

## Взаимопонимание тренеров с юными спортсменами

Кедровский Б.Г., Шалар О.Г., Гриневич А.В.

Херсонский государственный университет

### Аннотации:

Рассмотрены проблемы взаимопонимания тренеров-легкоатлетов со спортсменами. Изучены направленности личности тренеров. Изучена их удовлетворенность работой и способы реагирования в конфликтных ситуациях. В исследовании приняло участие 4 тренера по легкой атлетике различного уровня квалификации и 64 легкоатлета. Установлено, что все спортсмены являются общительными, коммуникабельными, умеющими слушать, что соответствует высокому уровню (0,6-2,1%). Спортсмены ценят в своих тренерах чуткость, доброжелательность, дружелюбие. Выяснено, что показатель эмоционального истощения очень низкий (от 18% до 26%) у всех тренеров, что свидетельствует об эмоциональной устойчивости тренеров, достаточно прочным фундаментом их работоспособности. Показано наличие у тренеров и спортсменов совместных черт. Почти все тренеры и спортсмены относятся к одной темпераментной группы экстравертов, являются сильными, энергичными и эмоционально устойчивыми личностями. Этот факт значительно облегчает взаимоотношения и побуждает к продуктивному сотрудничеству.

**Кедровський Б.Г., Шалар О.Г., Гриневич А.В. Взаєморозуміння тренерів з юними спортсменами.** Розглянуто проблеми взаєморозуміння тренерів-легкоатлетів зі спортсменами. Вивчено спрямованості особистості тренерів, їх задоволеність роботою і способи реагування в конфліктних ситуаціях. У дослідженні взяло участь 4 тренера з легкої атлетики різного рівня кваліфікації і 64 легкоатлета. Встановлено, що всі спортсмени є товаришескими, комунікабельними, вмюють слухати, що відповідає високому рівню (0,6 – 2,1%). Спортсмени цінують у своїх тренерів чуйність, доброзичливість, дружелюбність. З'ясовано, що показник емоційного виснаження дуже низький (від 18% до 26%) у всіх тренерів, що свідчить про емоційну стійкість тренерів, досить міцним фундаментом їх працездатності. Показано наявність у тренерів і спортсменів спільних рис. Майже всі тренери і спортсмени відносяться до однієї темпераментної групи екстравертів, є сильними, енергійними і емоційно стійкими особистостями. Цей факт значно полегшує взаємини і спонукає до продуктивної співпраці.

**Kedrovskiy B.G., Shalar O.G., Grinevich A.V. Understanding of coaches with young athletes.** The problems of understanding coaches athletes with athletes. It is studied orientation of the individual coaches. It is studied their job satisfaction and how to respond to situations of conflict. The study involved 4 coaches in athletics of varying skill levels, and 64 athletes. Found that all the athletes are sociable, communicative, able to listen, which correspond to a high level (0.6-2.1%). Athletes appreciate their coaches sensitivity, kindness, friendliness. It was found that the rate of burnout is very low (18% to 26%) of all the coaches, which indicates emotional stability trainers, strong enough foundation for their functionality. It is shown the availability of coaches and athletes joint features. Almost all of the coaches and athletes are a temperamental group of extroverts are strong, energetic and emotionally stable individuals. This fact greatly facilitates relationships and encourages productive collaboration.

### Ключевые слова:

легкая атлетика, взаимопонимание, компромисс, сотрудничество, совместимость.

легкая атлетика, взаєморозуміння, компроміс, співробітництво, сумісність.

athletics, understanding, compromise, collaboration, compatibility.

### Введение.

По времени, общение тренера со спортсменами уступает только общению спортсменов с членами семьи (а иногда и превосходит). Именно благодаря общению происходят обучение, передача знаний, воспитание учеников. Поэтому процессу общения тренер должен уделять большое внимание [2,7, 9].

Выбор того или иного средства воздействия требует от тренера учета психологических особенностей своих учеников. Потому что, интенсивные и максимальные физические и психические напряжения являются обязательными и сопутствующими в деятельности спортсменов не только в соревнованиях, но и на тренировке. Иногда это приводит к расхождению позиций по отношению к результатам учебно-тренировочной деятельности. Требовательность тренера расценивается спортсменами как придирчивость, а настойчивость его учеников расценивается как упрямство [1,2,4].

Проблема взаимопонимания между социальными объектами посвященные теоретические и практические исследования ведущих психологов Е. Ильина, К. Платонова, Б. Ломова [3,5,6].

Особенности взаимопонимания в физической культуре и спорте посвящены работы Е. Ильина, Г. Ложкина, В. Вороновой и других [1,2,4,7, 8].

Понимание спортсменами профессиональных задач воспитания и обучения приходит вместе с ростом

их самосознания. Именно оценка легкоатлетами профессиональных умений общения тренеров было одним из задач нашего исследования.

Тема исследования входит в тематический план научно-исследовательской работы кафедры олимпийского и профессионального спорта, факультета физического воспитания и спорта ХГУ 0109U002277 «Будущие тенденции подготовки специалистов в области образования в конспекте Болонского процесса».

### Цель, задачи работы, материал и методы.

Цель исследования – определить особенности взаимопонимания тренеров с юными спортсменами.

### Результаты исследования.

Исследование было проведено в период 2011 – 2012 гг, в котором приняли участие 4 тренера по легкой атлетике, из них двое мужчин и две женщины. Сергей Константинович М., – заслуженный тренер Украины, стаж работы 26 лет. Наталья Анатольевна Т., – 1-я категория, со стажем работы 16 лет. Виктория Анатольевна К., – II категория, стаж работы 3 года. Александр Николаевич Д., – специалист, со стажем работы 1 год. Все они являются представителями спортивного легкоатлетического клуба «Искра», базы тренировок ДЮСШ «Золотая нива» и Херсонского областного центра ДЮСШ «Инваспорт».

Вторую часть нашего исследования, составили результаты наблюдения воспитанников вышеназванных тренеров. В нем, приняло участие 64 респондента, все они занимались легкой атлетикой, а именно бегом на короткие и длинные дистанции (100, 400, 800, 1500),

имели спортивную квалификацию от 2-го спортивно-го разряда до заслуженного мастера спорта Украины. Все они являются воспитанниками спортивного легкоатлетического клуба «Искра» и Херсонского областного центра ДЮСШ «Инваспорт».

Условно спортсмены и тренеры были разделены на группы. Первую группу составили 23 спортсмена, воспитанники Заслуженного тренера Украины, Сергея Константиновича М., который имеет 26-летний стаж работы. Вторая группа состояла из 20 чел. – тренер Наталья Анатольевна Т., 1 категория, со стажем работы 10 лет. Третья группа – 11 человек, тренер Виктория Анатольевна К. (2 категория), стаж работы 3 года. Группа № 4 – 10 спортсменов, тренер Александр Николаевич Д. (специалист), стаж работы – один год.

Для определения уровня взаимоотношений между спортсменами и тренерами мы использовали методы опроса и анкетирования.

Были использованы методики на выявление «синдрома выгорания» в тренерской деятельности, на изучение удовлетворенности тренеров своей профессией и работой (авторы Н. Журин и Е. Ильин) [25]. Диагностика направленности личности тренера проводилась по опроснику Б.Басса, цель которого – выявить доминирующую социальную направленность тренера как специалиста. По тесту-опроснику Г. Айзенка диагностировались свойства и типы темперамента тренеров. Оценка способов реагирования в конфликте проводилась по методике К. Томаса, где определялось, насколько тренер склонен к соперничеству или сотрудничеству, стремление к компромиссам и т.п. [44, 52].

Спортсменам-легкоатлетам был предложен тест оценки коммуникативных умений, а также методика исследования отношений между спортсменом и тренером (авторы Ю. Ханин, А. Стамбулова).

Методика оценки условий эффективной тренировки (Б.Дж. Кретти), была предложена для тренеров и их воспитанников.

Анализ специальной литературы показал, что проблема коммуникативности тренеров в отношениях с окружающими, охватывает множество факторов. Для нашего исследования мы выбрали некоторые из них, а именно удовлетворенность профессиональной деятельностью, направленность личности, уровень толерантности, способы разрешения конфликтных ситуаций и другие. Наиболее высокий уровень удовлетворенности своей профессией и условиями трудовой деятельности (94,1%) был выявлен у Сергея Константиновича М. (ЗТУ). У других тренеров этот показатель соответствует среднему уровню (47,5-58,8%). Показатель эмоционального истощения очень низкий (от 18% до 26%) у всех тренеров, что свидетельствует об эмоциональной устойчивости тренеров, достаточно прочным фундаментом их работоспособности.

При изучении деперсонализации тренеров были получены низкие результаты (от 0% до 16%). Это говорит о высокой активности в жизни коллектива, способность тренеров находить общий язык и эффективное решение спорных вопросов с руководством и

сотрудниками. Результаты по редукция личных достижений очень высокие (от 75% до 83%). Демонстрация высокой самооценки лежит в основе потребности к самореализации, что является движущими факторами дальнейшего профессионального развития личности.

Ответы на опросник Б. Басса, который определяет направленность работы тренера представлены показали, что у тренеров с категорией специалист и ЗТУ обнаружена направленность на дело (15 и 12 баллов соответственно). То есть для этих тренеров наиболее характерно: заинтересованность в решении деловых проблем, на качественное выполнение работы, ориентация на деловое сотрудничество, способность отстаивать в интересах дела собственное мнение. Однако у молодого тренера с категорией «специалист» выявлено направленность на себя, ориентация на прямое вознаграждение, агрессивность в достижении статуса, властность, склонность к соперничеству, раздражительность, тревожность.

У тренеров с 1 и 2 категорией (женщин) проявилась направленность на общение (13 и 20 баллов соответственно), демонстрацию стремления в любых условиях поддерживать отношения с людьми; ориентация на совместную деятельность (часто в ущерб выполнению конкретных заданий), потребность в привязанности и эмоциональных отношениях с людьми. Этим тренерам присущи качества целенаправленных, амбициозных и общительных людей. Работа, в данном случае тренерская деятельность, занимает в их жизни важное место.

По методике «Поведенческие признаки коммуникативной толерантности», были получены следующие результаты. У ведущего тренера ЗТУ (10 баллов) доминирует стремление переделать, перевоспитать партнеров или воспитанников. У тренера-женщины 1 категории (8 баллов), проявилось неумение скрывать или сглаживать неприятные чувства при столкновении с некоммуникабельными качествами партнеров. Тренеру-женщине с 2 категории присуще неумение приспосабливаться к партнерам или воспитанникам. Молодому тренеру-специалисту присуще неумение прощать другом ошибки, неудобство, неумышленное причинение неприятности.

В одном случае большой опыт профессиональной деятельности, приводит к некоторой самоуверенности и не желанием принимать что-то новое, а с другой стороны тренера с небольшим стажем работы, слишком амбициозны, не компромиссные, о чем свидетельствуют полученные результаты.

Изучение оценки способов реагирования в конфликте проводилось по методике К. Томаса, где определялись типичные способы реагирования на конфликтные ситуации. Можно обнаружить, насколько педагог склонен к соперничеству и сотрудничеству в коллективе, в спортивной команде, стремится к компромиссам, избегает конфликтов или, наоборот, пытается обострить их, а также оценить степень адаптации каждого члена коллектива к совместной деятельности. Полученные результаты показали, что тренер ЗТУ

больше склонен разрешать конфликтные или спорные вопросы посредством сотрудничества, тренера с 1-й категорией и специалист, склонный к компромиссам, тренер со 2-й категорией предпочитает избегать конфликтных и спорных ситуаций.

Понимание спортсменами профессиональных задач воспитания и обучения приходит вместе с ростом их самосознания. Именно оценка легкоатлетов профессиональной деятельности тренеров, легло в основу нашего исследования. Результаты оценки коммуникативных умений собеседника показали, что все спортсмены являются общительными, коммуникабельными, умеющими слушать, что соответствует высокому уровню (0,6 – 2,1%). Можно предположить, что замечания тренера, у этих спортсменов не вызывает досаду и раздражение.

Результаты исследования взаимоотношений между спортсменом и тренером показали, что три группы спортсменов (Сергея Константиновича М., Натальи Анатольевны Т., Александра Николаевича Д.) на первое место поставили эмоционально составляющую в работе тренера. То есть они довольны тренером, полностью ему доверяют, хотели бы быть похожими на него. Ведущим качеством тренера Виктории Анатольевны К., спортсмены отметили поведенческую сторону, а именно справедливость, отзывчивость отсутствие каких-либо нареканий, проявление внимания.

В построении взаимоотношений между тренером и спортсменом существенное место занимает поведение самого тренера, понимание психологии спортсменов, стиль руководства. В то же время спортсмены ценят в своих тренерах чуткость, доброжелательность, дружелюбие. Существует мнение специалистов (Е. Ильин, Ю. Коломейцев) о том, что при совпадении типологических особенностей тренеров и спортсменов, последние достигали положительных результатов в соревновательной деятельности.

Диагностируя свойства и типы темперамента, выявлено, что все опрошенные тренеры – умеренные экстраверты, обладают высокой и средней эмоциональную устойчивость, достаточно откровенные и искренние в общении люди. Среди опрошенных спортсменов, все оказались умеренными экстравертами, эмоционально устойчивые, достаточно откровенными и искренними в общении с людьми. Можно предположить, что это существенный фактор наличия совместимости характеров опрошенных.

Психофизиологическая совместимость зависит от целого ряда факторов: это чисто физические и физиологические особенности (рост, сила, выносливость, здоровье и т.п.), а также особенности процессов восприятия, мышления, внимания, памяти, эмоций и другое.

Социально-психологическая совместимость основывается на общих целях, интересах и установках членов спортивного коллектива, единство ценностных ориентаций и направленности личности членов коллектива, на особенностях социального типа поведения, отношениях к выполняемой деятельности, спортсмена и тренера.

По нашим наблюдениям соревнования с товарищами по команде очень помогают легкоатлетам Сергея Константиновича М. Очень часто, в заключительной части своих тренировочных занятиях этот тренер использует, парные соревнования на различные дистанции (100м, 200м, 300м).

Всем легкоатлетам помогают частые указания по технике выполнения элементов и возможность активно тренироваться. Тренеры по-разному проводят коррекцию технических элементов своих спортсменов (кто-то вербально, кто-то личной демонстрацией). Однако при этом не снижается эффективность тренировки.

По информация о характере интенсивности предполагаемой тренировки (до ее начала), мы пришли к выводу, что результаты опрошенных легкоатлетов отличаются. У группы Натальи Анатольевны Т. половина опрошенных спортсменов не придали значения этому факту в связи с тем, что это группа начальной подготовки (второго года обучения).

«Соревнование с самим собой» доминирует в группе Виктории Анатольевны К. Большинство легкоатлетов этой группы – спортсмены инваспорта.

Все спортсмены позитивно оценили видеосъемку и другие наглядные пособия, как эффективное средство, помогающее им тренироваться.

Стимуляция и личная похвала тренера играет большую роль у опытных легкоатлетов по сравнению с таким фактором, как поддержка товарища по команде. Это связано с тем, что в тренировках этих легкоатлетов очень часто применяется индивидуальный подход.

#### **Выводы.**

Важной составляющей мастерства тренера является его умение формировать личность спортсмена. Процесс формирования личности можно представить как функционирование сложной динамической системы, взаимодействие элементов которой, обусловлено ведущей ролью и авторитетом тренера, влиянием внешней среды, состоянием подростка.

Многое в построении взаимоотношений между спортсменом и тренером зависит от поведения самого тренера, от понимания психологии спортсменов. Результаты исследования взаимопонимания между тренерами и спортсменами легкоатлетического клуба «Искра» показали наличие у них совместных черт. Почти все тренеры и спортсмены относятся к одной темпераментной группы экстравертов, являются сильными, энергичными и эмоционально устойчивыми личностями. Этот факт значительно облегчает взаимоотношения и побуждает к продуктивному сотрудничеству.

Все тренеры имеют высокую и среднюю удовлетворенность своей профессиональной деятельности, которую направляют на решение деловых задач. В целом, спортсмены довольны своими тренерами, полностью им доверяют, хотели бы быть похожими на них. Они общительны, коммуникабельны, умеют слушать.

Характерной особенностью в опрошенных группах, является повышенная коммуникабельность, низ-

кий уровень конфликтности и заинтересованность в решении деловых проблем, ориентация на деловое сотрудничество, способность отстаивать в интересах дела собственное мнение.

Не менее важно то, что спортсмены и тренеры считают приоритетными одним и тем же факторы, которые помогают спортсменам тренироваться более эффективно.

Изучение совместимости тренера и спортсмена является важной задачей современной психологии спорта. Применение современных методик (не только интервью и тестирование) должно быть нацелено на глубокое исследование психологических особенностей личности. Это в свою очередь, может выявить спортсменов, с которыми тренеру легко или трудно работать, установить взаимопонимание.

#### Литература

1. Воронова В.И. Психология спорту / Воронова В.И. – Навчальний посібник. – К., Олімпійська література. – 2007. – 432 с.
2. Ильин Е.П. Психология спорта / Ильин Е.П. – СПб., Питер. – 2009. – 352с.: ил. – (Серия «Мастера психологии»).
3. Ильин Е.П. Психология общения и межличностных отношений / Ильин Е.П. – СПб., Питер. – 2010. – 576с.: ил. – (Серия «Мастера психологии»).
4. Ложкин Г.В. Практическая психология конфликта / Ложкин Г.В., Пьявель Н.И. – К., МАУП. – 2003. – 253 с.
5. Ломов Б.Ф. Психическая регуляция деятельности / Ломов Б.Ф. – М., ИП РАН. – 2006. – 626 с.
6. Платонов К.К. Система психологии и теория отражения / Платонов К.К. – М., Наука. – 1982. – 308 с.
7. Психология спорта: Хрестоматия / сост. – ред. А.Е. Тарас. – М., АСТ; Харвест. – 2005. – 352 с.
8. Davids K., Handford C., Williams M. The natural physical alternative to cognitive theories of motor behaviour: An invitation for interdisciplinary research in sports science? // *Journal of Sports Sciences*, 1994. – vol. 12(6) . – pp. 495–528.
9. Yelling M., Penney D., Swaine I.L. Physical Activity in Physical Education: A Case Study Investigation // *European Journal of Physical Education*, 2000. – vol. 5(1). – pp. 45–66.

#### References:

1. Voronova V.I. *Psikhologiya sportu* [Sports Psychology], Kiev, Olympic Literature, 2007, 432 p.
2. Il'in E.P. *Psikhologiya sporta* [Sports Psychology], Sankt Petersburg, Peter, 2009, 352 p.
3. Il'in E.P. *Psikhologiya obshcheniia i mezhlichnostnykh otnoshenij* [Psychology of communication and interpersonal relationships], Sankt Petersburg, Peter, 2010, 576 p.
4. Lozhkin G.V., Poviakel' N.I. *Prakticheskaia psikhologiya konflikta* [Applied psychology of conflict], Kiev, IAM Publ., 2003, 253 p.
5. Lomov B.F. *Psikhicheskaia reguliatsiia deiatel'nosti* [Mental regulation], Moscow, IP RAN Publ., 2006, 626 p.
6. Platonov K.K. *Sistema psikhologii i teoriia otrazheniia* [System of psychology and the theory of reflection], Moscow, Science, 1982, 308 p.
7. Taras A.E. *Psikhologiya sporta* [Sports Psychology], Moscow, AST, Harvest, 2005, 352 p.
8. Davids K., Handford C., Williams M. The natural physical alternative to cognitive theories of motor behaviour: An invitation for interdisciplinary research in sports science? *Journal of Sports Sciences*, 1994, vol. 12(6), pp. 495–528.
9. Yelling M., Penney D., Swaine I.L. Physical Activity in Physical Education: A Case Study Investigation. *European Journal of Physical Education*, 2000, vol. 5(1), pp. 45–66.

#### Информация об авторах

**Кедровский Борис Григорьевич:** Shalar@ksu.ks.ua; Херсонский государственный университет; ул. 40-летия Октября 27, г. Херсон, 73000, Украина.

**Шалар Олег Григорьевич:** Shalar@ksu.ks.ua; Херсонский государственный университет; ул. 40-летия Октября 27, г. Херсон, 73000, Украина.

**Гриневиц Антонина Викторовна:** Shalar@ksu.ks.ua; Херсонский государственный университет; ул. 40-летия Октября 27, г. Херсон, 73000, Украина.

**Цитируйте эту статью как:** Кедровский Б.Г., Шалар О.Г., Гриневиц А.В. Взаимопонимание тренеров с юными спортсменами // *Физическое воспитание студентов*. – 2013. – № 4. – С. 31-34. doi:10.6084/m9.figshare.669666

Электронная версия этой статьи является полной и может быть найдена на сайте: <http://www.sportpedagogy.org.ua/html/arbive.html>

Эта статья Открытого Доступа распространяется под терминами Creative Commons Attribution License, которая разрешает неограниченное использование, распространение и копирование любыми средствами, обеспечивающими должное цитирование этой оригинальной статьи (<http://creativecommons.org/licenses/by/3.0/deed.ru>).

Дата поступления в редакцию: 06.01.2013 г.  
Опубликовано: 01.05.2013 г.

#### Information about the authors

**Kedrovskiy B.G.:** Shalar@ksu.ks.ua; Kherson State University; 40year of October str. 27, Kherson, 73000, Ukraine.

**Shalar O.G.:** Shalar@ksu.ks.ua; Kherson State University; 40year of October str. 27, Kherson, 73000, Ukraine.

**Grinevich A.V.:** Shalar@ksu.ks.ua; Kherson State University; 40year of October str. 27, Kherson, 73000, Ukraine.

**Cite this article as:** Kedrovskiy B.G., Shalar O.G., Grinevich A.V. Understanding of coaches with young athletes. *Physical education of students*, 2013, vol.4, pp. 31-34. doi:10.6084/m9.figshare.669666

The electronic version of this article is the complete one and can be found online at: <http://www.sportpedagogy.org.ua/html/arbive-e.html>

This is an Open Access article distributed under the terms of the Creative Commons Attribution License, which permits unrestricted use, distribution, and reproduction in any medium, provided the original work is properly cited (<http://creativecommons.org/licenses/by/3.0/deed.en>).

Received: 06.01.2013  
Published: 01.05.2013