разное осуществление указанных функций предполагает наличие определенного стиля руководства. Можно выделить три основных стиля:

- авторитарный – предполагает строгую организацию группы, жесткую дисциплину. При таком стиле наблюдается хороший прирост результатов, возможна оппозиция спортсменов, уход от тренера;
- демократический – ориентирован на общественное мнение, коллегиальное руководство, распределение полномочий между членами команды. Является наиболее эффективным, разумным и гуманным;
- либеральный – является наименее эффективным, тренер не вмешивается в групповую деятельность, тренировочный процесс проходит без должного контроля и участия тренера [14].

Усиление роли психологии в современном спорте предусматривает необходимость психологической подготовки не только спортсмена, но и тренера. В ходе выступлений спортсменов тренер не менее нуждается в регуляции возникающих неблагоприятных психических состояний, так как переживания приобретают чрезмерно бурный характер, тем самым негативно влияя на выступление спортсмена.

Психологическая подготовка к профессиональной деятельности тренера является процессом формирования системы психических образований (процессов, состояний и свойств личности), обуславливающих личностную готовность и способность к решению педагогических задач. Конечным и закономерным результатом про-

цесса психологической подготовки тренера является сформированная профессиональная готовность к педагогической деятельности.[14]

На примере тренера по силовому троеборью, отметим навыки профессионального развития.

Отправной точкой для понимания эффективной тренерско-преподавательской работы в области силового троеборья является анализ роли необходимых навыков. Тренеры-преподаватели силового троеборья отвечают за улучшение физической, психической и эмоциональной результативности обучающихся. Как правило, это подразумевает разные навыки: эффективное планирование, объяснение, наблюдение, оценку, адаптацию и запись тренировочного процесса. Высокая результативность требует способности эффективно работать в каждой из этих областей. Кроме того, что спортивные результаты зависят от взаимодействия широкого круга факторов, для эффективной и оптимальной работы тренеру-преподавателю силового троеборья необходимо множество глубоких и универсальных знаний. Тренеры-преподаватели силового троеборья, достигшие успехов в одних аспектах подготовки обучающихся, могут быть менее опытны в других. Индивидуальное профессиональное развитие тренера-преподавателя силового троеборья в разных областях необходимо для повышения компетентности.

Эффективность деятельности тренера-преподавателя по силовому троеборью будет рассматриваться через способы мышления по Гарднеру¹ – основы для более глубокого понимания проблем обучения. Это позволит тренеру-преподавателю силового троеборья определить области, оказывающие влияние на уровень спортивных результатов. Далее будет подробно рассмотрен этот подход наряду с последствиями для тренерско-преподавательского образования [16].

Основание для применения подхода – необходимость проявления тренером-преподавателем силового троеборья высокого уровня способностей в различных обла-

¹ГовардГарднер - Американский психолог, известный как автор понятия множественный интеллект, специалист в области клинической психологии и нейропсихологии.

стях, направленных на увеличение результатов обучающихся в динамическом социальном контексте.

Пять способов мышления по Гарднеру:

- 1) дисциплинарное мышление, которое предусматривает одно направление – выделенную область знаний, непосредственно связанную с направлением научной деятельности или профессии;
- 2) синтетическое мышление, которое представлено способностью принять информацию из различных источников и через объективизацию понимания и оценки, объединить сведения для понимания интересов различных групп;
- 3) творческое мышление, объединяющее синтетическое и дисциплинарное для выхода на новый уровень, предлагающее новые способы понимания и новые вопросы для рассмотрения;
- 4) уважительное мышление, включающее в себя способность понимать и взаимодействовать с другими людьми;
- 5) этическое мышление, предоставляющее гарантии, что работа выходит за пределы личных интересов и способствует росту благополучия общества.

Тренеры-преподаватели по силовому троеборью на базе этой структуры могут планировать обучение и профессиональное развитие для повышения своей эффективности. Выделим потенциальные области, которые могут повлиять на тренерско-преподавательскую практику и помочь тренерам-преподавателям силового троеборья расширить видение ситуации.

Дисциплинарное мышление.

Согласно Гарднеру, дисциплинарное мышление предполагает развитие эффективной практики через применение навыков, связанных с профессиональным обучением. Принимая во внимание разнообразие необходимых для тренерско-преподавательской деятельности знаний, маловероятно полное освоение умения тренировать в рамках одной дисциплины. Тренеру-преподавателю силового троеборья очень сложно определить дисциплины, необходимые для роста профессионального

мастерства, и гарантировать обучение каждой из них. В этой связи уместно обратиться в сферу коучинга, чтобы попытаться понять требования для профессионального совершенствования. Werthner&Trudel² разделили знания, необходимые для эффективной тренерско-преподавательской деятельности на 2 вида: знания о спорте (предмете) и педагогические. Применительно к силовому троеборью знания о предмете деятельности могут рассматриваться как принципы, лежащие в основе различных методов тренировки; другими словами, научно-обоснованные рекомендации. Обучение педагогическим навыкам, с другой стороны, подразумевает качество инструкций и обучения, используемых в ходе тренировочного процесса. Несомненно, что для эффективной деятельности тренера-преподавателя силового троеборья необходимы оба вида знаний.

Результаты обучающихся зависят от взаимодействия большого количества связанных между собой факторов. Зная, что делать, тренерам-преподавателям силового троеборья необходимо повысить квалификацию до уровня – как сделать. Педагогическая компетентность рассматривается при профессиональной оценке как ключевая часть опыта тренера-преподавателя по силовому троеборью. Можно утверждать, что мастерство в этой области имеет решающее значение для тренера-преподавателя; и, действительно, многие ведущие тренеры-преподаватели силового троеборья подтверждают важность преподавания в работе. Учитывая важность педагогических навыков для эффективного построения тренировки, можно утверждать, что педагогика должна стать неотъемлемой частью всех программ повышения квалификации [16].

Ключевым навыком тренера-преподавателя по силовому троеборью является способность создать необходимую среду, поддерживающую достижения обучающегося. Вдохновить обучающихся к достижению более высоких результатов, по сравнению с их текущим уровнем – сложная задача, которая требует навыков уважительного мышления. Интересно, что обучающиеся большинство своих решений принимают на основе эмоций, а не научного, рационального мышления, и тренер-преподаватель силового троеборья, способный работать как с рациональными, так и с эмоциональными

²Werthner&Trudel- International Journal of Sports Science & Coaching

проявлениями, может иметь существенные преимущества. Например, Walshetal полагают, что обучающиеся лучше всего реагируют на тренера-преподавателя, который демонстрирует, явную способность и готовность помочь им в достижении целей и устремлений. Подобным образом в других сферах коучинга знания сами по себе не предполагают успех. Это позволяет предположить, что наибольшие проблемы, стоящие перед профессионалами, не столько связаны с технической компетентностью, сколько с взаимоотношениями.

Для устранения этого пробела в тренерско-преподавательском образовании необходимо изучить влияние профессионального развития на связанные с ним навыки: коммуникацию, мотивацию, управление и лидерство.

Практические знания коучинга накоплены, преимущественно, через опыт, овладение тренерско-преподавательским ремеслом требует многократного применения профильных знаний и значительного времени для достижения мастерства [16].

По существу, людям, посвятившим себя решению проблем морального становления и развития спортсменов, необходимо работать над созданием социальной среды, которая моделирует и поощряет одобряемое социальное поведение. Тренеры и товарищи по команде выполняют значительную роль в моральном развитии спортсменов, равно как и в формировании мотивационной и нравственной ориентации отдельных спортсменов.

Тренеры и наставники, которые моделируют и поддерживают специфически автономное моральное поведение, способны оказывать положительное влияние на здоровое моральное развитие спортсменов. Кроме того, спортсмены, которые поддерживают высокие целевые ориентации, как правило, имеют самый высокий уровень собственного морального развития.

Во многих случаях спорт может быть выгодным коммерческим предприятием, но большинство спортивных организаций по-прежнему стараются поддерживать и сохранять неотъемлемую связь с индивидуальным развитием. Иными словами, для тех физкультурно-спортивных организаций, которые созданы и существуют не только для

получения дохода, основная функция деятельности - по крайней мере, в теории - заключается в обеспечении возможностей для индивидуального роста спортсмена (физического, умственного, эмоционального, духовного и т.д.). Кроме того, следует признать, что наиболее значимыми формами и проявлениями личностного роста являются те, которые связаны напрямую с нравственным развитием. Таким образом, тренеры и другие спортивные руководители, которым поручено отслеживать и направлять процессы личностного роста спортсменов, обязаны понимать и применять в своей практике разумные методы, направленные на всяческое поощрение нравственного развития.

На семинаре заслуженного тренера России Н.М. Мозер³ с участием специалистов сборной команды России по фигурному катанию для региональных тренеров в апреле 2018 г. в г. Сочи был проведен опрос, направленный на получение информации о том, какие психолого-педагогические проблемы возникают в работе тренеров с юными спортсменами, а также о содержании и формах работы по их преодолению. В опросе приняли участие 22 тренера. Им было предложено ответить на 3 структурных вопроса путем выбора из предложенных вариантов и дополнить ответы своими вариантами. В опроснике были включены следующие вопросы:

1. С какими психолого-педагогическими проблемами сталкиваются тренеры по фигурному катанию, работающие с детьми?
2. Включение, каких тем в программу семинаров по психолого-педагогической подготовке тренеров было бы интересным и целесообразным?
3. Какие формы работы в данном направлении были бы целесообразны?

Полученные результаты переведены в проценты от общего числа опрошенных, упорядочены по убыванию и представлены ниже.

Тренеры отметили следующие возникающие проблемы:

- излишнее волнение спортсменов, срывы во время соревнований – 73%;

³Российский тренер по фигурному катанию. Её ученики становились победителями и призёрами Олимпийских игр, чемпионатов мира и Европы. Заслуженный тренер России.

- недостаточное внимание и восприятие указаний тренера во время тренировки – 68%;
- недостаточный уровень уверенности в себе у детей – 64%;
- индивидуальные особенности детей (застенчивость, зажатость, повышенная эмоциональность, расторможенность и другие) – 64%;
- проблемы во взаимодействии с родителями спортсменов – 64%;
- формирование у детей мотивации занятий спортом – 59%.

Ответы тренеры дополнили следующими проблемами: проблема «звездной болезни» в раннем возрасте, как справляться с неудачами после большого количества призовых стартов, проблема восприятия молодого тренера подростками и родителями.

При ответе на второй вопрос были получены следующие результаты:

- психологическая подготовка спортсменов к старту. Стартовые состояния спортсменов и их оптимизация – 95%;
- развитие помехоустойчивости спортсменов – 77%;
- влияние пубертатного периода на деятельность спортсменов – 77%;
- эффективное взаимодействие в процессе спортивной подготовки.
- Построение оптимального взаимодействия с родителями спортсменов – 68%;
- состояния утомления и монотонии, их признаки, проявления в деятельности и пути преодоления – 63%;
- регуляция психических состояний. Направления и методы психорегуляции - 59%;
- учет особенностей темпераментами личности спортсменов в спортивной деятельности и организации педагогического воздействия – 59%;
- формирование у детей мотивации занятий спортом – 55%;
- развитие у детей уверенности в себе и адекватной самооценки – 55%;
- методы психологической подготовки в тренировочной деятельности: идеомоторная тренировка – 50%.

Тренерами были предложены следующие варианты: развитие работоспособности у детей и сохранение ее в трудных ситуациях, психологическая подготовка тренера к старту, построение взаимоотношений между спортсменами в группе на начальном этапе подготовки, мотивирование спортсменов на соревнования с заведомо более сильными соперниками, участие родителей в формировании спортивных качеств у детей.

При ответе на вопрос, касающийся форм работы, были получены следующие результаты:

- проведение тематических семинаров с тренерами – 95%;
- разработка и предоставление тренерам информационных материалов для родителей – 86%;
- проведение индивидуальных консультаций для тренеров и детей – 59%;
- проведение занятий по формированию нужных навыков с детьми – 55%.

Тренерами был предложен еще один вариант – проведение индивидуальных консультаций для родителей.

Полученные данные свидетельствуют о высокой заинтересованности тренеров в развитии психолого-педагогической компетентности для успешной работы с юными спортсменами [9].

Успешность педагогической деятельности в модели инновационной педагогики определяется четкостью и многомерностью осознания качества выявления и решения задач развития личности общества, унифицированная модель которых в общедоступной форме может быть определена, как хочу, могу, надо, есть. Инновационная педагогика, как продукт и условие развития современного образования определяет перспективность продуктивных способов и методов решения задач и проблем, современных воспитательно-образовательных и профессионально-трудовых отношений. Все составные детерминированных явлений и процессов определяет в различных плоскостях профессиональной деятельности поле будущих нововведений и интегрированных продуктов развития общества и личности.

Нельзя сказать, что в теории и методике физического воспитания в общих ее основах, а также и в частично предметных ее отраслях (теории и методике гимнастики, легкой атлетики и т. д.) проблеме принципов не уделяется внимания. Изложению их постоянно отводится место в учебниках и учебных пособиях по профилирующим предметам физкультурного образования.

Трудно, однако, найти здесь работы, созданные различными авторами, в которых принципы, регламентирующие деятельность специалиста физического воспитания, излагались бы вполне идентично. Расхождения в их трактовке нередко настолько значительны, что они едва ли могут быть оправданы добротным плюрализмом суждений или другими, так сказать, уважительными причинами. Ведь речь идет о положениях, которые, по сути, обязаны не расходиться в своей объективно принципиальной основе.

Внимательно анализируя имеющиеся тут расхождения, не столь уж сложно прийти к выводу, что во многом они обусловлены различным пониманием самой природы обсуждаемых принципов, а отсюда и различными подходами к их «выведению». Отметим в этой связи три распространенных подхода, каждый из которых в чем-то и не бесплоден, но не обладает достаточной конструктивной силой и может приводить, в конечном счете, к искаженным представлениям. Назовем их условно «дедуктивно-общепедагогическим», «редукционным» и «конгломератно-собираательным».

Первый («дедуктивно-общепедагогический») подход характерен тем, что здесь в качестве «принципов физического воспитания», в том числе и «принципов спортивной тренировки», берутся общие положения педагогических принципов, выдвинутых в первоначальной форме выдающимися фигурами в истории педагогики еще в прошлом веке и ранее. При этом обычно комментируются применительно к физическому воспитанию не все общепедагогические, а главным образом некоторые дидактические принципы, которые изначально формулировались, как известно, в качестве ведущих установок в обучении детей школьного возраста (принципы сознательности и активности, наглядности, доступности, систематичности, прочности и т.п.). Тот факт, что

общепедагогические, причем не только дидактические, принципы значимы и в сфере физического воспитания, конечно же, сомнений не вызывает.

Разумеется, при условии, если они действительно отражают общие закономерности любого процесса обучения и воспитания. Но отсюда никак не следует, что такого рода принципы правомерно рассматривать в качестве специальных принципов физического воспитания. Как раз наоборот: общепедагогические принципы потому являются общими, что они концентрируют в себе лишь те положения, какие в равной мере относятся к любому педагогическому процессу, и отвлекаются оттого, что отличает отдельные виды, формы или разделы воспитания, составляет их специфику. Именно поэтому обращение к общепедагогическим принципам при всем их значении не снимает проблемы разработки и реализации специальных принципов деятельности в сфере физического воспитания, которые отображали бы специфические закономерности этого вида воспитания и тем служили бы здесь конкретным руководством к действию.

«Редукционный» подход к решению данной проблемы чаще всего выражается в попытках вывести такие принципы главным образом на основе материалов физиологии, биохимии и других относительно частных отраслей науки, каждая из которых со своей стороны избирательно анализирует свойства функционирования, строение и развитие организма. Этот подход отчасти тоже традиционен. В последнее время в его духе предприняты попытки, например, дать обновленное изложение «физиологических принципов занятий физической культурой и спортом» и «биологических принципов тренировки».

При этом «естественно» (в силу принятых предметных ограничений рамок биологического, и в частности физиологического, анализа) остаются как бы вне фокуса рассмотрения социальные, социально-педагогические и личностные детерминанты реально-целостного процесса физического воспитания, главные истоки его направленности и системной упорядоченности. Можно ли рассчитывать в таком случае на корректное выведение принципов, призванных интегративно регламентировать деятель-

ность по физическому воспитанию в заданных социальных условиях? Ответ напрашивается сам собой, если принять во внимание, что основные комплексные закономерности физического воспитания, как социально детерминированного процесса, принципиально не могут быть сведены ни к биологическим, ни каким иным закономерностям, кроме закономерностей самого воспитания [26].

Сказанное нисколько не отрицает необходимости и ценности биологического осмысления сути физического воспитания, так же, впрочем, как и важности рассмотрения его различных сторон с позиций иных избирательно-спроецированных отраслей науки. Речь идет лишь о том, что ведущим и доминирующим в определении кардинальных принципов деятельности по физическому воспитанию должен быть не редукционный, а интегративный подход, охватывающий процесс физического воспитания в его реальной целостности. Иначе не избежать редукционных издержек. Кстати, в этой связи есть смысл обратить внимание и на терминологические «нюансы». Такого рода выражения, как «физиологические (в иных случаях биологические, психологические и т.д.) принципы физического воспитания (спортивной тренировки, физкультурных занятий)» едва ли способствуют уяснению сути дела.

Скорее всего, тут правильнее говорить о тех или иных внутридисциплинарных аспектах рассмотрения единых принципов, отражающих объективные закономерности физического воспитания. Это предпочтительнее и потому, что иначе число «принципов» окажется настолько большим (по все возрастающему числу различных отраслевых дисциплин, так или иначе причастных к сфере физического воспитания), что они будут восприниматься практически как не столь уж принципиальные.

В заключение раздела 1.3 хотелось бы обратить внимание на парадокс: Когда натурально целостное дело стремятся рационализировать с позиций слишком многих «дробных» «принципов», у делающих дело возникает впечатление о «беспринципности» регламентирующих положений. Признание этой исходной посылки не ставит под сомнение важность обращения при разработке проблемы к общенаучным идеям, а также к фактологическим данным, полученным хотя и вне сферы физического воспи-

тания, но помогающим осмыслить его закономерности. Тем не менее, только познание и умелое соблюдение последних может быть вполне надежной основой целесообразной деятельности в этой сфере. Ведь на деле цели человека порождены объективным миром и предполагают его, находят его как данное, наличное. Но человеку кажется, что его цели вне мира взяты, от мира независимы («свобода»).

Также большую роль для достижения высоких целей играют стимулы, которые ученик поставил себе сам, то есть он сам себя замотивировал на достижение поставленных целей. Таким образом, если рассматривать понятие мотивации в спортивной деятельности, то оно будет нацелено, в первую очередь, на достижение тех же целей, но с более высокими результатами. Уровень мотивации имеет двойственный характер не только в спортивной деятельности, но и в повседневной жизни. С одной стороны уровень мотивации может быть долговременный, то есть требуется для достижения определенной цели большой промежуток времени, а с другой стороны – ситуативный, который зависит лишь от ситуации, происходящей в данный момент. В спортивной деятельности у мотивации есть одна из важных особенностей, которая нацелена на результативность спортсмена. В напряженных условиях только от мотивированного человека, обладающего выраженной мотивацией, можно получить полную самоотдачу и стремление к поставленной цели или победе. В практике выделяют два вида мотивации: педагогическая и психологическая.

Педагогическая мотивация – это мотивация, которая исходит, непосредственно, от самого тренера. Слова тренера играют огромную роль для спортсмена. В самом начале своей карьеры спортсмены могут столкнуться с психологическими проблемами, и чаще всего в таких случаях в одиночку справиться тяжело. Тогда спортсмену нужна поддержка извне, но этими людьми должны быть не друзья и родственники, а тренер. Ведь именно тренер является для спортсмена тем наставником, чьи слова поддержки и мнение будут наиболее важны. У человека в течении жизни может наступить стадия снижения работоспособности, например, у спортсмена эта стадия выражается в психологической усталости, перетренированности, различных травмах и др. Именно

тренер при составлении тренировочного плана должен учитывать физические способности ученика во избежание травм и растяжений, а также организовать тренировочный процесс так, чтобы спортсмен получал удовольствие и наращивал свой потенциал в спортивной деятельности. Кроме того, тренер, учитывая способности своего ученика, ставит цели перед ним. Ученик должен правильно понимать и сопоставлять свои спортивные возможности со своими целями, а также быть готовым к любому результату. Для истинного спортсмена самое важное стать лучше, чем ты был вчера, то есть улучшить свой результат, победа для него будет лишь приятным бонусом. Но существует такой тип спортсмена как «победитель». Тренировочный процесс для таких людей – лишь путь к победе, которая всегда стоит на первом месте. Тренер ставит долгосрочную цель, которая мотивирует тренироваться, придает уверенности в себе и является мощнейшим толчком для дальнейших успехов и побед. Каждый спортсмен нуждается в моральной поддержке со стороны тренера.

Психологическая мотивация – это мотивация, которая исходит из личностных качеств человека, спортсмена в нашем случае. В социальном обществе часто встречаются люди «одержимые» победой и доминированием люди. Зачастую такая «одержимость», в спортивной сфере, проявляется в желании постоянно одерживать победу. Многие спортсмены, достигшие спортивных высот и добившиеся достижений в своей карьере, теряют мотивацию к развитию своих дальнейших возможностей. В данный промежуток спортивной карьеры огромную роль играет поддержка семьи и близких людей. Поддержка со стороны близких людей поможет избежать потери мотивации, даже обычный разговор помогает отвлечься от проблем. Участие тренера в психологической подготовке спортсмена к соревнованиям или даже к регулярным тренировкам занимает важное место. Прежде всего, тренер помогает в формировании мотивов, побуждающих его стремиться к ней. К каждому ученику нужен индивидуальный подход, для этого необходимо правильно понимать свойства личности и состояние, в котором пребывает спортсмен. Тренер, как человек с опытом за плечами, должен помочь своему ученику раскрыться, правильно и полно использовать свои возможности.

Спортсмен ожидает поддержки и советов от тренера, особенно перед важным соревновательным периодом. И часто для тренера важнее сформировать позитивное отношение к предстоящим соревнованиям, укрепить уверенность, мобилизоваться и настроить ученика на любой исход спортивных событий [37].

Мотивация – это главная характеристика личности спортсмена, которая ведет его к определенной цели, но также мотивация влияет на характер всех процессов, протекающих в организме в ходе деятельности. Недооценка роли мотивационных факторов, учета динамики изменения мотивов спортивными педагогами, тренерами, самими спортсменами часто приводит к тому, что человек оказывается неспособным проявить свои возможности, реализовать ту огромную работу, которую он совершает, занимаясь спортом. В данном случае поддержка со стороны тренера поможет спортсмену поверить в себя. Мотивация является главным инструментом в жизни спортсмена, позволяющий достигать цели на пределе своих возможностей, путем постоянства тренировок, боли и моральных принципов [37].

Тренер является личным примером для своих спортсменов и поэтому важно саморазвиваться.

Саморазвитие особый процесс, который растянут во времени и в пространстве связан с учебой и самой жизнью человека.

Нам нужно определиться, какие же формы саморазвития являются наиболее важными и рассматривают саморазвитие достаточно полно? К ним в основном относят: самоутверждение, самосовершенствование и самоактуализацию. Самоутверждение – это возможность заявить о себе как о личности. Самосовершенствование – это желание достигнуть воображаемый некий идеал. Самоактуализация – найти в себе необходимый творческий потенциал и использовать его в жизни. Все данные формы позволяют выразить себя и реализовать в разной степени. Названные три основные формы саморазвития сильно связаны друг с другом. Первым является самоутверждение. Для совершенствования и актуализации в должной мере, нужно утвердиться в

своих глазах и глазах других. С иной стороны, самосовершенствующаяся и самоактуализирующаяся личность объективно является и самоутверждающейся.

Самоутверждение. В настоящее время самоутверждение становится одной из исследуемых проблем современной науки.

Самосовершенствование - это понятная форма саморазвития. Человек сам стремится стать лучше, стремится к выбранному идеалу, а именно стать хорошим специалистом по выбранной профессии. Иными словами, самосовершенствование – это процесс сознательного управления развитием личности, своих качеств и способностей, которые приводят к тому, что ученик, например, хорошо или отлично учится, принимает активное участие во внеурочной деятельности, и оказывает посильную помощь другим обучающимся. Идеал, обычно, как правило, почти всегда недостижим и понимается каждым человеком по-своему, но если есть тенденция к развитию, она придает осмысленность жизни, насыщает ее полнотой, устойчивостью и определенностью и готовностью к преодолению возникающих трудностей.

В гуманистической психологии личностный рост означает приобретение все большей автономии, независимости личности, стремление к зрелости и психологическому здоровью, или последовательному удовлетворению все более высших потребностей.

В заключение п.1.3 обращаю ваше внимание, насколько важно понятие самооценка, самоценность, потому что, чтобы мотивировать других людей, тренер должен научиться мотивировать себя, работать над собой. Самосовершенствоваться нужно для того, чтобы наиболее полно реализовать себя в жизни, а через самореализацию понять смысл своего существования, смысл жизни, что характерно уже для более высокой формы саморазвития - самоактуализации.

Глава 2. ОРГАНИЗАЦИЯ И МЕТОДЫ ИССЛЕДОВАНИЯ

2.1. Организация исследования

Первый этап информационно - поисковый, обобщался теоретический материал по проблеме исследования, отбирались литературные источники по данной теме, формулировался исследовательский аппарат. Также на первом этапе нами были определены: объект и предмет исследования.

Второй этап исследовательский, проводилось анкетирование, Нами был проведен опрос среди людей в возрасте от 12 до 40 лет, в нем приняло участие 55 человек. Исследование было организовано с помощью Google платформы с февраля по март 2022 года. Анкета состояла из 9 вопросов и проводилась с целью сбора данных о субъективных взглядах и мнений.

Полученные данные были статистически обработаны и представлены в виде диаграмм.

Третий этап в период с октября 2022 года по март 2023 года в МАУ СШ №85 было проведено педагогическое наблюдение, в ходе которого мы наблюдали и анализировали разные методы воспитательной деятельности. Педагогическое наблюдение было направлено анализ разных концепций воспитательной деятельности среди учеников 5-7 классов.

Четвертый этап был направлен на проведение педагогического эксперимента. Постановка цели и задач педагогического эксперимента, разработка научной гипотезы. Педагогический эксперимент проходил в МАУ СШ №85 в период с сентября 2024 по декабрь 2024 года. В эксперименте приняли участие 15 учеников. Педагогический эксперимент был направлен на выявление эффективности компетентностного подхода. Пятый этап стал завершающим в нашей работе. Он был посвящен анализу и статистической обработке полученных данных. Мы установили достоверность результатов, оценили результативность экспериментального метода подготовки и подвели окончательные итоги.

2.2. Методы исследования

Для расширения поставленной цели и задачи, нами были использованы следующие методы исследований:

1. Анализ научно-методической литературы;
2. Анкетирование;
3. Педагогическое наблюдение;
4. Педагогический эксперимент;

Анализ информационных источников – данный метод использовался для уточнения понятийного аппарата, получения информации, исследования основных вопросов связанных с методологией проведения занятий по физической культуре среди учеников 5-7 классов. Так же значительное количество литературных источников было изучено по гендерным особенностям подросткового периода, анализу занятий, эффективность методов коммуникации тренер-обучающиеся

Анкетирование – техническое средство социального исследования, составление, применение и изучение анкет. Нами был проведен социологический опрос в виде анкетирования с целью выявления, каким люди видят своего тренера. Вопросы, включенные в анкету, должны были не только установить необходимость разработки темы, но и дать приблизительную картину того, какое представление люди имеют о профессии тренера.

Педагогическое наблюдение – систематический анализ и оценка индивидуального метода организации образовательного процесса без вмешательства в этот процесс исследователя. Педагогический эксперимент был направлен на анализ разных видов воспитательной деятельности. Наблюдение было не включенным и скрытым

Педагогический эксперимент – основной метод, посредством которого решались задачи исследования и подтверждалась выдвинутая гипотеза.

ГЛАВА 3. КОМПЕТЕНТНОСТНЫЙ ПОДХОД В ПОДГОТОВКЕ СОВРЕМЕННОГО СПЕЦИАЛИСТА

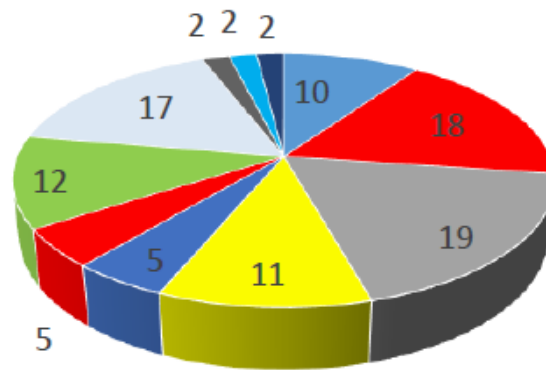
3,1 Реализация компетентностного подхода в работе тренера преподавателя по физической культуре

В период с сентября 2021 по март 2022 мы провели анализ уроков по физической культуре и социальный опрос. Цель анкетирования: установить необходимость коммуникативного навыка с детьми, и дать приблизительную картину того, какое представление дети имеют о профессии тренера. Исследование проходило посредством Google платформы с сентября 2021 года по март 2022 года.

Анкета состояла из 9 вопросов, часть из которых были открытыми. Полученные нами результаты были статистически обработаны и представлены ниже в виде диаграмм.

На рисунке 2 респонденты перечисляли личностные качества, которыми должен обладать тренер:

Личностные качества



- Терпение
- Дисциплина
- Любовь к детям
- Профессионализм
- Доброта
- Вежливость
- Стрессоустойчивость
- Требовательность
- Харизма
- Хорошая физическая подготовка
- Интеллект

Рисунок №2 Личностные качества тренера

Большинство ответили(17%), любовь к детям, стрессоустойчивость (12%), наименьшее количество (2%) ответили, что харизма и доброта

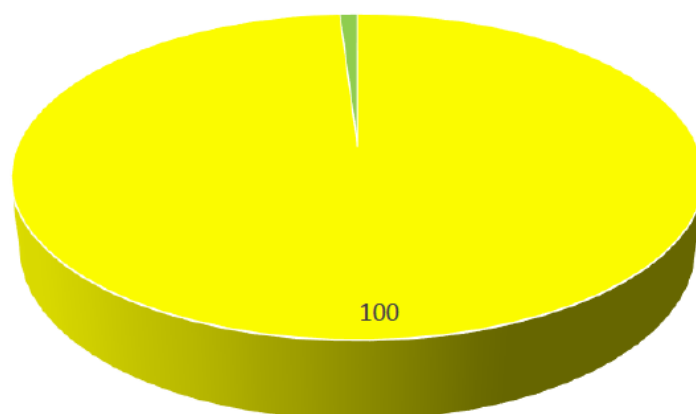
Тренерская мотивация



Рисунок №4 Что такое тренерская мотивация

Большинство (30%) ответили это преодоление трудностей, передаваемый опыт, личный пример, наименьшее количество (6%) ответили, что это жизнь.

Психологическая и моральная поддержка во время подготовки к соревнованиям

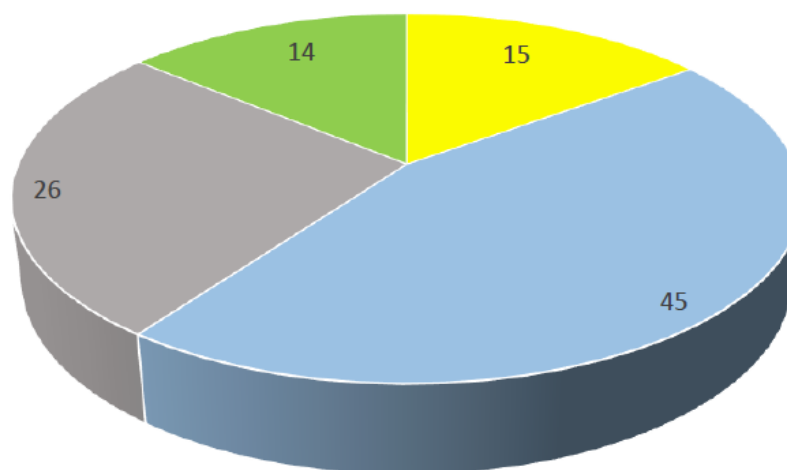


■ Очень важна ■ Не важна ■

Рисунок №5 Важность психологической и моральной поддержки

Большинство(99%) считают Очень важна Не важна 1%

Досуг



■ Очень важно ■ Важно ■ Нейтрально ■ Совсем неважно

Рисунок №6 Досуг с тренером

Большинство (45%) считают, что досуг важен, нейтрально отнеслись(14%), наименьшее количество ответили совсем неважно



Рисунок №7 Профессиональные качества тренера

Большинство(25%) опираются на профессионализм, на опыт (20%), наименьшее количество (17%) ответили на адекватность.

3.2. Выявление

актуальных проблем в отношениях тренер-спортсмен.

В спорте достаточно часто можно наблюдать снижение результатов спортивной деятельности, нестабильность выступлений спортсменов в соревнованиях, их ранний уход из спорта, а так же низкий уровень уверенности в себе и переживание негативных психологических состояний, которые отрицательно влияют как на поведение спортсменов, так и на уровень их производительности, ограничивая их прогресс. Кроме этого во время соревнований спортсмены часто не могут справляться со стрессом, испытывают чрезмерное возбуждение или волнение, подвергаются высоким психологическим нагрузкам, которые в конечном итоге влияют на их психологическое, умственное и физическое здоровье.

Стиль руководства во многом определяет стремление спортсмена к общению с тренером. Если тренер служит для спортсмена примером, является для него авторитетом, привлекает своими человеческими качествами, то спортсмен в большей степени будет стремиться к всестороннему общению с ним, что является показателем благоприятных взаимоотношений между тренером и спортсменом. Немаловажным является и отношение тренера к спортсмену. Установлено, что в том случае, когда тренер видит негативное отношение к себе, низкую оценку своих профессиональных и личностных качеств со стороны спортсменов, он, как правило, негативно и излишне строго относится к своим ученикам. Тренер, способствующий удовлетворению потребностей спортсменов, начинает пользоваться у своих учеников авторитетом и особым расположением. Для достижения высокого уровня взаимодействия между тренером и спортсменом необходима реализация субъект-субъектных отношений.

- обеспечение права каждого участника деятельности на собственное решение;
- создание и сохранение атмосферы творчества участниками взаимодействия;
- стимулирование индивидуального стиля творческой деятельности и самовыражения каждого из субъектов взаимодействия;

- постоянное развитие творческих возможностей педагога и его педагогического мастерства.

Установлено, что в том случае, когда спортсмен занимает субъектную позицию в ходе совместной учебно-тренировочной деятельности, у него развивается способность использовать освоенные способы действий в изменяющихся условиях, самостоятельно оценивать результат деятельности, ставить цели в ходе подготовки. При этом формируются такие личностные качества, как самостоятельность, ответственность, организованность, инициатива.

Анализ спортивной деятельности как системы нормативно одобренных поведенческих актов и поступков позволяет, на наш взгляд, проникнуть в генезис роли спортсмена и рассматривать ее в качестве функции ожиданий.

Принятие ролей – сложный психологический процесс, которым можно управлять при условии знания его закономерностей. Личность, действующая в специфических условиях деятельности, обладает индивидуальными способностями и анализируется как совокупность социальных ролей, исполняемых ею. Согласованность представлений спортсмена и тренера об их отношении друг к другу, разделение и согласованность функций и ролей в процессе осуществления совместной деятельности являются условиями повышения качества тренировочной деятельности.

Таким образом, спортивная деятельность включает в себя широкий спектр человеческих отношений и опосредуется ими. Характер взаимоотношений «тренер – спортсмен» оказывает влияние на успешность спортсмена. Критериальным содержанием спортивной деятельности является личностная значимость деятельности и отношение к ней со стороны спортсмена, а также успешность, определяющаяся качеством этой деятельности, которая может сравниваться с продуктивностью.

Ролевые ожидания спортсменов в индивидуальных и групповых видах спортивной деятельности характеризуют состояние их готовности к действию.

Для наиболее эффективного профессионального взаимодействия со спортсменами тренеру необходимо выбирать оптимальные формы руководства.

3.3. Повышение уровня компетентности тренеров преподавателей по физической культуре

Повышение уровня компетентности тренера-преподавателя-непрерывный процесс, который требует постоянного саморазвития и внедрения современных методик. Некоторые направления, которые помогают совершенствовать компетенции и повышать эффективность учебно-тренировочного процесса:

-Регулярное обновление знаний. Использование курсов повышения квалификации, семинары, тренинги, научную литературу, методические пособия, онлайн-ресурсы.

-Рефлексия и самооценка. Помогают выявить слабые стороны и улучшить методику преподавания. Для этого можно использовать видеозапись тренировок и анализ работы, обратную связь от учеников и их родителей, обмен опытом

-Понимание психологии спортсменов. Это помогает тренеру эффективно мотивировать и поддерживать учеников. Важно владеть техниками эмоциональной регуляции, использовать индивидуальный подход к каждому воспитаннику, формировать уверенность в себе и дисциплину у спортсменов.

-Умение правильно доносить информацию. Необходимо развивать навык публичных выступлений, учиться аргументированно объяснять тактические решения, выстраивать доверительные отношения с учениками и их родителями.

Заключение

Тренер играет важную роль в современном обществе. Он подталкивает человека словом, личным примером достигать вершин. Тренер должен быть профессионалом в той области, которую он преподаёт. Если это спорт, то за его спиной должны быть победы в соревнованиях, другие спортивные достижения.

Чтобы понять психологические особенности спортивной деятельности, необходимо разобраться в характере одного из важнейших ее факторов – личности тренера. Его представляли то, как человека догматичного и грубоватого, стремящегося воспитать такие же качества у спортсменов, находящихся под его началом, то, как неудачника со свистком на шее. В некоторых случаях – это был портрет мужественного человека с сильной волей и высокими моральными принципами, готового защитить своих воспитанников от заблуждений, подготовить к жизни.

Мастерство тренера во многом определяется имеющимися у него качествами, которые придают своеобразие его общению со спортсменами, определяют быстроту и степень овладения им различными умениями. Все сказанное приобретает особую остроту в спорте высших достижений. В этой сфере деятельности наиболее важно знать роль тренера в подготовке спортсмена, стиль его деятельности, профессионально-значимые качества, психические состояния тренера и т.д.

В современном обществе значительно расширяется диапазон психологического изучения субъекта спорта. Соответственно, расширяется спектр психологического познания мира деятельности в сфере спорта. При рассматривании приоритетных задач современной практической психологии встает вопрос о необходимости широкого применения психологического знания в тренерской деятельности. Тренер не должен останавливаться в своём развитии, обязан постоянно совершенствоваться и, обучая детей, учиться сам. Обучаемые не забывают принимать участия в школьных и районных соревнованиях по различным видам спорта.

Занятия физической культурой и спортом – это, прежде всего наиболее рациональный способ подготовить мозг к работе разного характера, где нужны навыки, по-

лученные как в школе, так и в учреждении дополнительного образования. Регулярные занятия спортом обеспечивают решение проблем в повышении устойчивости организма к заболеваниям, развитию когнитивных способностей.

Совершенствование образовательного процесса предполагает создание учебно-воспитательного поля, которое целенаправленно ориентирует личность на самоопределение, саморазвитие, чтобы полноценно проявить себя в дальнейшей жизнедеятельности, в том числе при решении основной установки для спортсмена - достижение высокого спортивного результата. Выполнение задач тренировок, соблюдение режима способствует воспитанию волевых качеств у спортсмена.

Библиографический список:

1. Абакумова Ирина Владимировна; Ермаков Павел Николаевич; Колтунова Елена Аркадьевна. Материалы международной научно-практической конференции «Сабина Николаевна Шпильрейн: ее личность и вклад в психоанализ, психологию развития, клиническую психологию». Символ в контексте психоаналитической и смысловой интерпретации//Russian Psychological Journal 2016. – С. 226-227
2. Коваленкова Александра Дмитриевна; Кожин Владимир Владимирович. Психология спорта//Scientific Cooperation Center "Interactive plus" 2019. –С. 1-3
3. Гутак О.Я., Козырев Н. А., Козырева О.А.. Профессионализм личности как продукт персонификации развития и непрерывного образования//Вестник КемГУ • Серия: Гуманитарные и общественные науки • 2018 • № 1.С. 10-11
4. Воронов Н.А.. Развитие спортивной психологии: психологические методы подготовки спортсменов//Publishinghouse "Sreda" 2019. –С. 2-4
5. Буданова М.В.. Актуальные вопросы повышения психолого-педагогической компетентности тренеров// Государственное бюджетное учреждение «Спортивная школа олимпийского резерва «Воробьевы горы» Департамента спорта и туризма г. Москвы, г. Москва 2018. –С. 1-3
6. Морозова Е.В., Адонина Е.В. Коммуникативная компетентность, как одна из ключевых компетентностей профессиональной деятельности//Белгородский государственный институт искусств и культуры, Байденко, В.И. Компетенции в профессиональном образовании (к освоению компетентностного подхода) / В.И. Байденко // Высш. образование в России. 2004. № 11.
7. Введенский В.Н. Моделирование профессиональной компетентности педагога / В.Н. Введенский // Педагогика – 2003 – №10.
8. Решетова О.В. Коммуникативная компетентность как фактор успешности учебной деятельности. Дисс... канд.пед.наук 13.00.01. Оренбург, 2006. С. 161.

9. Гунич Н. В.. Влияние психолого-педагогических особенностей личности тренера на результативность спортсмена//Белорусский государственный университет, Минск, Республика Беларусь 2019. – С. 2-4
10. Сергеева М.Г..Трудности профессионального развития и способы мышления тренера-преподавателя силового троеборья// Казанский педагогический журнал №3, 2019. –С. 2-7
11. Вяткина Л.Б.; Богданов С.А.. Исследование проблемы общения и взаимодействия « педагога-тренера»в психологии спорта//2019. –С 2-6.
12. Николай И. Каргин; Владимир Г. Свиначенко; Ольга А. Козырева. Инновационная педагогика как продукт и условие развития современного образования//Вестник КемГУ • Серия: Гуманитарные и общественные науки • 2018 • № 3. –С. 2-6
13. Марков К.К. Педагогические, психологическиеи философские проблемы обучения,воспитания и развития в физической культуре и спорте//Монография 2020. – С. 11-13
14. Антоненко М.Н; Кармадонова П.В. Проблемы управления мотивацией спортсмена// Psychologyofsports 2020. – С. 2-5
15. Курбаш М. А. Образ тренера в кинематографе на примере фильма «Тренер Картер»// - С. 1-2.
16. V международная научно-практическая конференция | мцнс «Наука и просвещение» 2019г. Спортивная психология: Восстановление после неудач
17. VI международная научно-практическая конференция | 2019г. Развитие осмысленности жизни старшеклассников посредством библиотерапии.
18. Мурюкина Е.В. Основы работы тренера по воспитанию личности спортсмена//Международный информационно-аналитический журнал. «CredeExperto: транспорт,общество, образование, язык». № 3 (22). Сентябрь 2019. –С. 2-9 .

19. Бернина Ю.С. Формирование управленческой компетентности студентов – будущих спортивных тренеров// Ученые записки университета имени П.Ф. Лесгафта. – 2020. – № 1. –С. 2-6
20. Шевырева Е.Г; Петров А.В; Архипова Д.Н.; Петрова О.В. роль и значение имиджа тренера в работе с юными спортсменами//2020
21. Иванушкина В.М. Активные формы методической работы, как основа совершенствования профессиональной компетентности педагогов-дошкольников
22. Абрамова, Г. С. Психология развития и возрастная психология: учебник для вузов и ссузов / Г. С. Абрамова. — Москва: Прометей, 2018. — 708 с. —
23. Ажиев А.В. Курс лекций по общей психологии: Учеб. Пособие/ Сост. А.В.Ажиев, З.И. Гадаборшева. - Владикавказ, ИПП им. В.Гассиева, 2011 –165 с.
24. Азаров Ю.П. Тайны педагогического мастерства: Учеб. пособие –М.: Изд. Моск. псих. -соц. инст.; Воронеж: изд. НЛО» ИОДЭК», 2004 – 432 с
25. Афанасьев А. Тайм-менеджмент для детей. Мечтай и действуй. – Ростов н/Д.: Феникс, 2017.
- 26 Бадмаев Б. Психология в работе учителя. Книга 2: Практическое пособие по теории развития, обучение, воспитание. М.: Владос. 2004. – 158 с.
- 27 Белова Ю.В. Педагогика [Электронный ресурс]: учебно-методическое пособие / Белова Ю.В. – Саратов: Вузовское образование, 2018. – 83 с.
28. Бермус А. Г. Введение в педагогическую деятельность: учебник. – М.:Директ-Медиа, 2013. –112с.
- 29 Берн Э. Игры, в которые играют люди: психология человеческих взаимоотношений. Люди, которые играют в игры: психология человеческой судьбы. – М., 1997.
- 30 .Бигель Дж. Справляемся со стрессом. М.: Манн, Иванов и Фербер, 2021
- 31 11.Блага, К. Я — твой ученик, ты — мой учитель: Кн. для учителя | К. Блага,
- 32 М.Я. Шебек; пер. с чеш. Д.М. Прошуниной. – М.: Просвещение, 1991. –140 с.

- 33 12.Бордовская, Н.В. Психология и педагогика: Учебник / Н.В. Бордовская, С.И. Розум. - СПб.: Питер, 2018. - 320 с.
- 34 Винниченко, Н.Л. Педагогика. Педагогический процесс в таблицах и схемах : учебно-методическое пособие для вузов / Н. Л.Винниченко. - Федеральное агентство по образованию, ГОУ ВПО ТГПУ. -Томск: Изд-во ТГПУ, 2009. - 59 с.
- 35 .Власова Т. И. Педагогика духовности: содержание и технологии духовнонравственного воспитания. – Москва; Берлин: Директ-Медиа, 2020. – 107 с.
- 36 .Воспитательная деятельность педагога / под ред. В.А. Сластенина, И.А.Колесниковой. – М.: 2006.
- 37 .Гамезо М.В. Атлас по психологии: Информационно- методическое пособие по курсу «Психология человека». М.: Педагогическое общество России, 2001.
- 38 Глазков, Ю. И. Сохранение и укрепление здоровья обучающихся Гл. ред. Ю. И. Глазков. – М.: Про-Пресс, 2009. – 64 с.
- 39 .Горянина В.А. Психология общения: Учеб.пособие. - М.: Академия, 2006 –416 с.
- 40 Грецов, А.Г. Выбираем профессию. Советы практического психолога / А.Г. Грецов. – СПб.: 2008. – 224 с.
- 41 .Губанова М.И. Профессиональная деятельность преподавателя: интеракции и модерация : учеб. пособие / М.И. Губанова, Л.А. Николаева.— Кемерово : КемГУ, 2009. 87 с
- 42 .Гузик М.А. Игра как феномен культуры: учебное пособие. – 2-е изд.,– М.: Флинта, 2012. – 268 с.
- 43 Гуревич, П.С. Психология и педагогика учебник для студентов вузов / П.С. Гуревич. ЮНИТИ-ДАНА, 2017. – 320 с. –
- 44 .Гусева, Т.А. Психология развития учебное издание / Т.А. Гусева. - Бийск: АГАО им. В.М. Шукшина, 2014. – 138с
- 45 .Димитров, Н.Н. Педагогика : учебное пособие / Н.Н. Димитров, Л.В. Важенин, А.В. Семенов. 2012. – 108 с.

- 46 Задорина, О.С. Индивидуальность педагога: учебное пособие для вузов / О.С. Задорина. — 2-е изд., стер. — Москва: Издательство Юрайт, 2020. — 111 с. — (Высшее образование). Юрайт
- 47 .Захарова, И. Ю. Игровая педагогика: таблица развития, подбор и описание игр / И. Ю. Захарова, Е. В. Моржина. — Москва: Теревинф, 2019. — 152 с.
- 48 .Зеер Э. Ф. Психология профессий: учебное пособие. - Москва: Академический Проект, 2015. - 336 с.
- 49 ..Калюжный, А.С. Психология и педагогика [Электронный ресурс]: учебное пособие / А.С. Калюжный.. Саратов: Ай Пи Эр Медиа, 2018. — 322 с.
- 50 Карандашев, В. Н. Методика преподавания психологии: учебник для бакалавров по направлению и специальностям психологии - 3-е изд., перераб. и доп. - Москва: Юрайт, 2015. - 375с
- 51 Кулагина И.Ю., Колуцкий В.Н. Психология развития и возрастная психология. М.: Академический проспект. 2019. — 420 с.
- 52 Никитина, Н.Н. Введение в педагогическую деятельность: теория и практика: учеб. пособие / Н.Н. Никитина, Н.В. Кислинская. — М.:Просвещение, 2004. — 246 с.
- 53 Организация инновационной и проектной деятельности педагога: учебное пособие: в 2-х частях/ сост. М. И. Губанова, Н. А. Шмырева. — Кемерово: Кемеровский государственный университет, 2019. — Ч. 1. Инновационные процессы в образовании. — 95 с.
- 54 Панфилова А.П. Тренинг педагогического общения: учебное пособие /А.П. Панфилова. — Москва: Академия, 2008. — 336 с.
- 55 Преподавание психологии в школе, 3-11 классы: Учебно-методическое пособие / Под ред. И.В.Дубровиной.- М.: Издательство Московского психолого-социального института; Воронеж: Издательство НПО «МОДЭК», 2007.
- 56 .Райс Ф. Психология подросткового и юношеского возраста. - СПб., 2000

- 57 Рогов Е.Г. Психология общения. - М.: ВЛАДОС, 2004 – 336 с.,
- 58 Рогов Е.И. Психология познания. – М.: ВЛАДОС, 2001. - 176 с
- 59 Федосенко Е.В. Помощь подростку. Полное практическое руководство для психологов, педагогов, родителей. – СПб.: Речь; М.: Сфера, 2009. -320с.
- 60 Милорадова, Н. Г. Психология и педагогика : учебник и практикум для вузов / Н. Г. Милорадова. — 2-е изд., испр. и доп. — Москва : Юрайт, 2022. — 307 с.
- 61 Методика преподавания: оценка профессиональных компетенций у студентов : учебное пособие для вузов / В. Н. Белкина [и др.] ; редакция В. Н. Белкиной. — 2-е изд. — Москва : Юрайт, 2022. — 212 с.
- 62 Гребенюк, О. С. Педагогика индивидуальности : учебник и практикум для вузов / О. С. Гребенюк, Т. Б. Гребенюк. — 2-е изд., доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2024. — 410 с.
- 63 Дошкольная педагогика. Эстетическое воспитание и развитие : учебник и практикум для вузов / Е. А. Дубровская [и др.] ; под редакцией Е. А. Дубровской, С. А. Козловой. — 2-е изд., испр. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2023. — 179 с.
- 64 Дошкольная педагогика. Эстетическое воспитание и развитие : учебник и практикум для вузов / Е. А. Дубровская [и др.] ; под редакцией Е. А. Дубровской, С. А. Козловой. — 2-е изд., испр. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2023. — 179 с.
- 65 Гендерная психология и педагогика : учебник и практикум для вузов / О. И. Ключко [и др.] ; под общей редакцией О. И. Ключко. — Москва : Издательство Юрайт, 2023. — 404 с.
- 66 Ильин, Г. Л. Гендерная педагогика: понятие «гендер» и его влияние на воспитание детей Г. Л. Ильин; Министерство образования и науки Российской Федерации, Московский педагогический государственный университет. – Москва МПГУ, 2016. – 44 с

- 67 Бочарова, Н. И. Педагогика досуга. Организация досуга детей в семье : учебное пособие для вузов / Н. И. Бочарова, О. Г. Тихонова. — 2-е изд., испр. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2023. — 218 с.
- 68 Социальная педагогика : учебник и практикум для вузов / Н. А. Соколова [и др.] под общей редакцией Н. А. Соколовой. — 2-е изд., испр. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2023. — 211 с.
- 69 Социальная педагогика. Профилактика безнадзорности и правонарушений несовершеннолетних : учебное пособие для вузов / В. Г. Баженов [и др.] ; под редакцией С. В. Воробьевой, М. А. Мазниченко. — 2-е изд., испр. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2023. — 262 с.
- 70 Прошкина, Е. Н. Молекулярная биология: стресс-реакции клетки : учебное пособие для вузов / Е. Н. Прошкина, И. Н. Юранева, А. А. Москалев. — Москва : Издательство Юрайт, 2022. — 101 с.
- 71 Бороздина, Г. В. Психология и педагогика : учебник для вузов / Г. В. Бороздина. — 2-е изд., испр. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2023. — 477 с.
- 72 Введенский, Вадим Николаевич.
- 73 Введенский В. Н.; Департамент образования администрации Ямало-Ненец. авт. окр. Салехард : ЯНОИУУ, 2001. - 55 с