

ОСОБЕННОСТИ ЛИЧНОСТНЫХ КАЧЕСТВ СПОРТИВНОГО ТРЕНЕРА

FEATURES OF THE SPORT TRAINER'S PERSONAL QUALITIES

© 2015 **Мамедов З. З.**

Азербайджанская государственная академия
физической культуры и спорта

© 2015 **Mamedov Z. Z.**

Azerbaijan State Academy of Physical Culture and Sports

Резюме. В статье рассматриваются личностные качества спортивного тренера как неотъемлемый элемент, задействованный наряду с другими при подготовке спортсменов высокой квалификации. Постоянный рост количества желающих заниматься различными видами спорта создает потребность в спортивных тренерах разной направленности. Для того, чтобы процесс подготовки спортсмена проходил эффективно и безопасно, а также для сохранения конкурентоспособности, спортивный тренер должен обладать рядом специализированных качеств и свойств, одними из которых и являются личностные качества.

Abstract. The article deals with the personal qualities of sports trainer, as an integral part, involved along with others into the training of highly skilled athletes. The constant increase in the number of people who want to be engaged in various sports creates the need for athletic trainers of different specifications. For the safe and efficient process of the athlete's training, and to remain competitive, the sport trainer should possess a number of specialized qualities and properties, some of which are the personal qualities.

Rezjume. V state rasmatrivayutsa lichnostnie kachestva sportivnogo trenera kak neotlemnii element, zadeistvovani naryadu s drugimi pri podgotovke sportsmenov visokoi kvalifikatsii. Postoyanii rost kolichstva jelayushix zanimatsya razlichnimi vidami sporta sozdayet potrebnost v sportivnix trenerax raznoy napravlenosti. Dlya togo, chtobi proses podgotovki sportsmena proxodil effektivno i bezopasno, a takje dlya soxraneniya konkurentosposobnosti, sportivnii trener doljen obladat ryadom spetsializirivannix kachestv i svoistv, odnimi iz kotorix i yavlyayutsa lichnostniye kachestva.

Ключевые слова: личностные качества, спортивный тренер, физическая подготовка, личность, тренировочная деятельность.

Keywords: personality qualities, athletic trainer, physical training, personality, training activities.

Klyucheviye slova: lichnostniye kachestva, sportivnii trener, fizicheskaya podgotovka, lichnost, trenirovachnaya deyatelnost.

В современном мире значительно возросла роль физической культуры и спорта. Нынешнее поколение все больше внимания уделяет своему здоровью и здоровому образу жизни. Особое значение в этих условиях приобретают качества спортивных тренеров, которые должны соответствовать современным реалиям.

Успешная деятельность современных тренеров зависит не только от их

профессиональной направленности и компетенции, но и от определенного набора психических способностей и черт характера, которые можно синтезировать общим понятием «личностные качества» [4].

Изучение личностных качеств спортивного тренера целесообразно начинать с характеристики структуры самой личности. На сегодняшний день в личности различают четыре подструктуры.

Первая подструктура включает в себя нравственные качества личности спортивного тренера, которые определяют мотивационную направленность его деятельности, устойчивое желание и стремление передать накопленный спортивный опыт будущему поколению. Благодаря жизненной активности спортивного тренера, его убежденности и увлеченности профессией, полной отдаче своему ремеслу, а также творческому отношению к своей деятельности у молодого спортсмена возникает желание подражать своему наставнику. Данная подструктура формируется в процессе воспитания под влиянием социальной жизни личности.

Вторая подструктура содержит приобретенные в процессе профессиональной деятельности качества спортивного тренера. К ним можно отнести умение организовывать процесс обучения и отдых молодого спортсмена. Кроме того, сюда входят профессионально-деловые качества, а также традиции и привычки, которые одобряются спортивным коллективом. Например, к деловым качествам спортивного тренера можно отнести владение конкретными спортивными навыками и умениями, организаторские способности и качество преподавания, строгость, требовательность, объективность, принципиальность и т. д.

Третья подструктура включает индивидуально-психологические черты тренера, такие как память, ум, мышление, воля, эмоция и др. Следует отметить, что, характеризуя деятельность ряда ведущих тренеров, был выявлен комплекс наиболее значимых их профессиональных и личностных качеств в период их наивысших спортивных достижений [3]. Например, в мотивационной сфере среди таких качеств можно отметить энтузиазм, фанатизм, максимализм, категоричность. Интеллектуальная сфера отличается высокой эрудицией, новаторством, сообразительностью, интуицией и широким тактическим кругозором. Особенности самосознания признали самоконтроль, самоанализ, самодисциплину, самоотдачу, самокритичность. Эмоционально-волевая сфера отличилась такими особенностями, как требовательность, ответственность,

корректность, принципиальность, честность, справедливость, самостоятельность в принятии решений, строгость и др.

Четвертую подструктуру можно охарактеризовать динамическими свойствами личности, такими, как темперамент, возраст и т. п. [1].

Данный подход описывает общие и специфические черты спортивного тренера. Для того, чтобы охарактеризовать тренера как спортивного педагога, необходимо выявить определенную структуру свойств, которая представит основные личностные качества, необходимые спортивному тренеру.

Мастерство спортивного тренера в большей мере определено качествами, которыми он обладает. Именно они делают общение тренера со спортсменами своеобразным, а также показывают быстроту и степень овладения ими спортивными навыками. Особенно сильно это проявляется в большом спорте. Эта сфера подразумевает умение формировать позитивные командные отношения, избегать возникновения конфликтов, а также умение их решать. Кроме того, в большом спорте необходимо создавать особый социально-психологический климат, который будет мотивировать спортсменов, подготавливать их к предельным нагрузкам и высоким результатам. Личностные качества спортивного тренера в этом случае играют наиболее важную роль.

Можно отметить, что система подготовки спортсменов отличается ярко выраженным соревновательным компонентом. Процесс соревновательной деятельности всегда сопровождается высокой психофизиологической напряженностью, стремительной скоростью изменения ситуации, а также неопределенностью и непредсказуемостью ближайших событий.

Характерной особенностью тренировочной деятельности является индивидуализация процесса спортивной подготовки, его узкая специализация, а также добровольность занятий спортом. Физические и психологические нагрузки также являются неотъемлемым элементом тренировочной деятельности.

Следует отметить, что главная задача спортивного тренера на начальном этапе

подготовки – это мотивация молодых спортсменов к занятиям спортом. Данный период, в основном, заключается в общефизической подготовке. Поэтому от спортивного тренера требуется наличие таких качеств, как стремление и умение заинтересовать молодого спортсмена двигательной активностью, демократичность, ориентация на индивидуальные желания воспитанника и т. п.

Стадия начальной спортивной подготовки характеризуется узкой направленностью. Физические нагрузки на спортсменов значительно увеличиваются и специализируются. Часто спортивный тренер вынужден принуждать спортсмена выполнять упражнение, прилагая значительные физические усилия. Данная стадия подразумевает наличие у тренера способностей к проявлению авторитарности, непреклонности и определенной жесткости.

Последующие этапы спортивной подготовки не требуют от тренера авторитарности, так как спортсмены привыкают к физическим нагрузкам и выполняют их без особых усилий. Авторитарность может потребоваться лишь в работе с отдельными спортсменами [5].

Следует отметить, что главный результат, к которому стремится спортивный тренер – это высокие достижения молодого спортсмена, победа в соревнованиях.

Кроме того, труд спортивного тренера, чаще всего, оплачивается дополнительно. Поэтому тренеры иногда используют прагматический подход к своим воспитанникам, стремятся добиться результатов от них, не учитывая психических и физических способностей. В связи с этим могут быть использованы противозаконные средства повышения работоспособности спортсмена, например, допинг или многочисленные аморальные способы эмоционального воздействия на чувства и т. п. Другими словами, с нравственной позиции тренер должен обладать моральной чистоплотностью. Он должен осознавать свою роль в формировании личности молодого спортсмена и находить компромисс между морально-психологической, физической безопасностью и его стремлением к победе

[2]. Этим обусловлены ярко выраженные особенности отношений, складывающихся в спортивном коллективе.

Таким образом, все спортивные тренеры должны обладать рядом организаторских качеств. Например, такими как деловитость, требовательность, организованность, инициативность, самокритичность. Немаловажное значение имеет способность синтезировать внимание спортсменов, умение их объединять и включать в разнообразные виды деятельности, управлять их интересами, а также стимулировать их на осуществление учебно-воспитательных и учебно-тренировочных упражнений.

Особенными организаторскими качествами спортивного тренера является предприимчивость и способность устанавливать жесткие требования, а также контролировать их выполнение.

К коммуникативным личностным качествам спортивного тренера можно отнести доброжелательность, общительность, тактичность, чуткость, внимательность, открытость, равнодушие. Немаловажными личностными качествами являются и способность формировать доброжелательные взаимоотношения с воспитанниками, и применение демократического стиля руководства, и речевые способности спортивного тренера, например, четкость речи, лаконичность.

Кроме того, спортивный тренер должен обладать такими личностными качествами, как способность устанавливать конструктивные деловые взаимоотношения с воспитанниками. Эти отношения не должны быть слишком эмоциональными, как при обычном межличностном общении. Активное использование невербальных средств общения и владение авторитарным стилем руководства также можно отнести к личностным качествам тренера.

Особое значение отводится и перцептивно-гностическим качествам спортивного тренера, таким как любознательность, наблюдательность, эмпатия, антиципация. Сюда же можно отнести прогностические способности, то есть умение осуществлять педагогическое предвидение изменения психического состояния воспитанника в стрессовой ситуации, его действия, и составлять прогнозы результатов

применяемого педагогического воздействия. Перцептивные способности, то есть умение распознавать мотивы поведения, проникать во внутренний мир спортсменов, понимать их чувства и внутренние состояния тоже являются неотъемлемой частью личностных качеств спортивного тренера.

Особенными личностными качествами тренера являются также такие нравственные качества, как гуманизм, доброта, любовь к детям, честность, чувство долга, ответственность, трудолюбие и др. Моральная чистоплотность и ответственность за жизнь и здоровье спортсмена должны стоять на первом месте у спортивного тренера [1].

Одним из компонентов личностных качеств спортивного тренера можно определить двигательные качества. Общими требованиями при этом являются наличие гармонично сочетающихся двигательных способностей и качеств, умение демонстрировать воспитанникам различные физические упражнения или двигательные действия. Тренер не обязательно должен их осуществлять на высшем уровне.

Говоря о специфических двигательных качествах и способностях, важно отметить, что специфические действия должны быть выполнены спортивным тренером идеально.

Среди морально-волевых качеств спортивного тренера выделяются такие, как способность добиваться авторитета у молодых спортсменов при помощи эмоционально-волевых усилий. Особое место занимает терпеливость, настойчивость, выдержка, самообладание, уравновешенность, энергичность, уверенность, решительность, самостоятельность, целеустремленность и т. д.

Данная группа личностных качеств обладает и специфическими свойствами. Например, способность добиваться неукоснительного подчинения при помощи эмоционально-волевого усилия, воля к победе, уверенность в себе, выраженная доминантность, здоровая амбициозность, профессиональное честолюбие, целеустремленность при подготовке молодого поколения к высоким достижениям, а также умение настраивать их на борьбу и победу [5].

Можно отметить, что на современном этапе спортивный тренер должен соответствовать социокультурной современности. Другими словами, тренер должен преподнести себя как человека, относящегося к одной эпохе с молодыми спортсменами. Кроме того, он должен обладать способностью изучать и адекватно воспринимать молодежные субкультуры.

Данные качества могут проявляться во внешнем виде, поведении, речи, чувстве юмора со спортсменами и др. Можно отметить, что для большого спорта социокультурная современность не играет столь высокого значения.

Подводя итог, можно сделать вывод, что спортивный тренер в современных реалиях занимает значительное место в обществе. Он является «проводником» к здоровому образу жизни, спорту, физической культуре. Поэтому для грамотного осуществления своей деятельности, тренер должен обладать рядом личностных качеств, изучение которых становится важной задачей современного общества.

Литература

1. Блудов Ю. М., Плахтиенко В. А. Личность в спорте: Очерки исследований психологии спортсмена. М., 1987. 154 с.
2. Ильин Е. П. Психология физического воспитания / Е. П. Ильин. М : Просвещение, 2007. 246 с.
3. Ильин А. Б, Гордон С. М. Формирование профессиональных показателей личности спортсменов // Мир образования – образование в мире. 2011. № 1. С. 139-143.
4. Волков И. П. Спортивная психология в трудах отечественных специалистов. СПб : Питер, 2002. 384 с.
5. Иванников В. А. Психологические механизмы волевой регуляции. 3-е изд. СПб : Питер, 2006. 208 с.
6. Иванников В. А., Эйдман Е. В. Структура волевых качеств по данным самооценки // Психологический журнал. 1990, № 3. Т. 11. С. 39-49.
7. Пуни А. Ц. Психологические особенности волевой подготовки в спорте: Учебное пособие. Л. : МФК им. П. Ф. Лесгафта, 1977. 47 с.
8. Слотина Т. В. Психология личности: Учебное пособие. СПб. : Питер, 2008. 304 с.

References

1. Bludov Yu. M., Plakhtienko V. A. Personality in the sport: Essays of research of athlete's psychology. M., 1987. 154 p.
2. Ilyin E. P. Psychology of physical education / E.P. Ilyin. M.:

Prosveshchenie, 2007. 246 p. 3. Ilyin A. B., Gordon S. M. Forming the athletes' personal professional indicators // The educational world, the world of education. 2011. # (41). P. 139-143. Bibliogr.: p. 142-143. 4. Volkov I. P. Sport psychology in the works of Russian specialists. SPb.: Peter, 2002. 384 p. 5. Ivannikov V. A. Psychological mechanisms of volitional regulation. 3rd ed. SPb.: Peter, 2006. 208 p. 6. Ivannikov V. A., Eydman E. V. Structure of volitional qualities of self-reported psychological // Psychological journal. 1990, vol. 11, # 3. P. 39-49. 7. Puni A. Ts. Psychological features of volitional training in sport: Textbook. L.: P. F. Lesgaft MFC, 1977. 47 p. 8. Slotina T. V. Personality Psychology: Textbook. SPb.: Peter, 2008. 304 p.

Literatura

1. Bludov Y.M., Plahtienko V.A. Lichnosti v sporte: Ocherki issledovaniy psihologiyi sportsmen. M., 1987. 154 s. 2. Ilyin E. P. Psihologiya fizicheskogo vospitaniya E.P. Ilyin.M.: Prosvesheniye. 2007. 246 s. 3. Ilyin A. B., Gordon S. M. Formirovaniye professionalnih pokazateley lichnosti sportsmenov // Mir obrazovaniya-obrazovaniye v mire/2011. №1 (41). s. 139-143. Bibliogr.: s. 142-143. 4. Volkov I. P. Sportivnaya psihologiya v trudah otechestvennih spetsialistov. SPb.: Piter, 2002. 384 s. 5. Ivannikov V. A. Psihologicheskiye mehanizmi volevoy regulyatsiyi. 3-ye izd. SPb.: Piter, 2006. 208 p. 6. Ivannikov V. A., Eydman E. V. Struktura volevikh kachestv po dannim samootsenki // Psihologicheskiy jurnal. 1990, T. 11, №3. s. 39-49. 7. Puni A. S. Psihologicheskiye osobennosti volevoy podgotovki v sporte: Uchebnoye posobiye. L.: MFK im. P. F. Lesgafta, 1977. 47 s. 8. Slotina T. V. Psihologiya lichnosti: Uchebnoye posobiye. SPb.: Piter, 2008. 304 s.

Статья поступила в редакцию 11.03.2015 г.