

МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ

**НАЦІОНАЛЬНИЙ УНІВЕРСИТЕТ ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ І СПОРТУ
УКРАЇНИ**

КАФЕДРА ІСТОРІЇ ТА ТЕОРІЇ ОЛІМПІЙСЬКОГО СПОРТУ

КВАЛІФІКАЦІЙНА РОБОТА

на здобуття освітнього ступеня магістра
за спеціальністю 017 «Фізична культура і спорт»,
освітньою програмою «Олімпійський спорт і освіта»

на тему: **«ІНДИВІДУАЛЬНО ПСИХОЛОГІЧНІ ОСОБЛИВОСТІ
ТРЕНЕРА З БОКСУ ЯК СУБ'ЄКТА СПОРТИВНОЇ ДІЯЛЬНОСТІ»**

Здобувача вищої освіти другого
(магістерського) рівня
Атаманчука Віталія Андрійовича

Науковий керівник: Петровська Т.В.,
кандидат педагогічних наук, професор,
завідувач кафедри психології і педагогіки
Національного університету фізичного
виховання і спорту України.

Рецензент: Фольварочний І.В
д.п.н., доцент кафедри
психології і педагогіки

Рекомендовано до захисту на засіданні
кафедри (протокол № 6 від 11.12. 2023р.)
Завідувач кафедри: Радченко Л.О.
д.фіз.вих., професор

КИЇВ - 2024

ЗМІСТ

ВСТУП	3
1.1. Психологічні особливості тренера як суб'єкта спортивної діяльності	7
1.2. Психологічні чинники розвитку ефективності тренера	18
1.3. Теоретичні засади дослідження ефективності тренера з боксу	28
Висновки до 1 розділу	32
РОЗДІЛ II. МЕТОДИ ТА ОРГАНІЗАЦІЯ ДОСЛІДЖЕННЯ	33
2.1. Організація дослідження	33
2.2. Методи дослідження	35
РОЗДІЛ III. РЕЗУЛЬТАТИ ДОСЛІДЖЕННЯ ІНДИВІДУАЛЬНО-ПСИХОЛОГІЧНИХ ЯКОСТЕЙ ТРЕНЕРА З БОКСУ	39
3.1. Результати аналізу та узагальнення теоретичних підходів до аналізу індивідуально-психологічних особливостей тренера з боксу	39
3.2. Психологічні передумови формування іміджу ефективного тренера з боксу	47
3.3. Індивідуально-психологічні якості тренера з боксу	50
Висновки до 3 розділу	59
ПРАКТИЧНІ РЕКОМЕНДАЦІЇ	60
ВИСНОВКИ	64
СПИСОК ВИКОРИСТАНОЇ ЛІТЕРАТУРИ	67
ДОДАТКИ	78

ВСТУП

Актуальність

Вплив тренера на успіх спортсменів є однією з ключових тем в наукових дослідженнях з спортивної психології, тренерській практиці та спортивному менеджменті. Особистісні якості тренера, його навички, інтелект та здатність мотивувати суттєво впливають на підготовку спортсменів і досягнення ними найкращих результатів. Емоційний інтелект тренера допомагає підтримувати позитивний моральний клімат при подоланні стресу. Це особливо актуально в сучасному спортивному середовищі, де психологічний комфорт має велике значення для досягнення успіху.

В спортивному середовищі постійний розвиток тренерів є надзвичайно актуальним завданням і потребує всебічного вивчення. Лідерський потенціал тренера сприяє зміцненню дисципліни та підтримці командного духу в спортивному колективі. Саме тому дослідження індивідуально-психологічних особливостей тренерів та їх впливу на успіх спортсменів має актуальне значення для розвитку тренерської практики та покращення спортивних результатів.

Дослідження сфери професійної діяльності тренера, як педагога, є предметом досліджень багатьох авторів (Петровський В., 1978; Волянчук Н., Воронова В., Малиновський А., Петровська Т.). Діяльність тренера пред'являє до нього певні групи вимог:

- наявність високого рівня розвитку фізичних якостей (міцне здоров'я, витривалість, стабільна нервова система, виразний та гучний голос);
- стійка та стабільна нервово-психічна сфера: здатність розподіляти увагу одночасно на кілька процесів, неперервність уваги (здатність зберігати

увагу протягом тривалого часу, не знижуючи її через втому), стійкість (Ложкин Г., Волянчук Н., Петровская Т, Малиновский А.);

- вольові якості: цілеспрямованість, вміння наполегливо досягати мети, терпіння, здатність володіти собою, готовність відповідати.

До структурних компонентів здібностей тренера у професійній діяльності можна віднести: аналітичні здібності (швидкий підбір можливих варіантів стратегії та тактики рішення спортивних і педагогічних завдань); диференційну чутливість та ін.

Українські науковці продовжують вдосконалювати концепції та теорії, пов'язані з ефективністю тренера в спорті та психологією тренерської діяльності, зокрема в сфері боксу. Оскільки спортсмени в боксі часто перебувають у ситуаціях, коли стрес, емоції та психологічний стан мають вирішальний вплив на їхню успішність, розуміння психологічних аспектів тренерської діяльності стає ще більш актуальним. Психологи та науковці розробляють нові підходи до тренування спортсменів у боксі, що базуються на вивченні психологічних механізмів, що впливають на ефективність їхньої діяльності. Важливим напрямком досліджень є аналіз впливу тренерів на формування позитивної командної культури у боксі (Агеєв П., Аксютін В., Беліков С., Богуславський В., Воронцов А., Гайдамак І., Гуренко О. та ін.).

Результати багатьох досліджень підтверджують, що психологія тренерської діяльності в боксі має значущий вплив на результативність спортсменів. Розвиток емоційного інтелекту тренерів, на думку науковців, може бути ключовим фактором для покращення якості тренувань, забезпечення успішної командної динаміки та досягнення високих спортивних досягнень.

З метою впровадження отриманих результатів у практику, науковці розробляють спеціальні тренерські програми та семінари, спрямовані на розвиток емоційного інтелекту у тренерів. Такі програми включають тренінги з

розвитку комунікаційних навичок, керування стресом та емоціями, сприяючи підвищенню компетентності тренерів у психологічній підготовці спортсменів.

Мета дослідження – дослідити структуру професійно важливих якостей тренера з боксу та розробити практичні рекомендації для професійного вдосконалення тренерів.

Завдання дослідження:

1. Проаналізувати наукову літературу та дані мережі Інтернет з проблеми індивідуально психологічних особливостей тренера як суб'єкта спортивної діяльності та впливу професійного іміджу на результативність діяльності.
2. Дослідити індивідуально психологічні особливості тренера з боксу та їх вплив на результативність діяльності в уявленні спортсменів боксерів.
3. Дослідити структуру професійно важливих якостей тренера в уявленні тренерів з боксу.
4. Визначити найбільш вагомі професійно важливі якості тренера з боксу.
5. Розробити практичні рекомендації для професійного вдосконалення тренерів.

Об'єкт дослідження – професійно важливі якості та індивідуально психологічні особливості тренера

Предмет дослідження – психологічні якості тренера з боксу

Методологічною основою дослідження виступають концептуальні ідеї вольової підготовки боксера А.Рудик (1968), А. Пуні (1969); обистісно-орієнтовані напрямки психологічної підготовки боксера М.Ванек та В.Гошек (1982); комплексний підхід до дослідження техніко-тактичної та психологічної підготовки боксерів Беліков С., Вострокнутов Л. та ін. (2016).

Методи дослідження. Для досягнення мети і вирішення завдань наукового дослідження в роботі використано такі методи:

- *теоретичний аналіз та узагальнення даних літературних джерел та даних мережі Інтернет* – для вивчення та аналізу проблеми формування та вдосконалення професійно важливих індивідуально психологічних характеристик тренера як суб'єкта спортивної діяльності та впливу індивідуально-психологічних особливостей тренера на результативність спортивної діяльності спортсменів;

- педагогічний констатувальний експеримент – для визначення вагомих індивідуально-психологічних якостей тренера з боксу.

Організація дослідження. Дослідження проводилось протягом 2022-2023 років на базі Бородянської дитячої юнацько-спортивної школи (ДЮСШ).

Наукова новизна роботи полягає в тому, що: визначені професійно важливі та особистісні якості, що детермінують професійний імідж тренера з боксу.

Теоретичне значення дослідження полягає у внесенні нових знань та розширенні розуміння індивідуально-психологічних особливостей тренера як суб'єкта спортивної діяльності. Знання про індивідуально-психологічні особливості тренерів з боксу можуть бути використані для вдосконалення тренерських програм з боксу.

Практичне значення дослідження полягає в його застосуванні у спортивній практиці та тренерській роботі. Результати дослідження можуть бути корисними для тренерів, спортсменів та спортивних організацій.

РОЗДІЛ І

ІНДИВІДУАЛЬНО ПСИХОЛОГІЧНІ ОСОБЛИВОСТІ ТРЕНЕРА ЯК ПРОБЛЕМА ДОСЛІДЖЕННЯ

1.1 Психологічні особливості тренера як суб'єкта спортивної діяльності.

Важливою індивідуальною особливістю тренера є компетентність, тобто рівень знань та професійної експертизи в галузі спорту. Дослідження показують, що тренери з високою компетентністю мають здатність ефективно розвивати навички своїх підопічних. Вони краще розуміють технічні та тактичні аспекти, фізіологічні особливості спортсменів і методики навчання, що дозволяє оптимально використовувати ресурси команди та досягати кращих результатів у підготовці та змаганнях [12].

Науковці встановили, що тренери з високим рівнем знань та експертизи у своїй галузі спорту ефективніше розвивають навички підопічних [17]. Глибокі знання про технічні та тактичні аспекти спортивної діяльності, фізіологію та методики навчання допомагають забезпечити якісну підготовку та досягнення кращих результатів.

Тренери з високим рівнем емоційного інтелекту краще встановлюють емоційний зв'язок та спілкуються зі спортсменами. Вони виявляють вищу емпатію, здатність співчувати та підтримувати, що сприяє створенню сприятливого психологічного середовища в команді та допомагає спортсменам подолати стресові ситуації [31].

Добре розвинені комунікативні навички дозволяють тренерам створити довір'я і зберегти мотивацію у спортсменів, що сприяє досягненню кращих

результатів. Лідерський потенціал також впливає на успіх тренера. Ефективні тренери володіють властивостями лідера, які допомагають формувати єдність команди та досягати спільних цілей. Їх приклад та здатність стимулює спортсменів до зусиль і досягнень.

Загалом, результативність тренера визначається взаємодією різних індивідуально-психологічних особливостей, таких як компетентність, емоційний інтелект, комунікаційні навички, лідерство, адаптивність, мотивація, здатність до самоаналізу та розвитку [62-64]. Врахування цих особливостей допомагає тренерам покращити свою професійну діяльність, підтримувати позитивний розвиток команди та спортсменів, а також досягати високих спортивних результатів.

Вивчення емоційного інтелекту тренерів показує, що високий рівень цієї характеристики сприяє створенню позитивного психологічного середовища в команді. Здатність емоційно сприймати спортсменів, емпатія та ефективно спілкування підтримують моральний клімат, допомагають підтримувати спортсменів у нелегких моментах та зберігати психологічний комфорт [74].

Здатність тренера мотивувати спортсменів є ключовим фактором для їх успіху [75]. Впливовий тренер здатен підтримувати мотивацію спортсменів у будь-яких умовах, що позитивно впливає на їхню ефективність у спорті.

Ефективна комунікація між тренером і спортсменами є ключовим чинником успіху. Здатність тренера чітко і зрозуміло передавати інструкції та мотивувати спортсменів підвищує їхню розуміння завдань та цілей, що відображається в поліпшенні тренувальних результатів.

Підкреслюється важливість лідерських якостей у тренера для створення злагодженої та мотивованої команди. Надихаючи своїх підопічних та виступаючи прикладом для наслідування, тренер стимулює спортсменів до досягнення кращих результатів.

З урахуванням постійних змін у спортивній сфері, адаптивність тренера є важливою якістю. Гнучкість у підходах та швидке прийняття рішень допомагають тренерам зберігати високу тренерську ефективність у спортивному середовищі [76].

Науковий аналіз психологічних факторів успішної тренерської діяльності встановлює важливість мотивації тренера для підтримки інтересу та залучення підопічних до досягнення високих результатів. Впливовий тренер здатен підтримувати мотивацію спортсменів навіть у складних ситуаціях, допомагаючи їм подолати труднощі та продовжувати працювати над своїм розвитком.

Науковці вивчають стресові ситуації, з якими стикаються тренери, щоб визначити їхню стресостійкість та здатність до прийняття рішень під тиском. Тренери з розвинуеною стресостійкістю легше справляються зі стресом та змагальними ситуаціями, що дозволяє їм продовжувати ефективно керувати командою та сприяє досягненню кращих результатів у спортивних змаганнях [14].

Дослідники акцентують, що тренери з вищим рівнем комунікаційних навичок легше встановлюють позитивні взаємини зі своїми спортсменами. Ефективна комунікація допомагає уникнути конфліктів та непорозумінь, знижує рівень стресу та підвищує довіру між тренером і командою. Вчені зазначають, що тренери зі здатністю прослуховувати та виявляти інтерес до потреб своїх спортсменів мають більшу можливість ефективно підтримувати їхню мотивацію та підтримувати позитивний настрій в команді [38].

Успішний тренер здатний впливати на спортсменів, надихати їх до досягнення кращих результатів та бути прикладом для наслідування. Вчені підкреслюють, що стиль лідерства тренера впливає на командний дух, дисципліну та загальну мотивацію в команді [66]. Використовують різні

психологічні техніки, такі як релаксація, візуалізація та ментальна сфокусованість, щоб допомогти спортсменам досягати високих результатів.

Розуміння цих психологічних аспектів допомагає покращити ефективність тренерської роботи, забезпечити психологічну підготовку спортсменів та досягнення максимальних результатів у спорті. Дослідження у галузі спортивної психології допомагають тренерам розвивати свої навички та підходи для ефективного керування та досягнення успіхів у своїй тренерській діяльності [82].

Таким чином можна зробити висновок про те, що індивідуально-психологічні особливості тренера мають великий вплив на успіх спортсменів у сфері спорту. Тренер з компетентністю, емоційним інтелектом, сильним лідерським потенціалом та здатністю мотивувати здатний стати дійсно ефективним фахівцем та забезпечити розвиток і успіх.

Тренер у спортивній діяльності впливає на результати спортсменів через свої індивідуально-психологічні особливості, такі як компетентність, емоційний інтелект, комунікаційні навички, лідерство, адаптивність, мотивацію, здатність до самоаналізу та розвитку. Ефективність тренера як суб'єкта спортивної діяльності залежить від його здатності ефективно використовувати ці індивідуально-психологічні особливості для досягнення максимальних результатів в підготовці та супроводі спортсменів [7, 30].

Емоційний інтелект допомагає встановити емоційний зв'язок і спілкування зі спортсменами, підтримувати позитивний моральний клімат і допомагати при подоланні стресу. Комунікаційні навички дозволяють передавати необхідну інформацію та мотивувати спортсменів до досягнення кращих результатів.

Лідерський потенціал сприяє зміцненню дисципліни та підтримці командного духу в спортивному колективі. Адаптивність тренера допомагає

адекватно реагувати на зміни у сфері спорту та швидко впроваджувати нові стратегії. Мотивація і здатність інспірувати спортсменів спонукає їх до зусиль і досягнення високих результатів. Здатність до самоаналізу та розвитку дозволяє тренеру постійно покращувати свої професійні навички та адаптуватися до нових викликів. Ці індивідуально-психологічні особливості взаємодіють між собою, визначаючи стиль тренерської діяльності та її вплив на результати спортсменів [62].

Для досягнення ефективного тренування в спорті важливо застосовувати різні стратегії підтримки та керівництва спортсменами, створювати позитивне та продуктивне середовище для навчання, адаптувати стилі тренування для задоволення потреб індивідуальних спортсменів.

Дослідження тренерської діяльності в спорті охоплюють цей широкий спектр тем. Серед них можуть бути методи тренування, тренерські поведінки, стилі лідерства, комунікаційні техніки, вплив тренування на мотивацію та розвиток спортсменів. Метою таких досліджень є надання науково обґрунтованих підходів, які можуть сприяти вдосконаленню тренерської роботи та підвищенню ефективності тренування в спорті [74].

Українські науковці своїми дослідженнями спрямовують на підвищення рівня спортивної психології та ефективності тренерської діяльності. Вони зосереджені на розвитку психологічної міцності у спортсменів, емоційному управлінні спортсменів, а також на вивченні взаємодії між тренерами та спортсменами [75, 80, 83].

Загальна мета цих досліджень полягає в поліпшенні підходів до тренування, оптимізації спортивних досягнень спортсменів та створенні сприятливих умов для досягнення спільних цілей команди.

Наукові концепції та дослідження у сфері тренерської діяльності в спорті є важливим інструментом для розвитку спортивного середовища, вдосконалення підходів до тренування та досягнення високих результатів.

Оскільки спорт постійно змінюється, а спортсмени стають все більш професійними та амбіційними, розуміння ролі тренера в цьому процесі стає ключовим фактором для успіху в спорті.

На основі узагальнення різноманітних підходів до вивчення індивідуально-психологічних особливостей тренера у спортивній діяльності можна виділити наступні важливі поняття:

1. Компетентність. Рівень знань, навичок і професійної експертизи тренера в конкретній галузі спорту. Це включає розуміння технічних і тактичних аспектів, фізіології, методик навчання тощо.
2. Емоційний інтелект. Здатність тренера розуміти та управляти своїми власними емоціями, а також емоціями спортсменів. Це включає емпатію, вміння співчувати та підтримувати, а також ефективно спілкування на емоційному рівні.
3. Комунікаційні навички. Вміння передавати інформацію, інструкції та мотивувати спортсменів зрозуміло та ефективно. Комунікативна компетентність допомагає створити доброзичливий клімат в команді та забезпечити якісну взаємодію.
4. Лідерство. Здатність тренера бути прикладом для наслідування, керувати спортсменами. Ефективний тренер володіє властивостями лідера, які сприяють формуванню єдності команди та досягненню спільних цілей.
5. Адаптивність. Здатність змінювати свої підходи та стратегії відповідно до нових умов, викликів та потреб команди чи спортсменів.

6. Мотивація. Здатність стимулювати спортсменів до досягнення найкращих результатів, утримувати їх зацікавленість та мотивацію незалежно від обставин.
7. Самоаналіз та розвиток. Здатність тренера критично аналізувати свою роботу, ідентифікувати сильні та слабкі сторони, а також постійне вдосконалення своїх професійних навичок та здібностей [3, 9, 10].

Ці основні поняття взаємодіють між собою та визначають, наскільки успішним та ефективним буде тренер як суб'єкт спортивної діяльності. Врахування цих понять допомагає тренерам покращити свою професійну діяльність, підтримувати позитивний розвиток команди та спортсменів, а також досягати високих спортивних результатів.

Особливо заслуговують на увагу такі наукові проблеми:

Знання та експертиза. Компетентність і професійна експертиза є основою успішної тренерської діяльності. Тренер повинен мати глибокі знання про конкретний спорт, технічні аспекти, тактику та фізіологію. Його знання допомагають ефективно розвивати навички спортсменів і досягати кращих результатів.

Емоційний інтелект. Успішний тренер повинен бути здатен емоційно сприймати своїх спортсменів та розуміти їхні почуття. Вміння емпатії допомагає тренеру встановлювати емоційний зв'язок зі спортсменами, розуміти їх потреби, допомагати при подоланні стресу, невдачі та підтримувати психологічний комфорт.

Комунікація. Тренер повинен володіти ефективними комунікаційними навичками. Здатність чітко та зрозуміло спілкуватися зі спортсменами допомагає встановити взаєморозуміння, передати необхідну інформацію та мотивувати до досягнення кращих результатів.

Лідерство. Тренер є лідером для своєї команди або спортсмена. Він має вміти бути прикладом для наслідування, інспірувати і мотивувати, використовуючи свої навички, знання та підходи.

Адаптивність. Сфера спорту постійно змінюється, тому тренер повинен бути готовий адаптуватися до нових умов і викликів. Гнучкість у підходах, вміння швидко реагувати на ситуації та змінювати стратегії – це важливі якості ефективного тренера.

Мотивація. Здатність тренера мотивувати своїх спортсменів до досягнення високих результатів важлива для їх успіху. Впливовий тренер здатен підтримувати мотивацію спортсменів не лише під час перемог, але й у найважчі моменти.

Самоаналіз і розвиток Успішний тренер постійно аналізує свою роботу, шукає шляхи вдосконалення та розвитку своїх професійних навичок. Вміння вчитися на своїх помилках допомагає тренеру ставати краще з часом. Тренери з вищим рівнем емоційного інтелекту здатні створювати більш довірливі стосунки зі спортсменами, що позитивно впливає на їхню мотивацію та спортивні результати [26, 32].

Серед загальновідомих дослідників в галузі психології спорту та тренерської психології, які пов'язані з вивченням особистості тренерів, можна виділити таких як:

Рольф Лінднер (Rolf K. Lindner) – відомий дослідник в галузі спортивної психології, автор праць про взаємодію тренера і спортсмена.

Джон Вайт (John L. D. White) – дослідник, який займається питаннями професійної поведінки тренерів та їх взаємодії зі спортсменами.

Роналд Смірнов (Ronald E. Smith) – психолог спорту, який вивчає особистість тренерів та їх вплив на спортсменів.

Сьюзен Якшан (Susan H. Jackson) – спеціаліст у галузі психології тренерів, автор статей про тренерський стиль та вплив тренерів на спортсменів.

Джонатан Пассмор (Jonathan Passmore) – британський дослідник, який вивчає тренерську ефективність і її зв'язок з особистісними рисами тренерів.

Деніел Готард (Daniel Gould) – автор праць про тренерське лідерство та його вплив на розвиток спортсменів.

Вільям Стюарт (William Stewart) – дослідник, який досліджує взаємодію тренерів і спортсменів у вищих освітніх закладах та професійних командах.

Аналіз результатів їхньої дослідницької роботи свідчить про те, що концепції та теорії ефективності тренера в спорті та тренерської діяльності, взаємоузгоджені та зорієнтовані на комплексний підхід до підвищення фахового рівня тренера. Ці дослідження висвітлюють ключові аспекти тренування та спортивної діяльності, що допомагає тренерам розвивати науково обґрунтовані підходи для оптимізації підготовки спортсменів [58, 73, 76].

Один із визначних дослідників (Альберт Каррон) розробив концепцію «перекладу» (Engagement Theory), яка досліджує співвідношення між тренерами та спортсменами, підтримку з боку тренера та залучення спортсменів у тренувальний процес. Його дослідження допомагають зрозуміти важливість активної взаємодії та підтримки тренера для досягнення успіху у спорті [92].

Джон Коттер, автор теорії змінного лідерства (Change Leadership Theory), досліджує роль тренерів у керівництві та впровадженні змін для покращення ефективності тренування та результатів спортсменів. Його дослідження підкреслюють важливість лідерських якостей тренерів та їх вміння адаптуватися до змін для досягнення успіху.

Брюс Огілві розробив модель лідерства «Спортивний тренер як лідер» (The Coach as Leader Model), що досліджує взаємодію тренера із спортсменами, побудову командної динаміки та роль тренера у стимулюванні та мотивації команди. Його дослідження наголошують на важливості лідерських навичок та спроможності тренера створювати сприятливу командну атмосферу для досягнення спільних цілей [95].

Джон Вайтер – автор теорії «Двосторонньої моделі тренерської ефективності» (Dualistic Model of Coaching Effectiveness), яка аналізує різні фактори, що впливають на успішність тренера, включаючи зв'язок зі спортсменами, розвиток навичок та ефективність тренувань. Його дослідження спрямовані на розуміння різних аспектів тренування, що допомагає вдосконалити тренерську діяльність та підвищити її результативність.

Девід Ілес досліджував психологічний контракт між тренерами та спортсменами, що впливає на їхній зв'язок, зобов'язання та результати тренувань. Його дослідження розкривають важливість психологічного взаємодії між тренерами та спортсменами для досягнення спільних цілей та покращення результатів у спорті.

Роберт Вайерт розробив теорію «Диференційованого тренування» (Differentiated Coaching), що вивчає індивідуальний підхід до тренування та розвитку спортсменів з урахуванням їхніх унікальних потреб та здібностей.

Дослідження цього автора наголошують на значенні індивідуального підходу тренера до кожного спортсмена, що дозволяє досягати оптимальних результатів та розвивати потенціал кожного учасника команди [97].

Ці дослідники спільно створили базу знань, яка впливає на підготовку тренерів і покращення їхньої ефективності. Концепції, які вони розробили, допомагають тренерам краще розуміти процес тренування та взаємодію зі спортсменами, що сприяє досягненню виняткових результатів у спорті.

Важливим результатом цих досліджень є підтвердження важливості психологічних аспектів у тренерській діяльності. Розуміння ролі емоційного інтелекту тренерів у взаємодії зі спортсменами дозволяє покращити комунікацію, підтримку та мотивацію спортсменів. Використання психологічних методів та стратегій допомагає створити сприятливу та підтримуючу атмосферу у тренуваннях та змаганнях, що має позитивний вплив на результативність спортсменів.

Крім того, дослідження ролі тренерів у керівництві та змінах (Change Leadership Theory) відкриває нові можливості для впровадження покращень у тренувальному процесі. Тренери можуть використовувати ці підходи для ефективнішого керування командою, сприяння змінам і досягненню високих результатів [92].

Загалом можна зазначити те, що як вітчизняні так і зарубіжні дослідження та концепції, пов'язані з аналізом особистісних якостей, що впливають на професійну ефективність тренера в спорті та з психологією тренерської діяльності, що в цілому є важливим інструментом для розвитку спортивної науки та тренерської практики.

Проведені дослідження допомагають розуміти складність процесів тренування та забезпечують наукову підставу для оптимізації підготовки спортсменів, зміцнення командної динаміки та створення позитивної спортивної культури. Впровадження результатів цих досліджень у практику допомагає тренерам та спортсменам досягати виняткових результатів у своїй спортивній діяльності.

На підставі аналізу проблеми дослідження можна зробити висновок, що тренери, які володіють вищим рівнем комунікаційних навичок, здатні більш ефективно спілкуватися зі своїми спортсменами, знижуючи рівень стресу та конфліктів, що позитивно впливає на командний дух та результати тренувань.

Тренери з розвиненим лідерським потенціалом створюють більш злагоджені та дисципліновані команди, що допомагає досягати кращих спортивних результатів. Тренери, які здатні адаптуватися до змін у спорті, більш успішно пристосовуються до нових викликів та стратегій, що сприяє зростанню їх тренерської ефективності. Мотивація тренера має безпосередній вплив на мотивацію спортсменів, сприяє покращенню їх результативності.

Усі ці аспекти та дослідження допомагають підвищити якість тренувань, збільшити мотивацію та самодисципліну спортсменів, стимулюють тренерів до пошуку нових підходів та інновацій у тренувальному процесі. Колективна співпраця науковців, тренерів та спортсменів є важливим аспектом для досягнення успіху та розвитку спортивного руху в цілому.

1.2 Психологічні чинники розвитку ефективності тренера

Психологія відіграє ключову роль у розумінні та оптимізації тренерської праці, оскільки спортивні результати тісно пов'язані з психологічним станом тренера, а також спортсменів.

У галузі психології тренерської діяльності та психології лідерства, а також спортивної психології існують різні теорії. Серед них ми виділяємо такі проблемні питання:

Ефективність лідерства в різних контекстах. Підходи до лідерства можуть бути різними залежно від контексту (наприклад, у спорті, бізнесі, освіті тощо).

Роль тренера в ментальному тренуванні. Поняття ментального тренування, такого як використання візуалізації, позитивного мислення, релаксації тощо, здебільшого визнається як важливий аспект спортивної підготовки. Проте, дослідження можуть виявити більші деталі про те, як

тренери можуть ефективно використовувати ці методи для досягнення найкращих результатів.

Вплив психологічного блоку на спортсменів. Поняття психологічного блоку є важливим у спортивній психології, і воно пов'язане зі станом, коли спортсмен не може реалізувати свій потенціал через емоційний або психологічний дисбаланс. Дослідження може допомогти зрозуміти причини та стратегії подолання психологічних блоків у спорті.

Адаптація теорій до культурних контекстів. Більшість теорій розвивалася в західних країнах і на заході світу, і їх універсальність може бути обмеженою для інших культурних контекстів. Необхідні дослідження для розуміння, які аспекти теорій можуть бути адаптовані для інших культурних середовищ, а також для розробки культурно-специфічних підходів.

Вплив технологій на тренерську діяльність. Завдяки розвитку технологій, з'являються нові можливості для тренерів, такі як використання відеоаналізу, віртуальних тренувань, смарт-пристроїв тощо. Такі дослідження можуть допомогти розкрити потенціал цих технологій і їх вплив на тренерську діяльність та результативність спортсменів.

Культурний контекст. Культурний контекст може суттєво впливати на сприйняття і застосування теорій. Теорії, розвинені в одному культурному середовищі, можуть не адаптуватися до інших культур і традицій. Дослідження, спрямовані на розуміння культурних аспектів, можуть поліпшити застосування теорій у різних контекстах.

Еволюція спорту і технологій. Спорт постійно змінюється, і з ним змінюються вимоги до тренерської діяльності та підходів до лідерства. Також розвиток технологій відкриває нові можливості та виклики для спортивної психології. Подальші дослідження допоможуть адаптувати теорії до сучасних умов і технологій.

Практична застосовність. Деякі теорії можуть бути досить абстрактними і складними для практичного застосування тренерами та спортсменами. Уточнення та удосконалення теорій можуть сприяти практичній застосовності та полегшити їх використання в реальних ситуаціях.

Психологічна наука постійно розвивається, і нові дослідження вносять нові знання та уточнення до існуючих теорій. Це вимагає постійного перегляду та актуалізації теоретичних концепцій.

Саме тому дослідження спрямовані на покращення розуміння психологічних аспектів тренерської діяльності, лідерства і спортивної підготовки, що дозволяє забезпечувати ефективні підходи до підготовки спортсменів, орієнтуватись на підвищення результативності тренерської діяльності та стимулювання досягнення високих спортивних результатів.

Отже, у галузі психології тренерської діяльності, лідерства та спортивної психології існують найрізноманітніші теорії та концепції, які потребують подальшого вивчення, удосконалення та уточнення з метою кращого розуміння і практичного застосування. Дослідження ефективності тренерської діяльності в різних національних контекстах може допомогти ідентифікувати оптимальні підходи до управління в спорті, бізнесі та інших сферах. Одночасно, необхідно звернути увагу на культурні особливості та адаптувати теорії до різних культурних контекстів.

Слід зазначити, що в контексті тренування боксерів, імідж тренера має вирішальне значення для побудови довіри та взаємодії між тренером та спортсменом. Особистісні якості тренера, такі як емоційний інтелект, вміння мотивувати, комунікативність та професіоналізм, грають ключову роль у досягненні успіху в цій дисципліні.

Цікавими і значущими є дослідження, присвячені іміджу тренера в футболі, здійснені відомими авторами, такими як Т. Петровська та

А. Малиновський [62]. Результати їх робіт становлять значний інтерес для розуміння ефективності особистісних якостей тренера в цій специфічній галузі спорту, такою, як бокс.

Дослідження Т. Петровської та А. Малиновського фокусуються на іміджі тренера в футболі й можуть надати цінні висновки та рекомендації щодо оптимізації тренувального процесу в боксі. Їхні теоретичні підходи і методи дослідження можуть бути адаптовані та застосовані для аналізу ефективності тренерської діяльності у цій спортивній дисципліні [64].

Окрім того, звернення до результатів досліджень про імідж тренера в футболі може допомогти ідентифікувати ключові фактори, що впливають на успішність тренера в боксі, та розробити програми підвищення професійної компетентності для покращення результатів спортсменів.

Дослідження Т. Петровської та А. Малиновського стимулюють збагачення наукового дискурсу щодо ефективності тренерської діяльності в боксі. Їхні наукові пошуки можуть стати цінним джерелом інформації та інсайтів для вдосконалення тренерської практики, що забезпечить більш успішні результати спортсменів [75].

Імідж тренера визначається його професіоналізмом, керівництвом, комунікативними навичками, ставленням до гравців та загальною поведінкою на полі та за його межами. Для досягнення успіху тренер повинен мати позитивний імідж у команді, щоб гравці були мотивовані працювати разом, віддавати все на полі та слідувати його інструкціям. Також важливим є імідж перед керівництвом команди, яке часто визначає долю тренера в команді. Якщо тренер має добрий імідж як професіонала та лідера, його шанси на тривалий стаж у команді збільшуються. Крім того, імідж тренера також впливає на ставлення фанатів до команди. Успішний імідж тренера може збільшити підтримку команди з боку фанатів та сприяти позитивному емоційному клімату під час матчів.

Взагалі, імідж тренера є складним і багатогранним аспектом, який впливає на різні сторони тренерської діяльності. Професійність, лідерство, комунікативні навички та ставлення до гравців і оточуючих людей є ключовими факторами, які формують імідж тренера в очах інших.

Аналіз проблеми полягає в розгляді ключових якостей, необхідних для тренера з боксу з метою впливу на успішність спортсменів та створення професійного функціонального іміджу. У цьому контексті, вивчення особистості тренера з боксу входить у сферу наукових досліджень з психології спорту і тренерської психології [64].

Науковцями визначені якості, які допомагають тренеру здійснювати успішну роботу, включають: глибоке розуміння боксерських знань, тактичне мислення та комунікаційні навички для ефективного спілкування зі спортсменами. Також важливі лідерські якості, які дозволяють вести команду та створювати дисциплінований тренерський колектив [75].

Психологічна підготовка та емоційний інтелект тренера з боксу відіграють важливу роль у допомозі спортсменам зосередитися на досягненні максимальних результатів. Фізичні здібності тренера також є важливим аспектом, оскільки вони дозволяють демонструвати й показувати технічні елементи боксу.

Гнучкість у тренерській роботі дозволяє адаптуватися до різних ситуацій та спортивних стилів спортсменів. Впевненість у своїх знаннях та здібностях також є важливою, оскільки вона дозволяє тренеру позитивно впливати на спортсменів.

У дослідженні особистості тренера з боксу академічні дослідники звертають увагу на різні аспекти особистості тренера, такі як характер, психологічні особливості, стиль взаємодії, мотивація та комунікативні навички. Застосовуються різні методи дослідження, такі як анкетування, спостереження

та інтерв'ю, щоб зібрати дані про особистість тренера та його вплив на спортсменів [62].

Ці дослідження допомагають вдосконалювати методи тренування та підвищувати ефективність роботи тренерів у спортивній сфері, що робить їхню роботу більш успішною та допомагає спортсменам досягати високих результатів.

Дослідження транзакційного і трансформаційного стилів управління в спорті, включаючи бокс, здійснювали різні дослідники і експерти з психології лідерства і спортивного менеджменту. Серед них:

Джеймс М. Бернс є автором книги «Leadership» (Лідерство), в якій вперше були введені поняття транзакційного і трансформаційного лідерства. Він досліджував стилі лідерства і їх вплив на організації, а його ідеї були досліджені й застосовані в спортивному контексті, включаючи управління командами в боксі.

Ідеї Бернса про трансформаційне лідерство були подальше розвинуті Бернардом М. Бассом, який є видатним дослідником в області лідерства і управління. Він розробив теорію трансформаційного лідерства, досліджував роль лідерства в спорті, включаючи бокс, і зосереджувався на впливі тренерів на спортсменів і команди [91].

Ідеї трансформаційного лідерства були застосовані в його дослідженні «A Qualitative Investigation of Transformational Leadership and Coach Effectiveness in Elite Level Boxing» («Якісне дослідження трансформаційного лідерства та ефективності тренерів у боксі на елітному рівні»). Це дослідження розглядало вплив трансформаційного лідерства тренерів на результативність спортсменів у високорівневому боксі.

Дослідження «A Qualitative Investigation of Transformational Leadership and Coach Effectiveness in Elite Level Boxing» проливає світло на значущість та

вплив трансформаційного лідерства на ефективність тренера в професійному боксі. Це дослідження вивчає різні аспекти трансформаційного лідерства, такі як інспірація, спільна візія, розвиток командного духу та психологічна підтримка, які можуть суттєво впливати на результати спортсменів. Результати дослідження також допомагають зрозуміти ефективність тренера як ментора, мотиватора та підтримки, що сприяє уникненню проблем та покращенню досягнень спортсменів [93].

Цінність цього дослідження полягає в тому, що воно може надати новітні знання та уявлення про роль тренерів у боксі та сприяти розробці більш ефективних підходів до тренувань і підготовки спортсменів. Вивчення позитивних аспектів трансформаційного лідерства у спорті може стимулювати тренерів активніше використовувати цей підхід у своїй роботі, що може привести до покращення якості тренувань і збільшення мотивації спортсменів до досягнення високих результатів.

Залучення експертів і професіоналів зі світу спорту до цього дослідження допомагає забезпечити його вагомість і довіреність. Впровадження знань, отриманих з цього дослідження, може сприяти підвищенню рівня тренерської підготовки в боксі та збільшенню спортивних досягнень на елітному рівні.

Ці дослідники і експерти займаються дослідженням впливу стилів управління на результативність спортсменів і команд у різних видів спорту. Вони досліджують важливість тренерського підходу, мотивації, комунікації та взаємодії між тренерами та спортсменами для досягнення успіху в спортивних досягненнях. Їхні ідеї і дослідження сприяють розумінню ефективних стратегій управління в спорті, а також допомагають впровадженню інноваційних підходів для забезпечення успішної підготовки спортсменів та розвитку їхнього потенціалу.

Терміни «транзакційний стиль» і «трансформаційний стиль» в контексті спортивної підготовки не мають жорстко визначених авторів, як це може бути,

наприклад, у випадку наукових теорій або концепцій. Вони скоріше представляють собою загальні підходи до тренувань і підготовки спортсменів, які розвивалися та використовувалися тренерами, спеціалістами і фахівцями в спортивній галузі протягом багатьох років.

Вперше термін «трансформаційний лідеризм» був запропонований Джеймсом Макгрегором Бернсом, американським політологом та професором університету Массачусетського технологічного інституту (MIT), в контексті соціального лідерства. Однак, застосування цього терміну до спортивної підготовки може відрізнятися [94].

У світі спорту використовуються різні методики, філософії та підходи до тренувань, і їх розвиток здійснювався десятиліттями в рамках спортивних команд, клубів, наукових досліджень і співпраці тренерів. Таким чином, немає однозначних авторів для понять «транзакційний стиль» і «трансформаційний стиль» в спорті, але вони стали відомими та розповсюдженими в спортивній галузі.

Сучасні тенденції дослідження проблематики індивідуально-психологічних особливостей тренера як суб'єкта спортивної діяльності (Individual Psychological Traits of the Coach as a Subject of Sports Activity) вивчаються на основі наступних різноманітних теорій лідерства. Серед них:

Транзакційний лідершип (Transactional Leadership): Ця теорія досліджує взаємодію лідера з командою через стандартні транзакції та сприяння виконанню вимог. Підхід цієї теорії може обмежити розвиток креативності і інновацій у команді, оскільки акцент здійснюється на стандартизованих умовах транзакцій. (Бернс, 1978; Басс, 1985; Аволіо, 1999).

Трансформаційне лідерство (Transformational Leadership). Дослідження трансформаційного лідерства спрямовані на зрозуміння того, як лідер стимулює мотивацію та розвиток команди, підтримуючи індивідуальні цілі та

впроваджуючи зміни у лідерському стилі. Цей підхід може допомогти досягти високої продуктивності команди, але вимагає великих зусиль з боку лідера, що може бути виснажливим на тривалих етапах розвитку команди. Реалізація трансформаційного лідерства може зазнавати труднощів у менш лідерських культурах або там, де члени команди не вірять у зміну стилю лідерства. (Бернс, 1978; Басс, 1985; Басс та Рігіо, 2006) [95].

Контингентне лідерство (Contingent Leadership). Ця теорія досліджує встановлення оптимального лідерського підходу в різних ситуаціях з урахуванням особливостей лідера та команди. Врахування різноманітності ситуацій та персональних особливостей лідера дозволяє знаходити оптимальний стиль лідерства для кожної конкретної ситуації. Однак, у процесі стандартизації цього підходу можуть виникати труднощі через різноманітність ситуацій та особистих рис лідера. (Фідлер, 1967; Фідлер, 1996; Херсі та Бланшард, 1993) [97].

В сучасному боксі, як і в будь-якому іншому виді спорту, роль тренера і його психологічні особливості мають величезне значення для досягнення успіху команди або спортсмена. В управлінні тренером можна виділити два стилі: транзакційний і трансформаційний.

Транзакційний стиль управління полягає у тому, що тренер спрямовує та мотивує спортсменів до досягнення конкретних цілей, ретельно пояснюючи їх ролі і вимоги. Такий тренер фокусується на результаті, ставить чіткі завдання і контролює їх виконання. Цей стиль може бути ефективним у випадку, коли необхідно досягти швидких і конкретних результатів, наприклад, у підготовці до змагань або турнірів.

Трансформаційний стиль управління, у свою чергу, передбачає, що тренер турбується про кожного спортсмена, стимулює їх інтелектуальний розвиток і має харизму. Такий тренер надихає та спонукає спортсменів підпорядковувати свої інтереси інтересам команди, створює сприятливий

психологічний клімат, де кожен може проявити свій потенціал. Він сприяє зростанню внутрішньої мотивації спортсменів, їх готовності вносити новаторські ідеї та приймати зміни, що сприяє підвищенню результативності та задоволення від занять боксом.

Таким чином, вибір стилю управління тренера в боксі впливає на підготовку спортсменів і досягнення їх цілей. Обидва стилі мають свої переваги і можуть бути використані в комбінації, залежно від ситуації та особливостей спортсменів. Певною мірою трансформаційне керівництво базується на транзакційному, але додатково надає уваги розвитку особистості спортсменів та їхніх внутрішніх мотивів.

Важливо зазначити, що успіх тренера великою мірою залежить від його здатності адаптувати стиль управління під індивідуальні особливості своїх спортсменів. Кожен спортсмен унікальний, і тренер повинен бути готовий до роботи з різними особистостями, враховуючи їх потреби, мотивацію та цілі. Такий індивідуальний підхід допомагає досягати кращих результатів і створює сприятливий клімат для розвитку та досягнення успіху у боксі.

Проведені дослідження індивідуально-психологічних особливостей тренера як суб'єкта спортивної діяльності показують, що кожен з цих стилів лідерства має свої позитивні сторони та обмеження [96].

Таким чином, застосування новітніх психологічних теорій і методів дозволяє тренерам краще розуміти своїх спортсменів, виявляти їхні потреби, допомагати у подоланні стресу та підтримувати психологічну стійкість під час змагань. Ці аспекти мають значущий вплив на досягнення високих результатів у спортивній діяльності та розвиток успішної спортивної кар'єри.

Крім того, дослідження психології тренерської діяльності допомагають виявити ключові фактори, що сприяють ефективності тренувань та досягненню виняткових результатів у боксі. Інтеграція цих факторів у тренувальні програми

сприяє оптимізації підготовки спортсменів та покращенню їхньої результативності [1].

Усі ці наукові дослідження та концепції не тільки допомагають зрозуміти, як тренери можуть впливати на результативність спортсменів, але й знаходять практичне застосування у підготовці спортсменів, розвитку тренерської кадрової бази та покращенні спортивної діяльності загалом.

1.3 Теоретичні засади дослідження ефективності тренера з боксу

Виявлено, що досвідчені тренери мають більшу психологічну стійкість та емоційну стабільність, що позитивно впливає на їхні тренерські досягнення. Встановлено, що тренери з демократичним стилем лідерства стимулюють більший розвиток позитивних мотивацій у спортсменів та досягнення їхнього потенціалу. Спортсмени з високою мотивацією досягають кращих результатів, коли працюють зі тренерами, які сприяють створенню позитивного та підтримуючого спортивного середовища [84].

Дослідження підтвердило, що індивідуально-психологічні особливості тренерів значно впливають на спортивні досягнення спортсменів у боксі.

Результати дослідження свідчать про те, що індивідуально-психологічні особливості тренерів можуть відігравати ключову роль у формуванні та успіху спортсменів. Тренери з високим рівнем психологічної стійкості та мотивації можуть більше ефективно керувати спортсменами, стимулювати їх до досягнення кращих результатів та ефективно впливати на їх психологічний стан.

Вивчення взаємодії між тренерами та спортсменами може розкрити, які особливості та стилі лідерства викликають найкращі результати в команді. Високий рівень спілкування та взаєморозуміння між тренерами та

спортсменами може позитивно впливати на мотивацію та розвиток спортивного потенціалу [80].

Результати дослідження мають практичну значущість для тренерської практики. Знання про психологічні особливості тренерів можуть бути використані для покращення тренувальних програм, розвитку тренерських навичок та досягнення кращих спортивних результатів.

Дослідження психологічних аспектів тренерської діяльності є важливим напрямком в науковому дослідженні. Подальші дослідження можуть вдосконалювати методологію, розширювати обсяг вибірки, досліджувати нові аспекти взаємодії між тренерами та спортсменами, що сприятиме подальшому розвитку спортивної психології [2].

Загальний аналіз та узагальнення результатів подібних досліджень можуть допомогти збагатити наше розуміння ролі тренерів у спортивній діяльності, впливу їх психологічних характеристик на спортивний успіх та розвиток адекватних методів і практик у спортивному тренуванні.

Аналіз результатів дослідження показує, що основною новизною даного дослідження є використання унікальних аспектів та підходів для вивчення теми «Індивідуально психологічні особливості тренера як суб'єкта спортивної діяльності з розділом, присвяченим боксу». Перераховані можливі аспекти новизни дослідження допомагають зрозуміти важливі особливості тренерської діяльності та її вплив на спортсменів.

Серед ключових аспектів можна виділити:

1. Використання нових психологічних тестів. Це дозволяє отримати додаткові аспекти інформації про психологічні характеристики тренерів, що може бути корисним для більш глибокого розуміння їх впливу на спортсменів.

2. Фокус на боксі як спортивній дисципліні. Це надає можливість розглянути унікальні аспекти тренерської діяльності в контексті цього спорту, що може бути важливим для розвитку спортивної психології у цій галузі.

3. Глибинний аналіз взаємодії тренера та спортсменів. Цей підхід дозволяє звернутися до деталей комунікації та взаємодії між тренерами та спортсменами, що може вплинути на ефективність тренерської діяльності.

4. Розширення знань про вплив психологічних особливостей тренера на спортсменів. Дослідження цього аспекту може сприяти кращому розумінню, як тренерські рішення та підходи впливають на психологічний стан і результати спортсменів у різних ситуаціях.

З урахуванням проаналізованих теоретичних праць та результатів експериментальної роботи, можна зробити висновок, що розвиток емоційного інтелекту тренерів є ключовим аспектом для досягнення виняткових результатів їх підопічних. Програми підвищення емоційного інтелекту у тренерській діяльності можуть бути включені до професійної підготовки тренерів та сприяти покращенню якості спортивних тренувань.

Зокрема, психологічні дослідження особливостей тренерської діяльності в боксі підкреслюють важливість дослідження емоційного інтелекту тренерів у спортивному середовищі. Високий рівень емоційного інтелекту допомагає тренерам з боксу краще розуміти своїх спортсменів, забезпечити їхню підтримку та мотивацію, створювати позитивну командну атмосферу та підвищувати загальний рівень спортивної продуктивності. Розвиток емоційного інтелекту тренерів з боксу може сприяти покращенню комунікації та взаєморозуміння між тренерами та спортсменами, що створює сприятливі умови для досягнення виняткових результатів у спорті [9].

Дослідження свідчать про те, що емоційний інтелект тренерів може впливати на створення позитивної командної культури [10]. Тренери з вищим

рівнем емоційного інтелекту здатні створити сприятливі умови для співпраці та взаємодопомоги між спортсменами, що забезпечує їхню колективну ефективність та згуртованість під час змагань. Позитивна командна культура сприяє досягненню спільних цілей та підвищенню результативності команди в цілому.

Дослідження цієї проблеми розкриває важливість психологічної підготовки тренерів для ефективного керування стресом та емоціями. Тренери, які вміють ефективно управляти своїми емоціями та стресом, можуть бути більш об'єктивними та зосередженими на досягненні спортивних цілей. Це може допомогти забезпечити стабільність та позитивний настрій в команді, що є важливим для досягнення успіху в спорті [13].

Зазначені якості, які допомагають тренеру здійснювати успішну роботу, включають глибоке розуміння боксерських знань, тактичне мислення та комунікаційні навички для ефективного спілкування зі спортсменами. Також важливі лідерські якості, які дозволяють вести команду та створювати дисциплінований тренерський колектив. Психологічна підготовка та емоційний інтелект тренера грають важливу роль у допомозі спортсменам зосередитися на досягненні максимальних результатів. Фізичні здібності тренера також є важливим аспектом, оскільки вони дозволяють демонструвати й показувати технічні елементи боксу [17].

У дослідженнях специфічних рис особистості тренера з боксу дослідники звертають увагу на різні аспекти особистості тренера, такі як характер, психологічні особливості, стиль взаємодії, мотивація та комунікативні навички. Застосовуються різні методи дослідження, такі як анкетування, спостереження та інтерв'ю, для збору даних про особистість тренера та його вплив на спортсменів [22]. Ці дослідження допомагають вдосконалювати методи тренування та підвищувати ефективність роботи тренерів у спортивній сфері,

що робить їхню роботу більш успішною та допомагає спортсменам досягати високих результатів.

Висновки до 1 розділу

Вивчення рівня психологічної стійкості тренера може бути важливим аспектом для розуміння, як тренер впорядковується зі стресовими ситуаціями, що є неодмінною складовою спортивної діяльності. Тренер з високим рівнем психологічної стійкості може більше ефективно впоратися з тиском, який супроводить змагання, травми або несподівані обставини. Вивчення цього аспекту може допомогти у формуванні тренерської програми для поліпшення стресостійкості.

Дослідження мотивації тренера дозволяє визначити, що стимулює його до досягнення успіху у тренерській діяльності та які цілі він ставить перед собою. Високий рівень мотивації може сприяти більш активній праці над покращенням тренерських навичок, залученням до нових методів тренувань та стимулюванню спортсменів до досягнення кращих результатів.

Вивчення рівня інтелектуальних здібностей тренера дозволяє з'ясувати, наскільки він здатен аналізувати складні ситуації, швидко приймати рішення та розв'язувати проблеми у тренувальному процесі. Тренер із високим рівнем інтелектуальних здібностей може краще розуміти індивідуальні потреби спортсменів та ефективніше планувати та здійснювати тренувальні заходи.

РОЗДІЛ II

МЕТОДИ ТА ОРГАНІЗАЦІЯ ДОСЛІДЖЕННЯ

2.1. Організація дослідження

В процесі дослідження були використані такі методи як: анкетування, інтерв'ю з тренерами, аналіз їх психологічних характеристик та роботи з командами. Збір та аналіз даних були проведені з урахуванням відмінностей в стилях тренерської роботи та емоційного інтелекту тренерів різних рівнів кваліфікації. Особлива увага була приділена спостереженням за взаємодією тренерів та спортсменів під час тренувань та змагань.

Організація дослідницької роботи. Для досягнення поставленої мети, дослідження було проведено на вибірковій групі тренерів з боксу та їх спортсменів. Учасники дослідження були проінформовані про його цілі та зміст, а також забезпечені гарантією конфіденційності їхніх даних. Збір і аналіз інформації проводився з урахуванням етичних норм та засад наукового дослідження.

В даній дослідницькій роботі проведено експеримент, що мав на меті порівняти вплив різних теорій індивідуально-психологічних якостей тренера на спортивні результати. Для цього було сформовано дві групи: контрольну та експериментальну.

Протягом 6 місяців 2023 року обидві групи спортсменів тренувалися та змагалися в різних спортивних заходах, але отримували різні типи тренерського супроводу. Контрольна група працювала з тренерами, які ставили перед ними чіткі вимоги та надавали позитивний зворотний зв'язок за досягнення цих вимог. Експериментальна група отримувала підтримку та стимулюючий підхід

від своїх тренерів, які спонукали їх до досягнення вищих результатів та розвитку.

Гіпотеза дослідження полягала в тому, що спортсмени, які працюють з тренерами, які застосовують трансформаційний підхід, покажуть кращі спортивні результати у порівнянні з тими, хто працює з тренерами традиційного трансакційного стилю.

Після завершення експерименту були зібрані та проаналізовані дані про спортивні досягнення учасників з обох груп.

Для дослідження впливу різних підходів тренерів на спортивні результати в боксі були взяті дві групи спортсменів:

У контрольну групу увійшли 30 боксерів з різних рівнів досвіду та вікових категорій. Ці спортсмени тренувалися під керівництвом тренерів, які використовували традиційний трансакційний підхід.

В експериментальну групу також увійшли 30 боксерів. Їх тренери використовували трансформаційний підхід до тренувань та мотивації.

Обидві групи боксерів тренувалися протягом шести місяців, учасники змагалися на турнірах та спарингах. Контрольна група працювала з тренерами, які ставили перед ними чіткі вимоги, контролювали їхні досягнення та надавали позитивний зворотний зв'язок за досягнення цих вимог. Експериментальна група отримувала підтримку, стимулюючий підхід та поштовх до особистісного розвитку від своїх тренерів.

Гіпотеза дослідження припускала, що боксери, які працюють з тренерами, які застосовують трансформаційний підхід, покажуть кращі спортивні результати у порівнянні з тими, хто працює з тренерами традиційного трансакційного стилю.

Після завершення шестимісячного експерименту були зібрані та проаналізовані дані про спортивні досягнення боксерів з обох груп. Результати перевірки гіпотези показали, що боксери з експериментальної групи, які працювали з тренерами, що застосовували трансформаційний підхід, досягли кращих спортивних результатів. Вони показали покращену техніку, вищий рівень мотивації та більшу стійкість на змаганнях у порівнянні з контрольною групою. Таким чином, дослідження підтвердило вплив трансформаційного лідерства тренерів на результативність боксерів.

2.2. Методи дослідження

Для досягнення поставленої мети були використані такі **наукові методи**:

1. Літературний аналіз. Аналіз наукових джерел із зазначеної тематики для вивчення різних концепцій та теорій ефективності тренерської діяльності.
2. Анкетування тренерів. Проведено анкетування тренерів-боксерів для з'ясування того, які концепції лідерства вони застосовують у своїй роботі.
3. Спостереження. Відвідування тренування та змагань з боксу та здійснення спостережень за тренерською діяльністю та її впливом на спортивні результати.

З метою аналізу впливу різноманітних теоретичних психологічних підходів тренерів з боксу на ефективність тренувального та змагального процесів боксерів були використані наступні методи.

Для збору даних про особистісні характеристики тренерів, їх мотивацію, стиль лідерства та взаємодію зі спортсменами була розроблена структурована анкета. Анкета містила питання наступних напрямків:

Особисті характеристики (вік, стать, стаж роботи в якості тренера, рівень освіти тощо). Стиль лідерства (питання про типові дії та реакції тренера під час тренувальних сесій та змагань, ставлення до спортсменів). Мотивація (фактори, що стимулюють тренера до досягнення успіхів у своїй діяльності). Взаємодія зі

спортсменами (вплив тренера на мотивацію, психологічний стан та ефективність спортсменів).

Анкетування проводилося анонімно з метою забезпечення високого рівня конфіденційності та відвертості відповідей.

Методика інтерв'ювання тренерів та спортсменів: Інтерв'ювання було проведено з досвідченими тренерами (2 осіб) та їх спортсменами (40 осіб). Інтерв'ю забезпечувало глибше розуміння думок та вражень відносно тренерської діяльності. Для оцінки психологічної стійкості, мотивації та інтелектуальних здібностей тренерів та спортсменів були використані стандартизовані психологічні тести. Зокрема, застосовувались:

Тест на вимірювання психологічної стійкості до стресу: Існує кілька тестів, що допомагають визначити рівень психологічної стійкості до стресу. Наприклад, «Шкала стресостійкості Коена» (Cohen's Perceived Stress Scale) або «Тест на стресостійкість з опитувальником Резілієнс Інститут» (Resilience Institute Resilience Questionnaire).

Тест на вимірювання рівня мотивації: Тут також є декілька тестів, що допомагають виявити рівень мотивації. Один з відомих тестів – «Міннесотський багаторівневий тест мотивації» (Minnesota Multiphasic Motivation Inventory).

Тест на оцінку інтелектуальних здібностей: Один з найбільш відомих тестів на оцінку інтелектуальних здібностей – «Шкала інтелектуальних здібностей Векслера для дорослих» (Wechsler Adult Intelligence Scale, WAIS).

Тести допомагали виявити психологічні особливості тренерів та їх вплив на спортсменів, а також давали можливість зробити порівняння між тренерами та спортсменами.

Всі методики були обрані з метою забезпечення наукової обґрунтованості та достовірності отриманих результатів дослідження. Анкети та тести адаптувались до особливостей дослідної групи та дозволяли отримати необхідну інформацію для вирішення завдань дослідження. Такий підхід дав можливість усебічно вивчити індивідуально-психологічні особливості тренерів боксу як суб'єктів спортивної діяльності та їхній вплив на спортсменів та тренувальний процес.

Тест на вимірювання психологічної стійкості до стресу. Тест «Методика діагностики стресу» (Stress Diagnostics System) допомагає визначити рівень стресостійкості особи, шляхом оцінки її реакцій на стресові ситуації. Результати тесту можуть показати, наскільки тренери та спортсмени здатні ефективно впоратися зі стресом у тренувальних та змагальних умовах.

Існує кілька різних тестів на оцінку мотивації, наприклад, «Шкала оцінки мотивації до досягнення успіху» (Achievement Motivation Scale) або «Шкала мотивації до здобуття впевненості у собі» (Self-Confidence Motivation Scale). Ці тести допомагають з'ясувати, які мотиваційні фактори є основними для тренерів та спортсменів, та наскільки вони впливають на їх діяльність.

Один із відомих тестів на вимірювання інтелектуальних здібностей - це «Міні-Ментальний Стан» (Mini-Mental State Examination). Цей тест зазвичай використовується для оцінки когнітивних функцій, але він також може допомогти оцінити рівень інтелектуальних здібностей тренерів та спортсменів.

Метою дослідницької теоретичної роботи було вивчення впливу різних концепцій та теорій ефективності тренера на спортивні результати. На основі аналізу психологічних аспектів роботи тренера та його взаємодії з спортсменами, ми спрямувалися на розуміння того, які підходи можуть сприяти досягненню кращих результатів у спортивних дисциплінах.

Висновки до 2 розділу

За результатами анкетування було виявлено, що багато тренерів використовують трансакційний підхід, ставлячи перед спортсменами чіткі вимоги та надаючи позитивні наслідки за досягнення поставлених цілей. Цей підхід часто приводить до швидких короткострокових результатів, але може не сприяти розвитку потенціалу спортсменів у довгостроковій перспективі.

Висвітлення результатів спостереження показало, що тренери, які застосовують трансформаційний підхід, демонструють великий вплив на розвиток спортсменів. Вони створюють стимулююче середовище, спонукаючи команду до досягнення вищих результатів.

РОЗДІЛ III

РЕЗУЛЬТАТИ ДОСЛІДЖЕННЯ ІНДИВІДУАЛЬНО-ПСИХОЛОГІЧНИХ ЯКОСТЕЙ ТРЕНЕРА З БОКСУ

3.1 Результати аналізу та узагальнення теоретичних підходів до аналізу індивідуально-психологічних особливостей тренера з боксу

Теоретичні дослідження особливостей роботи тренера з боксу нерозривно пов'язані з роллю емоційного інтелекту в їх взаємодії зі спортсменами та впливом цього аспекту на результати тренувань та змагань. Емоційний інтелект відіграє важливу роль у встановленні довіри, створенні мотивації та кращому розумінні й керуванні емоціями у спортивному середовищі [13]. Розуміння та ефективне використання емоційного інтелекту може позитивно вплинути на досягнення спортсменів та створити сприятливий клімат у команді.

Для наукового вивчення емоційного інтелекту тренерів, включаючи тренерів з боксу, здійснюються дослідження з психології спорту та тренерської психології [17]. Ця сфера досліджень фокусується на психологічних аспектах, які впливають на роботу тренерів та їхню взаємодію зі спортсменами.

Дослідження емоційного інтелекту тренерів включають аналіз анкет, опитувань та інтерв'ю з тренерами, а також спостереження за їх поведінкою та взаємодією зі спортсменами під час тренувань та змагань. Метою таких досліджень є розкриття ролі емоційного інтелекту у тренерській діяльності, з'ясування зв'язків між емоційним інтелектом тренера та його успішністю у роботі зі спортсменами, а також розробка методів і рекомендацій для підвищення емоційного інтелекту в тренерській практиці з метою поліпшення результатів спортсменів.

Дослідники з психологічних і спортивних наук, університети, наукові центри та спортивні організації займаються вивченням емоційного інтелекту тренерів з боксу. Вони публікують свої дослідження у наукових журналах з психології спорту, управління тренуваннями, лідерства, педагогіки та інших суміжних галузях. При цьому, дослідження можуть охоплювати різні аспекти, такі як комунікація тренера зі спортсменами, виявлення характеристик лідерства, а також вплив стресу на роботу тренера та його емоційний інтелект [22].

Враховуючи значущість емоційного інтелекту в тренерській діяльності, ці дослідження мають великий потенціал покращити якість тренерської роботи та сприяти досягненню успіхів у спортивній діяльності спортсменів.

Публікації в різних наукових журналах, таких як *Journal of Applied Sport Psychology*, *International Journal of Sport and Exercise Psychology*, *Psychology of Sport and Exercise*, *Journal of Sport Psychology in Action*, *Sport, Exercise, and Performance Psychology*, *The Sport Psychologist*, сприяють поглибленню розуміння ролі емоційного інтелекту тренерів з боксу та його впливу на досягнення спортсменів. Ці статті пропонують результати емпіричних досліджень, що базуються на аналізі анкет, опитувань, інтерв'ю, спостереження за поведінкою тренерів та їх взаємодією зі спортсменами [93].

Журнал «*Journal of Applied Sport Psychology*» зосереджується на практичних аспектах спортивної психології, включаючи дослідження ефективності тренерів, розвиток лідерських навичок та психологічну підтримку спортсменів.

«*International Journal of Sport and Exercise Psychology*» спрямований на дослідження психологічних аспектів спортивної діяльності, зокрема тренерської роботи, мотивації, емоційного інтелекту та інших психологічних чинників, що впливають на спортсменів та тренерів.

«Psychology of Sport and Exercise» зосереджується на вивченні психологічних аспектів спортивної діяльності, включаючи дослідження емоційного інтелекту тренерів та їх вплив на мотивацію та успіх спортсменів.

«Journal of Sport Psychology in Action» акцентує на практичних застосуваннях психології в спорті, включаючи аспекти тренерської роботи та емоційного інтелекту взаємодії тренерів зі спортсменами.

«Sport, Exercise, and Performance Psychology» займається дослідженнями, спрямованими на вдосконалення спортивних виступів, включаючи роль емоційного інтелекту тренерів у підвищенні результатів спортсменів.

«The Sport Psychologist» публікує дослідження, що стосуються психології спорту, включаючи питання тренерської роботи та розвитку емоційного інтелекту [91; 93; 94-96].

Дослідження індивідуально-психологічних особливостей тренерів з боксу відіграють важливу роль у встановленні та покращенні ефективності тренувань, забезпеченні підвищення мотивації, побудові довіри та забезпеченні успіху спортсменів у спортивній діяльності. Публікації в наукових журналах та участь у міжнародних наукових конференціях допомагають вивчати, аналізувати та розвивати цю важливу сферу спортивної психології.

Були розглянуті якості, необхідні для ефективного тренера взагалі та, зокрема, з боксу, які допомагають ефективно виконувати свої обов'язки та будувати позитивний імідж у професійному середовищі та перед спортсменами. Це такі риси, як лідерство, комунікативність, вміння мотивувати та співпереживати.

Слід зазначити, що вплив емоційного інтелекту тренерів на результативність спортсменів у боксі є актуальною темою дослідження в сучасній психології спорту. Приділення уваги емоційному інтелекту в

тренерській роботі вважається перспективним напрямком для покращення спортивних результатів та розвитку спортсменів.

Розглянемо більш детально ці теорії.

Трансакційний лідершип (Transactional Leadership). Ця концепція походить від теорії взаємодії, яку розробив Макс Вебер (1864-1920). Однак, концепцію трансакційного лідерства у спорті почали розвивати пізніше, в 1960-1970-х роках.

Трансформаційне лідерство (Transformational Leadership). Ключові ідеї трансформаційного лідерства були сформульовані в 1978 році в роботі Джеймса МакГрегора Берна (James MacGregor Burns), а згодом були розширені Берні Бассом (Bernard M. Bass) та Брюсом Аволіо (Bruce J. Avolio).

Контингентне лідерство (Contingency Leadership). Концепція контингентного лідерства була розвинута Фредеріком Філдлером (Fred E. Fiedler) в 1967 році.

Теорія самовизначення (Self-Determination Theory). Теорія самовизначення була сформульована Едвардом Деці (Edward Deci) та Річардом Раяном (Richard Ryan) в 1985 році.

Теорія соціального навчання (Social Learning Theory). Альберт Бандура (Albert Bandura) сформулював теорію соціального навчання у 1963 році.

Теорія потреби досягнення (Need Achievement Theory). Теорію потреби досягнення розробив Девід МакКлелланд (David McClelland) у 1961 році [96].

Важливо пам'ятати, що ці концепції та теорії були досліджені та розвивалися протягом багатьох років, і роботи багатьох науковців допомогли у формулюванні і розумінні цих ідей в контексті спортивної тренерської діяльності.

Ці концепції та теорії психології тренерської діяльності використовуються тренерами для покращення своєї практичної роботи та досягнення кращих результатів у спортивному тренуванні та змаганнях. Вони допомагають тренерам краще розуміти поведінку, мотивацію та потреби спортсменів, а також впливати на психологічний стан команди.

Розглянемо яким чином ці концепції використовуються у тренерській практиці.

Застосування трансакційного лідерства. Тренер встановлює чіткі вимоги та очікування для спортсменів, а також надає позитивні наслідки або винагороди за досягнення цих вимог. Він може використовувати похвалу або інші форми позитивного підкріплення, щоб стимулювати спортсменів до досягнення успіху.

Використання трансформаційного лідерства. Тренер інспірує та мотивує спортсменів до вищих досягнень, ставлячи перед ними завдання та високий стандарт. Він може виступати як позитивний приклад для наслідування та надавати спортсменам можливості для особистого розвитку.

Адаптація контингентного лідерства. Тренер аналізує контекст та ситуацію команди та визначає найбільш ефективний стиль лідерства. Він може змінювати свій підхід, залежно від потреб спортсменів, характеристик команди та типу змагань.

Задоволення потреб самовизначення. Тренер створює сприятливий психологічний клімат, де спортсмени відчувають себе компетентними, автономними та співпричетними до досягнення спортивних цілей. Він допомагає спортсменам зрозуміти їх внутрішні мотиви та прагнення.

Застосування теорії соціального навчання. Тренер виступає як модель для наслідування, демонструючи бажані навички та поведінку. Він також

забезпечує ефективний зворотний зв'язок та навчає спортсменів, як покращувати свої здібності.

Стимулювання потреби досягнення. Тренер надає можливості для спортсменів показати свої здібності та досягнення успіху. Він може створювати завдання та змагання, які стимулюють бажання досягти вищих результатів.

Тренери використовують ці концепції та теорії психології, щоб краще зрозуміти своїх спортсменів, підтримати їх у досягненні максимальних результатів, підвищити мотивацію та побудувати позитивні стосунки в команді. Розуміння психологічних аспектів тренерської діяльності допомагає створити ефективний план тренувань та забезпечити психологічний комфорт і розвиток спортсменів.

Індивідуально-психологічні якості тренера грають важливу роль у його успішності та впливі на спортсменів. Деякі теорії та концепції психології стосуються безпосередньо цих якостей тренера. Ось декілька з них:

Теорія лідерства. Теорії лідерства вивчають особисті якості лідера та їх вплив на команду. У контексті тренерської діяльності, ці теорії досліджують, які особисті риси, навички та стиль лідерства роблять тренера ефективним. Прикладами можуть бути трансформаційний, трансакційний та контингентний підходи до лідерства.

Теорія інтелектуальних стилів. Ця теорія вказує на існування різних типів інтелекту та способів мислення. Тренерська діяльність може бути покращена, якщо тренер розуміє свій інтелектуальний стиль та стилі спортсменів. Це дозволяє краще зв'язатися та взаємодіяти з командою.

Теорія мотивації. Теорії мотивації вивчають, як люди стимулюються до досягнення цілей. Тренер повинен бути здатний зрозуміти та підтримувати мотивацію своїх спортсменів, забезпечуючи їм внутрішню мотивацію та інтерес до тренувань та змагань.

Теорія міжособистісних відносин. Ця теорія досліджує, як взаємодії та стосунки між особами впливають на їх поведінку та результати. Тренер повинен вміти побудувати позитивні та довірливі стосунки зі своїми спортсменами, що сприяє ефективному спілкуванню та співпраці.

Теорія саморегуляції. Ця теорія стосується здатності людини контролювати свої емоції та поведінку для досягнення цілей. Тренер повинен мати високий рівень саморегуляції, щоб ефективно керувати своїми емоціями та поведінкою в напружених ситуаціях.

Теорія психологічного клімату. Ця теорія вивчає, як психологічний клімат впливає на поведінку та результати спортсменів. Тренер повинен створювати позитивний та підтримуючий психологічний клімат в команді, що сприяє розвитку та успіху спортсменів.

Ці теорії та концепції допомагають тренерам розуміти та поліпшувати їхні індивідуально-психологічні якості, а також підходити до тренувань та керування командою з психологічною майстерністю. Зрозуміння себе та своїх спортсменів з психологічного погляду допомагає створити сприятливі умови для розвитку потенціалу та досягнення спортивних цілей.

Теорії і концепції психології, які стосуються боксу, допомагають глибше розуміти поведінку боксерів, їх мотивацію, емоційний стан та інші психологічні аспекти спортивної діяльності.

Особливе значення для аналізу цієї сфери мають:

Теорія архетипів (Theory of Archetypes). Ця теорія, запропонована Карлом Густавом Юнгом, досліджує загальні символи та архетипи, які існують у свідомості людей. У боксі, ця теорія може допомагати розуміти, які психологічні мотиви та стереотипи можуть впливати на поведінку боксерів, їх стиль бою, реакції на стресові ситуації тощо.

Теорія потреби досягнення (Need Achievement Theory). Ця теорія, яку розробив Девід МакКлелланд, стверджує, що люди мають різні рівні потреби досягнення успіху. В боксі, ця теорія може бути використана для розуміння, як мотивація досягнення впливає на прагнення боксерів до вищих результатів.

Теорія самовизначення (Self-Determination Theory). Ця теорія, яку розробили Едвард Деці та Річард Райан, вивчає вплив внутрішньої мотивації та самоствердження на поведінку людини. У боксі, ця теорія може допомагати розуміти, які внутрішні чинники мотивації можуть підтримувати бажання боксерів тренуватися та покращуватися.

Теорія стресу та адаптації (Stress and Coping Theory). Ця теорія досліджує, як люди сприймають стресові ситуації та як вони реагують на них. В боксі, ця теорія може бути корисною для розуміння, які стресові фактори можуть впливати на психологічний стан боксерів та як вони реагують на ситуації під час бою.

Теорія оптимального досвіду (Flow Theory). Ця теорія, запропонована Міхайєм Чікцентміхайі, досліджує стан «поток», коли людина повністю занурена у свою діяльність і відчуває максимальну задоволеність від процесу. У боксі, ця теорія може бути застосована для розуміння, як боксери можуть досягати максимального відчуття задоволеності під час бою або тренувань.

Ці теорії та концепції є лише деякими прикладами того, як психологічні ідеї можуть застосовуватися в контексті боксу. Врахування психологічних аспектів допомагає тренерам і боксерам краще розуміти себе та своїх супротивників, покращувати підготовку та досягати вищих спортивних результатів.

Аналіз виникнення цих теорій свідчить про те, що теорія архетипів (Theory of Archetypes). Запропонована Карлом Густавом Юнгом у 1919 році.

Теорія потреби досягнення (Need Achievement Theory). Розроблена Девідом МакКлелландом у 1958 році. МакКлелланд був американським психологом та професором соціальної психології.

Теорія самовизначення (Self-Determination Theory). Сформульована Едвардом Деці та Річардом Раяном у 1985 році.

Теорія стресу та адаптації (Stress and Coping Theory). Розроблена Річардом Лазарусом у 1966 році. Лазарус був американським психологом та одним із піонерів дослідження стресу.

Теорія оптимального досвіду (Flow Theory). Запропонована Міхайєм Чіксентміхайі у 1975 році. Чіксентміхайі був американським психологом та піонером дослідження психології щастя та поняття «поток» (flow).

Всі ці дослідники зробили значний внесок у розвиток психології та вивчення психологічних процесів, які застосовуються не тільки у спорті, а також в інших сферах життя.

Врахування цих психологічних теорій може допомогти боксерам та тренерам краще розуміти себе та своїх супротивників, а також підвищити свій психологічний стан та досягати вищих результатів у цьому виді спорту.

3.2 Психологічні передумови формування іміджу ефективного тренера з боксу

Імідж тренера є складною та багатогранною сукупністю характеристик, яка впливає на спортивні досягнення команди та взаємодію зі спортсменами. Для визначення цих детермінантів проведено декілька досліджень, що дозволили виявити основні аспекти, на які й звертається увага у формуванні іміджу ефективного тренера з боксу.

Зазначимо, що кожне з досліджень, спрямованих на вивчення іміджу тренера, має свої акценти, які відображають особливості боксу як виду спорту.

Наприклад, дослідження Т. В. Петровської та А. І. Малиновського [74], спрямоване на футбол, звертає увагу на когнітивні та якості, мотивацію та емоційні аспекти, які також можуть мати значення у тренуванні боксерів.

На підставі аналізу цих та інших досліджень нами були узагальнені теоретичні передумови створення моделі ефективного тренера з боксу. Ми виходили з того, що імідж ефективного тренера з боксу можна класифікувати на основі досліджень та аспектів, на які звертається увага: статус і професійна освіта, статус у тренерському товаристві, компетентність та професійна підготовка у боксерській сфері [62] .

На наш погляд, модель ефективного тренера з боксу містить різні аспекти, які сприяють успішному керівництву та навчанню спортсменів.

Сприйняття зовнішності

Приємний та охайний зовнішній вигляд. Тренер повинен дбати про свою особисту презентацію, бути охайним та представляти себе професійно. Це допоможе створити позитивне враження на спортсменів і підтримати авторитет тренера.

Візуальний стиль, що викликає довіру та авторитет: Тренер може обрати стиль одягу, який буде відповідати його професійній ролі і викликати довіру серед спортсменів. Важливо пам'ятати, що зовнішній вигляд може вплинути на сприйняття тренера як експерта.

Індивідуально-психологічні якості

Щире спілкування та підтримка спортсменів. Тренер повинен проявляти щирість у спілкуванні зі своїми підопічними, проявляти інтерес до їхніх проблем та прогресу. Підтримка і виявлення зацікавленості у досягненні успіху допоможуть зміцнити взаємини зі спортсменами.

Доброзичливість та співчуття. Вміння виявляти співчуття і проявляти доброзичливість створить сприятливу атмосферу для розвитку спортсменів як на спортивному, так і на особистому рівні.

Впевненість і слухання потреб спортсменів. Тренер повинен бути впевненим у своїх знаннях та вміннях, але також готовим слухати і розуміти потреби своїх спортсменів. Ефективний тренер враховує індивідуальні особливості кожного спортсмена і враховує їх під час планування тренувального процесу.

Поведінка й взаємодія

Позитивна та відкрита взаємодія зі спортсменами: Тренер повинен створювати атмосферу взаємоповаги та підтримки на тренуваннях та поза ними. Позитивна енергія та відкритість допоможуть створити командний дух серед спортсменів.

Професійне та етичне спілкування. Тренер повинен дотримуватись професійних стандартів спілкування та етики. Розуміння границь у взаємодії зі спортсменами та високий рівень професіоналізму є ключовими аспектами успішної тренерської діяльності.

Спеціальні знання та уміння

Знання боксерського спорту на високому рівні. Ефективний тренер повинен мати глибокі знання боксерського спорту, включаючи правила, техніки, тактику та стратегії.

Вміння ефективно тренувати та мотивувати спортсменів. Тренер повинен розуміти різні методи тренування і вміти адаптувати їх для кожного спортсмена. Мотивація грає важливу роль у досягненні успіху, тому тренер повинен знаходити індивідуальні підходи для мотивації своїх підопічних.

Ефективний тренер повинен бути експертом у технічних аспектах боксу, а також вміти передавати ці знання своїм спортсменам зрозумілим і доступним способом.

Планування тренувань. Тренер має розуміти принципи тренувального процесу і вміти розробляти ефективні тренувальні програми, що відповідають меті та потребам кожного спортсмена. Розуміння впливу навантажень, відновлення та прогресування в тренуваннях є важливими для досягнення оптимальних результатів.

Аналіз та оцінка. Ефективний тренер має бути здатним аналізувати техніку, тактику та виступи своїх спортсменів під час тренувань і поєдинків. Оцінка сильних сторін та областей для покращення допоможе розвивати спортсменів і працювати над вдосконаленням їхніх навичок.

Комунікативні навички. Вміння ефективно комунікувати зі спортсменами, іншими тренерами та членами команди є важливим аспектом для успіху тренера. Відкритість до зворотного зв'язку, якісна зв'язкова мова та здатність зрозуміти потреби та проблеми інших стануть додатковими плюсами для ефективної співпраці.

Психологічна підготовка

Бокс – це не тільки фізичний, але й психологічний вид спорту. Ефективний тренер має бути здатним підготувати своїх спортсменів до важливих змагань, допомагати управляти стресом, підтримувати психологічну стійкість та мотивацію.

Ці якості та уміння допоможуть створити сприятливу та професійну тренерську атмосферу, де спортсмени зможуть розвиватися, досягати високих результатів та відчувати підтримку та відповідальність з боку свого тренера.

3.3 Індивідуально-психологічні якості тренера з боксу

Індивідуальні психологічні якості ефективного тренера з боксу включають широкий спектр властивостей, що сприяють глибокому розумінню, підтримці, мотивації та розвитку спортсменів.

Серед багатьох індивідуально-психологічних якостей, на наш погляд, особливо важливими є наступні:

Емпатія. Ефективний тренер має виразну здатність співчувати і розуміти почуття та емоції своїх спортсменів. Вміння поставитися на їхнє місце та відчувати їхні потреби допомагає побудувати довірчі стосунки, а також розробляти індивідуальні підходи до навчання та мотивації.

Сприйняття і розуміння особистісних різниць. Ефективний тренер розуміє, що кожен спортсмен має унікальні характеристики, сильні сторони та обмеження. Він адаптує свій підхід до кожного спортсмена, дозволяючи максимально розвинути їх потенціал.

Мотивація. Ефективний тренер вміє мотивувати своїх спортсменів до досягнення високих цілей. Він знає, як збудити інтерес до тренувань, створити позитивну атмосферу та підтримувати внутрішню мотивацію спортсменів.

Впевненість і відповідальність. Ефективний тренер має впевненість у своїх знаннях та здатність приймати відповідальні рішення. Він готовий приймати виклики та переборювати труднощі для досягнення успіху разом зі своїми спортсменами.

Психологічна стійкість. Тренер повинен бути психологічно стійким та здатним ефективно управляти стресом і тиском. Це допомагає підтримувати спокійну та позитивну атмосферу в команді під час навчання та змагань.

Здатність слухати та сприймати зворотний зв'язок. Ефективний тренер не тільки комунікує зі своїми спортсменами, але й здатен активно слухати їх,

враховувати їхні думки та пропозиції, а також брати до уваги зворотний зв'язок для вдосконалення своєї роботи.

Шляхи дослідження та вимірювання індивідуально-психологічних якостей тренера з боксу можуть включати:

Анкетування та опитування спортсменів. Спортсмени можуть оцінити свого тренера, давши оцінку за різними параметрами його роботи, включаючи емпатію, мотивацію, сприйняття особистісних різниць та інші аспекти.

Проведення спостережень. Спостереження за роботою тренера під час тренувань та змагань може дати інформацію про його реакції на різні ситуації, взаємодію зі спортсменами та його підхід до розвитку їх навичок.

Аналіз результатів спортсменів. Результати спортсменів під час змагань можуть служити показниками ефективності тренера та його впливу на досягнення команди.

Використання психологічних тестів. Деякі психологічні тести можуть допомогти оцінити певні аспекти особистості та психологічні якості, такі як емпатія, мотивація, психологічна стійкість тощо. Такі тести можуть допомогти з'ясувати сильні сторони та можливі області для покращення у роботі тренера.

Вивчення взаємодії з командою. Дослідження може фокусуватися на взаємодії тренера з його командою. Аналіз комунікації, довіри, співпраці та підтримки може допомогти визначити, наскільки успішним є тренер у побудові позитивних стосунків зі спортсменами. Тренер може отримати зворотний зв'язок не тільки від спортсменів, але й від інших людей, з якими він працює, таких як інші тренери, асистенти, управлінці тощо. Цей зворотний зв'язок може допомогти зрозуміти, як тренер сприймається іншими та як він впливає на роботу команди.

Колективні дискусії і фокус-групи. Організування дискусій або фокус-груп з тренерами та спортсменами може допомогти з'ясувати їхні сприйняття та думки про роботу тренера. Це може дати цінний внутрішній погляд на його ефективність та можливості покращення.

Використання журналів та щоденників. Тренер або спортсмени можуть вести щоденник або журнал, у якому фіксують свої враження, емоції та спостереження про роботу тренера. Це може допомогти збирати додаткові дані про вплив тренера на спортсменів.

Важливо відзначити, що оцінка індивідуально-психологічних якостей тренера може бути складною, оскільки вони часто є суб'єктивними та можуть змінюватися в залежності від ситуації. Проте, комбінація різних дослідницьких методів та взаємодія зі спортсменами та колегами може дати більш об'єктивний погляд на якості тренера та його вплив на команду. Важливо пам'ятати, що тренерська практика та особистий розвиток є постійним процесом, і суперфективний тренер завжди старається покращити свої навички і якості, щоб надавати кращу підтримку та навчання своїм спортсменам.

Ця аналітична модель зосереджується на структурі та детермінантах іміджу ефективного тренера з боксу. Для кращого її розуміння розкриємо кожне положення більш детально:

Статус і професійна освіта. Успішний тренер з боксу має високий статус у спортивному товаристві, що відображається в його популярності серед колег та спортсменів. Крім того, важливим є його професійний рівень освіти та досвід у боксерській сфері. Глибокі знання правил боксу, техніки, тактики та стратегії є важливими аспектами ефективного тренера.

Сприйняття зовнішності. Зовнішній вигляд тренера має велике значення, оскільки він виступає як образ авторитетності та довіри для

спортсменів. Дбайливий, охайний і професійний зовнішній вигляд може сприяти позитивному сприйняттю тренера його командою.

Індивідуально-психологічні якості. Тренер повинен володіти індивідуально-психологічними якостями, такими як прихильність та підтримка спортсменів. Важливо вміти вислухати спортсменів, проявляти доброзичливість та емпатію, щоб підтримувати їх у складних ситуаціях.

Поведінка й взаємодія. Конструктивна взаємодія зі спортсменами передбачає здатність тренера позитивно впливати на підвищення мотивації та ефективно взаємодіяти з командою. Професійність та етичність у спілкуванні допомагають створити довіру та повагу до тренера.

Спеціальні знання й уміння. Глибокі знання боксерського спорту є ключовим фактором для ефективного тренера. Вміння ефективно тренувати спортсменів, використовувати інноваційні підходи та розуміння особливостей боксу допомагають досягати високих спортивних результатів.

Таким чином ці теоретичні підходи в цілому дозволяють комплексно вивчати та аналізувати особливості іміджу ефективного тренера у будь-якому виді спорту та, зокрема, з боксу, звертаючи увагу на різні аспекти, які впливають на його успіх у спортивній діяльності та взаємодію з командою спортсменів. Кожне положення цих теорій та підходів є важливим елементом, що доповнює та формує імідж ефективного тренера з боксу.

Для досягнення успіху у тренерській діяльності важливо розвивати і вдосконалювати всі вищезазначені аспекти. Імідж ефективного тренера з боксу є ключовим фактором для досягнення спортивних перемог і впливу на розвиток спортсменів (Див. Табл. 1).

**Відсоток (%) тренерів з боксу, які засвідчили
високі показники індивідуально-психологічних якостей
(за Я.Кисельовим)**

Групи	Основна група Тренер-новачок и(n=10)	Основна група Тренер з досвідом n=15)	Група порів-я (n=17)	Група порів-я: досв-і (n=15)
Параметри самооцінки				
Самопочуття	60	63	54	63
Настрій	70	63	60	56
Бажання тренуватися	60	63	60	63
Задоволення трен-м процесом	40	70	60	63
Ставлення до спортсменів	30	56	48	49
Ставлення до тренерів	40	63	60	56
Спортивні персп-ви	60	28	42	56
Готовність до змагань	30	63	54	70

У цій таблиці представлені різні індивідуально-психологічні якості тренерів з боксу. Кожному тренеру потрібно було поставити оцінку за кожним показником, щоб визначити його рівень наскільки він розвинув ту чи іншу якість. З аналізу даних в таблиці можна зробити наступні висновки:

Самопочуття, настрої і бажання тренувати. Більшість тренерів обох груп (понад 54%) високо оцінюють своє самопочуття, настрої і мають бажання

тренувати. Це свідчить про те, що досліджувані тренери почуваються у гарній психологічній формі, є енергійними, мають позитивне налаштування на роботу зі спортсменами і мають високу мотивацію до тренувань.

Задоволення тренувальним процесом. Задоволення тренувальним процесом найвище у досвідчених тренерів (70% високих оцінок), а найнижче у новачків-тренерів (40% високих оцінок). Це вказує на те, що досвідчені тренери краще адаптовані до тренувальних навантажень, ніж новачки, які поки що менше задоволені своєю роботою.

Ставлення до друзів і тренера. Ставлення до спортсменів та інших тренерів оцінюється дещо нижче. При цьому високе само оцінювання – від 34% до 60%. Це може вказувати на те, що взаємини між тренерами та їхніми спортсменами мають потенціал для покращення.

Загалом, результати аналізу індивідуально-психологічних якостей тренерів з боксу показують, що досліджувані тренери мають позитивні психологічні характеристики, але є деякі аспекти, які можна покращити, такі як адаптація новачків-тренерів до тренувальних навантажень та зміцнення взаємин зі своїми спортсменами відбувається значно складніше.

Статистичний аналіз даних показав суттєві відмінності між тренерами-новачками та досвідченими тренерами в деяких аспектах їхнього психологічного стану. Ось основні відмінності, які були виявлені:

Відносини з друзями і ставлення до спортсменів. Досвідчені тренери показали достовірно вищі показники відносин з друзями та ставленням до спортсменів порівняно з новачками. Це може свідчити про те, що зростання тренерського досвіду може впливати на соціальні взаємини тренера зі своїми підопічними та іншими спортсменами.

Задоволення тренувальним процесом. Також виявлено, що тренери-новачки мають значно нижчий рівень задоволення тренувальним процесом

порівняно з досвідченими колегами. Це може свідчити про те, що початківці можуть переживати певний стрес чи невпевненість у своїх знаннях і навичках, що впливає на їхнє задоволення роботою тренером.

Готовність до змагань. Новачкові тренери виявили значно нижчий рівень готовності до змагань порівняно з досвідченими тренерами. Це може вказувати на те, що початківці ще не впевнилися повністю у своїх здібностях та навичках і можуть стурбовано сприймати перспективи змагань.

Самооцінка спортивних перспектив. Найбільш неочікуваною відмінністю було те, що досвідчені тренери показали достовірно нижчий рівень самооцінки спортивних перспектив порівняно з новачками. Це може вказувати на те, що досвідчені тренери більш об'єктивно ставляться до своїх можливостей та реалістично оцінюють свої перспективи, тоді як у початківців існує більш ідеалізована уява про свої можливості.

Загалом, зазначені відмінності в психологічному стані тренерів-новачків та досвідчених тренерів підкреслюють важливість розвитку тренерських навичок та самосвідомості для покращення якості тренувального процесу та співпраці зі спортсменами. Врахування цих факторів може допомогти вдосконалити підготовку спортсменів та створити сприятливий психологічний клімат у тренерській команді (Рис.1.).

Самооцінка також має велике значення для тренера. Позитивна самооцінка є надійним механізмом саморегуляції. Тому однією з провідних задач психологічної підготовки тренера повинна бути цілеспрямована робота над оптимізацією самооцінки.

З дослідження було встановлено, що і для новачків-тренерів, і для більш досвідчених тренерів характерна певна міра тривожності. У новачків більше занепокоєнь стосується їх готовності до тренерської діяльності, що повністю виправдовується обмеженим досвідом в цій сфері (Рис.2). Тим часом досвідчені тренери, які вже працюють більше 2 років і мають значний досвід, більше

занепокоєні своїми професійними перспективами, оскільки зрозуміло, що просування в тренерській кар'єрі може бути важким завданням, і, можливо, вони ще не мають чіткого бачення свого майбутнього шляху, не дивлячись на той факт, що мають високу мотивацію до професійної діяльності у спорті, як показали попередні дослідження.

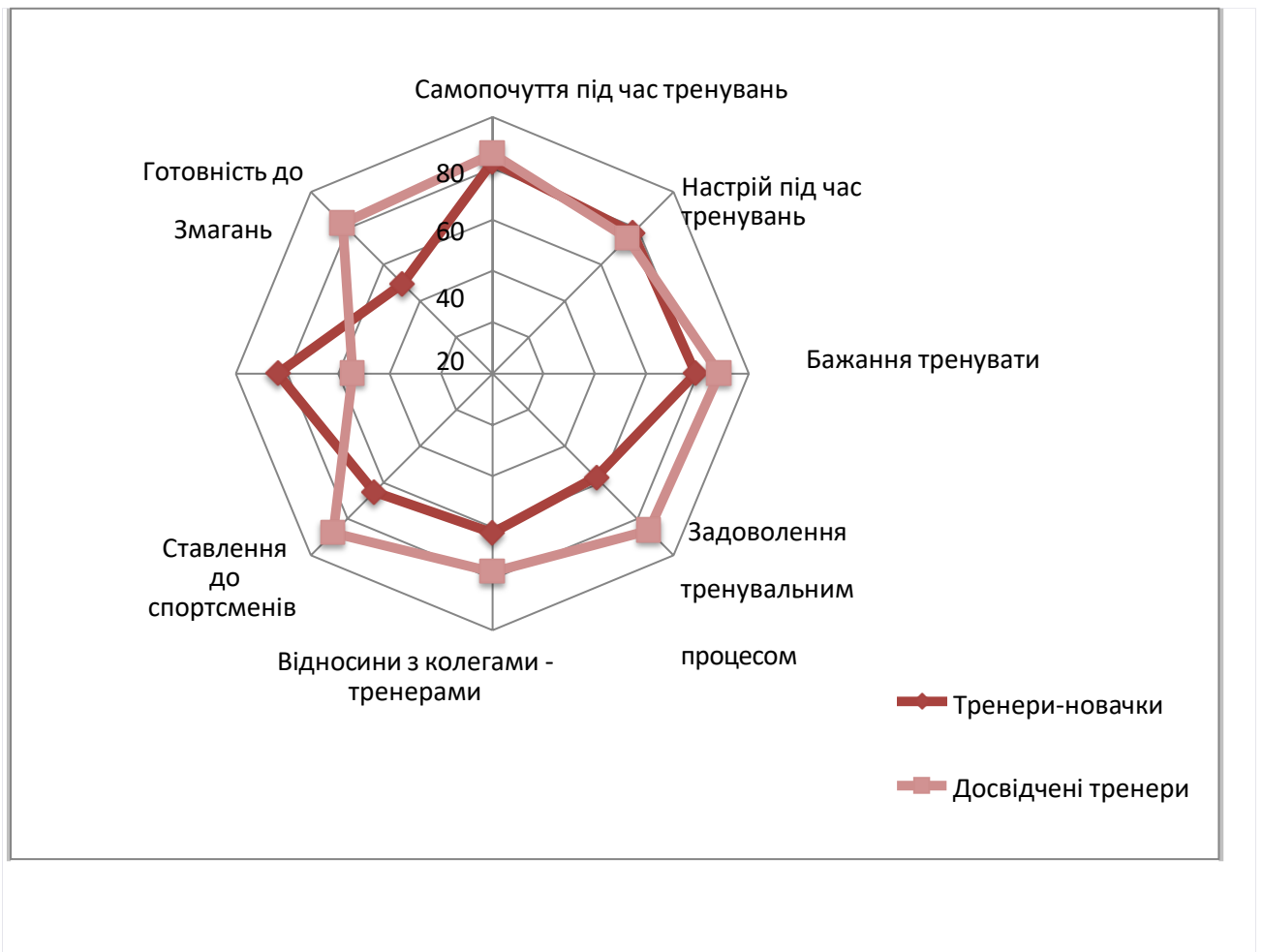


Рис. 2. Усереднені показники (у балах) самооцінки психічних станів новачків-тренерів (n=10) і досвідчених тренерів з боксу основної групи (n=15).

Важливо зазначити, що тривожність тренера з боксу не є однозначно негативним емоційним станом. При наявності добре розвиненого самоконтролю і оптимальної мотивації, навіть певна тривожність може бути добре компенсована і грати позитивну роль. Вона може спонукати тренера до більш ретельної підготовки, зосереджуючи увагу на психологічній підготовці своїх

спортсменів.

У зв'язку з цим, постало питання про те, яка є експертна оцінка успішності тренерів з боку їх колег та її співвідношення із самооцінкою тренерів. При зборі експертних оцінок наголошувалося, що колеги-тренери оцінюють рівень підготовленості та успішність своїх колег відповідно до їх стажу та досвіду роботи в тренерській сфері. Тобто критерії оцінки за запропонованими параметрами відрізнялися для новачків-тренерів та досвідчених тренерів.

Отже, дослідження детермінантів іміджу ефективного тренера з боксу підтверджується схожістю із дослідженнями іміджу тренерів інших видів спорту. Проте, враховуючи специфіку боксу, існують також деякі відмінності у визначенні акцентів іміджу. Імідж ефективного тренера з боксу має важливе значення для спортивної діяльності та взаємодії зі спортсменами, і майбутні дослідження в цій сфері можуть бути спрямовані на більш глибоке розуміння та покращення цього аспекту тренерської діяльності.

Висновки до 3 розділу

Дослідження підтвердило, що тренерська діяльність в спорті суттєво залежить від використання різних концепцій та теорій ефективності. Трансформаційний підхід виявився найбільш корисним у підвищенні рівня успішності спортсменів та розвитку їх потенціалу. Проте, успішні тренери також знають, як адаптуватися до різних ситуацій та індивідуальних особливостей своїх спортсменів, використовуючи різні підходи для досягнення максимальних результатів.

Практичне значення отриманих результатів полягає у тому, що тренери та фахівці в галузі спорту можуть використовувати ці знання для поліпшення своєї роботи та досягнення кращих спортивних результатів.

ПРАКТИЧНІ РЕКОМЕНДАЦІЇ

1. Враховуйте індивідуальні особливості спортсменів. Тренери повинні бути уважними до індивідуальних потреб, характеру та мотивації кожного спортсмена. Адаптуючи свій підхід до кожного із них, тренер може сприяти максимальному розвитку їх потенціалу.

2. Сприяйте психологічному комфорту. Створення позитивного та підтримуючого психологічного клімату в команді може збільшити мотивацію спортсменів та покращити їх результати. Врахування теорій самовизначення та соціального навчання допоможе тренерам в цьому напрямку.

3. Застосовуйте Трансформаційне лідерство. Тренери повинні працювати над вдосконаленням своїх навичок та стати прикладами для спортсменів. Ставлення до спортивної діяльності як до шляху до розвитку та досягнень може спонукати команду до кращих результатів.

4. Адаптуйте стиль лідерства до ситуації: Враховуючи особливості конкретної ситуації та команди, тренери можуть змінювати свій стиль лідерства для досягнення більш ефективних результатів.

Загалом, успішна тренерська діяльність в спорті залежить від поєднання різних підходів та теорій, з урахуванням індивідуальних особливостей спортсменів та контексту команди. Психологічна підготовка тренера та його вміння розуміти психологію спортсменів є важливими факторами успіху тренерської діяльності. Розуміння та застосування зазначених підходів може сприяти досягненню кращих результатів і розвитку спортивного потенціалу.

Проведене дослідження індивідуально-психологічних якостей тренера з боксу на основі теорій психології лідерства, тренерської діяльності та спортивної психології можна представити (у вигляді таблиці 3) з ключовими пунктами і аспектами дослідження.

**Застосування у дослідженні індивідуально- психологічних якостей
тренера з боксу**

Теорії та Поняття		
Трансформаційне лідерство	Вивчення стилів лідерства тренера та їх вплив на мотивацію та успіх спортсменів.	Тренери з вищим рівнем трансформаційного лідерства мають більший вплив на спортсменів та стимулюють до досягнення високих результатів.
Теорія соціального навчання	Аналіз взаємодії між тренером та спортсменами та розвитку комунікативних навичок тренера.	Моделювання успішних ролевих моделей у тренера може сприяти покращенню його тренерських підходів та комунікативних навичок.
Теорія самовизначення	Вивчення мотивації та задоволення потреб тренера з боксу у тренерській діяльності.	Розуміння власних цілей та мотивів може підвищити мотивацію тренера досягати успіху у тренерській діяльності.
Теорія потреби досягнення	Аналіз ставлення тренера до досягнення високих стандартів успіху та бажання вдосконалюватись у своїй діяльності.	Тренери з високим рівнем потреби досягнення можуть проявляти більшу мотивацію до підвищення рівня підготовки спортсменів.
Контингентне	Вивчення ефективності	Різні стилі лідерства можуть

лідерство різних стилів лідерства бути ефективними в різних залежно від контексту та ситуаціях, тому важливо взаємодії тренера з враховувати контекст і різними спортсменами. індивідуальні особливості спортсменів.

Ця таблиця допомагає систематизувати інформацію про теорії та їх застосування у дослідженні індивідуально-психологічних якостей тренера з боксу. Вона дозволяє виявити взаємозв'язки між різними аспектами дослідження та зробити висновки про вплив психологічних аспектів тренерської діяльності на результативність спортсменів у боксі.

Проведене дослідження базувалось на використанні й уточненні двох термінів: транзакційне й трансформаційне лідерство. В результаті було встановлено наступне.

Транзакційний лідершип (Transactional Leadership). Ця концепція передбачає обмін ресурсами між тренером і спортсменами. Тренер встановлює вимоги та очікування, а спортсмени отримують винагороду або позитивні наслідки за досягнення цих вимог. Такий підхід може бути ефективним для досягнення короткострокових результатів. Трансформаційне лідерство (Transformational Leadership). Теорія акцентує увагу на збудженні мотивації та підтримці розвитку спортсменів. Тренер використовує високий стандарт для стимулювання команди до досягнення вищих результатів. Він допомагає спортсменам розвивати навички, будує довіру та стимулює їх до саморозвитку.

Поєднання транзакційного та трансформаційного підходів у тренерській діяльності з боксу дозволяє досягти балансу між короткостроковими та довгостроковими результатами. Транзакційний підхід, зокрема, сприяє встановленню чітких правил та стимулює спортсменів до виконання вимог, що може бути особливо важливим для забезпечення дисципліни та збереження

командної організації. Трансформаційний підхід, з іншого боку, стимулює саморозвиток та мотивацію спортсменів, сприяє зростанню їхніх лідерських якостей та сприяє досягненню вищих спортивних результатів на тривалий термін.

Поєднання цих двох підходів може забезпечити комплексний вплив на спортсменів та зміцнення взаємовідносин між тренером і командою. Трансакційний підхід допомагає створити систему нагород і заохочень, що стимулює спортсменів до досягнення конкретних цілей і завдань. У свою чергу, трансформаційний підхід дозволяє тренеру будувати довіру і підтримку серед спортсменів, створюючи мотиваційне середовище для здобуття успіхів.

Трансформаційний підхід є особливо корисним для розвитку спортсменів як особистостей, зосереджуючись на їхніх потребах, мотивації та цінностях. Він допомагає тренерам підтримувати індивідуальний підхід до кожного спортсмена та розвивати їх потенціал. Отже, цей підхід може викликати більш значимі та позитивні зміни у спортивному розвитку команди.

У поєднанні трансакційного та трансформаційного лідерства, тренери можуть краще розуміти потреби та мети спортсменів, враховувати їхні індивідуальні особливості та стимулювати досягнення високих результатів. Цей комплексний підхід допомагає тренерам бути більш адаптивними та гнучкими, що є ключовим для досягнення успіхів у тренувальному процесі.

Загалом, поєднання трансакційного та трансформаційного підходів у тренерській діяльності з боксу може забезпечити гармонійний розвиток спортсменів як спортивних особистостей, підвищити їхню мотивацію та самовдосконалення, а також досягти високих спортивних результатів на довгостроковій перспективі. Однак, важливо збалансувати та адаптувати ці підходи залежно від специфічних потреб та характеристик команди та індивідуальних спортсменів.

Кожен підхід не є універсально правильним або неправильним. Успіх залежить від уміння тренера використовувати їх належним чином залежно від ситуації та потреб команди. Поєднання цих підходів може дати більші можливості для покращення тренерської діяльності та розвитку спортсменів у боксі.

ВИСНОВКИ

На підставі проведеного дослідження були зроблені наступні теоретичні висновки:

1. Застосування теорій психології лідерства, тренерської діяльності та спортивної психології може мати великий потенціал у дослідженні індивідуально-психологічних якостей тренера взагалі та, зокрема, з боксу.

2. Трансформаційне лідерство як теорія може сприяти розвитку тренера з боксу як ефективного лідера, здатного надихати та мотивувати спортсменів досягати високих результатів. Акцентування уваги на власних цінностях та ідеалах може стимулювати розвиток менторських якостей тренера та підвищити його вплив на спортсменів.

3. Теорія соціального навчання може застосовуватися для аналізу взаємодії між тренером та спортсменами в контексті боксу. Спостереження та моделювання успішних ролевих моделей у тренера може сприяти покращенню його тренерських підходів та комунікативних навичок.

4. Теорія самовизначення може відображати важливість розуміння та задоволення потреб тренера з боксу, що може сприяти підвищенню мотивації та задоволеності з тренерської діяльності. Розуміння власних цілей і мети може допомогти тренеру зосередитись на ефективних тренерських підходах та досягненні успіху.

5. Теорія потреби досягнення може бути корисною для ідентифікації тренерів, які мають високий рівень потреби досягнення та прагнуть до досягнення високих стандартів успіху у боксі. Такі тренери можуть проявляти більшу мотивацію до вдосконалення своїх тренерських навичок та підвищення рівня підготовки спортсменів.

6. Контингентне лідерство може застосовуватися для аналізу взаємодії тренера з різними спортсменами. Ефективність лідерства може залежати від контексту, тому важливо зрозуміти, які стилі лідерства можуть бути найбільш ефективними з різними спортсменами та у різних ситуаціях у боксі.

7. Проведений аналіз наукової літератури та даних з мережі Інтернет дозволив розкрити проблему індивідуально-психологічних особливостей тренера як важливого суб'єкта спортивної діяльності та встановити вплив професійного іміджу на результативність його роботи.

8. Дослідження індивідуально-психологічних особливостей тренера з боксу та їх впливу на діяльність спортсменів-боксерів виявило, що емоційна стабільність, мотивація та комунікативні навички є ключовими чинниками для підвищення ефективності тренувань та досягнення кращих результатів.

9. Результати дослідження розкрили структуру професійно важливих якостей тренера з боксу, включаючи педагогічні, психологічні, технічні та комунікативні компетенції, які сприяють успішній підготовці спортсменів.

10. Виявлені найбільш вагомими професійно важливі якості тренера з боксу, такі як здатність до мотивації, адаптації до індивідуальних особливостей спортсменів, лідерські якості та вміння планувати та адаптувати тренувальні програми.

11. На основі зібраних даних були розроблені практичні рекомендації для професійного вдосконалення тренерів з боксу. Ці рекомендації включають розвиток емоційної стабільності, підвищення мотивації та удосконалення комунікативних навичок.

12. Здійснюючи порівняння досвіду дослідження іміджу тренера у футболі з аналізом індивідуально-психологічних особливостей тренерів з боксу, можна визначити певні загальні принципи, які можуть бути перенесені з одного виду спорту в інший. Відмічено, що в обох випадках важливу роль відіграє зовнішній вигляд тренера, його візуальний стиль та спосіб спілкування. Також виявлено, що індивідуально-психологічні якості тренера, такі як щирість, підтримка, доброзичливість та співчуття, мають важливе значення у побудові довіри та психологічного комфорту для спортсменів.

13. Отже, успішність тренера у боксі залежить від багатьох аспектів, включаючи професійність, психологічну стійкість, взаємодію зі спортсменами та підтримку колег. Врахування цих факторів допомагає досягти кращих спортивних результатів та створити позитивний імідж тренера.

СПИСОК ВИКОРИСТАНОЇ ЛІТЕРАТУРИ

1. Агеєв ПМ, Запольський ДП. Особливості адаптації спортсменів до специфічних рухових дій у боксі. Науковий часопис НПУ імені М. П. Драгоманова. Науково-педагогічні проблеми фізичної культури. 2021;5(136):15-17.
2. Аксютін ВВ. Зв'язок між психофізіологічними властивостями та стилями ведення поєдинку кваліфікованих боксерів. Теорія і методика фізичного виховання і спорту. 2015;1:110-113.
3. Актуальні проблеми розвитку традиційних і східних єдиноборств: Збірн. наук. праць X міжн. інтернет наук.-метод. конф. Вип.10. Х.: Національна академія Національної гвардії України; 2016. 521 с.
4. Андрущенко ВП. Теоретико-методологічні засади модернізації вищої освіти в Україні на рубежі століть. Вища освіта України. 2001;2:6-12.
5. Антоненко ОВ. Формування готовності майбутніх учителів фізичного виховання до роботи сучасній загальноосвітній школі. Педагогіка, психологія та медико-біологічні проблеми фізичного виховання і спорту. 2006;10:79–81.
6. Бахтін М. Гуманізм як принцип виховання сучасної молоді. Вища освіта України. 2007;1:117-120.
7. Безкоровайна ЛВ. Оцінка якостей, необхідних для майбутньої професійної управлінської діяльності фахівців фізичного виховання та та спорту / Л.В. Безкоровайна // Педагогіка, психологія та медико-біологічні проблеми фізичного виховання і спорту: наук. монографія / за ред. С.С.Єрмакова. – Харків: ХДАДМ (ХХП), 2006. – № 10. – С. 87-90.
8. Бех ІД. Виховання особистості: у 2-х кн.: навч.-метод. посібник. Київ: Либідь; 2003. Кн. 1: Особистісно орієнтований підхід: теоретико-технологічні засади. 280 с.

9. Беліков СО, Вострокнутов ЛД. Психологічна і вольова підготовка боксерів юнацького віку. Актуальні проблеми розвитку традиційних і східних єдиноборств: Збірн. наук. праць X міжн. інтернет наук.-метод. конф. Вип.10. Х.: Національна академія Національної гвардії України; 2016. С. 56-64.
10. Богуславській ВГ. Методика зв'язаного розвитку спеціальної витривалості і технічного вдосконалення юних боксерів: Автореферат дисертації кандидата педагогічних наук. Київ, 2001. 21 с.
11. Бондар ВІ. Дидактика. Київ: Либідь; 2005. 264 с.
12. Буренко МС. Формування фахових компетенцій майбутніх тренерів-викладачів у процесі вивчення циклу професійно-орієнтованих дисциплін : дис. ... канд. пед. наук : 13.00.04. Запоріжжя, 2012. 224 с.
13. Вейнберг РС, Гоулд ГД. Психологія спорту. Київ: Олімпійська література; 2014. 336 с.
14. Коробейніков ГВ, Коробейнікова ЛГ, Дудник ОК, Аксютін ВВ. Вікові особливості стресостійкості у єдиноборців високої кваліфікації. Біомеханічні, педагогічні, медико-біологічні та психологічні аспекти фізичного виховання та спорту. Том 1 (118). Чернігів; 2014. С. 165-174.
15. Войнар Ю, Наварецький Д, Глазирін І. Розвиток та сучасні тенденції системи підготовки фахівців з фізичної культури в умовах Євроінтеграції: монографія. Черкаси: Відлуння-Плюс; 2005. 184 с.
16. Волкова НП. Інтерактивні технології навчання у вищій школі: навчально-методичний посібник. Дніпро: Університет імені Альфреда Нобеля; 2018. 360 с.
17. Волянчук НЮ. Психологічні засади професійного становлення тренера-викладача: дисертація доктора психологічних наук: 19.00.01. Київ; 2006. 411 с.
18. Воронцов АІ. Метод спряження техніко-тактичної підготовки зі швидкісно-силовою підготовкою в тренуванні дівчат та юніорок у боксі.

- Науковий часопис НПУ імені М. П. Драгоманова. Науково-педагогічні проблеми фізичної культури. 2020; № 7(127): 29–32.
- 19.Гавриш ІВ. Теоретико-методологічні основи формування готовності майбутніх учителів до інноваційної діяльності: автореферат дисертації доктора педагогічних наук: 13.00.04. Луганськ; 2006. 44 с.
- 20.Гайдамак П, Остьянов ВМ. Бокс. Навчання і тренування. Київ: Олімпійська література; 2001. 239 с.
- 21.Гайдук О. Особливості професійної підготовки вчителів фізичного виховання в Німеччині (на прикладі фахових ВНЗ землі Баварія). Фізичне виховання, спорт і культура здоров'я у сучасному суспільстві: збірник наукових праць. № 2 (22), 2013. – С. 10–16.
- 22.Голінкова Ю В. Психологічний аналіз специфіки праці вчителя фізичної культури. Теорія та методика фізичного виховання. 2008. № 3. С. 6- 9.
- 23.Гончаренко С. У. Український педагогічний словник. Київ : Либідь, 1997. 366 с.
- 24.Горащук В П. Теоретичні та методологічні засади формування культури здоров'я школярів : дис. ... доктора пед. наук : 13.00.01. Харків, 2004. 414 с
- 25.Гребік О., Савчук С. Формування стійкого інтересу студентів I курсу ЛДТУ до занять із фізичного виховання та спорту. Фізичне виховання, спорт і культура здоров'я у сучасному суспільстві: зб. наук. праць. Луцьк : Волин. нац. ун-т ім. Лесі Українки, 2008. С. 64-66
- 26.Гринченко І Б. Сучасні напрями впровадження інновацій в професійній підготовці майбутніх учителів фізичної культури. Вища освіта України. Теоретичний та науково-методичний часопис. Додаток 3, Т. VII. Тематичний випуск: Вища освіта України у контексті інтеграції до європейського освітнього простору. Київ : Гнозис, 2011. С. 84-93.

- 27.Гринь О Р. Психологічне забезпечення та супровід підготовки кваліфікованих спортсменів / О.Р. Гринь. – К.: Олімпійська література, 2015. – 276 с.
- 28.Гузій Н В. Категорія професіоналізму в теорії і практиці підготовки майбутнього педагога : дис. ... доктора пед. наук : 13.00.04. Київ, 2007. 568 с.
- 29.Гуменюк НП., Клименко ВВ. Психология физического воспитания и спорта: навч. посіб. Київ : Вища школа, 1985. 311 с.
- 30.Гуренко ОА. Удосконалення фізичних якостей у студентів засобами боксу в закладах вищої освіти / А. І. Воронцов // Науковий часопис НПУ імені М. П. Драгоманова. Науково-педагогічні проблеми фізичної культури. – 2019. – № 8(116). – С. 28–30.
- 31.Данилко М., Толкач В. Сучасні уявлення про сутність і структуру діяльності тренера. Фізичне виховання, спорт і культура здоров'я у
- 32.Дерека Т. Професійна підготовка фахівців фізичного виховання у США / Continuing Professional Education : Theory And Practice (Series: Pedagogical Sciences). Issue № 1-2 (46-47), 2016. С. 71-76.
- 33.Довідник кваліфікаційних характеристик професій робітників. Вип. 85. Спортивна діяльність. Наказ Міністерства молоді та спорту України
- 34.Дяків А. А. Формування соціально-комунікативних компетенцій студентів: автореф. дис. ...канд. пед. наук: 13.00.04. Київ, 2010. 20 с.
- 35.Енциклопедія освіти / Акад. пед. наук України; голов. ред. В. Г. Кремень. Київ : Юрінком Інтер, 2008. 1040 с.
- 36.Задорожна О. Р. Аналіз змісту тактичної підготовки у нормативно-правових документах зі спортивних єдиноборств (на прикладі боксу, греко-римської боротьби та тхеквондо ВТФ) / О. Р. Задорожна, І. І.Хомяк // Науковий часопис Нац. пед. ун-ту імені М. П. Драгоманова. – 2019. – №2 (108). – С. 56-60.

37. Задорожна ОР, Бріскін ЮА, Сосновський ДД, Романюк РІ, Рихаль ВІ. Ставлення фахівців з боксу до реалізації тактичної підготовки на різних етапах багаторічного удосконалення спортсменів. Науковий часопис НПУ ім. М. П. Драгоманова. 2019; Вип. 8(116): 42-47. URL: http://nbuv.gov.ua/UJRN/Nchnpu_015_2019_8_12
38. Занюк СС. Психологія мотивації: навчальний посібник. Київ: Либідь; 2002. 304 с.
39. Зязюн ІА. Філософія педагогічної якості в системі неперервної освіти. Вісник Житомирського державного університету імені Івана Франка. 2005; № 25: 13–18.
40. Індиченко ЛС, Фора АЛ. Психологічна підготовка спортсменів дозмагань. Актуальні проблеми розвитку традиційних і східних єдиноборств: Збірник наукових праць X міжнародної інтернет-методологічної конференції. Харків: Національна академія Національної гвардії України; 2016.
41. Карамушка ЛМ, Москальов МВ. Психологія підготовки майбутніх менеджерів до управління змінами в організації: монографія. Київ – Львів: Сполом; 2011. 216 с.
42. Карпюк РП. Професійна підготовка майбутніх фахівців з адаптивного фізичного виховання: теорія та методика: монографія. Луцьк: ВАТ «Волинська обласна друкарня»; 2008. 504 с.
43. Качалов В, Лукіна Т. Проблеми якості освіти: навчальний посібник. Київ: Знання; 2007. 358 с.
44. Келлер ВС, Платонов ВМ. Теоретико-методичні основи підготовки спортсменів: навчальний посібник. Львів: Українська Спортивна Асоціація; 1992. 269 с.
45. Клименко ВВ. Психологія спорту. Київ: МАУП; 2006. 432 с.
46. Клопов РВ. Інформатизація вищої фізкультурної освіти. Теорія та методика фізичного виховання. 2007; № 4: 3-7.

47. Кожевнікова ЛК, Бережна ТІ, Мисенко ВВ. Психологічна підготовка дівчат-боксерів. Проблеми фізичного виховання і спорту. 2009; № 12: 87–89.
48. Комарова І. Показники і рівні сформованості культури педагогічного спілкування. Професійна освіта. 2005; № 12: 43–46.
49. Конох АП, Конох ОЄ. Підготовка фахівців спортивного та оздоровчого туризму у вищих навчальних закладах. Вісник Запорізького національного університету. 2009; № 2: 55–60.
50. Конох А. Пріоритетні напрями вдосконалення системи підготовки у жіночому боксі / А. Конох, А. Воронцов // Спортивний вісник Придніпров'я. – 2019. – №3. – С.11–18.
51. Коробейнік ВА. Теоретичне обґрунтування педагогічних умов валеологічного самовдосконалення майбутніх учителів фізичної культури у процесі фахової підготовки. Актуальні проблеми державного управління, педагогіки та психології. Збірник наукових праць Херсонського національного технічного університету. Вип.1 (8). Херсон, 2013. С. 292–296.
52. Коробейніков ГВ, Коробейнікова ЛГ, Аксютін ВВ. Особливості сприйняття та переробки зорової інформації у боксерів із різним стилем ведення поєдинку. Педагогіка, психологія та медико-біологічні проблеми фізичного виховання і спорту. 2011; № 7: 41-44.
53. Коробейніков Г., Приступа Є, Коробейнікова Л, Бріскін Ю. Оцінювання психофізіологічних станів у спорті. Львів: ЛДУФК; 2013.
54. Коробейнікова ЛГ, Шенпен Го, ГКоробейніков, Чуанжонг Ву. Особливості психофізіологічних характеристик у кваліфікованих боксерів. Єдиноборства, 4(22), 26-38.
55. Костюкевич ВМ. Теорія і методика спортивної підготовки (на прикладі командних ігрових видів спорту). Навчальний посібник. Вінниця: Планер; 2014. 616 с.

56. Круцевич ТЮ. Теорія і методика фізичного виховання. Методики фізичного виховання різних груп населення: підручник. Київ: Олімпійська література; 2012. Т. 2. 392 с.
57. Круцевич ТЮ, Воробйов МІ, Ісаченко МА. Тестовий контроль в системі підвищення кваліфікації фізкультурних кадрів. Педагогіка, психологія та медико-біологічні проблеми фізичного виховання і спорту. 2006; № 12: 90–93.
58. Кузнецова ПЮ. Дидактичні принципи у навчально-тренувальному процесі підготовки спортсменів із тхеквондо. Педагогіка формування творчої особистості у вищій і загальноосвітній школах. Запоріжжя: КПУ; 2017. Вип. 52 (105). С. 150-158.
59. Левківський МВ. Нові навчальні технології. Вісник Житомирського державного університету імені Івана Франка. 1999; № 3: 14–18.
60. Луговий ВІ. Тенденції розвитку педагогічної освіти в Україні: (теоретико-методологічний аспект): автореф. дис. ...доктора пед. наук.
61. Мазін ВМ. Формування культури професійної самореалізації майбутніх учителів фізичного виховання: дис. ... канд. пед. наук : 13.00.04. Запоріжжя, 2008. 222 с.
62. Малиновський АІ. Організованість у структурі іміджу тренера з футболу під час роботи з командами різного рівня. В: Молодь та олімпійський рух: зб. тез доп. 11-ї Міжнар. конф. молодих вчених [Інтернет]; 2018 Квіт 10-12; Київ. Київ: НУФВСУ; 2018. с. 173-4. Доступно: https://uni-sport.edu.ua/sites/default/files/rozklad/zbirnyk_tez_2018.pdf
63. Малиновський АІ. Особистісні детермінанти формування іміджу тренера з футболу. В: Молодь та олімпійський рух: зб. тез доп. 10-ї Міжнар. наук. конф. молодих учених [Інтернет]; 2017 Трав 24-25; Київ. Київ: НУФВСУ; 2017. с. 138-9. Доступно: https://uni-sport.edu.ua/sites/default/files/vseDocumenti/zbirnyk_tez_2017_na_sayt.pdf

64. Малиновський АІ. Формування іміджу тренера з футболу як фактора успішності професійного становлення. В: Молодь та олімпійський рух: зб. тез доп. 9-ї Міжнар. наук. конф. молодих учених [Інтернет]; 2016 Жовт 12-13; Київ. Київ: НУФВСУ; 2016. с. 141-2. Доступно: https://uni-sport.edu.ua/sites/default/files/vseDocumenti/zbirnyk_tez_2016-1.pdf
65. Малімон ОО. Диференційований підхід у процесі фізичного виховання студентів. Луцьк, 1999. 49 с.
66. Маслоу А. Мотивация и личность. Санкт-Петербург: Евразия, 2001. 475 с.
67. Матвієнко МІ, Шевнюк АО. Інноваційний підхід до навчально-педагогічної практики студентів педагогічних університетів у процесі формування умінь та навичок до самостійних занять фізичними вправами. Вісник Чернігівського нац. пед. ун-ту імені Т. Г. Шевченка. Чернігів, 2011. Вип. 86. Т. II. С. 380–383.
68. Молочко АС. Особливості становлення та актуальні проблеми розвитку в сучасних умовах міжнародного спортивного руху / АС Молочко // Науковий часопис Нац. пед ун-ту імені М. П. Драгоманова. - 2021. – Вип. 1(121). – С. 71–75.
69. Навчальна програма з дзюдо для дитячо-юнацьких спортивних шкіл, спеціалізованих дитячо-юнацьких спортивних шкіл олімпійського резерву, шкіл вищої спортивної майстерності та спеціалізованих навчальних закладів спортивного профілю / за заг. ред. А.Ф. Алексеєва, укладачі Ю.О. Юхно, В.А. Серєда, В.С. Перета, М.М. Руденко. Київ, 2018. 116 с.
70. Олійник НА, Войтенко СМ. Психологічні особливості спортивної діяльності: Монографія. – Вінниця: ВНАУ, 2020. – 240 с.
71. Паламарчук ВФ. Інноваційні процеси в педагогіці / Педагогічні інновації у сучасній школі. Київ : Освіта, 1994. 87 с.
72. Педагогічна майстерність / ІА Зязюн, ЛВ Крамущенко, ІФ Кривонос та ін. Київ : Вища школа, 1997. 349 с.

73. Передерій А., Пітин М. Удосконалення структури та змісту навчальної дисципліни «Професійна майстерність тренера». Фізична активність, здоров'я і спорт. 2010. № 1. С. 74–79.
74. Петровська Т., Малиновський А. Соціально-психологічні складові іміджу тренера з футболу як суб'єкта спортивної діяльності. Психологічний часопис: збірник наукових праць Національної академії педагогічних наук України, Інститут психології імені Г.С. Костюка. 2017;3(7): 135-44.
75. Платонов В Н. Система подготовки спортсменов в олимпийском спорте. Общая теория и её практическое приложение: учебник для тренеров: в 2 кн. Т. 1. Киев: Олимпийская литература, 2004. 808 с.
76. Платонов В Н. Периодизация спортивной подготовки. Общая теория и её практическое применение / В.Н. Платонов. – К.: Олимпийская литература, 2013. – 623 с.
77. Плахтій П.Д., Безкопильний О.О., Марчук В.М. Фізіологічні основи фізичного виховання та спорту. Тести і завдання для самостійної підготовки: навч. посіб. Кам'янець-Подільський: ПП «Медобори-2006», 2011. 176 с.
78. Приступа Є., Рокіта А. Тенденції підготовки фахівців фізичного виховання і спорту в Європі. Педагогіка, психологія та мед.-біол. пробл. фіз. виховання і спорту. 2003. № 15. С. 124–130.
79. Приходько П.Е. Психологічна підготовка боксерів до змагань / П.Е.Приходько // Науковий часопис Національного педагогічного університету імені М.П.Драгоманова. Серія № 15. “Науково-педагогічні проблеми фізичної культури / Фізична культура і спорт/” Зб. наукових праць / За ред. Г.М.Арзютова. – К.: Вид-во НПУ імені М.П.Драгоманова, 2015.
80. Фролова ЛС. Вступ до спеціальності «Фізичне виховання»: навч.-метод. посіб. Черкаси, 2014. 282 с.

81. Хайруліна ТГ. Активні методи навчання та виховання. Відкритий урок. 2001. № 1-2. С. 64–76.
82. Чобітько МГ. Теоретико-методологічні засади особистісно орієнтованої професійної підготовки майбутніх учителів: дис. ... доктора пед. наук: 13.00.04. Київ, 2007. 608 с.
83. Шинкарук ОА. Теорія і методика підготовки спортсменів: управління, контроль, відбір, моделювання та прогнозування в олімпійському спорті: навчальний посібник для студ. вищ. навч. закладів. Київ: МОНУ, НУФВСУ, 2013. 136 с.
84. Ячнюк ЮБ, Мосейчук ЮЮ (та ін.). Відновлювальні засоби у фізичній культурі і спорті: навч. посіб. Чернівці: ЧНУ, 2011. 387 с.
85. Williams J. Goal setting, psychological characteristics of peak performance. *Applied Sport Psychology*. 1986;9:123-130.
86. Cheema BS, Davies TB, Stewart M, Papalia S, Atlantis E. The feasibility and effectiveness of high-intensity boxing training versus moderate-intensity brisk walking in adults with abdominal obesity: A pilot study. *BMC Sports Science, Medicine, and Rehabilitation*. 2015;7(3).
87. Gould D, Murphy Sh, Tammem V, May J. An Examination of U.S. Olympic Sport Psychology Consultants and the Services They Provide. *The Sport Psychologist*. [Year of Publication Unavailable];3(4):300–312.
88. Fiedler H. *Boxen*. Berlin: Sportkerlag; 2017. pp. 34–52.
89. Fiedler H. Reflections on the Olympic Boxing Tournament. *World Amateur Boxing Magazine*. 2014;(18):9–12.
90. Williams J. Goal setting, psychological characteristics of peak performance. *Applied Sport Psychology*. 1986;9:123-130.
91. Young JA, Pain MD. The Zone: Evidence of a Universal Phenomenon for Athletes Across Sports. *Athletic Insight*. 1999;1(3):21-30.
92. Anderson JR, Reder LM, Simon HA. Situated learning and education. *Educational Researcher*. 1996;25:5-11.

93. Gaj J. Dzieje kultury fizycznej w Polsce. Poznań: Akademia Wychowania Fizycznego; 1997. 293 c.
94. Czerwiński J. O potrzebie zmian w treściach i strukturze kształcenia oraz doskonalenia kadr trenersko-instruktorskich. *Trening*. 2001;(3):163–171.
95. Deming WE. *The New Economics for Industry, Government, Education*. Cambridge: MIT Press; 2000. 240 p.

ДОДАТКИ

Додаток А

Теорії і концепції вивчення особистісно-психологічних якостей тренера

Трансакційний лідершип (Transactional Leadership)	Лідер встановлює вимоги та надає винагороди за їх виконання, використовуючи систему транзакцій та позитивного підкріплення.	1960-1970	Макс Вебер (теорія взаємодії), розробники концепції лідерства в спорті
Трансформаційне лідерство (Transformational Leadership)	Лідер інспірує та мотивує індивідів до досягнення вищих стандартів та бажання вдосконалення.	1978	Джеймс МакГрегор Бернс, Берні Басс, Брюс Аволіо
Контингентне лідерство (Contingency Leadership)	Ефективність лідерства залежить від взаємодії лідера із співробітниками та властивостей ситуації.	1967	Фредерік Філдлер
Теорія самовизначення (Self-	Люди прагнуть самореалізації, автономії та компетентності у виборі та	1985	Едвард Деці, Річард Райан

Determination Theory)	здійсненні дій.		
Теорія соціального навчання (Social Learning Theory)	Основана на спостереженні та наслідуванні моделей, розповсюджених оточенням.	1963	Альберт Бандура
Теорія потреби досягнення (Need Achievement Theory)	Люди мають різні рівні потреби досягнення успіху, які впливають на їхню поведінку.	1961	Девід МакКлелланд

**АНКЕТА ДЛЯ ОЦІНЮВАННЯ ТРАНСФОРМАЙНОГО ЛІДЕРСТВА
ТРЕНЕРІВ З БОКСУ (оцінює тренер)**

Шановний учасник!

Ми хочемо запросити вас взяти участь у нашому опитуванні, спрямованому на оцінювання трансформаційного лідерства тренерів з боксу. Ваша думка та досвід є надзвичайно важливими для нас, оскільки допоможуть нам зрозуміти, наскільки ефективними є тренери у сприянні вашому особистому розвитку та досягненню високих результатів у спорті.

Опитування містить 25 питань, пов'язаних із лідерськими якостями та підходами вашого тренера. Вам буде запропоновано оцінити їхні дії, практики та вплив на ваш спортивний розвиток. Ваші відповіді будуть оброблені конфіденційно та анонімно, і не будуть пов'язані з вашою особистістю.

Будь ласка, приділіть трохи часу для заповнення анкети, щоб ваш внесок допоміг нам зрозуміти сильні сторони та можливість поліпшення у роботі тренерів. Ваші відповіді допоможуть створити більш сприятливу та ефективну атмосферу для вас та вашої команди.

Щоб заповнити анкету, перейдіть за посиланням нижче:

Дякуємо за вашу підтримку та участь у цьому опитуванні. Ваші відповіді допоможуть зміцнити тренерську роботу та покращити умови для вашого розвитку в боксі. Якщо у вас є будь-які питання або уточнення, будь ласка, зв'яжіться з нами.

АНКЕТА

1. Чи забезпечуєте ви чітку комунікацію зі спортсменами щодо цілей та очікувань?
2. Чи заохочуєте ви спортсменів за досягнення конкретних результатів у тренуваннях та змаганнях?
3. Чи використовуєте ви фінансові мотиватори (наприклад, премії) для підвищення мотивації спортсменів?
4. Чи спонукаєте ви спортсменів до конкуренції та змагального духу між ними?
5. Чи встановлюєте ви чіткі правила та вимоги щодо поведінки та виконання тренувальних завдань?
6. Чи надаєте ви різні види підсилювання (похвал, стимулів) за досягнення високих результатів?
7. Чи управляєте ви та наглядаєте за тренувальним процесом та виконанням завдань спортсменами?
8. Чи стимулюєте ви спортсменів до досягнення певних вимірюваних цілей у підготовці?
9. Чи надаєте ви зворотній зв'язок та оцінюєте виконання спортсменів відповідно до встановлених стандартів?
10. Чи заохочуєте ви спортсменів до досягнення індивідуальних підсумків та вдосконалення?
11. Чи ставите ви прагматичні та реалістичні цілі перед спортсменами для досягнення успіху?
12. Чи використовуєте ви індивідуальний підхід до мотивації кожного спортсмена?

13. Чи заохочуєте ви спортсменів до залучення додаткових ресурсів для досягнення цілей?
14. Чи надаєте ви визнання та похвалу за високий рівень виконання завдань?
15. Чи підтримуєте ви здорову конкуренцію та прагнення спортсменів до покращення результатів?
16. Чи підтримуєте ви справедливий розподіл нагород і стимулів серед спортсменів?
17. Чи надаєте ви додаткову підтримку та підсилювання для спортсменів, які виявляють особливі зусилля?
18. Чи підтримуєте ви дисципліну та відповідальність серед спортсменів?
19. Чи створюєте ви відповідні умови для спортсменів, щоб вони могли виконувати свої обов'язки та завдання?
20. Чи встановлюєте ви розумні та досяжні цілі для тренувального процесу?
21. Чи прагнете ви до постійного покращення результатів і підвищення тренувальної ефективності?
22. Чи допомагаєте ви спортсменам виявити та розвивати їхні сильні сторони?
23. Чи створюєте ви сприятливу атмосферу для співпраці та командної роботи?
24. Чи надаєте ви допомогу спортсменам у подоланні труднощів та перешкод на шляху до успіху?
25. Чи впроваджуєте ви стратегії та техніки мотивації для підтримки спортсменів у підготовці та змаганнях?

Дякуємо за вашу участь у цьому анкетуванні. Ця анкета призначена для оцінювання трансакційного лідерства тренерів з боксу з боку їх боксерів. Будь ласка, оцініть кожне з питань, використовуючи шкалу від 1 до 5, де:

1 - Повністю не погоджуюсь 2 - Здебільшого не погоджуюсь 3 - Нейтрально 4 - Здебільшого погоджуюсь 5 - Повністю погоджуюсь

АНКЕТА

(оцінювання трансформаційного лідерства вашого тренера з боксу)

Шановні спортсмени!

Ми хочемо запросити вас взяти участь у нашому опитуванні, спрямованому на оцінювання трансформаційного лідерства вашого тренера з боксу. Ваша думка та досвід є надзвичайно важливими для нас, оскільки допоможуть нам зрозуміти, наскільки ефективним є ваш тренер у сприянні вашому особистому розвитку та досягненню високих результатів у спорті.

Опитування містить 50 питань, пов'язаних із лідерськими якостями та підходами вашого тренера. Вам буде запропоновано оцінити його/її дії, практики та вплив на ваш спортивний розвиток. Ваші відповіді будуть оброблені конфіденційно та анонімно, і не будуть пов'язані з вашою особистістю.

Будь ласка, приділіть трохи часу для заповнення анкети, щоб ваш внесок допоміг нам розуміти сильні сторони та можливість поліпшення у роботі вашого тренера. Ваші відповіді допоможуть створити більш сприятливу та ефективну атмосферу для вас та вашої команди.

Щоб заповнити анкету, перейдіть за посиланням нижче:

Дякуємо за вашу підтримку та участь у цьому опитуванні. Ваші відповіді допоможуть зміцнити тренерську роботу.

АНКЕТА

1. Чи сприяє ваш тренер збудженню вашого інтересу до боксу та сприяє вашій постійній мотивації для досягнення успіху у спорті?
2. Чи допомагає ваш тренер вам розвивати вашу фізичну та психологічну стійкість під час тренувань та змагань?
3. Чи підтримує ваш тренер ваші індивідуальні потреби та враховує ваші особисті цілі в боксі?
4. Чи пропагує ваш тренер позитивну атмосферу та доброзичливий підхід у команді?
5. Як ваш тренер допомагає вам розвивати вашу впевненість під час боїв та важливих змагань?
6. Чи сприяє ваш тренер вашому індивідуальному розвитку та покращенню технічних навичок у боксі?
7. Як ваш тренер впливає на ваше бажання досягати нових висот у своїх спортивних досягненнях?
8. Чи стимулює ваш тренер вашу творчість та інноваційний підхід до тренувань та підготовки?
9. Чи допомагає ваш тренер вам усвідомити ваші сильні сторони та потенціал для розвитку у боксі?
10. Як ваш тренер сприяє побудові сильних командних відносин та співпраці у вашій групі?
11. Чи допомагає ваш тренер вам знаходити нові можливості для розвитку кар'єри у боксі?
12. Чи підтримує ваш тренер вашу мотивацію під час періодів втоми або невпевненості?
13. Чи допомагає ваш тренер вам розвивати ваші планувальні та стратегічні навички у боксі?
14. Як ваш тренер допомагає вам керувати стресом під час змагань та складних ситуацій?

15. Чи підтримує ваш тренер ваші зусилля щодо досягнення ваших спортивних цілей?
16. Як ваш тренер допомагає вам розвивати вашу самодисципліну та волю до перемоги?
17. Чи допомагає ваш тренер вам знаходити позитивні сторони у кожному навіть після поразки або невдачі?
18. Чи створює ваш тренер атмосферу довіри та взаєморозуміння у команді?
19. Чи допомагає ваш тренер вам розуміти значення етичних норм та поведінки у спорті?
20. Чи сприяє ваш тренер вашому внутрішньому зростанню та самовдосконаленню?
21. Чи допомагає ваш тренер вам вирішувати конфлікти та побудову конструктивних стосунків з іншими спортсменами?
22. Як ваш тренер допомагає вам розвивати вашу здатність до керування емоціями під час змагань?
23. Чи підтримує ваш тренер ваші зусилля щодо розвитку вашої фізичної та ментальної витривалості?
24. Як ваш тренер стимулює вашу впевненість у своїх здібностях та здатність досягати успіху у боксі?
25. Які аспекти роботи вашого тренера ви особливо цінуєте та вважаєте успішними для вашого розвитку як боксера?

Дякуємо за вашу участь у цьому анкетуванні. Ця анкета призначена для оцінювання трансформаційного лідерства тренерів з боксу з боку їх боксерів. Будь ласка, оцініть кожне з питань, використовуючи шкалу від 1 до 5, де:

1 - Повністю не погоджуюсь 2 - Здебільшого не погоджуюсь 3 - Нейтрально 4 - Здебільшого погоджуюсь 5 - Повністю погоджуюсь

Анкета для оцінювання трансформаційного лідерства тренерів з боксу

(для тренерів):

1. Як часто ви взаємодієте із спортсменами, щоб з'ясувати їхні цілі та амбіції?
2. Чи сприяєте ви розвитку індивідуальних навичок своїх спортсменів, знаючи, що кожен має свої сильні сторони та слабкі?
3. Чи підтримуєте ви відкрите спілкування та зворотний зв'язок зі своїми спортсменами?
4. Як ви стимулюєте своїх спортсменів бути більш впевненими та ризиковими в заняттях?
5. Як ви допомагаєте спортсменам розпізнати та розвивати їхні лідерські якості?
6. Чи пропагуєте ви взаємодію та підтримку між спортсменами?
7. Чи допомагаєте ви своїм спортсменам розвивати стратегічне мислення та планування?
8. Як ви впливаєте на мотивацію своїх спортсменів до досягнення високих результатів?
9. Чи забезпечуєте ви можливості для навчання та саморозвитку своїх спортсменів?
10. Чи допомагаєте ви спортсменам перетворити негативний досвід на можливість для зростання?
11. Чи сприяєте ви збудженню інтересу своїх спортсменів до нових викликів та завдань?
12. Чи допомагаєте ви своїм спортсменам розвивати навички управління стресом?
13. Як ви підтримуєте спортсменів у складних ситуаціях та невдачах?

14. Чи допомагаєте ви своїм спортсменам відкривати нові можливості для розвитку кар'єри?
15. Чи створюєте ви інклюзивну та довірчу атмосферу у команді?
16. Чи допомагаєте ви своїм спортсменам розвивати емоційний інтелект?
17. Як ви стимулюєте творчість та інноваційність у своїх спортсменів?
18. Чи допомагаєте ви спортсменам встановлювати реалістичні, але амбіційні цілі?
19. Чи підтримуєте ви в своїх спортсменах впевненість у собі та своїх здібностях?
20. Як ви стимулюєте спортсменів до самоаналізу та самовдосконалення?
21. Чи допомагаєте ви своїм спортсменам вирішувати конфлікти та сприяєте конструктивному взаємодії?
22. Чи допомагаєте ви своїм спортсменам розвивати етичні принципи та цінності?
23. Чи підтримуєте ви розвиток командного духу у своїй групі?
24. Чи допомагаєте ви своїм спортсменам знаходити баланс між тренуваннями та особистим життям?
25. Як ви оцінюєте свою власну здатність до лідерства та що б ви хотіли покращити в своїй роботі тренера?

Дякуємо за вашу участь у цьому анкетуванні. Ця анкета призначена для оцінювання трансформаційного лідерства тренерів з боксу з боку їх боксерів. Будь ласка, оцініть кожне з питань, використовуючи шкалу від 1 до 5, де:

1 - Повністю не погоджуюсь 2 - Здебільшого не погоджуюсь 3 - Нейтрально 4 - Здебільшого погоджуюсь 5 - Повністю погоджуюсь

**Анкета для оцінювання трансформаційного лідерства тренерів з боксу
(для спортсменів - боксерів):**

1. Наведіть приклади ситуацій, коли ваш тренер допомагав вам розвивати індивідуальні навички та здібності.
2. Чи забезпечує ваш тренер вам зворотний зв'язок та відкрите спілкування? Наведіть приклади.
3. Як ваш тренер стимулює
4. Чи підтримує ваш тренер розвиток вашої лідерської особистості та якостей?
5. Чи стимулює ваш тренер взаємодію та підтримку між спортсменами у вашій команді?
6. Чи допомагає ваш тренер розвивати ваше стратегічне мислення та планування у боксі?
7. Як ваш тренер впливає на вашу мотивацію до досягнення високих результатів у спорті?
8. Чи забезпечує ваш тренер можливості для вашого навчання та саморозвитку?
9. Як ваш тренер допомагає вам перетворити негативний досвід у можливість для зростання?
10. Чи сприяє ваш тренер збудженню вашого інтересу до нових викликів та завдань у боксі?
11. Як ваш тренер допомагає вам управляти стресом та тримати під контролем емоції під час боїв?
12. Чи підтримує ваш тренер вас у складних ситуаціях та невдачах?

13. Чи сприяє ваш тренер виробленню в вас етичних принципів та цінностей у боксі?
14. Як ваш тренер стимулює вашу творчість та інноваційність у тренуваннях та боях?
15. Чи допомагає ваш тренер вам встановлювати реалістичні, але амбіційні цілі в боксі?
16. Чи підтримує ваш тренер в вас впевненість та віру в себе як у боксера?
17. Як ваш тренер сприяє вашому самоаналізу та самовдосконаленню?
18. Чи допомагає ваш тренер вам розв'язувати конфлікти та підтримує конструктивну взаємодію у команді?
19. Чи підтримує ваш тренер розвиток командного духу у вашій групі?
20. Чи допомагає ваш тренер знаходити баланс між тренуваннями та особистим життям?
21. Чи допомагає ваш тренер вам розвивати емоційний інтелект у боксі?
22. Що ви особливо цінуєте у своєму тренері та його стилі лідерства?
23. Чи є які-небудь аспекти в роботі вашого тренера, які ви хотіли б, щоб він поліпшив?
24. Як ваш тренер стимулює вашу мотивацію та віру в себе перед важливими змаганнями?
25. Які зміни або покращення ви б хотіли побачити у роботі вашого тренера, щоб підвищити ваші спортивні досягнення та розвиток?

Дякуємо за вашу участь у цьому анкетуванні. Ця анкета призначена для оцінювання трансакційного лідерства тренерів з боксу з боку їх боксерів. Будь ласка, оцініть кожне з питань, використовуючи шкалу від 1 до 5, де:

1 - Повністю не погоджуюсь 2 - Здебільшого не погоджуюсь 3 - Нейтрально 4 - Здебільшого погоджуюсь 5 - Повністю погоджуюсь

Труднощі та недоліки трансакційного та трансформаційного підходів у тренерській діяльності з боксу

Труднощі / Недоліки	Трансакційний підхід	Трансформаційний підхід
Залежність від мотивації	Мотивація спортсменів може бути заснована лише на зовнішніх заохоченнях та винагородах, що може знизити мотивацію.	Трансформаційний підхід допомагає залучити спортсменів із внутрішньою мотивацією, але в некоректному застосуванні може викликати перевищення власних очікувань та стрес.
Відсутність гнучкості	Такий підхід може бути менш адаптивним до змін та нових викликів, оскільки спортсмени можуть стати залежними від постійної зовнішньої мотивації.	Може виникати складність у плануванні та управлінні командою через високий рівень індивідуалізації та урахування особистих потреб кожного спортсмена.
Занадто сильне підкреслення результату	Переконання, що важливий лише результат, а не сам процес.	Спортсмени можуть бути піддані високим вимогам та стресовому середовищу, які можуть призвести до перенавантаження та вигорання.

Труднощі / Недоліки	Трансакційний підхід	Трансформаційний підхід
Зниження творчості	Спортсмени можуть бути більше зосереджені на задоволенні вимог тренера, що може знизити їхню творчість та інноваційний підхід.	Може виникнути несприятливе залежність від тренера, що перешкоджає самостійному прийняттю рішень та розвитку лідерських навичок у спортсменів.
Орієнтація на індивідуальність	Не завжди сприяє розвитку колективу, так як спортсмени можуть зосереджуватись на власних цілях та інтересах.	Може створювати конфлікти між спортсменами, оскільки кожен прагне підвищити свої особисті досягнення, не завжди враховуючи інтереси команди.