

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: **ОСОБЛИВОСТІ ВЗАЄМОДІЇ В СИСТЕМІ
«ТРЕНЕР - СПОРТСМЕН»
НА ЕТАПІ ПОЧАТКОВОЇ ПІДГОТОВКИ В БОКСІ**

здобувача вищої освіти
другого (магістерського) рівня
Горбачова Є.Ю.

Науковий керівник: Смоляр І.І.,
доцент, к.фіз.вих.

Рецензент: Толкунова І.В, доцент
кафедри психології та педагогіки,
к.пед.н.

Рекомендовано до захисту на
засідання кафедри

(протокол № ___ від _____ р.)

В.о. зав. кафедри історії та теорії
олімпійського спорту Радченко Л.О.,
доцент, к.фіз.вих. _____

ЗМІСТ

ВСТУП.....	4
РОЗДІЛ 1. ТЕОРЕТИЧНИЙ АНАЛІЗ ПРОБЛЕМИ ВЗАЄМОДІЇ ТРЕНЕРА З ЮНИМИ СПОРТСМЕНАМИ	7
1.1. Проблематика спілкування в спортивній діяльності.....	7
1.1.1. Роль тренера у формуванні особистості юного спортсмена, суб'єкт-суб'єктна взаємодія в системі «тренер-спортсмен».....	13
1.2. Чинники що впливають на ефективність спілкування в системі тренер - юний спортсмен.....	16
1.3. Вікові особливості психологічного та фізичного розвитку юних спортсменів у боксі	18
Висновки до розділу 1.....	25
РОЗДІЛ 2. МЕТОДИ ТА ОРГАНІЗАЦІЯ ДОСЛІДЖЕННЯ	27
2.1. Методи дослідження.....	27
2.2. Організація дослідження.....	32
РОЗДІЛ 3. РЕЗУЛЬТАТИ ДОСЛІДЖЕННЯ ВЗАЄМОДІЇ В СИСТЕМІ «ТРЕНЕР-ЮНИЙ БОКСЕР».....	34
3.1. Майстерність спілкування, взаємодії спортивного педагога- тренера з учнями.....	34
3.1.1. Діагностика стилю міжособистісного спілкування тренера з боксу зі спортсменами	36
3.1.2. Особливості ставлення та оцінка стосунків з тренером юних боксерів.	39
3.1.3. Стиль керівництва тренера на початковому етапі підготовки спортсменів в боксі.....	43
Висновки до розділу 3.....	46
ПРАКТИЧНІ РЕКОМЕНДАЦІЇ.....	48

	3
ВИСНОВКИ.....	54
СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ.....	56

ВСТУП

Актуальність теми. Досягнення у сучасному спорті не можливі без багаторічної злагодженої роботи спортивних шкіл, секції, тренерів з формування та розвитку особистості спортсмена. Починаючи займатись спортом з дитячого віку, юний спортсмен проходить цей шлях поруч з наставником-тренером, в тісній взаємодії, а саме за цей час під керівництвом він опановує відповідні знання, уміння, навички, навчається руховим діям, розвиває фізичні та психічні характеристики котрі відповідають не тільки вимогам певного спорту, а й складають його успішність його майбутню спортивну кар'єру.

Цілком природно, особливо на початковому етапі підготовки юних спортсменів, що інтерес і тривалість занять спортом багато в чому визначається майстерністю тренера, вмінням налагодити ефективну взаємодію з підопічні і як наслідок добрі відносини в системі тренер-спортсмен, що мають позитивний вплив на результати та досягнення учня.

Проблема спілкування, взаємодії та взаємовідносин в спортивній психології розглядалась в різних аспектах: вивчали вплив стилю спілкування тренера на успішність спортивної команди (Ю.А. Коломєйцев, 1984; Т.В. Петровська, Г.В. Проценко, 2004; В.Ф Сопов, 2010; В.І. Воронова, 2007; В.Р. Малкін, 2009 та ін.) [16; 34; 42; 52; 62]; досліджували особливості взаємостосунків усередині спортивної команди (Р.Л. Кричевський, М.М. Рижак, 1985; Т.В. Петровська, О.І. Кудерміна, 1997; М.І. Воробйов, 2008) [15; 39; 51]; аналізували характер взаємодії тренера з командою (І.Ф. Андрущишин, 2002; Ю.А. Коломєйцев, 2004; А.В. Родіонов, 2006 та ін.) [4; 33; 56]. Однак лишається нез'ясованим питання особливостей спілкування в системі тренер –спортсмен в індивідуальних видах спорту, єдиноборствах, в таких як бокс та особливо на ранніх етапах підготовки юних спортсменів віком від 6 до 15 років, коли роль тренера відповідно є

найбільш впливовою на формування особистості учня та його майбутньої спортивної кар'єри учня.

Сучасний тренер зобов'язаний в роботі з дітьми і юнаками передбачати чотири завдання: оздоровлення, фізичний розвиток, моральне виховання людини, досягнення високих спортивних результатів. Вирішення трьох перших задач є запорукою успішного вирішення четвертої [41].

Отже встановлення особливостей взаємодії тренер - юний спортсмен в боксі на етапі початкової підготовки дозволить побудувати ефективно навчально-тренувальний процес, сприяти формуванню особистості юного спортсмена та досягненню їм в майбутньому високих спортивних результатів.

Мета дослідження – визначити чинники які сприяють налагодженню ефективної взаємодії в системі тренер – юний спортсмен на початковому етапі занять боксом та всебічному розвитку юного спортсмена, а також досягненню високих спортивних результатів та тривалої спортивної кар'єри

Об'єкт дослідження – навчально-тренувальний процес юних боксерів на початковому етапі підготовки.

Предмет дослідження – взаємодія в системі тренер - юний боксер.

Завдання дослідження:

1. Провести теоретичний аналіз сучасної літератури з проблеми спілкування у навчально – тренувальному процесі тренера з юними боксерами.

2. Вивчити міжособистісний стиль спілкування тренера з боксу.

3. Встановити особливості взаємовідносин в системі тренер – юний боксер.

4. Визначити стиль керівництва тренера його учнями на етапі початкової підготовки в боксі.

5. Розробити практичні рекомендації для тренерів з вдосконалення взаємодії з юними спортсменами в індивідуальних видах спорту.

Методи дослідження:

1. Аналіз сучасної літератури і досвіду передової практики.
2. Методи психологічної діагностики (методика діагностики стилів керівництва, А.Л.Журавльова [24]; методика міжособистісного спілкування Т.Лірі [46]; методика оцінки взаємовідносин в системі тренер-спортсмен, Ю.Л. Ханін, А.Стамбулова [66].
3. Методи математичної статистики.

Наукова новизна - вивчення особливостей спілкування тренера з юними спортсменами, дозволяє провести чітке визначення факторів, що підвищують ефективність навчально-тренувального процесу у юних боксерів та сприятимуть формуванню особистості юного спортсмена та його подальшого спортивного самовдосконалення та побудови тривалої спортивної кар'єри.

Теоретична значущість полягає в описі нових даних в теорії і практиці психології спорту, проаналізованих на основі сучасних наукових знань та сучасних досліджень в теорії та практиці спортивної діяльності.

Практична значущість полягає у визначенні ефективного стилю взаємодії та особливостей взаємодії з юними спортсменами в боксі на етапі початкової підготовки, надано практичні рекомендації про бар'єри що до ефективного спілкування у взаємодії тренер –спортсмен.

База дослідження: Дослідження проходили у м. Київ , в спортивному клубі «Престиж» з боксу, рівень досягнення спортсменів – початківці, 1-3 розряд, КМС. У дослідженнях взяло участь 15 спортсменів – боксерів. Їхній вік від 12 до 15 років, стаж занять від 1-5 років.

Структура та обсяг дипломної роботи. Робота складається зі вступу, трьох розділів, вміщує 3 таблиці та 4 рисунки, висновків та списку використаних джерел (82 найменувань). Повний обсяг дипломної роботи становить 63 сторінки.

РАЗДЕЛ 1

ТЕОРЕТИЧНИЙ АНАЛІЗ ПРОБЛЕМ ВЗАЄМОДІЇ ТРЕНЕРА З ЮНИМИ СПОРТСМЕНАМИ

1.1. Проблематика спілкування в спортивній діяльності .

Спілкування останнім часом є предметом спеціального вивчення у різних сферах наукового знання: філософії, соціології, психології, педагогічної психолінгвістики, психотерапії тощо. Не є винятком і психологія спорту.

З погляду філософії, спілкування – це спосіб внутрішньої організації та еволюції суспільства; це процес, з якого можливо здійснювати розвиток суспільства, оскільки розвиток передбачає постійне динамічне взаємодія нашого суспільства та личности [40].

Соціально-психологічне та психолого-педагогічне розуміння спілкування має більш вузьке визначення. Спілкування – це процес безпосередньо чи опосередковано спостережуваного контактування, що має на меті навмисний вплив (вплив) на поведінку, стан, установки, рівень активності та діяльності безпосереднього партнера (партнерів).

Отже, спілкування – це процес, що породжується умовами безпосередньої колективності та здійснюваний за допомогою набору мовних та немовних засобів [27]. У ході цього процесу встановлюються, зберігаються та змінюються відносини між учасниками спільної діяльності, тому міжособистісне спілкування – одна з найважливіших форм взаємовпливів людей.

У спортивній діяльності спілкування посідає не останнє місце.

Безпосереднє міжособистісне спілкування можна характеризувати як зовнішнє та внутрішнє.

Зовнішнє міжособистісне спілкування – це реально спостерігається комунікативна поведінка партнерів, виражається, переважно, у вигляді

мовних і немовних звернень. Аналіз зовнішньої сторони спілкування дозволяє отримати уявлення про те, як відбувається контактування: хто з ким і як спілкується, чи всі учасники включені до міжособистісних зв'язків, що така інформація переважає у зверненнях (ділова, емоційна тощо).

Внутрішню сторону спілкування становлять:

- ✓ особливості суб'єктивного сприйняття партнерами ситуації спілкування;
- ✓ емоційні переживання у зв'язку з реальними (або очікуваними) контактами;
- ✓ мотиви та цілі контактування;
- ✓ психологічний ефект від спілкування (зміни в установках, відносинах, станах партнерів) [29].

Важливо, що спілкування у спорті є відносно самостійний компонент спортивної діяльності. Воно не тотожне взаємодії та предметно-орієнтованим діям. Спілкування у спорті орієнтоване суб'єктно (обов'язково спрямоване іншу людину) і підпорядковане завданням взаємодії.

Воно здійснюється за допомогою мовних та немовних засобів.

Основними функціями спілкування у спорті (за Ю.Л. Ханіном) [66] є:

- функція соціально-психологічного відображення (спілкування виникає як результат і як форма об'єктивованого, свідомого відображення партнерами особливостей перебігу взаємодії);
- регулятивна функція (в процесі спілкування здійснюється безпосередній або опосередкований вплив (вплив) партнерів один на одного з метою зміни або збереження поведінки, дій, стану, загальної активності, особливостей сприйняття, системи цінностей, установок та взаємовідносин, що склалися);
- пізнавальна функція (внаслідок систематичних контактів партнери набувають різні знання про самих себе, про партнерів, про способи діяльності і т.д.);

- експресивна функція (різні форми мовного та немовного спілкування виражають емоційні стани та переживання, часто всупереч логіці та вимогам умов діяльності);

- функція соціального контролю (способи вирішення рухових завдань, певні форми поведінки, емоційного реагування та відносин мають досить виражений нормативний характер; їх регламентація за допомогою групових та соціальних норм забезпечує необхідну цілісність та організованість групової діяльності);

- функція соціалізації (найважливіша у роботі тренера) [27; 33].

У спільній діяльності та спілкуванні спортсмени освоюють не тільки комунікативні вміння (вміння швидко орієнтуватися в ситуації спілкування, слухати та говорити тощо), а й уміння діяти на користь колективу, відповідно ставитися до членів групи, організовувати оптимальне спілкування з партнерами при виконанні спільну діяльність.

У спортивній діяльності засоби спілкування мають свої особливості, головним чином, якщо йдеться про засоби, що використовуються у змаганнях.

Для організації успішної спільної групової діяльності (наприклад, у спортивних іграх, командних змаганнях) вирішальне значення має обґрунтований вибір системи сигналів, які максимально забезпечували б ефективність взаємодії та узгоджену діяльність спортсменів, тому кожен тренер повинен знати, які засоби спілкування та які сигнали є найбільш оптимальними для тих чи інших ситуацій та конкретних спортсменів [34].

Серед мовних засобів спілкування можна назвати такі:

- проголошення імені партнера з метою: а) привернути увагу; б) позначити певну комбінацію; в) підтвердити свою готовність діяти певним чином; г) спонукати партнера діяти певним чином;
- коротка назва комбінації при плануванні дій («хрест», «клин», «зсув» тощо);

- повідомлення про передбачувані дії (своїх, партнера: «я», «ти», «разом», «відразу за мною» тощо);
- повідомлення про місцезнаходження (своєму, партнера: «тут», «вийди», «йди в шостий» тощо);
- вказівки на бажані дії партнера: «страхуй», «вище» (про передачу м'яча), «візьми його» (про спільні захисні дії) тощо;
- оцінка дій своїх або партнера («я був не правий», «молодець» тощо);
- спонукання активізувати події, змінити тактику тощо.

Мовні засоби допомагають висловити найтонші відтінки почуттів, ідей, устремлінь, рішень. У спорті мовні засоби часто набувають вигляду спеціальних термінів. Така мова, як правило, не зрозуміла стороннім людям.

У спортивній практиці широко використовуються і немовні засоби:

- жести (головою, пальцями, руками); мімічні сигнали (очима, бровами, губами);
- звукові сигнали (переважно привернення уваги);
- моторні засоби (специфічні засоби спілкування в діяльності, що вимагають переміщення учасників, предметів та об'єктів праці; дії окремого гравця на майданчику: його переміщення є сигналом для інших партнерів про те, яка зараз має бути здійснена комбінація).

При створенні спеціальних мовних та немовних засобів спілкування тренер зобов'язаний дотримуватись наступних принципів:

- принцип економичності (слід використовувати лише необхідні для взаємодії повідомлення та викладати їх коротко, але ємно за інформативністю);
- принцип надмірності (необхідно забезпечувати точну, надійну передачу повідомлень, особливо за наявності різноманітних перешкод, шуму. Цей принцип здійснюється з допомогою додаткових чи повторних звернень, і навіть варіативності одноманітного повідомлення) [27].

Спрямованість спілкування є одним із найважливіших параметрів характеристики міжособистісних контактів.

За спрямованістю спілкування можна класифікувати так:

1. Соціально-орієнтоване спілкування (звернення до партнерів, до всієї команди загалом);
2. Особистісно-орієнтоване спілкування (звернення до окремих партнерів, членів команди);
3. Підтекстова орієнтація (звернення до конкретного партнера чи групи спортсменів адресовано, насправді, зовсім іншій людині чи іншим партнерам). Наприклад, тренер може зробити зауваження капітанові команди, щоб впливати на всю команду в цілому або на одного спортсмена (члена команди) [39].

Важливо виділити поняття зміст спілкування, оскільки аналіз змісту внутрішньогрупового спілкування може дозволити тренеру краще організувати спільну діяльність спортсменів, розібратися у причинах незгодженості їхньої взаємодії чи міжособистісних конфліктів [51].

Існують спеціально розроблені схеми аналізу спілкування у спортивній діяльності. До них відносяться:

- ✓ докладна запис те, що говорять спортсмени під час вирішення певних рухових завдань, з наступним аналізом записи;
- ✓ озапис за спеціальною формою інформації про те, як часто партнери обмінюються зверненнями певного змісту з подальшою обробкою матеріалів спостереження.

Найбільш поширеним на сучасному етапі розвитку спорту прикладом спеціальної форми запису спілкування спортсменів під час виконання ними спортивної діяльності є дослідження профілів спілкування.

Складання профілю спілкування ділить звернення спортсменів на категорії: орієнтуюча, стимулююча, оцінно-експресивна (позитивна) та оціночно-експресивна (негативна).

Для категорії, що орієнтує, характерні звернення спортсменів, спрямовані на уточнення, зміну та узгодження своїх дій з діями партнерів.

Стимулюючу категорію становлять звернення спортсменів, що виражають спонукання партнерів до організації уваги, контролю над змінами зовнішньої ситуації.

Оціночно-експресивна категорія пов'язана зі зверненнями, що виражають ставлення спортсменів до власних дій та дій партнерів.

Оціночні звернення, зазвичай, виникають, коли закінчується ігрова ситуація виграш чи програш очки тощо[52; 66].

Отже, спортивна діяльність визначає деякі особливості спілкування спортсменів, які взаємодіючи між собою, вирішують рухові завдання. До таких особливостей відносяться:

- спілкування спортсменів між собою щодо виконуваних функцій;
- залежність рівня спілкування між спортсменами від стажу їхньої спільної спортивної діяльності;
- залежність змісту, спрямованості та використовуваних засобів від рівня знань спортсменів один про одного;
- залежність особливостей спілкування взаємодіючих партнерів від збігу їх уявлень про можливі шляхи вирішення тих чи інших рухових завдань;
- залежність спілкування між спортсменами від статусно-рольових відносин;
- вплив на спілкування рівня техніко-тактичної та фізичної підготовленості взаємодіючих спортсменів та відповідність підготовленості одного партнера щодо іншого [77].

1.1.1. Роль тренера у формуванні особистості юного спортсмена, суб'єкт-суб'єктна взаємодія в системі «тренер-спортсмен».

Професійна діяльність тренера за своєю суттю є педагогічною, з усіма її функціями, психологічними особливостями та вимогами. Її основний зміст полягає в управлінні навчально-тренувальною та змагальною діяльністю спортсменів. Тренеру також доводиться вирішувати цілу низку завдань, пов'язаних із оздоровчими, виховними, гігієнічними, соціальними, спортивно-змагальними цілями тренування [33; 50].

Педагогічні функції (навчальна та виховна) виявляються у діяльності тренера специфічно, у процесі безперервного розвитку фізичних якостей, удосконалення спортивної техніки, демонстрації рухових дій, виховання інтересу до занять, формування спортивного колективу та управління ним, виховання особистісних якостей, що забезпечують успішність, відбору, організації зборів та змагань, забезпечення психологічної підготовки і т. д.

Характеризуючи психолого-педагогічні особливості професійної діяльності тренера, слід виділити взаємозв'язок знань формування основної структури рухових навичок із основними закономірностями розвитку фізичних якостей спортсмена у процесі тренування. Тренеру необхідно: знати особливості прояву психіки спортсмена, психічного стану та вміти керувати ним; вміти чітко поставити завдання щодо виконання конкретної рухової дії відповідно до рівня майстерності спортсмена, доступно пояснити способи виконання вправи. Все це вимагає від тренера постійного звернення до педагогіки, психології, фізіології, біомеханіки та інших галузей.

Таким чином, важлива особливість діяльності тренера полягає в тому, що він повинен приділяти велику увагу підвищенню фізичної та технічної підготовленості, але також сприяти формуванню особистості спортсменів засобами фізичної культури та спорту [16; 42; 53].

Формальні відносини в системах «спортсмен – спортсмен» та «спортсмен – тренер» заздалегідь «запрограмовані» та зумовлені вимогами діяльності, підпорядковані її завданням, та «сценарій», за яким вони повинні розвиватися, для кожного виду спорту загалом відомий. Значно важче передбачити, як у цих системах будуть складатися відносини в неформальній

сфері, оскільки розвиток їх відбувається спонтанно, на основі нерегульованих симпатій та антипатій, переваг, спільних інтересів та захоплень. Для деяких тренерів, особливо початківців, неформальні відносини нерідко становлять значні труднощі, зумовлені самим характером діяльності тренера, в якій він займає подвійну позицію: з одного боку, він керівник, особа, що визначає та планує стратегію дій колективу; з іншого - він рівноправний член даного колективу. Встановлення правильних взаємин у системі «тренер - спортсмен» - справа винятково складна і тонка, що межує з мистецтвом, де багато залежить від особистих якостей як самого тренера, і його учнів [15; 52; 77].

Поверхнєве спостереження за спортивною групою нерідко наводить на думку, що всі її члени рівні між собою. Дійсно, для таких міркувань є підстави: члени групи або команди найчастіше бувають приблизно одного і того ж віку, рівня професійної майстерності, мають однаковий стаж занять спортом, займаються в одного і того ж тренера, несуть однакову відповідальність за виконання поставленого завдання тощо. І все-таки, незважаючи на це, рівності в положенні, яке займає кожен із членів групи в її ієрархічній структурі, немає. Цієї рівності і не може бути, тому що всі члени групи виконують хоч і однорідну діяльність, але по-різному, залежно від ставлення до неї, здібностей, особистісних якостей, ситуації тощо.

Відносини, що вибудовуються між тренером та спортсменами, передбачають і серйозну корекцію ролі педагога. Створити унікальну особистість вихованця може лише особистісно неординарний вихователь. Необхідний ціннісно-смісловий обмін між учасниками виховної взаємодії. Духовний світ педагога, світ його інтересів, пошуків та сумнівів, проблем та знахідок має бути адекватно відкритим для вихованця. Лише в цьому випадку у останнього з'являється можливість зрозуміти, прийняти та полюбити тренера, поділитися з ним своїми прагненнями.

Обидва учасники взаємодії - одночасно об'єкти та суб'єкти виховного процесу. Об'єктом виховного впливу тренером є вихованець. При

майстерному вихованні невідчуває, як тренер керує процесом виховання. У той самий час вихованець є суб'єктом власного виховання. Його "суб'єктивність" є схильність до відтворення, творення себе в будь-яких умовах, долаючи протиріччя діяльності. Він - суб'єкт існуючих у рамках педагогічного керівництва емоційно-ціннісних відносин. На тренера як на об'єкт діє не сам вихованець, а те, як він виховується. Від успішності чи неуспішності процесу виховання залежить система його впливів. Тренер як суб'єкт реалізує себе і представлену їм суспільну культуру через особистість спортсмена. Він, як суб'єкт управління виховним процесом, відповідає за його результати[40; 50].

Орієнтація виховного процесу на суб'єкт-суб'єктні відносини зовсім не означає відмовитися від розгляду його як об'єктів. Вона передбачає ухилення від жорсткого маніпулювання свідомістю вихованців, відхід практики нав'язування їм догм, які підлягають обговоренню. При суб'єкт-суб'єктній взаємодії тренера і спортсмена досягається максимальний розвиток самостійності позитивної Я-концепції останнього. Активно відбуваються його самовизначення, самореалізації, саморозвитку. Головною метою стає формування суб'єкта виховання - особистості, яка виховує саму себе.

Найважливішою характеристикою суб'єкт-суб'єктної взаємодії є діалог. У положеннях діалогової концепції аргументовано ідею загальності діалогу як основи людської свідомості. Через діалог відбувається засвоєння ціннісних компонентів виховання. Діалог визначається як міжсуб'єктний процес, у якому відбувається взаємодія якісно різних інтелектуально-ціннісних позицій з метою їх з'ясування, при якому необхідність стати на позицію іншого не означає зречення своїх переконань та принципів[78].

1.2. Чинники що впливають на ефективність спілкування в системі тренер - юний спортсмен.

Як зазначають спеціалісти в сфері досліджень спілкування ефективність спілкування визначається багатьма факторами: одні з них

керовані й тому можуть спеціально організовуватися для того, щоб мету спілкування було досягнуто з найбільшою вірогідністю; інші некеровані, принаймні в момент спілкування, і тому мають лише враховуватися тренером під час побудови стратегії й тактики спілкування (Рис.1.) [78].

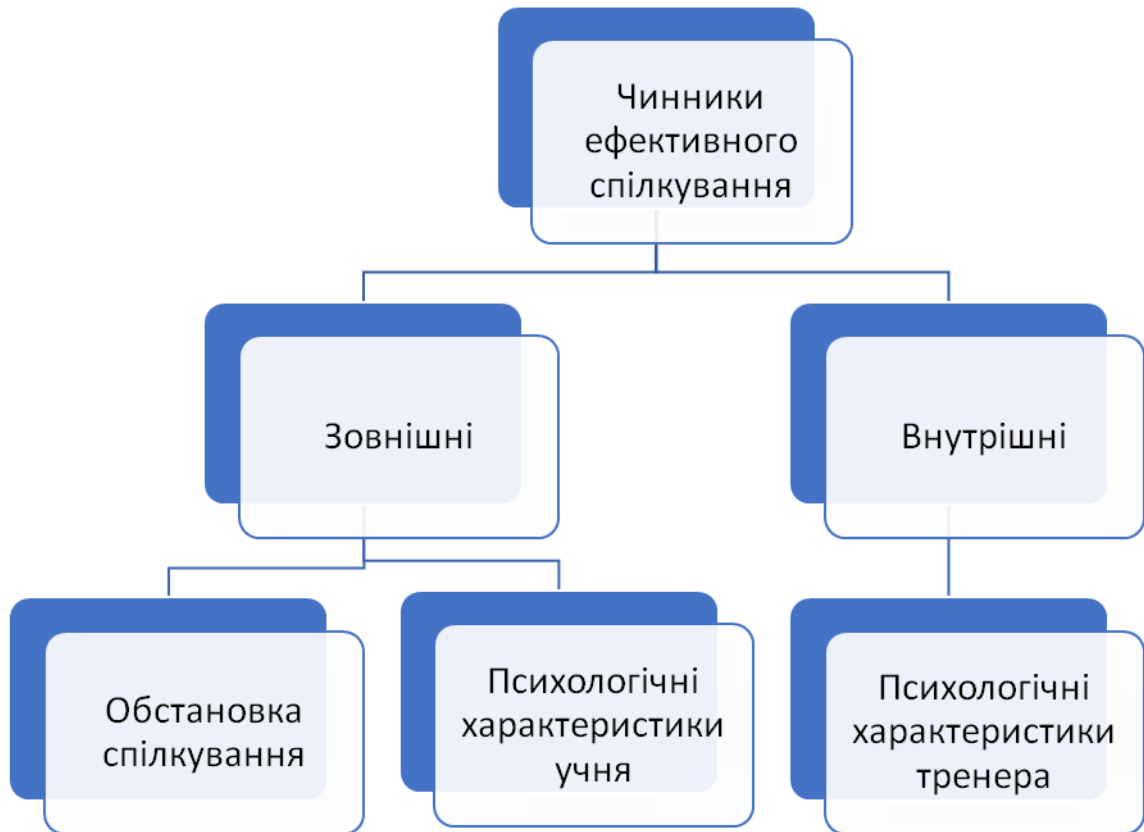


Рис.1. Чинники ефективного спілкування тренер-спортсмен.

Так звісно має бути врахована обстановка спілкування, яка в свою чергу може бути офіційна або інтимна. Так і психологічні характеристики учня: його статус, вікові та статеві особливості, властивості темперамента, психологічні настанови, мотиви. Звісно не менш впливає на ефективність спілкування психологічні характеристики тренера, викладача: характеристики: педагогічний такт, емпатія, спостережливість, чесність, авторитет.

В спортивній психології вчені вказують на наступні чинники, що зумовлюють стосунки «тренер-спортсмен»:

- завдання діяльності;

- система цінностей та потреби тренера;
уявлення тренера та спортсменів про їх взаємні відносини.

Звісно, тренер має підбирати учнів із придатними для цього виду спорту якостями. Він підбирає таких вихованців, які здатні реалізувати на практиці всі концепції та погляди, плани та задуми тренера, сприяючи йому у задоволенні його потреб, пов'язаних із прагненням зайняти більш високий статус у суспільстві. На характер сприйняття тренером своїх учнів впливають стать, вік, рівень спортивної майстерності тощо.

Цю проблему слід розглядати також із боку ставлення спортсмена до тренера. Головною відмінністю такого ставлення є вік спортсмена [39; 42; 59; 66].

Справді, як свідчать досвіди психологів, підлітку, який робить перші кроки у спорті, важко оцінити, наскільки його тренер професійно грамотний. У цьому випадку спортсмен насамперед дає оцінку тренеру як особистості, він досить ясно розуміє: добрий чи злий чоловік його тренер, чи любить він дітей, чи може він жартувати чи завжди строгий, чи шанобливо ставиться до оточуючих тощо.

Надалі на ставлення спортсменів до тренера впливають їх потреби, мотивація, спрямованість і система цінностей – чинники, які формуються у процесі занять самим тренером. Отже, на наступних етапах ставлення учнів до свого тренера практично залежить від самого тренера та його діяльності.

Значною мірою визначальним ставлення спортсменів до тренера чинником слід вважати їх уявлення у тому, як тренер ставиться до них. Спортсменам властиво завжди оцінювати свого тренера вище, ніж він їх. Зазвичай, справжня оцінка тренером учнів не збігається з їхніми уявленнями про те, як до них ставиться тренер. При аналізі ставлення спортсменів до тренера, залежно від стажу занять цього тренера, виявилось, що ставлення до свого першого тренера не змінюється протягом кількох років. Ставлення до тренера формується у спортсменів у перший рік занять і залишається незмінним на багато років.

Виняток становлять спортсмени, які не зуміли досягти значних результатів, у яких у результаті склалася думка про низький професіоналізм свого тренера. Однак у практиці є випадки, коли спортсмени першого розряду, виконавши майстерні нормативи, змінюють негативне ставлення до тренера, високо оцінюючи його як фахівця [34].

Таким чином, одним із найголовніших факторів, що визначають ставлення спортсменів до тренера, є здатність тренера створити всі умови, щоб його учні могли задовольнити свої потреби у спорті.

Як показують психологічні дослідження, найнегативнішим і найболючішим для спортсмена (у 70% випадків) у системі відносин «тренер – спортсмен» є перехід від одного тренера до іншого, навіть якщо це пов'язано з підвищенням рівня спортивної спеціалізації (перехід з юнацької команди до дорослої та т.п.) [80].

1.3. Вікові особливості психологічного та фізичного розвитку юних спортсменів у боксі .

Будь який вік спортсмена несе за собою фізичні і психологічні зміни в організмі, в свою чергу специфічність діяльності у спортивних єдиноборств передбачає відповідну специфіку вікового розвитку психофізичних якостей і, впливо, засобів фізичної і психологічної підготовки.

Також як зазначають фахівці проявляється специфічна роль вікового і так званого «спортивного» онтогенезу, а розвиток названих якостей відрізняється загальним характером: на різних етапах вікового розвитку, де перевагу у становленні системи спеціальних здібностей мають ті чи інші якості (групи якостей) [2; 20].

У пубертатному періоді збільшуються темпи приросту потужності дихального апарату, зокрема, з 11-12 до 17-18 років легенева вентиляція зростає у 1,5 рази і сягає величин дорослих людей. У 14-15 років підлітки здатні виконувати роботу під час зниження оксигенації крові вдвічі більше, ніж у дітей 8-9 років [6]. У зміні величини (поріг анаеробного забезпечення)

спостерігаються вікові відмінності, у яких пубертатний період виступає як найменш економічний з точки зору використання аеробних ресурсів організму [3; 48]. Як зазначають деякі автори [12; 71], до 11-12 років відбувається окостеніння фаланг пальців ніг, а дещо пізніше - фаланг пальців рук.

Починають падати темпи зростання довжини тіла, а його пропорції наближаються до пропорцій дорослих. Залежно від термінів початку і тривалості процесу біологічного дозрівання виділяються прискорений, середній (нормальний) і уповільнений темпи розвитку.

Під час прискорення розвитку процес статевого дозрівання починається рано, швидко протікає і швидко завершується. Під час цього перші ознаки статевого дозрівання з'являються у хлопчиків у 10-11 років, а завершення його у юнаків у 16-18 років. Однак такий ранній тип розвитку зустрічається вкрай рідко. Ефект тренування рухових якостей у дітей і підлітків у значній мірі залежить від індивідуальної норми реакції на зовнішні навантаження. На особливу увагу тому повинні заслуговувати учні, які демонструють виключно високі темпи приросту у розвитку відповідних рухових якостей (обдаровані діти), а також ті, які прогресують помітно повільніше інших [1; 36; 42; 61]. Відомо, що без спеціального тренування здатність до оволодіння складною координацією рухів розвивається до 15 років, максимальне зростання сили - 16 років, швидкість рухів - до 15 років, рівень швидко-силових якостей - до 17 років, функціональні можливості організму підвищуються до 16 років [7; 13; 45; 65].

Натомість засвідчено, що вікові впливи на результати випробування здібностей юних спортсменів у силових тестах незначні, але простежується така динаміка: з 12 до 14 років досягнення зростають, з 15 до 16 років зменшуються.

Що стосується психічних якостей, то тут також спостерігаються певні етапи переважного розвитку «сенситивні періоди» розвитку конкретної якості. Так, вік 11-12 років вважається сенситивним періодом для розвитку

таких якостей, як швидкість сенсомоторних реакцій у найбільш простих варіантах її проявів, точність м'язово-рухових диференціювань, швидкість перемикання уваги. З огляду на ліміт часу, який у єдиноборствах виражений особливо сильно, психофізична підготовка юних боксерів повинна ґрунтуватися, головним чином, на спеціалізованій швидкісно-силовій підготовці.

У процесі підготовки юного єдиноборця необхідно цілеспрямовано працювати не тільки над швидкістю рухів у цілому, але і над усіма основними формами її проявів, а також над швидкістю прийняття рішень. Остання більше відноситься до проявів психомоторних і когнітивних якостей [26; 24; 54]. Швидкісно-силові якості, гнучкість і до певної міри витривалість, поряд з точністю кінестетичного сприйняття, представляє собою своєрідний субстрат координації, яка до 15 років є по суті сформованою інтегральною якістю боксерів [13; 45; 8; 70]. З одного боку, її прояви у спортивній діяльності залежать від ступеня розвитку перерахованих якостей, а з іншого - визначає можливість їх раціонального використання в процесі підготовки юних боксерів.

Високий рівень розвитку рухових якостей служить базою для вдосконалення технічної майстерності юних боксерів. Крім того, необхідно враховувати, що всі ці якості взаємопов'язані, неможливо максимально розвинути одну з них без розвитку іншої. Під час правильної організації тренувального процесу має відбуватися не тільки максимальний розвиток окремих спеціальних якостей і вдосконалення спортивної техніки, але постійне приведення їх у відповідність між собою [61].

Загальною закономірністю розвитку психофізичних якостей юних боксерів є безперервний, поступальний, у більшості випадків нерівномірний процес зміни їх протягом підліткового та юнацького віку, що підвищується зі збільшенням віку і стажу занять боксом, дані питання узгоджується з результатами дослідження багатьох авторів [10; 9; 22; 37]. Проведені дослідження засвідчили [2; 17], що цілеспрямований педагогічний вплив

сприяє розвитку рухових якостей у юних боксерів на більш високому рівні, ніж у їхніх однолітків, які не займаються систематично спортом, у деяких випадках перевищуючи аналогічні показники у представників інших видів спорту.

На думку авторів В.Г Ствицького та В.І. Філімонова [65; 60], рішення завдань з досягнення необхідного рівня розвитку комплексу рухових і психічних якостей необхідно концентрувати на етапі підготовки єдиноборців у віці 14-15 років, приділяючи рівнозначну увагу розвитку як рухових, так і розумових здібностей. Було запропоновано програму цілеспрямованого удосконалення навчальнотренувального процесу в плані підвищення якості вправ, спрямованих на вдосконалення тактичних дій до атаки. У результаті педагогічного експерименту виявлено зміни не тільки у тактико-технічній підготовленості юних боксерів, а й у рівні розвитку психічних якостей у психомоторної, перцептивної і когнітивної сфер. Під час вивчення специфічних сенсомоторних реакцій юних боксерів у вигляді захисних дій Ю. В. Верхошанський [14] встановив, що необхідно спеціально створювати у процесі навчально-тренувальних занять умови, що сприяють розвитку спрямованого сприйняття боксера. Вміння розрізняти, впізнавати, виокремлювати певний комплекс дій партнера, необхідний для вибору подальших власних дій.

А. М. Беляєв [10] довів, що провідними компонентами у структурі змагальної діяльності боксерів-юніорів є щільність бою і різноманітність атакуючих дій. Дані чинники відображають різні сторони підготовленості боксерів, перш за все, фізичної і психологічної, і вимагають спеціальної роботи над вдосконаленням кожної з них.

В. В. Аксютін [2] встановив, що на етапі попередньої підготовки боксерів спортивний результат у цілому визначається швидкістю сприйняття і переробки інформації спортсменом, на етапі початкової спеціалізації - швидкістю реакції вибору, на етапі поглибленої тренування - швидкістю

реакції вибору у ситуаціях розрізнення. Структура чинників під час переходу боксерів у більш зрілу групу спортивної підготовки помітно ускладнюється.

У дослідженні А. В. Гаськова [19], встановлено, що вже у віці 10-11 років проявляються специфічні психомоторні здібності у юних боксерів, також рекомендує програму початкової підготовки психомоторної спрямованості, що включає вправи на розвиток швидкості рухових реакцій і спеціалізованих сприйнять. Він вважає, що на початковому етапі оволодіння руховими діями юних боксерів найбільш важливе значення мають такі рухові здібності, як швидкість, координація рухів, розподіл і перемикання уваги. За даними авторів [3; 23; 75], юні боксери характеризуються високим рівнем мануальної швидкості, чого немає у інших видах єдиноборств. Це пояснюється специфікою впливу таких специфічних боксерських операцій як удар і захисні дії. Вони характеризуються хорошою психомоторною витривалістю і довільною корекцією рухових помилок.

Моторна координація має віков забарвлення, збільшується від молодшого віку до старшого, досягаючи кращих величин у висококваліфікованих боксерів старше 20 років. У дослідженні М. В. Мартинова [42] засвідчено, що, наприклад, за показниками швидкості простої реакції юнаки мають перевагу перед юніорами 18 і дорослими боксерами.

Юнаки відрізняються більш лабільною нервовою системою, і це дозволяє їм не тільки швидше реагувати у відносно простих умовах, але і швидше виробляти прості динамічні стереотипи. Не поступаються дорослим юні боксери з показниками рецепторної антиципації, механізми якої проявляються в можливості попереджувати початок руху. Все це відкриває додаткові можливості спортивного вдосконалення юних боксерів [7;8].

Закономірності розвитку психофізичних якостей, а також загальні правила їх вдосконалення в процесі підготовки спортсменів-єдиноборців, в повній мірі можуть бути поширені і на теорію і методіку спортивного тренування в боксі. Однак є деяка специфіка, характерна саме для цього виду

спорту, якій необхідно приділити особливу увагу. Діяльність боксера, особливі вимоги пред'являє до таких рухових якостей, як «вибухова» сила, швидкість і реактивність, тобто здатність швидко реагувати на сигнал і швидко виконувати як у відповідь, так і навмисне атакуюча дія. Рухові якості є провідним показником тренуваності боксера, проте у міру досягнення «піку» тренуваності провідну роль починають грати психомоторні якості, пов'язані з проявами «реактивності» [11; 18; 49]. У міру підвищення кваліфікації боксера і його майстерності поліпшується здатність до оцінки тимчасових інтервалів і силових диференціювань, як у специфічних, так і у неспецифічних рухах. З підвищенням спортивної майстерності боксерів покращується точність відтворення часових, швидкісних і силових компонентів руху.

Точність сприйняття швидко-силових характеристик ударного руху є одним з основних компонентів складного комплексного спеціалізованого сприйняття у боксерів «почуття удару». Л. П. Матвеев [45] у якості головних називає такі психофізичні якості боксера: різкість і швидкість одиночних ударів, спеціальна витривалість, швидкість і точність сенсомоторного реагування, почуття часу і переробки зорової інформації, точність оперативної пам'яті. Крім двох останніх, інші тісно пов'язані один з одним і скоріше за все складають якийсь комплекс психомоторних і рухових якостей.

В. М. Платонов [53] систематизував типові варіанти проявів рухових якостей у боксерів. Рівень загальної фізичної підготовленості (ЗФП) і спеціальної фізичної підготовленості (СФП) боксерів характеризує як індивідуальні, вроджені особливості розвитку рухових здібностей боксера, так і ступінь впливу тренування на спортсменів, тобто тренувальний ефект. У боксерів, більш схильних до атаки, краще виражена тренуваність швидкості рухової реакції, а у контратакуючих боксерів - вдосконалення диференціації м'язових зусиль.

М. А. Худадов [68] вивчаючи психофізичні якості у зв'язку з особливостями їх динаміки на післязмагальному етапі підготовки боксерів,

встановив, що найбільш варіабельний показником виявилася швидкість одиночного удару. Перебуваючи на відносно низькому рівні у підготовчому періоді, швидкість одиночного удару достовірно поліпшується у стані готовності боксера до змагань, на після змагальному етапі погіршується, після чого відновлюється до сьомого дня цього етапу.

Динаміка швидкості багатоударних серій має протилежну тенденцію: відносно високий рівень в підготовчому періоді, погіршення протягом змагального періоду і поліпшення на після змагальному етапі. Точність диференційованої швидкості ударів не схильна до істотних змін на різних етапах річного циклу. До того ж, стан готовності боксерів до змагань характеризується великим числом значущих кореляцій між фізичними і психічними якостями (міжсистемні зв'язку).

На після змагальному етапі зменшується кількість таких міжсистемних зв'язків з одночасним збільшенням числа значущих кореляцій всередині однієї групи показників (внутрішньо системні зв'язки). Зокрема, диференціюються внутрішньо системні зв'язки показників рухових здібностей, і окремо - психічних (особливо когнітивних) якостей.

Об'єктивними чинниками психофізичної діяльності боксера, з точки зору вимог до рівня розвитку психічних якостей, є: 1) дефіцит часу на вирішення оперативних завдань; 2) багатоальтернативність тактичних ситуацій; 3) нестандартність просторово-часових відносин між суперниками, а також між спортсменом і «фізичним середовищем»; 4) динамічність умов змагальної боротьби; 5) безперервність процесу прийняття тактичних рішень [31].

Істотну роль грають і такі суб'єктивні чинники: 1) діяльність активного очікування; 2) індивідуальна схильність спортсмена до засобу вирішення тактичних завдань і засобу реалізації рішень у моторних операціях [68].

Діяльність активного очікування представляє собою процес формування установки на майбутню діяльність, а у більш вузькому сенсі слова - формування готовності до протидії певним тактичним ходам

суперника. Суб'єктивність цього чинника визначається тим, що така готовність багато у чому визначається індивідуальними особливостями по прояву апарату інтуїтивної статистики, тобто неусвідомленого визначення найбільш ймовірних подій взагалі і найбільш ймовірних дій суперника [19].

У ряді проведених досліджень [25; 42; 53] на матеріалі боксу вивчалися механізми і можливості розвитку швидкості і точності рухових реакцій боксерів, правильності сприйняття малих тимчасових інтервалів під час специфічної оперативної діяльності. У цих дослідженнях була встановлена залежність швидкості і точності реагування від ступеня тренуваності спортсменів, від рівня їх кваліфікації, а також від рівня їх емоційного збудження. В інших наукових працях [26; 31] використовувалася швидкість реакції на об'єкт що рухається, як стійкий критерій боксера на виконання та прийняття оптимального рішення.

Своєчасне урахування закономірностей взаємопов'язаних динамічних процесів фізичного і психічного розвитку юних боксерів дозволить оптимізувати їх психофізичну (інтегральну) підготовку у системі спортивної підготовки [58].

Висновки до розділу 1

У спортивній діяльності спілкування займає не останнє місце.

Спілкування – це процес безпосередньо чи опосередковано спостережуваного контактування, що має на меті навмисний вплив (вплив) на поведінку, стан, установки, рівень активності та діяльності безпосереднього партнера (партнерів). У ході цього процесу встановлюються, зберігаються та змінюються відносини між учасниками спільної діяльності, тому міжособистісне спілкування – одна з найважливіших форм взаємовпливів людей.

Ще одна важлива особливість діяльності тренера полягає в тому, що він повинен приділяти велику увагу підвищенню фізичної та технічної

підготовленості, але також сприяти формуванню особистості спортсменів засобами фізичної культури та спорту.

В спортивній психології вчені вказують на наступні чинники, що зумовлюють стосунки «тренер-спортсмен»:

- завдання діяльності;
- система цінностей та потреби тренера;

уявлення тренера та спортсменів про їх взаємні відносини.

Отже налагодження взаємодії тренера з юним спортсменом потребує від тренера значних зусиль і тут мають бути сформовані певні професійні знання, уміння та навички, міжособистісна компетентність що дозволять побудувати ефективну спортивну підготовку юних спортсменів з боксу на початковому етапі.

РОЗДІЛ 2

МЕТОДИ Й ОРГАНІЗАЦІЯ ДОСЛІДЖЕННЯ

2.1. Методи досліджень

Для рішення поставлених у роботі завдань застосовувалися такі методи досліджень:

1. Теоретичний аналіз спеціальної науково-методичної літератури.
2. Констатувальний експеримент (з використанням методів психодіагностики).
3. Методи математичної статистики.

2.1.1. Теоретичний аналіз спеціальної науково-методичної літератури дозволив вивчити питання, що стосуються особливостей керування суб'єктом спортивної діяльності. Одночасно аналізувалася спеціальна література з метою одержання даних про найбільш значимі психологічні чинники, що впливають на взаємодію в системі тренер-спортсмен в боксі. Узагальнені наукові підходи, що застосовувалися при вивченні стиля керівництва та особливостей взаємодії з тренера з юними спортсменами.

Для з'ясування питань про кількісні і якісні показники досліджуваної проблеми взаємодії та взаємовідносин тренер -спортсмен, вивчені й проаналізовані монографії, дисертаційні роботи, статті й наукові публікації, і визначені найбільш інформативні й валідні психодіагностичні методики.

Теоретичний аналіз і узагальнення даних спеціальної літератури, які використані в магістерській роботі, дозволили визначити й сформулювати мету й завдання, що вимагають експериментальної перевірки при написанні першого розділу роботи, конкретизувати методи досліджень. Дані спеціальної літератури використовувалися також при аналізі, обговоренні, інтерпретації й узагальненні результатів власного дослідження,

формулюванні висновків і формування, на цій підставі, комплексу практичних рекомендацій.

2.1.2.Констатувальний експеримент (з використанням методів психодіагностики). У ході дослідження, згідно із завданнями, вивчалися:

Для оцінки взаємовідносин між тренером і його підопічні застосовується шкала «тренер - спортсмен», розроблена Ю. Ханіним та А. Стамбуловим [63].

Шкала включає 24 питання, що виявляють ставлення спортсмена до тренера за трьома параметрами (по 8 питань): гностичним, емоційним та поведінковим.

Гностичний параметр виявляє рівень компетентності тренера як фахівця з погляду спортсмена.

Емоційний параметр визначає, наскільки тренер симпатичний спортсмену як особистість.

Поведінковий – показує, як складається реальна взаємодія тренера та спортсмена.

Кожне питання, яке збігається з ключем, оцінюється в 1 бал.

Гностичний компонент включає питання 1, 4, 7, 10, 13, 16, 19, 22 (номери зі знаком "-" означають відповідь "ні", інші - "так"); емоційний компонент: питання -2, -5, 8, 11, 14, -17, -20; поведінковий: питання 3, 6, -9, 12, -15, 18, -21, -24.

Середня арифметична оцінка дає можливість уявити своєрідний узагальнений «портрет» тренера, намальований його командою по кожному з досліджуваних компонентів міжособистісної взаємодії та за підсумковим показником. Дані опитування корисно доповнити результатами спостереження за взаємодією між тренером і спортсменом за умов конкретної діяльності. Критеріями з метою оцінки взаємовідносин служать готовність спортсмена виконати вказівки тренера, наявність творчого

компонента за її використанні і висловлювання прагнення спілкування з тренером.

Для встановлення міжособистісного стилю спілкування тренера використовували методику Т.Лірі «Методика діагностики міжособистісних відносин та компетентності у спілкуванні» [46]. Методика призначена для дослідження уявлень суб'єкта про себе і ідеальне "Я", а також для вивчення взаємин у малих групах. За допомогою даної методики визначається переважний тип ставлення до людей в самооцінці та взаємооцінці. При дослідженні міжособистісних відносин, соціальних атиюдів найбільш часто виділяються два чинники: домінування-підкорення та дружелюбність-агресивність. Саме ці чинники визначають загальне враження про людину в процесах міжособистісного сприйняття. Вони названі М. Аргайлом у числі головних компонентів при аналізі стилю міжособистісної поведінки і за змістом можуть бути співвіднесені з двома із трьох головних осей семантичного диференціала Ч. Осгуда – оцінкою та силою [82].

В багаторічному дослідженні, що проводилося американськими психологами під керівництвом Б. Бейлза, поведінка члена групи оцінюється за двома змінними [46; 82]. Їх аналіз здійснюється в тривимірному просторі, що утворений трьома осями: домінуванням-покорою, дружелюбністю-агресивністю, емоційністю-аналітичністю. Для представлення основних соціальних орієнтацій Т. Лірі розробив умовну схему у вигляді кола, розділеного на сектори. В цьому колі по горизонтальній і вертикальній осях позначено чотири орієнтації: домінування-покоря, дружелюбність-ворожість. У свою чергу ці сектори розділені на вісім. Для ще більш тонкого описання круг ділять на 16 секторів, але частіше використовуються октанти, певним чином орієнтовані відносно двох головних осей.

Схема Т. Лірі базується на припущенні, що чим ближче виявляються результати респондента до центру кола, тим сильніше взаємозв'язок цих двох змінних. Сума балів кожної орієнтації переводиться в індекс, де домінують вертикальна (домінування-покоря) та горизонтальна (дружелюбність-

ворожість) осі. Відстань отриманих показників від центру кола вказує на адаптивність або екстремальність інтерперсональної поведінки.

Опитувальник містить 128 оціночних суджень, із яких у кожному з 8 типів відносин утворюються 16 пунктів, упорядкованих по висхідній інтенсивності. Методика побудована так, що судження, спрямовані на з'ясування будь-якого типу відносин, розташовані не підряд, а особливим чином: вони групуються по 4 і повторюються через рівну кількість визначень.

При обробці результатів підраховується кількість відносин кожного типу Т. Лірі [46] пропонував використовувати методику для оцінки спостережуваної поведінки людей, тобто поведінки в оцінці оточуючих (“з боку”), для самооцінки, оцінки близьких людей, для опису ідеального “Я”. Відповідно до цих рівнів діагностики змінюється інструкція для відповіді. Різні напрямки діагностики дозволяють визначити тип особистості, а також зіставляти дані за окремими аспектами. Наприклад, “соціальне “Я”, “реальне “Я”, “мої партнери” і т. д. Методика може бути представлена респонденту або списком (за алфавітом чи у випадковому порядку), або на окремих картках. Йому пропонується вказати ті твердження, які відповідають його уявленням про себе, відносяться до іншої людини або його ідеалу.

Методика А. Л. Журавльова «Стиль керівництва»[63] направлена на оцінку переважаючого стилю керівництва тренера з боку оцінки його учнів:

- **авторитарний стиль** передбачає сувору організацію групи, жорстку дисципліну, чіткий розподіл обов'язків між членами групи. Тренер до команди доводить тільки частина інформації, на основі чого нав'язує свою думку, віддає накази, не прислухаючись до членів команди, не допускаючи дискусій. Такий стиль передбачає прямі методи впливу: інструкції, накази, осуду.

- **демократичний стиль** орієнтований на громадську думку, колегіальне керівництво, розподіл повноважень між членами команди. Тренер прислухається до думки членів команди, радиться з колегами,

створює умови для прояву самостійності та ініціативності, уважно ставиться до спортсменів. Тренер вважає за краще непрямі прийоми впливу: рада, пропозиція, бесіду.

- *ліберальний стиль* найменш ефективний, тренер не втручається в групову діяльність, керує по типу «робіть, що хочете і як хочете». Він не пред'являє вимог, не наполягає, приймає все пропозиції членів групи, уникає зіткнень і конфліктів. Група практично не організована, роз'єднана, функціональні обов'язки в ній розподіляються хаотично, спонтанно. На тренуваннях тренер більше присутня, ніж діє, допускає свободу вибору навантажень, вправ, не втручається у відносини займаються, використовує прохання.

Методика є популярною і полягає в тому, що на основі проведеної вибірки учасникам опиту пропонується опросник, в якому запропоноване 27 характеристик діяльності керівника і до кожної з них буде вказано по 5 варіантів її вияву. Учасникам опиту має бути вибрати один або декілька з цих 5 варіантів, які відповідають його стилю керівництва і відмітити їх.

Методи, які були використані для вивчення необхідних психологічних параметрів, відповідали всім статистичним вимогам до професійних психодіагностичних методик.

2.1.4. Методи математичної статистики. Матеріал, був оброблений за допомогою наступних статистичних методів: описової статистики, вибіркового методу, кореляційного аналізу.

За вибіркоvim даними розраховувалися наступні статистичні характеристики: середнє арифметичне – \bar{x} ; середнє квадратичне відхилення – S ; помилка репрезентативності – m .

Відповідність вибіркових даних нормальному закону розподілу перевірялася за допомогою коефіцієнтів асиметрії (емпіричний і критичний) – A ($A_{емп}$, $A_{кр}$) і ексцесу – E ($E_{емп}$, $E_{кр}$). Використовуючи статистику Стьюдента для коефіцієнтів асиметрії та і ексцесу те при $A_{емп} < A_{кр}$, $E_{емп} < E_{кр}$;

$t_a \geq 3$; $t_e \geq 3$, ми приймали нульову гіпотезу. Але про те, що вибірка відповідає нормальному законурозподілу [21, 35]. З метою перевірки на відповідність нормальному закону розподілу малих вибірок використовували критерій згоди Уїлки– Шапіро[21; 35].

Для вибірок, що відповідають до нормального закону розподілу, у процесі подальшого аналізу нами були використані параметричні критерії.

З метою визначення ступенів взаємозв'язку між педагогічними й психологічними показниками спортсменів застосовувався кореляційний аналіз. Для тих показників, аналіз кореляційних полів яких виявив наявність лінійного взаємозв'язку, проводилося обчислення парного лінійного коефіцієнта кореляції Браве – Пірсона (r). Для вивчення взаємозв'язку між показниками, аналіз кореляційних полів яких показав наявність монотонної нелінійної залежності, використовували коефіцієнт кореляції Спірмена (ρ).

Значимість (вірогідність) отриманих кореляційних залежностей оцінювалася на підставі розрахунків t -критерію Стюдента з $k = n - 2$ ступенями волі. Приймався рівень статистичної значимості $p=0,05$. При обробці даних також були отримані результати на більшвисокому рівні значимості $p=0,01$.

Обчислення проводилися на персональному комп'ютері із застосуванням стандартних пакетів програм для статистичної обробки даних наукових досліджень—MicrosoftExcel2000i Statistica (версія 6.0).

2.2. Організація досліджень

Дослідження, спрямовані на розв'язання поставлених у роботі завдань, були умовно розділені на три взаємозалежні етапи, кожний з яких припускав розв'язання певної частини завдань.

Дослідження проходили у м. Київ, в спортивному клубі «Престиж» з боксу, рівень досягнення спортсменів – початківці, 1-3 розряд, КМС. У

дослідженнях взяло участь 15 спортсменів – боксерів. Їхній вік від 12 до 15 років, стаж занять від 1-5 років.

На першому етапі досліджень була присвячена вивченню система психологічної підготовки спортсменів у сучасному боксі, що дозволило намітити пропоновані шляхи подальшого підвищення її ефективності. Розглянуті науково-теоретичні підходи, що застосовувалися при вивченні взаємодії тренер - спортсмен і їх впливу на ефективність занять спортом. Результати цього етапу стали засадами при визначенні напрямків досліджень при наступній роботі, певні мета, завдання, програма досліджень, підібрані адекватні методи.

Другий етап роботи був присвячений діагностиці особливостей взаємодії та взаємостусинків в системі тренер спортсмен, визначено стилі керівництва та стиль міжособистісного спілкування тренера, проведена оцінка юними спортсменами взаємовідносин з тренером. Тренером також проведена оцінка стосунків з учнями.

Отримані дані дозволили намітити шляхи оптимізації психологічного супроводу.

На третьому етапі були проаналізовані, узагальнені й описані отримані на попередніх етапах результати досліджень, намічені шляхи подальшої роботи згідно із завданнями роботи, розроблений комплекс практичних рекомендацій з урахуванням специфіки спортсменів підліткового віку й при плануванні психологічної підготовки тренувальної та змагальної діяльності в юних спортсменів- юних боксерів.

РОЗДІЛ 3

РЕЗУЛЬТАТИ ДОСЛІДЖЕННЯ ОСОБЛИВОСТЕЙ ВЗАЄМОДІЇ ТРЕНЕР - ЮНІЙ БОКСЕР

3.1. Майстерність спілкування, взаємодії спортивного педагога-тренера з учнями.

Спілкування є процесом обміну інформацією, думками, почуттями, емоціями, спрямованими на встановлення стосунків між людьми, взаємного впливу один на одного та взаєморозуміння. Саме, педагогічне спілкування тренера на тренуваннях має бути спрямоване на створення контакту з учнями, сприятливого психологічного клімату в колективі [39].

Професійне педагогічне спілкування – комунікативна взаємодія педагога з учнями, батьками, колегами, що забезпечує встановлення сприятливого психологічного клімату, ефективної взаємодії та оптимальних стосунків. Непрофесійне педагогічне спілкування – навпаки, породжує страх, невпевненість, спричиняє зниження працездатності, викликає негативне ставлення до вчителя, до навчання. Тому таке спілкування можна назвати нерезультативним, недосконалим, на відміну від професійного [50].

Як зазначають фахівці ефективному спілкуванню вчителя з учнями часто заважають так звані бар'єри спілкування: Бар'єри спілкування – це психологічні труднощі, що виникають у процесі спілкування, які є причиною конфліктів або перешкоджають взаєморозумінню і взаємодії. Вони можуть бути пов'язані з характерами людей, їхніми прагненнями, поглядами, мовними особливостями, з манерами спілкування [32;52].

Види бар'єрів:

1) соціальний – зумовлений переважанням рольової позиції вчителя в системі педагогічної взаємодії. Учитель навмисно демонструє свою перевагу над

учнем і свій соціальний статус. Нейтралізує цей бар'єр прагнення не протиставляти себе учням;

2) фізичний – пов'язаний з організацією фізичного простору під час взаємодії. Неправильно організований простір приводить до ізолюваності вчителя, який неначе віддаляє себе від учнів, намагаючись сховатися за стіл, стілець тощо. Усувають такий бар'єр, скорочуючи дистанцію, відкритістю у спілкуванні;

3) гностичний – недоступність пояснення матеріалу вчителем (педагог не повинен уживати незрозумілих дітям термінів, висловлюватися великими реченнями (більше 17 слів), говорити надто швидко (більше 2,5 слів за 1 секунду));

4) психологічний – виявляється як негативна установка, сформована на підставі попереднього досвіду, різні інтереси партнерів комунікації тощо.

Усувають ці бар'єри шляхом переорієнтації уваги з особистості на роботу, оптимістичним прогнозуванням подальшої діяльності.

Найтипівішими серед психологічних бар'єрів є:

- ✓ розбіжність настанов (учитель приходить на урок захоплений своїм задумом, а учні байдужі, незібрані, неуважні, внаслідок чого він дратується, нервує); боязнь класу (властивий учителям-початківцям, які часто непогано володіють матеріалом уроку, але побоюються безпосереднього контакту з дітьми);
- ✓ поганий контакт (учитель заходить до класу і замість організації взаємодії з учнями поводить «автономно», наприклад, пише пояснення на дошці); звуження функцій спілкування (переважає інформаційна, залишаються поза увагою соціально-перцептивні, комунікативні функції);
- ✓ негативна установка на клас (упереджене негативне ставлення вчителя до класу, невстигаючих учнів, порушників поведінки);
- ✓ страх допустити педагогічну помилку (запізнитися на урок, неправильно оцінити відповідь дитини тощо);

- ✓ наслідування (молодий учитель наслідує манери спілкування іншого педагога, не враховуючи власної педагогічної індивідуальності);
- 5) естетичний зумовлений несприйняттям співрозмовником зовнішнього вигляду, особливостей міміки. Усувають ці бар'єри шляхом самоконтролю поведінки;
- б) емоційний – з'являється за невідповідності настрою, негативних емоцій, що деформують сприймання[29].

Отже, спілкування вчителя з учнями може складатися по-різному. Успішність цього процесу великою мірою залежатиме від того, як учитель розглядає учня: як пасивний об'єкт чи активний суб'єкт педагогічного процесу. Сучасна психолого-педагогічна наука вважає за необхідне будувати педагогічну взаємодію на суб'єкт-суб'єктній основі, де і вчитель, і учень виступають активними учасниками педагогічного процесу, здійснюють вплив один на одного, де визнається право учня на власну думку, позицію. Натомість суб'єкт-об'єктні стосунки передбачають відносини підпорядкування, коли активним є лише вчитель, який впливає на учнів, керує їхньою діяльністю, нав'язує свою точку зору, а учням при цьому відводиться пасивна роль[50].

Таким чином, тренер має вирішувати одночасно багато завдань, на разі керувати спілкуванням як своїм, так і допомогати реалізуватись спортсмену і саме успішність їх взаємодії дозволить досягнути взаємопорозуміння, підтримувати стосунки

Отже спочатку розглянемо який стиль міжособистісного спілкування обирає тренер, який стиль керівництва з підлітками, та встановим якіж спортсмени краще дотримується і взаємодіють з тренером на думку тренера. Також, за оцінками спортсменів дізнаємось, як оцінюють діяльність тренера його учні.

3.1.1. Діагностика стилю міжособистісного спілкування тренера з боксу з спортсменами. Стиль педагогічного спілкування - це усталена система

способів та прийомів, які використовує вчитель під час взаємодії зучнями, їх батьками, колегами по роботі [33]. Залежить він від особистісних якостей педагога та комунікативної ситуації. До особистісних якостей належать ставлення вчителя до дітей (активно-позитивне, пасивно-позитивне, ситуативно-негативне, стійке негативне) та володіння організаторською технікою. Таким чином вимірювання стилю міжособистісного стилю дозволить визначити стиль який застосовують тренер(ри) з боксу у спілкуванні з юними спортсменами від 12-15 років.

Діагностика міжособистісного стилю за методикою Т.Ліри дозволила визначити стиль спілкування тренера з боксу з спортсменами- початківцями як домінуюче- дружній. Значення домінування дорівнює $x = 12,2$ балів, отже тренер у спілкуванні з спортсменами початківцями веде за собою, він лідер у спілкуванні, вказує та спонукає до учнів до дій, вимагає дотримуватись правил та виконувати призначення. Також не меншого значення тренер приділяє підтримці спортсмена початківця, так дружелюбність на рівні $x = 9,8$ балів вказує на його спрямованість на партнера по взаємодії, на створення доброзичливого клімату на заняттях, на готовність допомогати та супроводжувати спортсмена на досягнення кращих результатів на тренуваннях або змаганнях, підтримувати дружні стосунки.

Таблиця 3.1.

Оцінка міжособистісного стилю спілкування тренера з боксу на початковому етапі підготовки юних спортсменів

Авторитарний	Егоїстичний	Агресивний	Підозрливий	Покірливий	Залежний	Доброзичливий	Альтруїстичний
11	7	3	5	5	4	10	11

Встановлено, що провідними у тренера є два: авторитарний (домінуючий) та альтруїстичний (відповідально-благородний) міжособистісних стиля. Їх значення дорівнюють 11 балам. Отже тренер у взаємодії виявляє такі характеристики у взаємодії з учнями як: оптимістичний, швидко реагуючий, високоактивний, вмотивований на досягнення, легко та швидко приймає рішення, поміркований, орієнтується на свої міркування, екстравертований, не залежний від зовнішніх факторів. Схильний домінувати, підкоряти, вести за собою, дає поради, вимагає до себе поваги. В той же час тренер у спілкуванні схильний виявляти альтруїзм та відповідальність. Так тренер має значну потребу до відповідності соціальним нормам поведінки, схильний до ідеалізації міжособистісних стосунків, емоційний, емпатичний (іноді занадто), добросердний, благородний, навіть жертвний. Справляє приємне враження, подобається оточуючим, артистичний. Легко вживається в ролі.



Рис.3.1. Міжособистісний стиль спілкування тренера з юними спортсменами.

Наступний стиль який виявляє тренер з боксу з початківцями це доброзичливий стиль взаємодії (або співробітнююче-конвенційний) тобто він є доброзичливим та любязним у спілкуванні, орієнтується на схвалення оточуючих, намагається задовольняти вимоги всіх, спрямований на досягнення цілей групи, гнучкий та йде на компроміси. Виявляє емоційну лабільність, товариський та дружній у стосунках, дотримується принципів «гарного тону».

Отже діагностика інших стилів у спілкуванні за методикою Т.Лірі дозволила визначити, що вони менш впливають на взаємодію та стосунки з оточуючими та виражені менше за визначені провідні. Так, егоїстичний стиль (або незалежно домінуючий) визначено на рівні 7 балів, та характеризує тренера як впевненого, незалежного, схильного до суперництва, в той же час ці характеристики знаходяться на рівні гармонійний розвитку у тренера і не перешкоджають формуванню позитивних стосунків з оточуючими, не створюють перешкод у спілкуванні, не спрямовують на конфлікти.

Приблизно за рівнем виразності на рівні від 3 до 5 балів знаходяться агресивний, недовірливий та залежний стилі, тобто їх рівень прояву говорить, що тренер достатньо гармонійна особистість у взаємодії та стосунках з оточуючими. Тобто тренер виявляє впевній мірі впертість, завзятість, наполегливість та енергійність. Він в міру критичний до соціуму та оточуючих людей, може бути конформний та м'який, очікує допомоги та порад, довірливий, схильний захоплюватись оточуючими, ввічливий.

Таким чином, ці характеристики тренера у спілкуванні скоріш за все не перешкоджають, а навіть дозволяють створювати більш комфортні та гармонійні стосунки з оточуючими, наразі і з учнями та їх батьками, так і колегами та адміністрацією клубу.

3.1.2. Особливості ставлення та оцінка стосунків з тренером юних боксерів. Як зазначають фахівці у сучасному спорті різко зросла роль тренера. Успішність діяльності окремого спортсмена або команди, особливо

на початковому етапі підготовки, на 60-70% залежить від діяльності тренера. Проводячи її своїми учнями по 6-7 годин в день при 2-3-разових тренуваннях протягом 8-10 років, тренер має можливість досконально вивчити своїх учнів, взнати весь нюанс їх характеру, правильно впливати на психічний стан в екстремальних умовах тренування і змагань. Разом з тим така довгорічна спільна робота, що супроводиться постійними емоціями з того або іншого боку, пред'являє великі вимоги до межличностним відносин в системі «тренер - спортсмен». Інтерес до чинників і причин позитивних або негативних відносин привів до серії досліджень, які показали, що тренери будують свої відносини з учнями орієнтуючись насамперед на їх специфічні спортивні якості і тільки потім - на особові, які оцінюються під впливом перших на що звернули також у спостереженнях Холодів Ж. К., Ковалів В. С. [67].

Діагностика взаємостосунків між тренером та початківцями в боксі за методикою Ю.Ханіна та А. Стамбулової «тренер –спортсмен» дозволила встановити ставлення спортсмена до тренера за трьома параметрами: гностичному, емоційному та поведінковому[63].

Гностичний параметр розкриває рівень компетентності тренера як спеціаліста з точки зору спортсмена. Емоційний параметр виявляє, наскільки тренер сприймається як особистість, наскільки учень йому симпатизує. Поведінковий вказує як складається реальна взаємодія тренера та спортсмена.

Було отримано оцінку 15 учнів, що займались у тренера з боксу від 1 розряду до КМС включно, від 1 до 5 років.

За отриманими результатами дослідження встановлено що спортсмени на початковому етапі підготовки в боксі найбільш орієнтовані та підкреслюють два компоненти майже рівно вісних параметра у тренера емоційний та гностичний. Не значно більше переважає орієнтованість юних боксерів на підтримку емоційних стосунків з тренером $x=5,6\pm 1,7$ бали. Юні боксери більш за все цінують особистість тренера, симпатизують тренеру. 8

спортсменів з 15, тобто 53,5% (8 з 15 чоловік) звертають увагу саме на особистість тренера та його особистісні характеристики, багато хто з учнів оцінюють ставлення до нього на рівні 6-8 балів (з 8 максимальних). Вони захоплюються їм, він є прикладом для наслідування.

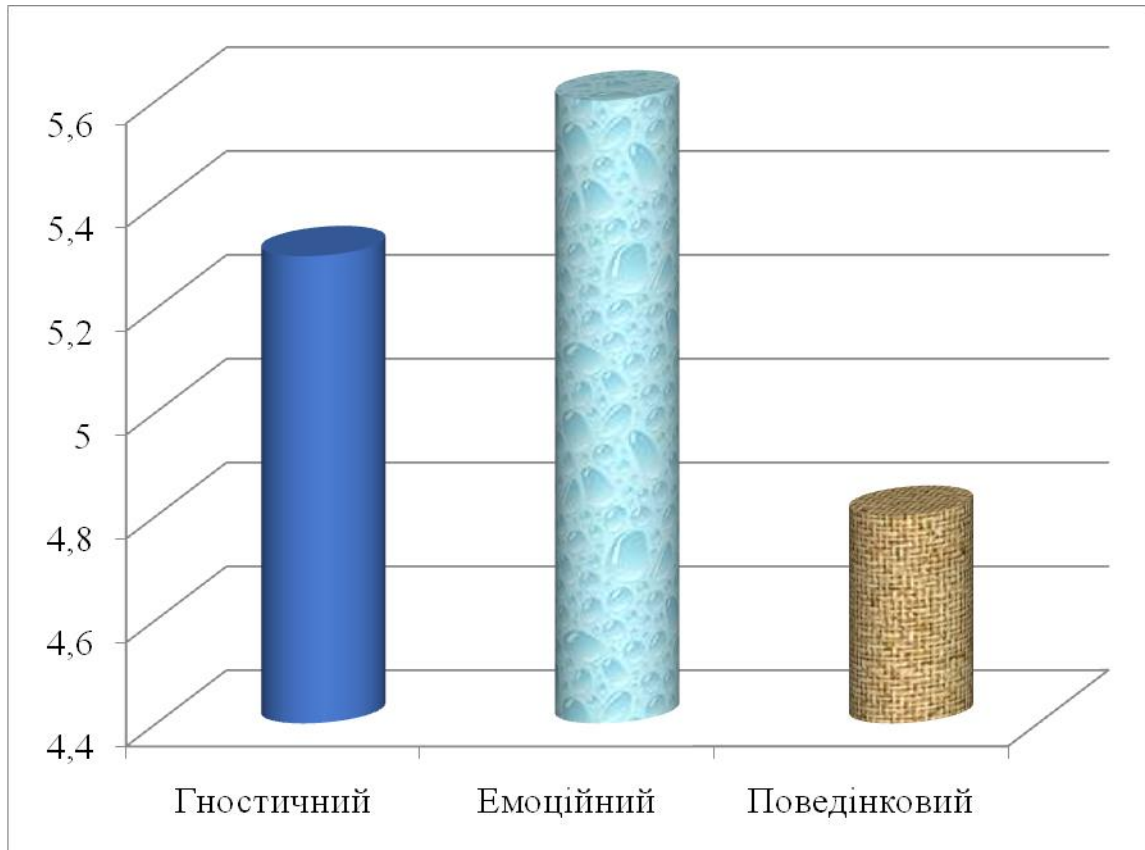


Рис 3.2. Оцінка спортсменами початківцями взаємодії в системі тренер–спортсмен (параметри гностичний, емоційний, поведінковий)

Також, на що звертають боксери 12-15 років у взаємодії з тренером це саме гностичний параметр $x=5,3\pm 1,8$ бали, тобто вони цінують його професійні характеристики, його компетентність, кваліфікацію, майстерність. 53,3 % юних боксерів підкреслюють авторитет та обізнаність тренера (на рівні 6-8 балів з 8 максимальних)

Поведінковий параметр $x=4,8\pm 1,2$ бала, фактично є третім за вибором спортсменів по взаємодії з тренером свідчить що реальна

взаємодія вища за середнє значення, але все ж таки не найкраща з точки зору юних боксерів. Встановлено, що 33,3 % (5 з 15 чоловік) опитаних спортсменів задоволені сумісними діями з тренером та оцінюють на рівнів 6-7 балів (з 8 максимальних). Для більш ефективної взаємодії тренер мав би докладати більших зусиль, краще організовувати сумісну діяльність в системі «тренер-спортмен».

Таблиця 3.2.

Оцінка спортсменами початківцями взаємодії в системі тренер – спортсмен

№	Прізвище	кваліфікація	Гностичний	Емоційний	Поведів-вий	Всього
1	Б.О.	1	7	6	6	19
2	Б. П..	3	3	4	3	10
3	Б. Д.	КМС	7	8	6	21
4	В.Г.	1	6	5	5	16
5	В. Б.	2	6	5	5	16
6	Г. А.	2	3	4	3	10
7	Г.Н.	КМС	7	8	6	21
8	Г.І.	1	6	5	5	16
9	Г. В.	КМС	5	6	5	16
10	Г. О.	3	3	2	4	9
11	Д.Є.	2	3	5	5	13
12	Деб.С.	3	6	6	4	16
13	Д. О.	КМС	8	8	5	21
14	Е.В.	1	4	7	6	17
15	Ж.В.	1	7	6	7	20
	Всього		5,3 ±1,8	5,6±1,7	4,8±1,2	15,78±4,06

Також, слід зазначити, що кожний з трьох параметрів знаходиться у тісному зв'язку і підвищення значень одного з них, відповідно має відбиватись на підвищенні іншого. Так зростання за показниками гностичного параметру з точки зору учнів. відповідно буде впливати на

покращення, тобто підвищення як емоційного $r=0,73$ де $p \leq 0,05$ так і поведінкового параметрів $r=0,61$ де $p \leq 0,05$.

Аналіз отриманих даних дозволяє спостерігати тенденцію підвищення оцінки тренера за всіма параметрами у спортсменів, що мають вищу кваліфікацію та більший стаж занять так у КМС сумарна оцінка дорівнює 20-21 бал при середньому значенні 15,78 балів (табл.3.2).

Таким чином, в ході дослідження отримані дані підтвердили дослідження деяких авторів про особливості спілкування тренера та спортсменів віком з 12-15 років, що в цьому віці вони на початковому етапі підготовки спрямовані надавати перевагу емоційному параметру оцінки тренера, тобто захоплюються особистістю тренера та симпатизують йому більш, а також не менш значущу оцінку дають когнітивному параметру (цінують професійну майстерність) і трохи менш оцінено поведінковий параметр (налагоджену взаємодію). Оскільки тренер управляє підготовкою спортсмена, то йому слід звернути увагу на виявлені особливості взаємодії з юними спортсменами.

3.1.3. Стиль керівництва тренера на початковому етапі підготовки юних спортсменів в боксі. Управління тренером спортивної команди, індивідуальна підготовка спортсменів в групі з боксу вимагає від тренера умінь та навичок організатора. Таким чином формується з часом у тренера певний стиль керівництва. Обраний стиль керівництва тренера залежить від багатьох факторів, але його реалізація має призводити до поставлених цілей в підготовці спортсменів. Існує достатня кількість досліджень стосовно найбільш ефективного стилю керівництва у різних видах спорту. В той же час залежність від одного тільки стилю і навіть на певному етапі підготовки розглядатись як найкращий, з часом у зростанні кваліфікації спортсмена може стати не ефективним. Отже тренер має бути в

певній мір спостережливим та гнучким реалізуючи за обставинами навіть змішаний стиль.

Для вивчення стилю керівництва тренера у спортсменів юнацького віку з боксу проведена оцінка за методикою А. Л. Журавльова «Стиль керівництва» що дозволяє провести діагностику переважаючого стилю керівництва: авторитарний, демократичний, ліберальний (таблиця 3.3.1).

Таблиця 3.3.

Стиль керівництва тренера з боксу на початковому етапі підготовки юних спортсменів, (n=15 чол)

Стиль керівництва	Кількість спортсменів	% показник
Авторитарний	7	47
Демократичний	5	33
Ліберальний	3	20

За результатами оцінки юних спортсменів на початковому етапі підготовки 47% (7 боксерів) стиль керівництва тренера є авторитарним. Отже тренер зазвичай використовує прямі методи впливу на учнів: інструкції, накази, вказівки, осуд. Вважається, що авторитарний стиль керівництва дає зростати значно результатам підготовки учнів, але можлива зустріти протистояння з боку кваліфікованих спортсменів, їх відхід від тренера. Як зазначають (Р. м. Йеркс і Дж. Додсон) «Є межа інтенсивності і тривалості застосування авторитарних методів керівництва: до певного рівня він веде до зростання результатів, перевищення його-знижує результативність діяльності».

Отже, приблизно кожний другий спортсмен від 12-15 років, стаж занять до 5 років вважають тренера авторитарним у взаємодії. Визначають його авторитет і вважають за необхідне діяти за його вказівками.

Ще 33% (5 опитаних спортсменів з 15) визначили у тренера - демократичний стиль . Тобто, кожний 3-й з юних боксерів відзначає легкість у взаємодії з тренером , так він може порадитись, спілкуватись на будь яку тему, звернутись з власною пропозицією. Тренер ставиться до учня з повагою. Фахівці зазначають, що такий стиль є найбільш ефективним, розумним і гуманним в керівництві.

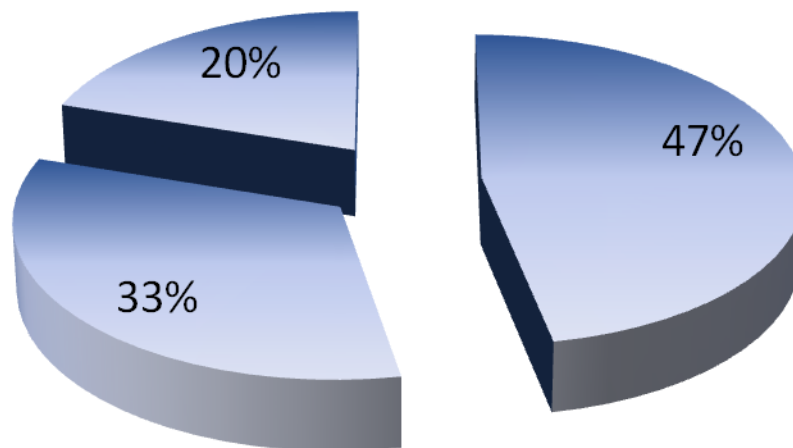


Рис. 3.3. Процентні показники стилю керівництва тренером юних боксерів

- Авторитарний-47%
- Демократичний-33%
- Ліберальний-20%

Опитування прведене серед юних боксерів дозволило визначити, що ліберальний стиль тренер також застосує у керівництві на початковому етапі підготовки, оскільки на це вказали 20% (3 з 15 респондентів). Такий стиль часто називають потуральник (попустительский). Фахівці вказують на те що

він наврядчи буде сприяти досягненню високих результатів в управлінні і згуртуванні команди, в організації практичної спортивної діяльності.

Більш глибокий аналіз отриманих результатів визначення стилю керівництва тренера юними боксерами, вказав тих учнів хто надав таку оцінку, це учні, які тільки почали свої заняття з боксу вони займаються спортом всього 1 рік. Отож тренер має звернути вчасно уваги на цих спортсменів, покращити взаємодію з учнями та відповідно підвищить мотивацію до занять спортом.

Висновки до розділу 3

Успішність взаємодії тренер - спортсмен великою мірою залежатиме від того, як тренер розглядає юного боксера: як пасивний об'єкт чи активний суб'єкт педагогічного процесу. Сучасна психолого-педагогічна наука вважає за необхідне будувати педагогічну взаємодію на суб'єкт-суб'єктній основі, де і вчитель, і учень виступають активними учасниками педагогічного процесу, здійснюють вплив один на одного, де визнається право учня на власну думку, позицію.

Таким чином, тренер має працювати над власним міжособистісним стилем, розвивати такий стиль та такі характеристики які дозволяють будувати комфортні психологічні умови взаємодії для всіх учасників педагогічного процесу.

Особливості спілкування тренера та спортсменів віком з 12-15 років на початковому етапі підготовки спрямовані надавати перевагу емоційному параметру та когнітивному параметру оцінюючи тренера, тобто захоплюються особистістю тренера та симпатизують йому більш але одночасно цінують його професійну майстерність і трохи менш оцінюють поведієнковий параметр (налагоджену взаємодію). Оскільки тренер управляє підготовкою спортсмена, то йому слід звернути увагу на виявлені особливості взаємодії з юними спортсменами.

Юні спортсмени в боксі переважно схиляються до думки, що тренер найбільш вдається до авторитарного стилю керівництва, але в залежності від ситуації взаємодії виявляє також і демократичний стиль, тобто враховує думку підлеглих, сприймає їх ініціативність та пропозиції. Тільки деякі юні спортсмени на початковому етапі підготовки зауважили на неуважності тренера до їх особистості та їх підготовки на заняттях спортом.

ПРАКТИЧНІ РЕКОМЕНДАЦІЇ

Встановлення взаєморозуміння між учасниками спілкування

Істотною умовою успішного спілкування спортсменів один з одним та з тренером є взаєморозуміння між ними. Відсутність взаєморозуміння призводить до порушення взаємодії під час спортивної діяльності, а часом і конфліктів. Так тренер може розцінювати прояв його учнем наполегливості як упертість, а прояв ініціативи – як порушення дисципліни. Учні можуть приймати вимогливість тренера за прискіпливість.

Для встановлення взаєморозуміння між партнерами зі спілкування потрібна наявність хоча б однієї з двох умов: або збіг оцінки ситуації, або, на крайній край, – при розбіжності точок зору – розуміння та виправданість чужих оцінок ситуації та вчинків. Однак, щоб прийти до цього, потрібен певний час спілкування та пізнання один одного.

Створення взаєморозуміння відбувається через низку етапів: виникнення першого враження про партнера зі спілкування, вивчення та розуміння його, забезпечення розуміння себе партнером, зближення позицій, підтримання взаєморозуміння.

Сприйняття партнера зі спілкування та виникнення першого враження про нього. Цей етап дуже важливий, оскільки перше враження про людину буває сильнішим, ніж наступні. Принаймні, воно може зберігатися дуже довго.

Пізнання партнера по команді часто починається з отримання інформації про нього від інших людей (спортсменів, тренерів) або з преси. Це створює установку з його сприйняття, яка завжди об'єктивна. По-перше, повідомлення про когось відомості завжди емоційно забарвлені і відображають чийсь суб'єктивну думку, що склалася.

По-друге, думка, що формується, багато в чому залежить від того, чого чекає спортсмен від появи в команді новачка: конкуренції або співдружності.

Другим шляхом отримання відомостей про об'єкт спілкування є його безпосереднє сприйняття під час вступу з ним у прямий контакт. Сприйняття іншого спортсмена (соціальна перцепція) означає сприйняття його зовнішніх ознак, співвіднесення їх із особистісними характеристиками нового члена команди та інтерпретація на цій основі його вчинків.

Зовнішні ознаки включають образ людини, її одяг і манери триматися, говорити, [27] вчинки. При цьому одні люди схильні більшою мірою спиратися при сприйнятті людини на зовнішній вигляд, інші – на поведінку та особливості особистості. Це визначає широту приписування партнеру зі спілкування тих чи інших характеристик: у першому випадку сфера приписування обмежена, у другий випадок відкривається простір уяви.

Приписування пов'язане з тим, що при першому сприйнятті нової людини спортсмену не вистачає інформації, щоб скласти про неї думку, тому вона змушена домислювати. При цьому на думку про новачка можуть впливати ефект ореолу і ефект стереотипізації.

Ефект ореолу проявляється у приписуванні новачкові позитивних якостей, яких у нього не спостерігається. Наприклад, якщо новачок-баскетболіст прибув у команду з американської баскетбольної ліги або повичок-хокеїст – з американської національної хокейної ліги, то як би зрозуміло, що це класні гравці, оскільки поганих у цих лігах не буває.

Ефект стереотипізації полягає в тому, що судження про людину виносяться на підставі некритично сприйнятих власного обмеженого минулого досвіду або думки інших. Стереотипізація спрощує процес пізнання новачка, але в той же час вона призводить до виникнення упередження, позбутися якого буває непросто. Наприклад, у футбольних уболівальників нашої країни склалося упередження проти футболістів із Балканського півострова: мовляв, уклавши з командою контракт, вони потім лише «відбувають номер». І це незважаючи на те, що в команді-чемпіоні стрижневим гравцем півзахисту вже багато років є хорватський футболіст.

Вивчення та розуміння один одного суб'єктами спілкування. Розуміння одне одного – складний процес, багато в чому залежить від спостережливості учасників спілкування. У цьому спортсменки мають перевагу перед чоловіками-спортсменами. Вони повніше та глибше розуміють інтелектуальні та вольові якості, а також риси характеру, що виражають ставлення до людей та до самого себе. Зумовлено це тим, що у жінок більш розвинена така якість, як емпатія. [28] Чоловіки-спортсмени краще бачать риси характеру, які виражають ставлення до спортивного тренування та змагань. У тренерів високого класу є прагнення розглянути індивідуальну своєрідність своїх підопічних, у той час як у тренерів середнього рівня відображення особистості їхніх спортсменів часто є стереотипним і формальним.

Переваги хлопчиків та дівчаток оцінюються тренерами по-різному. У перших фізична сила, зазвичай, переоцінюється, в дівчат вона оцінюється адекватно. Розумові якості та товариськість правильно оцінюються у хлопчиків і переоцінюються у дівчаток.

Порозуміння вимагає від партнерів зі спілкування (або хоча б одного з них) готовності врахувати думку іншого. Таку позицію передусім мають зайняти більш старші та досвідченіші суб'єкти спортивної діяльності (особливо тренери, які мають справу з дітьми). Адже останні ще не мають багатого життєвого досвіду, їхній інтелект ще недостатньо розвинений і тому вони не можуть повною мірою усвідомити та прийняти освітньо-виховний вплив тренера. Їм хочеться на тренуваннях повеселитись, пограти, тоді як тренер повинен вирішувати «нудні» завдання, пов'язані з досягненням його учнями високих спортивних результатів.

Щоб встановити порозуміння з партнером зі спілкування, потрібно поглянути на ситуацію і себе очима партнера. Уявлення себе на місці партнера, тобто уяву себе в його ролі, уявна побудова своєї поведінки таким самим, як у партнера, способом називається ідентифікацією. Однак використання її може дати і негативний ефект, якщо замість істинного

звернення до чужої точки зору суб'єкт спілкування матиме ілюзію погляду з боку. Так, спортсмен може приписати тренеру думку, яка нічим не відрізняється від його власної: «Я б на його місці так не вчинив». В результаті реальна поведінка тренера, який покарав спортсмена за його провину, стає не тільки незрозумілішою, але здається невиправданою, нелогічною, викликає внутрішній протест.

Забезпечення розуміння себе партнером зі спілкування. Щоб встановити взаєморозуміння, мало зрозуміти особливості і мотиви поведінки іншого. Треба щоб інший зрозумів тебе. Для цього потрібно знайти прийнятну форму самовираження та подбати про самомежування у своїх бажаннях та звичках. Перше завдання вирішується за допомогою рефлексії, тобто усвідомленням себе і того, як "я" сприймаюся партнерами зі спілкування: "Що вони думають про мене?", "Як їм видається моя позиція в цьому питанні?", "Як вони сприймуть та оцінять мої дії?" Виходячи з цього, спортсмени або тренери повинні будувати свою поведінку: утримуватися від висловлювань і вчинків, які можуть викликати невиправдану та небажану реакцію в інших. Наприклад, знаючи про болісне самолюбство спортсмена, не варто підкреслювати його недоліки при кожному випадку.

Однак необхідно враховувати і свої недоліки, що призведе до вирішення другого завдання - самообмеження у виявленні своїх емоцій, у використанні улюблених прийомів на спортсменів, у тому числі і при підтримці дисципліни.

Зближення позицій та підтримка взаєморозуміння. Порозуміння може бути на двох рівнях. Перший – розуміння цілей, потреб, установок, цінностей одне одного та узгодження на цій основі своїх дій та вчинків. Другий – як розуміння, а й прийняття, поділ цих цілей, потреб, установок і цінностей. Це має особливе значення для встановлення порозуміння між тренером та його учнями.

Навіть незаперечні докази та енергійні впливи тренера на своїх учнів не дадуть позитивного ефекту, якщо вони не торкаються їхніх мотивів. Потрібно знайти спосіб включити свої аргументи у мотиви учнів (наприклад, розповісти, що мета у тренера та сама, що й у спортсмена, а саме – досягти високого результату). Наприклад, молоді талановиті футболісти та хокеїсти часто прагнуть швидше виїхати до закордонних клубів. Спроби тренерів утримати їх від поспішного кроку спортсмени розглядають як негативне ставлення до них та вияв деспотизму. Насправді ж досвідчений тренер бачить, що гравець ще не дозрів для виступу на вищому рівні. Тренер повинен пояснити спортсмену, що коли він дійсно стане майстром, тоді потрапить у команду вищого класу, ніж йому пропонують зараз, і отримає вигідніший контракт, а в даний час він ризикує довгий час просидіти в запасі, і навіть при невдалій адаптації зовсім зламати свою кар'єру.

Створення взаєморозуміння – половина справи. Це порозуміння потрібно ще зберегти. Для цього потрібно терпіння з боку партнерів зі спілкування, особливо при виникненні розбіжностей з деяких питань, стриманість і поступливість, терпиме ставлення до маленьких слабкостей партнерів, якщо вони не заважають спільній справі. Потрібно враховувати, що команди високого класу включають спортсменів різного віку та рівня освіти, у яких різні інтереси та захоплення, звички, характер, життєвий досвід. Треба привчити себе розглядати замкнутість і мовчазність чи товариськість і балакучість, суворість чи смішність своїх партнерів по команді як даність, яку не можна змінити. Не можна підганяти всіх під один шаблон, штучно створювати ціннісно-орієнтовну єдність щодо факторів, які не мають відношення до спортивної діяльності. Тим більше неприпустимі глузування над звичками та традиціями спортсменів різних національностей. Це викликає лише ворожість до гострословів.

Особливості спілкування до та під час змагань

Як зазначає Ю. Л. Ханін, потреба спортсмена у спілкуванні з тренером під час підготовки до змагання може збільшуватися. [26] Так, за 2-3 тижні до

відповідальних змагань у спортсменів спостерігається підвищена потреба у увазі тренера, пов'язана з прагненням переконатися у своїй готовності, виправити недоліки в техніці і т. д. У цьому випадку пасивність тренера і особливо відсутність його зауважень, на яких чекає спортсмен, можуть призвести до прихованого невдоволення і навіть до серйозних міжособистісних конфліктів.

З іншого боку, можуть вплинути наслідки постійного вимушеного спілкування, щоденних контактів спортсменів один з одним і з тренером, виникає «пересичення» у спілкуванні. У веслярів Ю. Л. Ханін спостерігав це за 1,5-2 місяці до відповідальних стартів. У цьому випадку у спортсмена виникає негативне ставлення до зауважень, порад та вказівок тренера незалежно від їхньої доречності та своєчасності. Спортсмену хочеться побути одному, і він починає сприймати присутність тренера як надмірну опіку та навіть як прояв недовіри до себе.

Специфіка спілкування на змаганнях наступна:

1) зростає управлінська (регулятивна) функція спілкування, причому у спортсменів із сильною нервовою системою значно більшою мірою, ніж у спортсменів зі слабкою нервовою системою;

2) спілкування носить переважно діловий характер;

3) порівняно з тренувальним процесом спілкування на змаганнях більш ритуально, регламентовано та динамічно. Ритуальність та регламентованість спілкування передбачені правилами змагань у конкретних видах спорту. Це ритуали привітання, завершення спортивної боротьби [81].

ВИСНОВКИ

1. В ході дослідження проведено теоретичний аналіз сучасної літератури з проблем спілкування у спорті та розкрита важливість ролі тренера та його провідну активність у взаємодії з учнем та значущий вплив на формування особистості спортсмена. Саме спортивні досягнення юних боксерів в значній мірі залежать від того наскільки ефективно тренер побудовав систему спілкування, взаємодію з учнем.

2. Встановлено провідний стиль міжособистісного спілкування тренера, в цілому спостерігається тенденція до прояву Домінування $x=12,2$ балів та Доброзичливості $x=9,8$ балів. Так тренер юних спортсменів на підготовчому етапі занять боксом у міжособистісному спілкуванні з учнями визнає свій стиль як Авторитарний, $x=11$ балів та Альструїстичний, $x=11$ балів та трохи менш виражений Доброзичливий $x=10$ балів.

3. Дослідження взаємовідносин в системі тренер – спортсмен показало що юні спортсмени-боксери в оцінюванні тренера надають перевагу емоційному ($x=5,6\pm 1,7$ бали) та гностичним ($x=5,3\pm 1,8$ бали) параметрам і найменша оцінка отримана за поведінковим параметром ($x=4,8\pm 1,2$ бала).

4. В дослідженні було визначено стиль керівництва тренера на початковому етапі підготовки який переважно сприймався більшістю юних спортсменів що прийняли участь у дослідженні як авторитарний - 47% юних боксерів, ще 33% відзначили демократичний стиль керівництва у тренера і ще 20% визначили ліберальний стиль. Тобто сприйняття стилю керівництва тренера його учнями, на нашу думку залежить від сприйняття і досвіду взаємодії на заняттях спортом юними спортсменами.

5. Проведений математичний аналіз отриманих результатів в дослідженні дозволяє зробити припущення, що робота з самовдосконалення

тренера має бути спрямована на підвищення показників з будь якого одного параметру (гностичного, поведінкового та емоційного) відповідно буде покращувати показники за двома іншими. Так зростання за показниками оцінки учнями гностичного параметру тренера відповідно призведе до підвищення як емоційного $r=0,73$ де $p \leq 0,05$, так і поведінкового параметрів $r=0,61$ де $p \leq 0,05$.

СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ

1. Агеев ПМ. Особенности адаптации спортсменов до специфических рухових дій у боксі. Науковий часопис НПУ імені М. П. Драгоманова. Науково-педагогічні проблеми фізичної культури. 2021. № 5(136). С. 15–17.
2. Аксютін ВВ., Корбейніков ГВ. Психофізіологічний стан та спеціальна працездатність у боксерів із різними стилями ведення поєдинку. Педагогіка, психологія та мед.-біол. пробл. фіз. виховання і спорту. 2014. №11. С. 3–6.
3. Ананченко КВ., Гринь ЛВ. Анализ соревновательной и тренировочной деятельности дзюдоистов высокой квалификации на этапе специализированной базовой. Педагогіка, психологія та мед.- біол. пробл. фіз. виховання і спорту. 2006. № 9. С. 8–13.
4. Андрущишин, ИФ. Диагностика и эффективность игрового взаимодействия волейболистов . Поиск, 2002. № 1(2). С. 106-110.
5. Атілов АА. Школа боксу для початківців. М.: Фенікс, 2007. 224с.
6. Ашанин ВС., Пятисоцкая СС. Индивидуализация тренировочного процесса каратистов на основе информационного моделирования различных сторон подготовленности спортсменов. Физическое воспитание студентов творческих специальностей. 2008. № 1. С. 7–13.
7. Ашанин ВС., Литвиненко АН. Синергетический метод управления в спортивных единоборствах. Физ. воспитание и спорт в высших учебных заведениях: Сб. ст. II междунар. электронной научн. конф. Харьков; Белгород; Красноярск, 2006. С. 13–17.
8. Базильчук ВБ. Організаційні засади активізації спортивно-оздоровчої діяльності студентів в умовах вищого навчального закладу: дис. ... канд. наук з фіз. вих. і спорту. Львів, ЛДФК, 2004. 190 с.
9. Бакулев СЕ., Двейрина ОА, Афанасьева ИА., Чистяков ВА. Прогнозирование успешности соревновательной деятельности боксеров на

- основе их «чувства времени». Ученые записки университета имени П. Ф. Лесгафта. 2013. №9(103). С. 23-27.
10. Беляев АН., Судаков ЕГ., Бибииков СВ. Специфика развития физических способностей у боксеров, обладающих различными тактическими манерами ведения поединка. Ученые записки университета имени П. Ф. Лесгафта. 2008. №1. С. 17–19.
 11. Бокс. Энциклопедия. Составитель Тараторин НН. М.:Терра-Спорт, 1998. 232 с.
 12. Бондарчук АП. Периодизация спортивной тренировки. К.: Олимпийская литература, 2005. 303 с.
 13. Васильев ГФ., Новиков АА., Крупник ЕЯ., Тиунова ОВ. Оценка соревновательной деятельности как основа прогнозирования результатов в спортивных единоборствах. Вестник спортивной науки. 2016. № 5. С. 3-8.
 14. Верхошанский ЮВ., Филимонов ВН., Хусьянов ЭМ. Динамика техники ударных движений и скоростносиловых качеств у боксеров-юношей. Теория и практика физической культуры. 2005. № 11. С. 23-24.
 15. Воробйов МІ., Петровська ТВ., Кравченко АА. Психологічний супровід педагогічної діяльності викладача фізичного виховання у процесі його професійного становлення. Актуальні проблеми фізичної культури і спорту : зб. наук. пр. Київ, 2007. Вип. 13. С. 73–79.
 16. Воронова ВІ. Психологія спорту. Навч. посібник. К.: Олімпійська література, 2007. 298 с.
 17. Воронцов АІ. Метод спряження техніко-тактичної підготовки зі швидкісносиловою підготовкою в тренуванні дівчат та юніорок у боксі. Науковий часопис НПУ імені М. П. Драгоманова. Науковопедагогічні проблеми фізичної культури. 2020. № 7(127). С. 29–32.
 18. Выготский ЛС. Педагогическая психология. М.: Педагогика, 200. 479 с.
 19. Гаськов АВ., Кузьмин ВА. Структура и содержание тренировочно-соревновательной деятельности в боксе: монография. Красноярск: Краснояр. гос. ун-т, 2004. 112 с.

20. Гуренко ОА., Воронцов АІ. Удосконалення фізичних якостей у студентів засобами боксу в закладах вищої освіти. Науковий часопис НПУ імені М. П. Драгоманова. Науково-педагогічні проблеми фізичної культури. 2019. № 8(116). С. 28–30.
21. Денисова ЛВ., Хмельницкая ИВ., Харченко ЛА. Измерения и методы математической статистики в физическом воспитании и спорте: Учебное пособие для вузов. К.; Олимпийская литература, 2008. 127 с
22. Джероян ГО. Моральная и специальная психическая подготовка боксеров юношей и юниоров. Бокс, кикбоксинг, рукопашный бой (подготовка в контактных видах единоборств). М.: ТНКАН, 1999. С. 347-367.
23. Жадобин ОВ, Менхин ЮВ. Круговая тренировка в развитии специальной выносливости боксеров на этапе спортивного совершенствования. Сборник науч. трудов МГАФК, РГАФК, ВНИИФК. 2002. С. 102–109.
24. Журавлев АЛ. Проблема совместной трудовой деятельности в социально-психологическом исследовании коллектива: Тезисы научных сообщений советских психологов к VI всесоюзному съезду общества психологов СССР. М., 1983. Ч. 3. С.508-510.
25. Задорожна ОР., Хомяк П. Аналіз змісту тактичної підготовки у нормативно-правових документах зі спортивних єдиноборств (на прикладі боксу, греко-римської боротьби та тхеквондо ВТФ). Науковий часопис Нац. пед. ун-ту імені М. П. Драгоманова. 2019. №2 (108). С. 56-60.
26. Захарьева НН. Возрастная физиология спорта: монография. М.: РГУФКСМиТ. 2016. 380 с.
27. Зливков ВЛ., Лукомська СО. Психологія спілкування педагога: інтегративний підхід [навчальний посібник; 2 видання: розширене та доповнене]. К., Ніжин: Видавець ПП Лисенко М.М., 2018. 353 с.
28. Кагалік П., Райнольд С., Кагалік Б.. Уроки боксу для початківців. М.: Фенікс, 2006. 196с.

29. Кайдалова ЛГ., Пляка ЛВ., Альохіна НВ, Шаповалова ВС. Психологія спілкування : навчальний посібник. 2-ге вид., перероб. і допов. Х.: НФаУ, 2018.140 с.
30. Качурін АІ. Бокс в системі фізичної культури студентів: навч. посіб..М.: Фізкультура і спорт, 2006. 342с.
31. Козина ЖЛ. Математическое моделирование индивидуальных особенностей спортсменов. Педагогіка, психологія та медико-біологічні проблеми фізичного виховання і спорту. 2008. №4. С. 56-59.
32. Козирєв МП. Комунікативні бар'єри спілкування та шляхи їх подолання. Науковий вісник Львівського державного університету внутрішніх справ. серія психологічна. 2014. Вип. 1. С. 201- 211.
33. Коломейцев, ЮА. Социальная психология спорта: уч.-метод. Пособи. Мн.: БГПУ, 2004. 292 с.
34. Коломейцев , Ю.А. Взаимоотношения в спортивной команде [Текст]. М., 1984.128с.
35. Комп'ютерна техніка та методи математичної статистики: навч. Посібник. Кашуба ВО., Денисова ЛВ., Усиченко ВВ., Харченко ЛА., Хлевна ЮЛ., Вишневецька ВП., Караватська МВ., Бойко АМ. К.: Олімпійська література. 2014. 213 с
36. Конох А., Воронцов А. Пріоритетні напрями вдосконалення системи підготовки у жіночому боксі. Спортивний вісник Придніпров'я. 2019. №3. С.11–18.
37. Коробейніков ГВ., Коробейнікова ЛГ., Дудник ОК., Аксютін ВВ. Вікові особливості стресостійкості у єдиноборців високої кваліфікації. Вісник Чернігівського національного педагогічного університету. 2014. Т. 1. № 118. С.165-169.
38. Корольчук МС., Осьодло ВІ. Психодіагностика: Навчальний посібник для студентів вищих навчальних закладів . К.:Ельга, Ніка-Центр, 2004. 400с.
39. Кричевський РЛ., Дубовська ЄМ.. Соціальна психологія малої групи: Навчальний посібник для вузів. М.: Аспект Пресс. 2001. 318 с.

40. Леонтьев АА. Психология общения. 2 е изд., испр. и доп. М.: Смысл, 1997. 365 с.
41. Лисицкая ТС. Принципы оздоровительной тренировки. Теория и практика физической культуры. 2002. №8. С. 6
42. Малкин ВР. Управление психологической подготовкой в спорте: учебное пособие для тренеров и студентов факультетов физической культуры и спорта. Екатеринбург: Изд-во Уральского университета, 2001. 104 с.
43. Мартынов МВ. Отбор и подготовка юных боксеров в условиях общеобразовательной школы с учетом показателей психомоторики: Автореф. дисс... канд. пед. наук .М., 2002. 22 с.
44. Матвеев ЛП. Основы общей теории спорта и системы подготовки спортсменов .К.: Олимпийская литература, 1999. 318 с.
45. Матвеев ЛП. Теория и методика физической культуры (введение в теорию физической культуры; общая теория и методика физического воспитания):учебник . 4-е изд. М. : Спорт-Человек, 2021.520 с.
46. Собчик ЛН. Методи психологічної діагностики. Вип. 3. Діагностика міжособистісних відносин. Модифікований варіант інтерперсональної діагностики Т. Лірі. М., 1990. С.48 .
47. Николаев АН. Эффективность индивидуализации психологической подготовки спортсменов. Известия Саратовского университета. Психология развития. 2017. Т.1. С. 69–74.
48. Новиков ПС. Силовая подготовка в боксе. Актуальные вопросы подготовки высококвалифицированных боксеров: Информационно-методический бюллетень. М.: Федерация бокса,2000. С. 16–22.
49. Осколков ВА., Сулейманов НЛ., Соловьев ПЮ. Анализ многолетней системы технико-тактической подготовки боксеров. Ученые записки университета имени П. Ф. Лесгафта. 2017. № 9 (151). С. 206–211.
50. Петровская ТВ. Мастерство спортивного педагога: Научно-методическое издание. К.: „ЧПП”, 2004.104 с.

51. Петровська ТВ., Кудерміна ОІ. Прогнозування міжособистісних конфліктів в спортивних волейбольних командах .Конфлікти в педагогічних системах. Збірник доповідей науково-практичної конференції. Вінниця, ВДТУ, 1997. С. 242 – 244.
52. Петровська ТВ., Проценко ГВ. Стиль поведінки тренера у сприйнятті спортсменок-підлітків з різними індивідуальними показниками успішності змагальної діяльності. Фізична культура, спорт та здоров'я нації : зб. наук. пр. Вінниця, 2004. Випуск № 5. С.309-314.
53. Платонов ВН. Скоростные способности и основы методы их развития. Наука в олимпийском спорте. 2015. №4. С. 20–32.
54. Подливаев БА. Методология спортивной подготовки и проблемы ее реализации. Совершенствование системы подготовки кадров по единоборствам: матер. каф. конф. М., 2018. Ч.1. С. 5–9.
55. Родионов АВ. Когнитивные и психомоторные критерии соревновательной индивидуальности спортсмена. Научные труды ВНИИФК за 1996 г. М., 1997. С. 125-141.
56. Родионов АВ. Психологическая подготовка спортсменов. Сб. научных трудов по зимним видам спорта . М.: Физкультура и спорт, 2006. С. 127–140.
57. Рыжиков ДС., Киселев ВА. Влияние изменений правил соревнований на активность боксеров в поединке. Теория и методика 85 ударных видов спортивных единоборств: материалы Всероссийской научнопрактической конференции. М.: РГУФКСМиТ, 2021. С. 94-100.
58. Савчин М. Тренированность боксера и ее диагностика: учебное пособие. К. : Нора-принт, 2003. С.77.
59. Сергєєнкова ОП., Столярчук ОА., Коханова ОП., Пасєка ОВ. Вікова психологія. Навч. посіб. К.: Центр учбової літератури, 2012. 376 с
60. Сивицкий ВГ. Диагностика тактических умений спортсменов методом имитации типичных соревновательных ситуаций: Автореф. дисс ... канд. пед. наук. М., 1995. - 24 с.

61. Синьков ВА. Бокс. Первые шаги. Ростов н/Д.: изд-во Феникс, 2004. 256 с.
62. Сопов ВФ., Теория и методика психологической подготовки в современном спорте . М., 2010. 115 с.
63. Фетискин НП., Козлов ВВ., Мануйлов ГМ. Социально-психологическая диагностика развития личности и малых групп. М.: Изд-во Института Психотерапии, 2002. 490 с.
64. Философия общения: монография. В.Г. Кремень, Д.И.Мазоренко, С.О.Заветный, С.Н.Пазынич, А.С. Пономарев. Харьков: ХНТУСГ им. П. Василенка, 2011. 440 с
65. Филимонов ВИ. Бокс. Спортивно-техническая и физическая подготовка. М.: ИНСАН, 2000. 432 с.
66. Ханин ЮЛ. Психология общения в спорте. М.: ФиС, 1980. 226 с.
67. Холодів ЖК., Ковалів ВС. Теорія і методика фізичного виховання і спорту. М.: Инфра - М, 2006. 472 с.
68. Худадов НА. Психолого-педагогические основы спортивной деятельности единоборцев высокой квалификации: Автореф. дисс. ...доктора пед. наук . М., 1997. 121 с.
69. Цимбалюк ІМ. Психологія спілкування: Навчальний посібник. ВД «Профспілок», 2004. 304 с.
70. Шипунов СД., Махалин АВ., Силаева ЛВ. Анализ некоторых морфологических показателей мальчиков 10–13 лет, занимающихся различными видами единоборств. Теория и методика 86 ударных видов спортивных единоборств: материалы Всероссийской научно-практической конференции. М.: РГУФКСМиТ, 2021. С. 39-44.
71. Шумаков А. Стирая грани между любительским и профессиональным боксом. Про Бокс. М., 2015. С. 40–66.
72. Щілінська ГВ. Комунікативні бар'єри у процесі міжкультурної взаємодії студентів та шляхи їх вирішення . Міжнародний науковий форум: соціологія, психологія, педагогіка, менеджмент. 2015. Вип. 18. С. 50-58.

73. Яценко ТС. Социально-психологическое обучение в подготовке будущих учителей . К.: Вища школа, 1987. 110 с.
74. Яшин БЛ. Культура общения: теория и практика коммуникаций : учебное пособие . М.; Берлин: Директ-Медиа, 2015. 243 с.
75. Fiedler H. Voxel . Berlin : Sportkerlag, 2017. S. 34–52.
76. https://essuir.sumdu.edu.ua/bitstream-dnload/1234567/86758/1/Vasytsov_boxing.pdf
77. https://otherreferats.allbest.ru/chology/00058146_0.html
78. https://otherreferats.allbest.ru/psychology/00058146_0.html
79. <https://otherreferats.allbest.ru/psychology/00058146>
80. <https://psylist.net/sport/fivo067.html>
81. <https://rutlib5.com/book/25934/p/17>
82. <http://um.co.ua/1/1-1/1-14776>.