

*Олег Байрачний,
Петро Іванов,
Валерій Золотухін
(Київ, Україна)*

**Аналіз особистісно-психологічних якостей тренера як один з факторів
ефективного управління підготовкою спортсменів**

Анотація. В статті представлені результати аналізу психологічних аспектів процесу управління спортивною підготовкою. Визначені психологічні якості та особливості психічної сфери тренера, що обумовлюють ефективність практичної реалізації управлінського циклу в спортивній діяльності. Поетапно проаналізовані три складові управління (контроль, планування, управлінське рішення) та пов'язані з ними особистісні, психологічні та психічні характеристики тренера.

Ключові слова: управління підготовкою спортсменів, психологічна характеристика тренера

*Bairachny Oleg V.,
Ivanov Petro P.,
Zolotuhin Valeriy V.*

**ANALYSIS OF THE PERSONAL-PSYCHOLOGICAL QUALITIES OF THE
TRAINER AS ONE OF THE FACTORS OF EFFECTIVE MANAGEMENT
OF THE TRAINING OF ATHLETES**

Summary. The article presents the results of the analysis of psychological aspects of the process of sports training management. The psychological qualities and features of the mental sphere of coaches have been determined, which determine the effectiveness of the practical implementation of management cycles in sports activities. Three components of management (control, planning, managerial decision)

and the associated personal, psychological and mental characteristics of the coach are analyzed step by step.

Keywords: management of athletes training, psychological characteristics of a coach

Для досягнення головної професійної мети тренерів дитячо-юнацької спортивної школи необхідно вирішити цілий комплекс задач, що охоплюють всі сторони підготовки юних спортсменів: технічну, тактичну, фізичну, теоретичну та психологічну. Отримуючи в своє розпорядження дітей хоча і з певними задатками але очевидно та природньо дуже далекими за своїми характеристиками від модельних показників кваліфікованих спортсменів, тренер має провести їх тривалим «шляхом» підготовки із пункту «А» (юний спортсмен початківець) до пункту «В» (кваліфікований спортсмен). А оскільки вихідні данні (стартові характеристики юних спортсменів) та кінцева мета, що крім іншого має бути відображена в довгострокових планах роботи тренера (спортивної школи), відомі, то актуалізується здатність тренера до управління процесом підготовки, що визначається фахівцями як процес переводу стану спортсменів з поточного (вихідного) в бажаний (кінцева мета підготовки) [2].

Процес управління спортивною підготовкою можна розглядати з двох ракурсів: управління навчально-тренувальним процесом та управління спортивним колективом та поведінкою окремого гравця. В даній роботі ми проаналізуємо перший аспект, а саме управління навчально-тренувальним процесом та змагальною діяльністю в контексті особистісно-психологічних якостей тренера, що обумовлюють його (даного процесу) ефективність.

Вивчення даних спеціальної літератури та мережі Інтернет, а також узагальнення провідного практичного досвіду показало, що теоретико-методичні основи проблематики управління підготовкою спортсменів досліджувалися багатьма авторами [4-8]. Як підсумок, сьогодні для тренерів доступними є добре структуровані та перевірені на практиці матеріали стосовно значущості, класифікації, а також методів та засобів здійснення контролю, планування, моделювання та прогнозування – окремих складових процесу

управління в спортивній діяльності. І зміни вище зазначених процесів сьогодні і найближчим часом, скоріш за все, будуть пов'язані з вдосконаленням методів та засобів за рахунок більш активного впровадження цифрових технологій, що безумовно підвищить ефективність, але принципово не вплине на теоретичний аспект питання.

В той же час, якщо застосовувати системний підхід до проблеми управління спортивною підготовкою «ключовим елементом» слід визнати все ж таки особистість тренера. Адже саме його знання, вміння та навички (або висловлюючись сучасною мовою «компетенції»), що базуються на його особистісних та психологічних якостях та властивостях, обумовлюють ефективність використання існуючого теоретико-методичного базису та технічного інструментарію, а в підсумку і успішність процесу підготовки спортсменів загалом.

Перш ніж перейти до аналізу особистісно-психологічних характеристик тренера та їх значення в досліджуваному питанні необхідно зупинитися на самому процесі управління в спортивній діяльності. Як відомо, сутність управління навчально-тренувальним процесом, а разом і станом спортсмена полягає в реалізації управлінського циклу, який включає в себе такі блоки: контроль – планування/моделювання – управлінське рішення і далі цикл знову повторюється здійсненням оцінки ефективності прийнятих рішень та корекції (в разі необхідності) існуючих планів (рис.).



Рис. Управлінський цикл в процесі підготовки спортсменів.

В процесі підготовки тренер постійно знаходиться на одному з етапів, що становлять вище зазначений цикл управління. Це може стосуватись, як оперативних заходів впливу на процес підготовки (підбір засобів та методів підготовки їх застосування та оперативна оцінка в ході тренувального заняття та аналіз відставленого ефекту), так і управління спортивною підготовкою в межах мікро-, мезоциклів, етапів, періодів або річних циклів. Сутність та послідовність залишається незмінною.

До основних закономірностей управлінського циклу, на наш погляд, слід віднести наступне:

- всі блоки *пов'язані між собою* та впливають на ефективність одне одного;
- конкретні дії в межах *кожного окремого блоку* мають вплив на ступінь досягнення поставленої мети;
- ефективність практичної реалізації певних заходів в межах того чи іншого блоку *має різні характеристики* та відповідно вимагає від тренера *прояву різних психологічних якостей*.

Саме тому, оцінюючи ефективність роботи тренера за результатами діяльності (відповідність показників реальної підготовленості спортсменів запланованим) протягом певних часових проміжків (місяць, період, рік тощо), вкрай важливим є об'єктивний та системний аналіз та самоаналіз роботи тренера в межах кожного блоку управлінського циклу.

Далі ми проаналізуємо кожен блок управлінського циклу в спортивній підготовці в контексті особистісно-психологічних характеристик, що впливають на успішність їх практичної реалізації.

Контроль. Не залежно від виду контролю він передбачає виконання таких операцій як: формування критеріїв оцінки, відповідно до них підбір та використання засобів та методів контролю, збір та інтерпретація отриманих кількісних даних. Етап підготовки та відповідно вид контролю тільки впливає на тривалість та об'єм даних, що підлягають аналізу: від меншою кількості показників (оперативний/поточний, вибіркового контролю) до більшої (етапний, комплексний). Успішність заходів та дій в межах контролю, перш за все,

залежить від ефективності практично всіх розумових процесів: *аналізу* (формування критеріїв оцінки та підбір засобів, оцінка кількісних даних контролю), *синтезу, абстрагування та конкретизації* (оцінка та інтерпретація (пошук причинно-наслідкових зав'язків та формулювання висновків) результатів контролю), *порівняння* (оцінка результатів контролю в динаміці та в контексті модельних та/або середньо групових показників). В загальному, процес мислення тренера має бути системним та включати прояв практично всіх його типів – від *алгоритмічного* до *репродуктивного* при вирішенні стандартних завдань, до *продуктивного, творчого (креативного), дискурсивного* при аналізі результатів, вирішенні нестандартних задач та реалізації принципу індивідуалізації в процесі підготовки.

Окремо слід зазначити вимоги до психіки тренера при здійсненні оперативного контролю в навчально-тренувальному процесі та змагальній діяльності. Не зайвим буде наголосити, що в системі дитячо-юнацького спорту (за виключенням видів спорту з ранньою спеціалізацією (наприклад художня гімнастика)) ці дві складові спортивної діяльності за своєю спрямованістю є тотожними і тривалий час виступають як засоби підвищення майстерності юних спортсменів. Це уточнення є важливим через те, що задачі, зміст та методи оперативного контролю в умовах жорсткої змагальної боротьби за спортивний результат, що є характерним для професійного спорту, відбіркових змагань до участі в Олімпійських іграх, чемпіонатах Світу та Європи, не кажучи вже про безпосередню участь в них, суттєво відрізняються. Тим не менш здійснення ефективного оперативного контролю, що дає змогу вносити своєчасні та доречні корективи в план тренувального заняття або змагань, потребує від тренера прояву цілком конкретних та специфічних психологічних та психічних якостей. Так зокрема, вкрай важливим є високий рівень розвитку функцій уваги: *об'єм та швидкість перемикання* з одного об'єкту на інший (особливо актуальним є в командних видах спорту), *концентрація*. Повертаючись до розумових здібностей тренера, то тут теж на перший план виходить його здатність до швидкої переробки інформації та прийняття рішень

в стислі проміжки часу. Доречним буде згадати про інтуїцію, яку тренери часто хибно трактують, визначаючи її як щось містичне та називаючи «шостим відчуттям». Насправді в основі миттєвих, інтуїтивних (без свідомого аналізу) рішень лежить попередній досвід, що є вже осмисленим та глибоко і всебічно проаналізованим. Саме такий підхід тренера до професійної діяльності та така системна розумова діяльність дають змогу швидко оцінювати ситуацію та приймати правильні рішення.

Планування. Якщо стисло, то процес планування навчально-тренувальної діяльності полягає в визначенні мети та задач, доборі засобів та методів підготовки та оцінки їх ефективності, що обмежується конкретними часовими рамками та базується на результатах контролю рівня підготовленості спортсменів і ступеню забезпечення тренувального процесу. Окрім прояву всіх розумових процесів та типів мислення, що перераховані при аналізі попереднього блоку (вони забезпечують реалістичність, адекватність та логічність плану), при плануванні неабиякого значення набувають такі психічні процеси як: *представлення* та *уява* (прогнозування, формулювання мети з характеристиками підготовленості спортсменів, які є бажаними, але яких на момент планування не існує). Крім того, при визначенні мети (особливо при довгостроковому плануванні) можуть проявитись і особистісні якості тренера, а саме його *амбітність, мотивація на досягнення успіху, потреба в досягненнях.*

Управлінське рішення. На цьому етапі управлінського циклу, за умов, що попередня робота (контроль та планування) проведена на належному рівні, найбільшого значення набувають вольові якості тренера: *рішучість, цілеспрямованість, наполегливість, впевненість у собі* тощо. Відповідний рівень прояву перелічених якостей дозволяє тренерові подолати ряд перешкод сере яких можна виділити наступні:

- недостатній об'єм інформації;
- низькі темпи росту спортивної майстерності, що не пов'язані з методикою підготовки (вікові особливості, зовнішні чинники тощо);
- протилежні думки та психологічний тиск з боку керівництва, колег,

батьків та самих спортсменів.

Таким чином, проаналізувавши процес управління спортивною підготовкою крізь призму особистісно-психологічних та психічних характеристик тренера, ми дійшли висновку, що ефективність даного процесу обумовлена, крім іншого, наявністю та відповідним рівнем розвитку цілого комплексу психологічних якостей та психічних процесів. Іншими словами, успішність управління навчально-тренувальним процесом та змагальною діяльністю залежить не тільки від рівня теоретико-методичного забезпечення, а й від відповідності особистісно-психологічних характеристик тренера, який і несе відповідальність за реалізацію існуючих напрацювань на практиці.

ДЖЕРЕЛА ТА ЛІТЕРАТУРА:

1. Воронова В.І. Психологія спорту: Навч. посібник /В.І. Воронова. – К.: Олімпійська література, 2019. – С. 200-229.
2. Жмарев И.В. Управленческая и организаторская деятельность тренера. К., «Здоровье», 1980 – 144 с.
3. Ильин Е.П. Психология спорта /Е.П. Ильин. – СПб.: Питер, 2008. – 352с.
4. Костюкевич В.М. Управление тренировочным процессом футболистов в годичном цикле тренировки / В.М. Костюкевич. – Винница: Планер, 2006. – 683с.
5. Лисенчук Г.А. Управление подготовкой футболистов / Г.А . Лисенчук. – К.:Олімпійська література, 2004. – 246с.
6. Мартенс Р. Успешный тренер /Р. Мартенс. – М.: Человек, 2014. – 440с.
7. Чемберс Д. Профессия – тренер: наука и искусство /Д. Чемберс. – М.: Человек, 2013. – 186с.
8. Якимов А. М. Основы тренерского мастерства. Учебно-методическое пособие / А.М. Якимов. – М.: Спорт, 2015. – 176с.
9. <http://psylist.net/sport/trainer.htm>

Відомості про авторів

Прізвище, ім'я, по батькові: Байрачний Олег Васильович

Місце роботи: кафедра футболу Національного університету фізичного виховання і спорту України

Посада: зав. кафедри

Науковий ступінь: к.фіз.вих

Вчене звання: доцент

Сертифікат: ТАК

ORCID: <https://orcid.org/0000-0003-3013-0845>

e-mail: obairachniy@gmail.com

Прізвище, ім'я, по батькові: Іванов Петро Павлович

Місце роботи: кафедра футболу Національного університету фізичного виховання і спорту України

Посада: викладач

Прізвище, ім'я, по батькові: Золотухін Валерій Васильович

Місце роботи: Українська Асоціація футболу

Посада: начальник відділу дитячо-юнацького футболу УАФ