

МОДЕЛЮВАННЯ ПРОФЕСІЙНОЇ ДІЯЛЬНОСТІ ТРЕНЕРА З ХУДОЖНЬОЇ ГІМНАСТИКИ

Сиваш Ірина, Лахман Юлія

Національний університет фізичного виховання і спорту України

Анотація:

Майстерність кращих тренерів, вивчення їх досвіду, розробка моделей професійної діяльності тренерів з художньої гімнастики дозволяє намітити шлях, який веде до заповітної цілі – високих спортивних результатів. В роботі використано аналіз науково-методичної літератури, систематизація та узагальнення, опитування, педагогічні спостереження за тренувальним та змагальним процесом та анкетування. У статті сформульовані професійні характеристики особистості у діяльності тренера з художньої гімнастики. У моделі врахована діяльність кращих тренерів країни, їх знання, вміння та індивідуальний досвід. Представлені основні складові моделі педагогічної діяльності, що необхідні у тренерській роботі. Виявлено найбільш важливі чинники, що впливають на професійні якості тренера з художньої гімнастики. Розроблено практичні рекомендації, що дозволять визначити тренерам свої недоліки та переваги у роботі, побачити напрямок до самовдосконалення та перспективи досягнення високих результатів. Для того, щоб виконати свої професійні обов'язки, тренеру необхідно знати специфіку обраного виду спорту, зміст посадових обов'язків, критерії, за якими оцінюються його ділові та особистісні якості. У нашій роботі ми намагалися відобразити не тільки модель особистості тренера з художньої гімнастики, а й специфіку цього виду спорту. Також, ми виокремили характеристики та дії, які будуть відповідати сучасним потребам для здійснення тренерської діяльності. Вони повинні глибоко володіти знаннями, які складають предмет їх спеціалізації, підходити до процесу навчання з професійним інтересом, з розумінням завдань, з тверезою самооцінкою своєї професійної підготовленості.

Ключові слова:

моделювання, художня гімнастика, тренер, модель професійної діяльності тренера, модель особистості тренера, педагогічні здібності, педагогічна майстерність тренера.

Modeling the professional activities of a rhythmic gymnastics coach

The skill of the best coaches, the study of their experience, and the development of the model of coaches' professional activity in rhythmic gymnastics allows you to outline the path that leads to a cherished goal – high sports results. We used the analysis of scientific and methodological literature, systematization and generalization, surveys, pedagogical observations of the training, competitive process and questioning. The article formulates the professional characteristics of the individual in the activities coach of rhythmic gymnastics. The model takes into account the activities of the best coaches of the country, their knowledge, skills and individual experience. Presents the main components of the model of pedagogical activity, necessary in coaching. It identified the most important factors that have an impact on the professional qualities of the coach in rhythmic gymnastics. There were developed exactly practical recommendations were that will allow coaches to identify their own shortages and advantages at their work, to see the direction towards self-improvement and the prospects for achieving high results. In order to fulfill his professional duties, the coach needs to know the specifics of the chosen sport, the content of official duties, the criteria by which his business and personal qualities are assessed. In this article, we tried to reflect not only the model of the coach's personality in rhythmic gymnastics, but also the specifics of this sport. What is more, we have identified characteristics and actions that will meet current needs for the implementation of coaching activities. They have to have a deep knowledge that is the subject of their specialization, they must approach the learning process with a professional interest, with an understanding of the tasks, with a sober self-assessment of their professional training.

modeling, rhythmic gymnastics, model of a professional trainer, pedagogical careers, model of the coach's personality, pedagogical abilities and skills.

Моделирование профессиональной деятельности тренера по художественной гимнастике

Мастерство лучших тренеров, изучение их опыта, разработка моделей профессиональной деятельности тренеров по художественной гимнастике позволяет наметить путь, ведущий к заветной цели - высоких спортивных результатов. В работе использованы анализ научно-методической литературы, систематизация и обобщение, опрос, педагогические наблюдения за тренировочным и соревновательным процессом и анкетирования. В статье сформулированы профессиональные характеристики личности в деятельности тренера по художественной гимнастике. В модели учтена деятельность лучших тренеров страны, их знания, умения и индивидуальный опыт. Представлены основные составляющие модели педагогической деятельности, необходимые в тренерской работе. Вывявлены наиболее важные факторы, влияющие на профессиональные качества тренера по художественной гимнастике. Разработаны практические рекомендации, которые позволят определить тренерам свои недостатки и преимущества в работе, увидеть направление к самосовершенствованию и перспективы достижения высоких результатов. Для того, чтобы выполнить свои профессиональные обязанности, тренеру необходимо знать специфику избранного вида спорта, содержание должностных обязанностей, критерии, по которым оцениваются его деловые и личностные качества. В данной работе мы пытались отразить не только модель личности тренера по художественной гимнастике, но и специфику данного вида спорта. Также, мы выделили характеристики и действия, которые будут отвечать современным потребностям для осуществления тренерской деятельности. Они должны глубоко владеть знаниями, которые составляют предмет их специализации, подходить к процессу обучения с профессиональным интересом, с пониманием задач, с трезвой самооценкой своей профессиональной подготовленности.

моделирование, художественная гимнастика, тренер, модель профессиональной деятельности тренера, модель личности тренера, педагогические способности, педагогическое мастерство тренера.

Постановка проблеми. Успіх у спорті значною мірою залежить від тренера, який здатний передбачити результати своєї діяльності, поведінку підлеглого в різноманітних ситуаціях. Це проявляється в розробці планів підготовки та прогнозуванні результатів, випередженні майбутнього спортсмена.

Художня гімнастика є одним із витончених жіночих видів спорту. За лічені хвилини виступу гімнастка демонструє досконалість культури, витонченість рухів та гнучкість, наближену до максимальної. У художній гімнастиці тренер частіше стає другою матір'ю, тому що діти починають займатися змалку, з 4-7 років, а вершин майстерності досягають у 16-19 років. Більшість молодих тренерів шукають відповідь на питання, що необхідно зробити для того, щоб добитися високих результатів своєї діяльності, не роблячи при цьому помилок, які тягнуть за собою розчарування у професії. Готових рецептів не існує. Гімнастика не стоїть на місці, правила змагань постійно вдосконалюються, лідери змінюються, але тренер залишається колишнім. Накопичені протягом багатьох років знання та майстерність кращих тренерів найчастіше залишаються лише у пам'яті їх вихованок. Вивчення досвіду, розробка моделей професійної діяльності тренерів з художньої гімнастики дозволяє намітити шлях, який веде до високих спортивних результатів [1, 2, 4, 5]. У зв'язку з вище зазначеним, обрана тема потребує дослідження, яке виконується відповідно до плану науково-дослідної роботи НУФВСУ на 2016-2020 рр.

Аналіз останніх досліджень і публікацій. Моделювання, як метод дослідження, є одним із шляхів пізнання, за допомогою якого відображаються істотні сторони модельованих об'єктів і процесів для виявлення найбільш ефективних засобів розв'язання поставлених завдань [4]. У діяльності тренера метод моделювання використовується для розробки моделі «найсильнішого спортсмена», спортивної підготовки, моделювання змагальної діяльності [4, 7, 10, 15]. Вивчення багатолітньої практичної роботи дозволило вченим виявити та сформулювати професійні функції, володіння якими необхідне тренерам, тобто модель особистості та модель діяльності [3, 8, 9]. *Модель особистості* – це узагальнений образ, сукупність посадових та суспільних зобов'язань, професійних і ділових якостей, а також соціально-психологічних рис. Під час її створення потрібно враховувати ідейні та вольові риси спеціаліста; його професійні якості, рівень спортивної майстерності та педагогічної зрілості; особливості взаємовідношень з ученицями, колегами, представниками адміністрації, організаторами змагань, судьями та іншими людьми, залученими у сферу професійної діяльності тренера [9]. *Модель діяльності* – характеристика роботи тренера, перелік знань та навичок, необхідних у процесі підготовки спортсменів. Ця модель слугує основним принципом при конструюванні навчальних дисциплін та розробки змісту навчальних програм підготовки та перепідготовки тренерів [4]. Для того, щоб виконати свої професійні обов'язки, тренеру необхідно знати специфіку обраного виду спорту, зміст посадових обов'язків, критерії, за якими оцінюються його ділові та особистісні якості, і т.д.

Мета дослідження – змоделювати професійні якості тренера з художньої гімнастики, які необхідні для досягнення високих спортивних результатів, спираючись на досвід провідних тренерів України. В роботі були використані такі **методи дослідження**: аналіз даних науково-методичної літератури та мережі Інтернет, систематизація та узагальнення, опитування, педагогічні спостереження за тренувальним і змагальним процесом.

Аналіз результатів дослідження та їх обговорення. Тренер у своїй роботі одночасно виховує, навчає, прогнозує, інформує, мобілізує, дисциплінує [8, 13, 15]. Тренер повинен:

- вміти здійснювати відбір здібних дітей у групи початкової підготовки та інші, відповідно до етапу багаторічної підготовки;
- вміти використовувати засоби та методи відбору;
- визначати потенційні можливості функціональних систем організму спортсмена, рівень розвитку спеціальних фізичних якостей, психічну витривалість гімнасток до специфічних тренувальних і змагальних навантажень,
- оцінювати спортивно-технічні результати та їх динаміку;
- повинен знати закономірності розвитку організму дівчат різного віку;

• вміти прогнозувати спортивні результати, знати модельні характеристики гімнасток [2, 6, 11, 12, 14].

Для реалізації своїх професійних обов'язків тренер повинен бути наділений педагогічними здібностями, які визначаються його особистісними якостями і сукупністю знань, умінь і навичок, необхідних для успішної педагогічної діяльності [4]. Педагогічні здібності тренера – це синтез багатьох здібностей, які є передумовами швидкого та успішного досягнення спортивних результатів його ученицями.

Як правило, педагогічні здібності формуються на базі спільних здібностей, таких як спостережливість, розум, пам'ять, увага, творча уява, розсудливість тощо [7, 13]. Педагогічна майстерність тренера – це сукупність умінь, знань і навичок, необхідних для ефективного розв'язання завдань навчання, виховання та спортивного вдосконалення учениць. Цю майстерність формують у процесі навчання майбутніх спеціалістів. Для того щоб відповідати сучасним потребам, вони повинні глибоко володіти знаннями, які складають предмет їх спортивної спеціалізації, підходити до процесу навчання з професійним інтересом, з розумінням завдань, з тверезою самооцінкою своєї професійної підготовленості.

Велику, якщо не головну, роль у роботі тренера відіграє його особистий досвід. І сьогодні не втратили актуальності слова К. Д. Ушинського, який писав: «У вихованні все має бути в основі на особистості вихователя, тому що виховна сила є виток тільки з живого джерела людської особистості. Ніякі статuti і програми, ніякий штучний організм закладу, якби хитро він не був придуманий, не зможе замінити особистості у справі виховання» [12, 14]. Успіх роботи тренера значною мірою залежить від рівня розвитку у нього функціональних компонентів. До них відносяться:

- уміння завжди накопичувати і систематизувати наукові знання, трансформувати їх у навчальні знання на базі спільних закономірностей виховної та навчально-тренувальної роботи;
- складові тренувального процесу команди або окремих спортсменів, спрямовані на досягнення запланованої конкретної цілі чи рівня підготовки;
- схильність до узагальнення власного досвіду роботи спрямована на створення методичних розробок і навчальних посібників;
- комунікабельність, адекватне та коректне встановлення взаємовідносин з командою або спортсменами, з адміністрацією спортивної структури (клубу, комітету) тощо;
- здібність організувати колектив окремо взятих спортсменів або команди, створити у ньому органи самоврядування на період зборів чи змагань, впливати на взаємовідносини у колективі тощо.

Кожна із складових тренерської майстерності важлива, кожен пробіл – мінус у роботі тренера. У педагогіці та психології спорту педагогічні здібності тренера прийнято розділяти на дидактичні, академічні, комунікативні, гностичні, психомоторні, здібність отримати авторитет, здібність передбачення і прогнозування, перцептивні здібності, експресивні, сугестивні, стресостійкі та організаторські [12, 14].

Кожен тренер виконує свої обов'язки у певному притаманному тільки йому стилі діяльності, який виражається у тому, якими способами тренер спонукає колектив до ініціативної та творчої спортивної роботи і як контролює її результати. Стиль діяльності зводиться цілком до особистості тренера і оцінюється як своєрідна форма прояву його індивідуальності. Стилі діяльності тренерів прийнято угруповувати за різними ознаками. Оскільки стиль виражає відношення, які склалися між тренером та спортсменом, то їх складність та розмаїття визначають високу варіативність конкретних стилів діяльності. У процесі психолого-педагогічної діяльності при виконанні тренером своїх функцій та побудові взаємовідносин з великою кількістю людей, він спирається на відповідні принципи, враховує свої власні якості, обирає певні форми та методи, якими користується

для розв'язання поставлених завдань, як перед кожним спортсменом, так і перед колективом. Така діяльність тренера характеризується як стиль діяльності («почерк його роботи»).

У психології спорту прийнято розрізняти наступні стилі діяльності: авторитарний (авторитарний, директивний, твердий, диктаторський); демократичний (колегіальний); ліберальний (потуральний, непослідовно-протирічний). А також перехідні стилі діяльності керівництва: авторитарний, схильний до демократичного; демократичний, схильний до демократичного; ліберальний, схильний до демократичного.

В анкетуванні, що було спрямоване на визначення модельної характеристики тренера з художньої гімнастики, взяло участь 30 тренерів, які мають досвід роботи від 3 до 20 років. Проаналізувавши отримані дані, можна зробити висновки, що 60% тренерів надають перевагу авторитарному стилю у тренерській діяльності, 30% - демократичному та 10% - ліберальному.

За значущістю всі якості, якими повинен володіти тренер були розподілені опитаними тренерами у наступному порядку (рис. 1).

Більшість тренерів поділяють думку, що тренерам-початківцям потрібно володіти такими якостями, як: постійність, прагнення набувати досвід, самовпевненість, норувистість та завзятість, також серед опитаних 80% вважають, що під час тренувального процесу необхідна робота зі спортивним психологом.

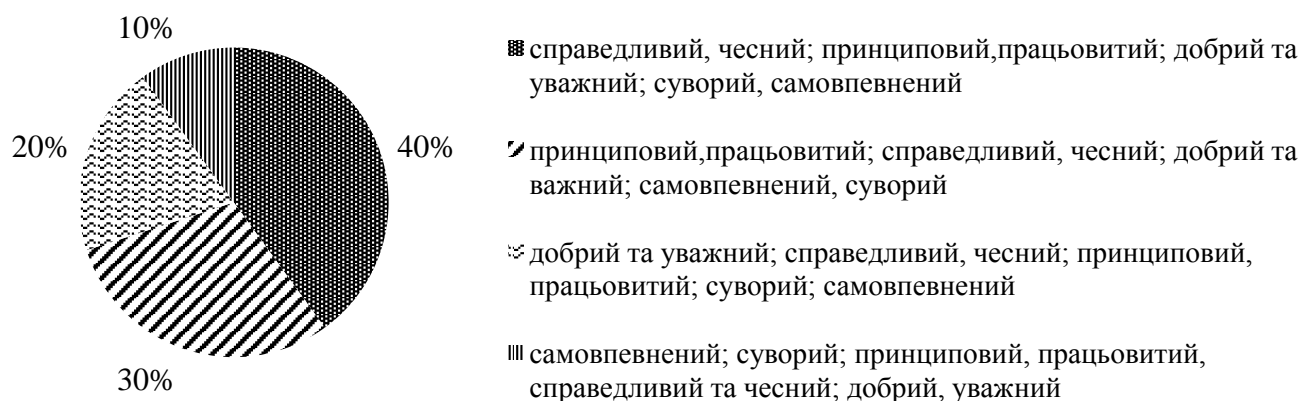


Рис. 1. Якості, якими повинен володіти тренер з художньої гімнастики.

На питання, в якому потрібно було встановити у відсотковому співвідношенні, наскільки важлива комунікація тренера із сім'єю спортсмена: 12 тренерів відповіли – на 80%, 12 тренерів – на 70%, всього лише 3 тренери дали відповідь – на 50% та 3 тренери позначили – на 30%. Серед відповідей про досвід знань: 15 тренерів вважають, що 60% має бути теоретичного досвіду та 40% – практичного; 10 тренерів позначили 50% – теоретичного, 50% – практичного та тільки 5 тренерів відповіли, що 30% становить теоретичний досвід, 70% – практичний досвід. Більшість тренерів серед опитуваних (90%) складають план тренувань на тиждень.

За допомогою опитування виявлено, що для досягнення найвищих результатів тренер повинен володіти як загальними для спортивних тренерів у різних видах спорту знаннями, так і специфічними, які притаманні тільки у художній гімнастиці. Блок професійних знань і навичок включає в себе загальнотеоретичну базову підготовку (відноситься комплекс дисциплін, які формують світоглядний рівень фахівця, включаючи знання з історичних, філософське-правових, соціальних, медико-біологічних, спортивно-педагогічних галузей) і спеціальну теоретичну підготовку (знання з історії, теорії, методики, організації і педагогіки спорту, глибокі знання систем підготовки спортсменів і умов реалізації спортивного результату). Тренер мусить не лише теоретично засвоїти і постійно поповнювати арсенал своїх теоретичних знань, але й навчатися використовувати їх у конкретних умовах

тренувального процесу для виконання визначених завдань, тобто сформувати на теоретичній базі арсенал навичок і умінь. Грунтовні знання техніки і тактики обраного виду спорту, методів і засобів розвитку фізичних якостей, у поєднанні з педагогічними й організаторськими навичками характеризують рівень підготовленості тренера.

Організаційні здібності тренера на будь-якому рівні спортивної підготовки є абсолютно необхідними. Тренер є організатором процесу спортивної підготовки та саме через організацію процесу він може проявити свої знання, досвід, навіть інтуїцію. Інакше як через організацію процесу, тобто інакше як через конкретні дії та вчинки тренер не зможе проявити свої особисті якості.

Всі опитані спеціалісти вказують на велику роль, яку зіграв у їх професійному становленні досвід особистих занять спортом і тренери, які з ними працювали. Найкращі тренери з художньої гімнастики володіють працелюбністю та самовіддачею, організаторськими здібностями, авторським стилем роботи, вміють створити сильну школу з чітко налагодженою системою.

Для досягнення результатів у роботі велику роль зіграли особливі особистісні якості, любов до дітей та виду спорту. Найбільш значущі фактори, які здійснювали вплив на професійні якості тренера були: перший тренер, еталон особистості; досвід особистої спортивної діяльності; рівень мотивації для досягнення успіху; педагогічні здібності; повна самовідданість у роботі; особливі особистісні якості; любов до дітей та виду спорту. У результаті аналізу педагогічних спостережень та опитування провідних тренерів країни модель професійної діяльності тренера з художньої гімнастики представлена на рис.2.

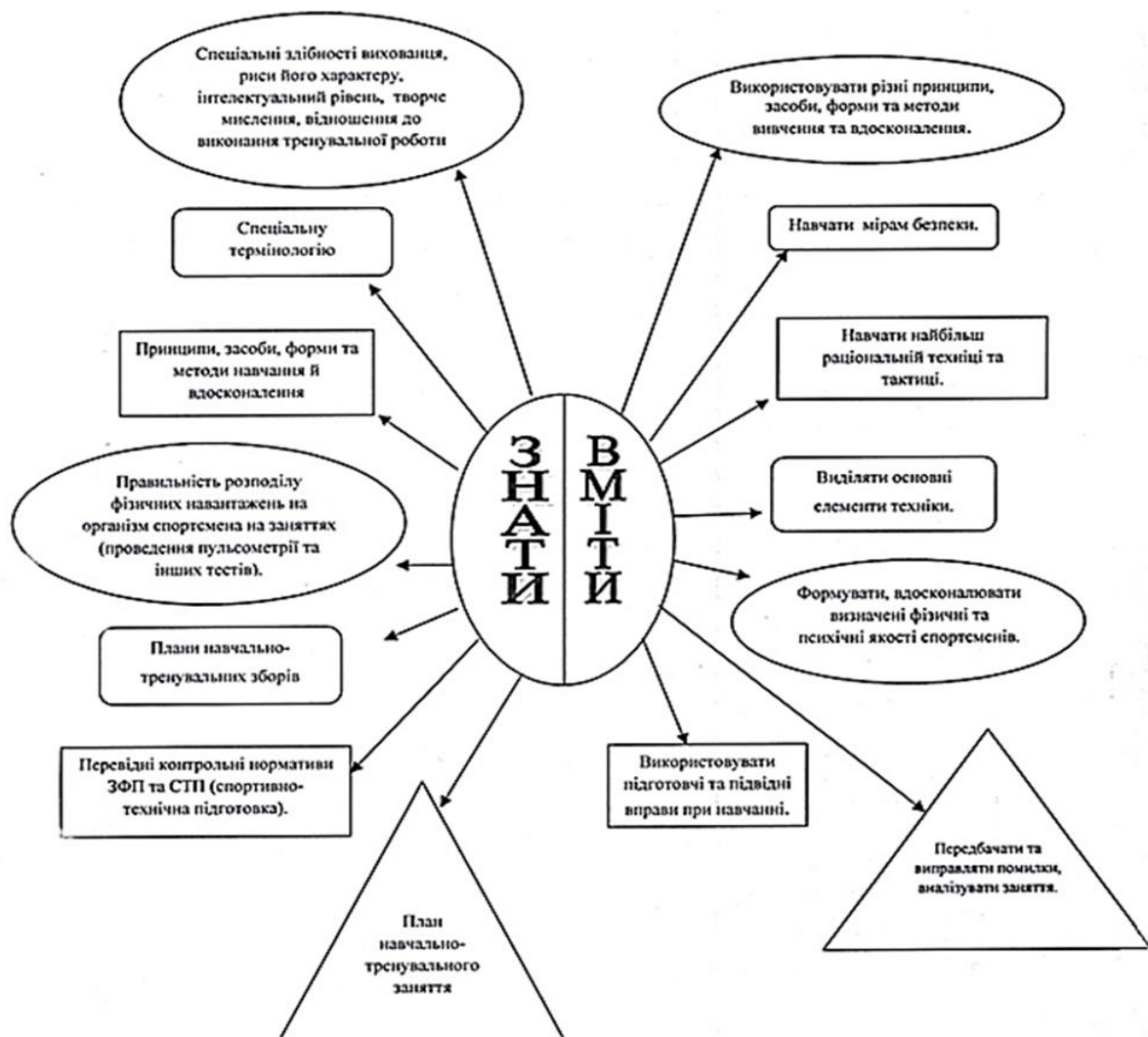


Рис.2. Модель професійної діяльності тренера з художньої гімнастики.

До професійних характеристик віднесено: володіння сучасними технологіями, знання хореографічної бази, рухова культура, музикальна культура та смак, художній смак, здатність до постановки вправи та композиції, педагогічні здібності, знання вікової психології, любов до дітей та виду спорту, організаторські здібності, комунікабельність, знання фізіології. Тренер з художньої гімнастики повинен виконувати наступні функції: планування; контролю та обліку; організаторські, суддівські, представницькі, правові, самовдосконалення, постановочні, навчально-тренувальні.

Висновки і перспективи подальших досліджень. Шкала цінностей тренерської праці в розумінні самих спортсменів постійно змінюється. Якщо на початковому етапі тренувань молоді спортсмени найбільше цінують позитивне ставлення до себе, приємні манери, дотепність наставника, то з часом більшу ціну в очах спортсменів набувають професійні якості тренера, його організаційні здібності, інтелект тощо. В умовах сучасного темпу розвитку науки знання, отримані в навчальному закладі, є лише базою. Для ефективного управління виховним, освітнім та навчально-тренувальним процесом необхідно професійно-педагогічну майстерність підкріплювати емпіричними знаннями. Важливо розуміти, що постійна самоосвіта необхідна для роботи та правильного орієнтування у стрімкому потоці інформації. На підставі глибокого і всебічного вивчення фізичних якостей та спортивних результатів кожного вихованця тренер робить висновки щодо його перспективності. Подальші дослідження будуть спрямовані на уточнення складових моделі, що необхідні у тренерській роботі тренера з художньої гімнастики.

Список літературних джерел:

References:

1. Корх А.Я. Тренер: деятельность и личность: учебное пособие. Москва: Terra-sport; 2000. 120 с.
2. Платонов В.Н., редактор. Олимпийский спорт: в 2 т. Киев: Олимпийская литература; 2009. 696 с.
3. Григоре В. Тренер – центральная фигура в тренировочном процессе женщин, занимающихся художественной гимнастикой как олимпийским видом спорта = The trainer - a central factor in the training process of the women gymnasts in artistic gymnastics as an Olympic sport. International scientific congress The modern Olympic sports; 1997 May 16-19; Kyiv, 1997. с. 70.
4. Платонов В.Н. Система подготовки спортсменов в олимпийском спорте. Общая теория и ее практические приложения: учебник. Киев: Олимпийская лит.; 2015. 2 тома.
5. Плеханова МЭ. Факторы, определяющие соревновательную надежность спортсменок в художественной и спортивной гимнастике. Ученые записки унив-та им. П. Ф. Лесгафта. 2006;(4):17-20.
6. Шинкарук ОА, Сиваш ИС. Художественная гимнастика: отбор и ориентация подготовки спортсменок в групповых упражнениях: монография Киев: Олимпийская лит.; 2016. 120 с.
7. Карпенко ЛА, редактор. Художественная гимнастика: учебник. Москва: Всероссийская федерация; 2013. 345 с.
8. Поліщук І. Незрівнянна Альбіна: 16 березня Альбіна Дерюгіна відзначає ювілей. Олімпійська арена. 2017;(2):26–29.
9. Турішева ЛВ. Професія: учитель. Фізичне виховання в школах України. 2014; (8):14–16.
10. Филин В.П. Теория и методика юношеского спорта: учебное пособие для ин-тов и техникумов физ. культуры. Москва: Физкультура и спорт; 1987. 128 с.
11. Syvash Iryna, Mariaa Balazh, Oleksandr Yurchenko, Yakiv Shcherbashyn, Dmytro Khurtuk, Volodymyr Korkiltsev, Svetlana Nesterova, Yuriy Kyrychenko, Yulia Yakusheva. Technologies of selection, orientation and preparation of athletes in the group exercises of the rhythmic gymnastics. Journal of Physical Education and Sport® (JPES). 2019; Vol 19 (2), Art 42: 281 - 286.
1. Korch A.Y. (2000). Coach: activity and personality: tutorial. Moscow: Terra-sport; 120 p.
2. Platonov V.N., (2009) Editor. Olympic sport: 2 t. Kyiv: Olympic literature.; 696 p.
3. Grigore V. (1997). Coach - the central figure in the training process of women doing gymnastics as an Olympic sport = The trainer is a major player in the artistic gymnastics as an Olympic sport. International scientific congress The Modern Olympic Sports; May 16-19, 1997; Kyiv., p. 70
4. Platonov V.N. (2015). System of training of athletes in Olympic sports. General theory and its practical applications: a textbook. Kiev: Olympic cast.; 2 volumes.
5. Plekhanov M.E. Factors that determine the competitive reliability of athletes in artistic and athletic gymnastics. Scientists are writing notes to them. P. F. Lesgaft. 2006; (4): 17-20 p.
6. Shynkaruk O.A, Syvash I.S. (2016). Artistic gymnastics: selection and orientation of training of athletes in group exercises: monograph Kiev: Olympic cast.; 120 p.
7. Karpenko L.A, (2013). editor. Artistic gymnastics: a textbook. Moscow: All-Russian Federation; 345 p.
8. Polishchuk I. (2017). Unmatched Albina: March 16 Albina Deryugina celebrates the anniversary. Olympic arena.; (2): pp. 26-29.
9. Turysheva L.V. (2014). Profession: teacher. Physical education in schools of Ukraine.; (8): 14-16.
10. Filin V.P. Theory and technique of youth sports: a manual for in-tats and technical schools of a physical. culture Moscow: Physical culture and sports; 1987. 128 p.
11. Syvash Iryna, Marya Balazh, Oleksandr Yurchenko, Yakiv Shcherbashyn, Dmytro Khurtuk, Volodymyr Korkiltsev, Svetlana Nesterova, Yuriy Kyrychenko, Yulia Yakusheva. (2019). Technologies of selection, orientation and preparation of athletes in the group exercises of rhythmic gymnastics. Journal of Physical Education and Sport® (JPES).; Vol 19 (2), Art 42: 281-286.

12. Карпенко ЛА, редактор. Характеристика соревнований и соревновательной подготовки гимнасток. Художественная гимнастика. Москва; 2003.

13. Витриченко Н, Витриченко Е. Не возможное – возможно. Путь на олимп. Т. 1. Львов: Лига-пресс; 2012. 154 с.

14. Гавердовский ЮК, Смолевский ВМ. Теория и методика спортивной гимнастики: учебник. Москва: Советский спорт; 2014. 2 тома.

15. Терехина РН, Винер ИА. Теория и методика художественной гимнастики: подготовка спортивного резерва: учеб. пособ. Москва: Спорт; 2018. 362 с.

12. Karpenko LA, (2003). editor. Characteristics of competitions and competitive training gymnasts. Artistic gymnastics. Moscow.

13. Vitrichenko N, Vitrichenko E. (2012). Not possible - it is possible. The path to the Olympus. T. 1. Lvov: League press; 154 p.

14. Gaverdovsky YK, Smolevsky VM. (2014). Theory and method of sports gymnastics: a textbook. Moscow: Soviet sport; 2 volumes.

15. Terekhina RN, Winer IA. (2018). Theory and method of rhythmic gymnastics: preparation of a sports reserve: study. way. Moscow: Sport; 362 p.

DOI:

Відомості про авторів:

Сиваш І.С.; orcid.org/0000-0001-8548-3133; i_syvash@ukr.net; Національний університет фізичного виховання і спорту України, вул. Фізкультури, 1, м.Київ, 02000, Україна.

Ляхман Ю.І.; orcid.org/0000-0002-5781-6620; yulia.lachman@gmail.com; Національний університет фізичного виховання і спорту України, вул. Фізкультури, 1, м.Київ, 02000, Україна.