

**Министерство образования и науки Российской Федерации
ФЕДЕРАЛЬНОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ
ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ
«САРАТОВСКИЙ НАЦИОНАЛЬНЫЙ ИССЛЕДОВАТЕЛЬСКИЙ
ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ
ИМЕНИ Н.Г. ЧЕРНЫШЕВСКОГО»**

Кафедра спортивных игр

**«ФОРМЫ ПСИХОЛОГО-ПЕДАГОГИЧЕСКОГО УПРАВЛЕНИЯ
СПОРТИВНОЙ КОМАНДОЙ ГИМНАСТОВ»**

АВТОРЕФЕРАТ МАГИСТЕРСКОЙ РАБОТЫ

студента 2 курса 204 группы

направление подготовки 49.04.01 Физическая культура
профиль «Физкультурно-оздоровительные технологии»

Института физической культуры и спорта

Джаф Зейдун Салах Рахима

Научный руководитель

Зав. кафедрой,
кандидат философских наук

подпись, дата

Р.С. Данилов

Зав. кафедрой,
кандидат философских наук

подпись, дата

Р.С. Данилов

Саратов 2017

Введение

Тренер - одно из главных действующих лиц многоликой пьесы под названием "Спорт". О его ответственности за выполняемую работу сказано уже очень много, и народная мудрость, которая гласит, что выигрывает команда, а проигрывает тренер, - права. Он - режиссер-постановщик, организатор, администратор, педагог, психолог, воспитатель. Поэтому часто говорят: **«...в спорте, как только случаются неудачи, сразу начинают искать виноватых, и первыми среди них оказываются тренеры»**.

Современное развитие спорта высших достижений опирается на структуру спорта, которая складывалась на протяжении десятков лет и охватывает в настоящее время практически все субъекты Российской Федерации. Комплексное решение задач образования, воспитания и спортивной подготовки спортсменов становится непременным условием прогресса. Одна из проблем подготовки это проблема психолого-педагогического воздействия тренера на спортсменов.

Авторы, изучающие психолого-педагогические аспекты деятельности тренера подчеркивали, что в основе современного обучения и воспитания спортсменов лежит гуманистическая педагогика, включающая технологии передачи знаний, педагогику сотрудничества и психологию ценностного обмена. При таком подходе личность спортсмена должна рассматриваться как уникальная целостная система, формирование и влияние на которую осуществляется в рамках психолого-педагогического воздействия тренера.

В этой связи одной из главных проблем становится задача формирования личности спортсмена, что требует адекватных психолого-педагогических воздействий со стороны преподавательского состава. Как известно, задачами деятельности тренера являются не только спортивные достижения спортсмена, но и воспитание всесторонне развитого, образованного человека, способного к саморазвитию. Тренер передает подрастающему поколению накопленную человечеством культуру в виде определенных знаний, двигательных навыков, строит правильное поведения

спортсмена, что способствует совершенствованию его спортивных результатов, но при этом, постоянно опирается на индивидуальное своеобразие спортсмена, как на незаменимый ресурс и базис.

Актуальность. Развитие спорта в последнее десятилетие привело к существенному росту спортивных достижений, в связи с чем особую актуальность и значимость в общей структуре целостной деятельности приобретает система «тренер-спортсмен». Управление системой подготовки спортсменов сложная форма интеллектуальной деятельности тренеров (управляющая подсистема) и спортсменов (управляемая подсистема) (В.Н. Платонов, 1995). Важнейшей составной частью управления в спортивных соревнованиях, является общение между тренером и спортсменами, которое является систематическим, сознательным, целенаправленным воздействием на процесс подготовки в целом и на отдельные его компоненты с целью повышения уровня подготовленности спортсменов и обеспечения соревновательной деятельности.

Взаимопроникновение разных направлений меняет тренировочный и соревновательный процесс и усложняет управление тренером системой подготовки команды, по-новому обозначая проблему педагогического воздействия тренера на спортсмена, делая ее актуальной (С.В. Кущенко, 2005). Сложный характер взаимоотношений в спортивной команде во многом определяется личностными особенностями тренера и спортсменов. Эффективное управление спортивной командой тренером должно опираться на знания личностных особенностей спортсменов, а управление командой тренером через педагогические воздействия должно увязываться с формированием мотивации, ценностей спортсменов и оптимальных внутрикомандных взаимоотношений.

Специалисты спортивной психологии (Р.Л. Кричевский, 1985; А.В. Родионов, 1987) отмечают сложности при педагогическом воздействии тренера из-за наличия противоречий между: - коллективным характером тренировочного процесса подготовки команды и необходимостью

индивидуального подхода к спортсмену; - современными экономическими условиями, в которых ведется подготовка и установка на получение быстрого результата со стороны управления спортивными организациями; - объективно возрастающими требованиями общества к тренеру как специалисту, который ответственен за результат и уровнем его компетентности.

Таким образом, настоящая работа посвящена актуальной проблеме, направленной на совершенствование форм управления командой в тренировочной и соревновательной деятельности.

Цель исследования. Изучение особенностей психологической подготовки гимнастов и педагогических воздействий тренера на команду и факторов, влияющих на повышение эффективности тренировочной и соревновательной деятельности.

Объект исследования. Процесс педагогического воздействия тренера на команду гимнастов в тренировочной и соревновательной деятельности.

Предмет исследования. Особенности педагогических воздействий, направленных на повышение эффективности деятельности спортсменов, осуществляемых тренером в индивидуальном и командном общении.

Гипотеза. Мы предполагали, что педагогические воздействия, реализуемые тренером в индивидуальном и командном общении, определяются личностными особенностями тренера и спортсменов. Разработка новых подходов и совершенствование форм педагогических воздействий тренера на спортсменов повысят эффективность тренировочной и соревновательной деятельности.

Задачи исследования.

1. Выявить индивидуальные особенности личности спортсменов.
2. Определить психологические особенности личности и деятельности тренера.

3. Усовершенствовать методические приемы и формы педагогических воздействий тренера в процессе тренировочной и соревновательной деятельности.
4. Разработать практические рекомендации по внедрению форм педагогических воздействий тренера на спортсменов команды.

Методы исследования.

- анализ состояния вопроса по литературным источникам;
- педагогические наблюдения и хронометраж;
- метод анкетирования;
- методы изучения личностных характеристик спортсменов и тренеров;
- обследование соревновательной деятельности (ОСД);
- педагогический эксперимент;
- метод математической обработки результатов.

Организация исследования.

Исследование проводилось в период – с сентября 2016 по май 2017 года, который включал анализ и обобщение литературных источников и научных данных, формирование подходов к решению избранной проблемы. Проведен анализ информации о предмете и об объекте исследования, проведён эксперимент.

Глава 1 Психолого-педагогические особенности взаимодействия

1.1 Структура личности тренера

Особенности деятельности тренера связаны, прежде всего, с целью, стоящей перед ним, — достижение его спортсменами высокого спортивного мастерства в результате многолетней тренировки. Чтобы понять психологические особенности успешной спортивной деятельности, необходимо разобраться в характере одного из важнейших ее факторов – личности тренера. В некоторых случаях – это был портрет мужественного человека с сильной волей и высокими моральными принципами, готового защитить своих воспитанников от заблуждений, подготовить к жизни.

Сформулировать у них положительные черты характера и воспитать стойкость деятельности.

1.2 Психолого-педагогические особенности спортсменов

Учитывая специфику спорта, мы сконцентрировали внимание на изучении особенностей характера спортсменов, мотивации, уровня ситуативной и личностной тревожности, а также социально-статусных характеристиках спортсменов в команде. Проанализировав литературу, мы пришли к выводу, что авторами выявлено, что 32,4% спортсменов, относящихся к гипертимическому типу общительны, энергичны, предприимчивы, оптимистичны, инициативны, легко относятся к проблемам, но при этом импульсивны, имеют склонность к необдуманности поведения, необязательны, легкомысленны и раздражительны.

У 29,8% спортсменов демонстративного типа выражена повышенная способность к эмпатии, эмоциональность, раскованность, способность увлечься, актерские данные, яркость выражения чувств. Негативными чертами являются эгоизм, фантазерство, неискренность, способность увиливать от решения вопросов.

У 12,3% спортсменов невротического типа склонны к страхам, имеют низкую самооценку, но они обязательны, самокритичны, эмоциональны, дружелюбны, надежны в личностных привязанностях. Их отрицательными сторонами является впечатлительность, неумение дать отпор, растерянность перед новыми обстоятельствами, безынициативность, несамостоятельность. 9,7% спортсменов (аффективно-экзальтированный тип) быстро переходят от негативных эмоций к повышенному настроению. Позитивные черты - эмоциональность, выразительность оценок и действий. Негативные черты - несдержанность чувств, гневливость или слезливость, эгоизм. У 9,3% спортсменов (эмотивный тип) эмоциональный фактор доминирует в содержании поведения. Позитивными составляющими характера являются добросердечие, исполнительность, доброжелательность и тактичность. Негативными - впечатлительность, потребность в особом стиле отношений,

неумение увидеть главного, увязание в деталях. 3,4% спортсменов циклотимического типа - неустойчивы в настроении, привязанностях и эмоциях. Сильные стороны - нестандартное отношение к окружающему, сочетание серьезности и романтичности. Негативная сторона – погруженность в свой внутренний мир. 1,9% спортсменов депрессивного типа имеют преимущественно пониженное настроение, они пессимистичны, но при этом серьезны, ответственные, добросовестны, пунктуальны. Также в процессе тестирования были выявлены паранойяльный, ригидный и проективный типы акцентуаций (1%).

1.3 Формы воздействия тренера на спортсменов

Воздействие тренера на сознание и волю спортсменов может осуществляться в форме проявления внимания к ним, просьбы, требования, убеждения, внушения и др.

Существенным моментом общения тренера со спортсменом на групповых тренировочных занятиях является проявление внимания к каждому. Если тренер видит спортсмена, но не проявляет к нему внимания, то ему кажется, что он лишь фон для тренера, не воспринимается им как отдельная личность, что тренер безразличен к его успехам. Пока обращенное слово, жест, легкий кивок, улыбка не покажут, что его видят, спортсмен чувствует себя на тренировке обезличенным. Такое положение как бы освобождает его от необходимости вести себя дисциплинированно. Больше того, нарушение дисциплины может быть следствием протеста спортсмена против невнимания к нему тренера, может быть способом, с помощью которого он хочет привлечь к себе внимание.

Глава 2 Организация и проведение эксперимента

2.1 Методы психологического контроля в процессе подготовки гимнастов к соревнованиям

Исследование проводилось на базе команды по спортивной гимнастике под руководством Тимофеева К.Е. 15 человек. Психологический контроль осуществлялся в течение сезона 2016-17 года. На начальном этапе

проводилось тестирование, цель которого изучение индивидуальных типологических свойств нервной системы, в частности направленности темперамента и его свойств (личностной и реактивной тревожности). Для этого использовался психологический тест Спилбергера-Ханина - шкала реактивной и личностной тревожности (ШРЛТ) РХ- 1 и РХ-2. Личностная тревожность характеризуется проявлением индивидуальных типологических свойств личности как устойчивой склонности воспринимать большой круг ситуаций в обычных условиях. Реактивная тревожность дает возможность определить ее уровень на данный конкретный момент. Преобладание реактивной тревожности над личностной свидетельствует о развитии отрицательных психических состояний.

По результатам теста все спортсмены были распределены на 3 группы: с низкой, средней и высокой тревожностью. Следует отметить, что в гимнастике встречаются лица различной типологической направленности. Вместе с тем в зависимости от вида снарядов при выступлении.

Далее на всех трех этапах психологической подготовки к конкретному соревнованию осуществлялся психологический контроль по определению формы психического состояния. С этой целью по мере приближения соревнования, у спортсменов, имеющих высокую тревожность, обследования проводились 2-3 раза в неделю у среднетревожных - 1-2 раза у низкотревожных как правило тревожности не наблюдалось.

Для выявления формы психического состояния использовалась ШРЛТ (РХ-1).

Полученные данные сопоставлялись с мотивационной установкой и притязанием (муп) на спортивный результат (ср) которые дополнялись картой психической готовности непосредственно к выступлению. Основными факторами в ней были самочувствие (отличное, хорошее, среднее, плохое), волнение (очень сильное, сильное, среднее, нет совсем), наличие соперников (очень сильные, сильные, средние, слабые) уверенность в достижении Мотивационной установки и уровня притязаний на результат

(100, 50, 25% нет уверенности). Все это свидетельствовало об эффекте эмоциональной адекватности в достижении цели.

2.2 Исследование степени эффективности педагогического воздействия тренера.

Для выявления взаимосвязи между личностными характеристиками тренеров и спортивными результатами тренеры были разделены на три группы: группа «1» - тренеры команд лидеров; группа «2» - тренеры команд, занимающих средние места; группа «3» - тренеры команд-аутсайдеров.

Нами проведен анализ методических приемов педагогических воздействий тренера (ПВТ) на спортсменов в условиях тренировочной и соревновательной деятельности с учетом полученных данных о личностных особенностях тренеров и спортсменов. Были изучены формы обращений тренера к спортсменам (приложение 2).

В ходе анализа литературных данных выявлено, что основными формами обращения тренера в индивидуальном общении в тренировочном процессе являются указания (48,2%) и объяснения (25,6%), как и при общении с командой – указания (53,5%) и объяснения (15,4%). В соревновательных условиях педагогическое воздействие тренера в рамках индивидуального общения имеет форму указаний (59,7%), команд (16,8%) и замечаний (12,6%), а в командном общении – указаний (66,7%) и команд (20,1%).

Анализ социальной направленности тренера как специалиста показал, что 56% тренеров группы «1», и 33% тренеров группы «3» – «ориентированы на дело», т.е. заинтересованы в выполнении работы как можно лучше, ориентированы на сотрудничество, отстаивают в интересах дела собственное мнение. 31% группы «3» и 15% тренеров группы «1» направлены «на общение», стремятся поддерживать отношения с спортсменами, но часто в ущерб выполнению заданий, имеют привязанности в эмоциональных контактах. 29% тренеров группы «1» и 33% группы «3» имеют

направленность «на себя» – ориентированы на вознаграждение, агрессивны в достижении социального статуса, склонны к соперничеству.

Заключение

1. Личностные особенности спортсменов и тренеров определяют форму и содержание педагогического воздействия тренера на спортсменов.

2. Личностно ориентированное общение между тренером и спортсменом создает позитивные предпосылки для улучшения взаимоотношений в команде в тренировочной и соревновательной деятельности, для целенаправленного развития мотивационной, ценностной и целеполагающей составляющих личности спортсменов.

3. Методы педагогического воздействия тренеров создают предпосылки для эффективной деятельности команды и достижения успеха.

4. Анализ литературы и практики подготовки команд, изучение тенденций развития спорта показывают, что коллективный характер деятельности спортивной команды требует индивидуального подхода к спортсменам, и педагогическое воздействие тренера является значимым средством повышения результативности. Существует дефицит научных знаний о личностных особенностях спортсменов и тренеров высокого, их мотивационной сфере, социально-статусных характеристиках команд, формах и методах педагогических воздействий.

5. Результаты изучения характера спортсменов показывают, что наиболее выраженными являются гипертимические (32,4%) и демонстративные (29,8%) особенности: спортсмены общительны, энергичны, предприимчивы, оптимистичны, инициативны, имеют склонность к раскованному поведению, дружелюбны, обладают чувством юмора. Негативными сторонами характера спортсменов этих групп являются импульсивность, необязательность, впечатлительность и эмоциональность, эгоизм, повышенное желание привлекать к себе внимание зрителей, склонность к необдуманному поведению, раздражительность. Менее распространенными особенностями характера являются циклотимическая

(3,4%) и депрессивная (1,9%). Они обладают неустойчивостью настроения, пессимизмом, нестандартным отношением к окружающим, но при этом серьезностью, ответственностью, добросовестностью и пунктуальностью.

6. Установлено, что у 49,56% спортсменов высокий уровень мотивации к успеху, средний уровень показателей выявлен у 26,35% и 24,09% - слишком высокий, низкие показатели мотивации к успеху отсутствуют. Определены ведущие мотивы деятельности: гражданско-патриотический (18,4%), социально-моральный (17,1%), достижения успеха (16,9%) и социально-эмоциональный мотив (11,9%). Выявлен умеренный уровень значений личностной тревожности спортсменов, который находится в пределах 37,7 - 41,1 балла, а уровень ситуативной тревожности равен 40,8 - 45,3 балла.

7. Тренеры команд, имеющих более высокие спортивные результаты, ориентированы на дело и сотрудничество внутри команды. Тренеры команд с низкими спортивными результатами стремятся при любых условиях поддерживать хорошие отношения с людьми, имея ориентацию на совместную деятельность, но часто в ущерб выполнению конкретных заданий, или имеют направленность на себя. Анализ направленности педагогических воздействий тренера в тренировочном процессе команд высокой квалификации выявил разницу во времени воздействия, отводимого тренером на спортсменов, имеющих различные социометрические статусы в команде. 50% от общего времени тренер отводит «предпочитаемым» спортсменам; по 25% времени ПВТ уделяется «лидерам» команды и «отвергаемым».

8. Определено, что педагогические воздействия тренера в команде включают ряд наиболее значимых функций: информационную, организующую, контролирующую, оценочно-корректирующую, стимулирующую и фасилитативную. Направленность педагогических воздействий в тренировочном и соревновательном процессах определяется целесообразным выбором тренера той или иной функции ПВТ.