

**Е. Н. Медведева  
Р. Н. Терехина**

# **ПУТИ САМОСОВЕРШЕНСТВОВАНИЯ**

*педагога-тренера  
на примере  
гимнастики*



**СПОРТ**

Е. Н. Медведева

**Пути самосовершенствования  
педагога-тренера на  
примере гимнастики**

«Спорт»

2016

ББК 75.68

**Медведева Е. Н.**

Пути самосовершенствования педагога-тренера на примере гимнастики / Е. Н. Медведева — «Спорт», 2016

ISBN 978-5-906839-36-7

Учебное пособие посвящено теоретико-методологическому обоснованию путей самосовершенствования педагогов в области спорта как необходимого условия формирования их профессионального мастерства и успешного функционирования сферы «Физическая культура». Учебное пособие может быть использовано в качестве основной и дополнительной литературы для магистрантов, обучающихся по направлению 49.04.01 «Физическая культура», а также для всех спортивных педагогов.

ББК 75.68

ISBN 978-5-906839-36-7

© Медведева Е. Н., 2016

© Спорт, 2016

## Содержание

Введение	6
Глава 1	7
Глава 2	11
2.1. Характеристика подготовки спортивных педагогов на современном этапе развития высшего профессионального образования	11
Конец ознакомительного фрагмента.	13

**Е. Н. Медведева, Р. Н. Терехина**  
**Пути самосовершенствования педагога-  
тренера на примере гимнастики**

© Медведева Е. Н., Терехина Р. Н., 2016

© Издательство «Спорт», издание, оформление, 2016

## Введение

Ни для кого не секрет, что спорт сегодня – это сложная, трудовая, профессиональная деятельность, требующая от человека большого напряжения всех его физических и духовных сил. Таким образом, спорт стал считаться полноправным видом трудовой деятельности, особой профессией, овладеть которой может далеко не каждый. Таковой является профессиональная деятельность тренера и тех специалистов, которые осуществляют подготовку спортсменов. Деятельность спортивного педагога относится к разряду социономических профессий, где предметом труда является человек, а орудия труда – функциональные: наша речь, память, мышление и другие свойства интеллекта и воли.

Сфера деятельности педагога (в том числе и спортивного) непосредственно связана с формированием, накоплением и передачей культурных ценностей человека. Поэтому педагог-профессионал – это, прежде всего, личность с развитыми интеллектуально-духовными функциями, несущая в себе культурные ценности и идеалы, представление о миссии своей профессии в обществе. Спортивный педагог, обладающий высокой профессиональной культурой, имеет хорошо развитое мышление и сознание, обладает творческим потенциалом и является аккумулятором всемирного культурно-исторического опыта. То есть культура – это то основание, на котором возвращается сознание и личность педагога.

Учитывая, что модернизация образования в сфере физической культуры настоятельно требует от ученых поиска новых технологий, позволяющих педагогу будущего изменить свое отношение к миру, самому себе, другим людям, обществу в целом, следует особо внимательно подойти к оценке роли и места культуры будущего педагога в структуре его педагогического мастерства. Ведь только при условии наличия синтеза высокого профессионализма и внутренних свойств педагога, владения методикой преподавания в сочетании с творческими способностями будущих специалистов возможно решение проблемы повышения качества их физкультурно-спортивной деятельности.

Не надо доказывать, что качества и свойства личности спортивного педагога формируются в процессе деятельности, требующей проявления данных качеств и постоянного самосовершенствования. Но при этом очень важно не просто «функционально запустить» требуемые стандартами образования профессиональные качества специалиста, а создать возможности для достижения вершин педагогического мастерства. На наш взгляд, именно культурологический подход в образовании является основой эффективного проектирования и функционирования процесса профессионально-педагогической подготовки в вузах физической культуры.

## Глава 1

### Профессиональная деятельность педагога-тренера

Весь процесс подготовки в спорте осуществляется не только одним тренером, а чаще под его руководством, когда он привлекает для этой цели специалистов (в том числе и профессиональных психологов, физиологов, биохимиков и др.). Однако для того, чтобы его руководство было правильным и грамотным, тренер сам должен быть подготовленным и образованным. Одно из условий успешности любой профессиональной деятельности – это сила специальных знаний. Ситуации в спорте требуют от тренера знаний не только специальных дисциплин, но и психологии возрастной, социальной, педагогической, медицинской, психологии труда, физиологии, анатомии и других разделов науки. И всегда надо помнить, что сами по себе знания не являются гарантом успеха. Они должны быть структурированы в определенную систему.

Специальное образование и совершенствование педагога-тренера необходимо для того, чтобы правильно интегрировать результаты научных исследований, а их результаты правильно применять на практике, извлекать из них ценность для каждодневной работы. Иногда происходит субъективное и аффективное наложение информации, и тренер считает научные данные для себя неважными. К сожалению, мы порой встречаемся с такими высказываниями тренеров: «Ученые далеки от практики, они слишком умно пишут, их невозможно понять». У высококвалифицированных специалистов на этот счет другое мнение. Различие терминологии, употребляемой тренерами и учеными, можно преодолеть только путем постоянных контактов. Тренеру необходимо изучать основы смежных дисциплин (психологии, анатомии, физиологии, биомеханики и многих других) для того, чтобы быть готовым решать возникающие проблемы и отвечать на вопросы. Организация тренировочного процесса и педагогический подход взаимодействуют, являясь в принципе «психолого-педагогическим подходом». Ученые выделяют задачи этого процесса, в основе которых лежат вполне определенные закономерности.

Информативный процесс мотивации, обучение и усвоение знаний требуют создания оптимальных условий для достижения высоких результатов. Основы сотрудничества и продуктивного взаимодействия в тренировочной группе и спортивной команде заложены в групповых динамических процессах лидерства и консультативной деятельности.

Улучшения результатов выступлений на соревнованиях основано на оптимизации процесса подготовки и оказания необходимой помощи спортсменам.

Главным лицом, осуществляющим подготовку спортсмена, является тренер. «Я люблю своего ученика» – главный нравственный принцип педагога. У каждого ученика должен быть личный тренер. И роль личного тренера на всех этапах подготовки высококвалифицированных гимнастов нивелировать нельзя – это один из психологических факторов, влияющий на результат. Чрезвычайно важным является взаимодействие личных и старших тренеров на учебно-тренировочных сборах и соревнованиях.

Из анализа мнений спортсменов следует, что тренер-мастер должен быть открытым, общительным и эмоционально устойчивым человеком, способным, когда это нужно, управлять спортсменом и контролировать соревновательную ситуацию. Более того, у такого тренера должен быть достаточно высокий интеллект, развиты чувство реальности, практичность и уверенность в себе. Одновременно это должен быть человек, склонный к новаторству, предприимчивый, самостоятельный, предпочитающий сам принимать ответственные решения. Спортсмены считали, что тренер должен быть человеком, на которого можно положиться в сложных соревновательных ситуациях и который (по мнению самих тренеров) может организовать и контролировать деятельность спортсменов. Кроме этого, он должен обладать эмоциональной устойчивостью, реалистичностью, способностью предвидеть (антиципация), уверенностью в своих

решениях, надежностью в отношениях. Нежелательными качествами являются: подозрительность, неуверенность в себе, отсутствие авторитета. Кроме того, педагог должен обладать определенными личностными качествами, которые обеспечивают культуру преподавания. Можно отметить следующие профессионально важные качества:

1. Деловые качества: добросовестность, ответственность, трудолюбие, дисциплинированность, энергичность.
2. Рефлексивные качества: аккуратность, подтянутость, самокритичность, эрудиция, широкий кругозор.
3. Коммуникативные качества: внимательность, честность, надежность, справедливость, сдержанность, обязательность.
4. Эмпативные качества: гуманность, взаимопонимание, доброта, тактичность, способность к сопереживанию.

Чтобы эффективно управлять деятельностью спортсменов, тренер должен обладать коммуникативными, организаторскими и проектировочными умениями. Проектировочные связаны с умением планировать свою деятельность в различных компонентах. Организаторские – способствуют созданию общего ритма и режима деятельности «тренер – спортсмен». Коммуникативные умения характеризуют специфику общения тренера, его умение эффективно строить взаимоотношения со спортсменами и окружающими его людьми.

Как руководитель тренер обладает определенным стилем руководства. В социальной психологии принято выделять авторитарный, демократический и либеральный стили руководства. Эти стили присущи и тренерам. Ученые отмечают повышенную авторитарность представителей тренерской профессии по сравнению с представителями других профессий. Объясняют это тем, что лидерство и руководство в стрессовых ситуациях, характерные для спортивной деятельности, требуют достаточно жесткого контроля за поведением спортсменов.

Авторитарное руководство строится на принятии тренером единоличных решений, основанных на его опыте, почти без учета мнения членов команды. Свои требования тренер этого типа выражает в форме категорических указаний. Из форм общения преобладают неодобрение и замечание. Тон часто оказывается резким и ироничным. Но психологи предупреждают, что когда сталкиваются одаренные, но «характерные» спортсмены с тренером-авторитаром, зачастую положительного результата не получается. Если спортсмен нужен команде, тренер обязан найти рычаги управления, которые принесут результат. Подавление в таком случае не срабатывает.

Среди тренеров встречаются и менее авторитарные, но их значительно меньше. Необходимо подчеркнуть, что более демократические тренеры могут добиться больших успехов по следующим причинам:

1. Они ориентируются на мнение команды; более доступны спортсменам; с ними охотно общаются, а значит, тренер получает более объективную обратную информацию об учениках.
2. Спортсмены имеют возможность проявить инициативу и самостоятельность, достичь определенной независимости в стрессовых ситуациях.
3. Если тренеру удастся передать часть ответственности за принимаемые решения спортсменам и они начинают чувствовать свой авторитет, то это способствует формированию у них более эмоционально зрелого поведения.
4. Спортсмены, действия которых чрезмерно не ограничивает авторитарный тренер, могут принимать более гибкие тактические решения.
5. Более гибкий тренер, в отличие от авторитарного, не принимает авторитарных претензий и заявлений со стороны других.
6. Авторитарного тренера отличают большая нетерпеливость и фанатизм. Более гибкий тренер готов принимать людей такими, какие они есть на самом деле, оценить их положительные и отрицательные стороны, уважать свое и чужое мнение.



В целом тренер, добивающийся успеха, это человек, способный вести себя в зависимости от конкретной ситуации и различий в характере спортсменов. Установлено, что сильных спортсменов с легкими характерами не бывает. Поэтому одна из главных профессиональных задач тренера – построить оптимальное взаимодействие со спортсменом, направленное на достижение максимального для него результата.

Практика в различных видах спорта, а особенно в индивидуальных, показывает, что, к сожалению, целый ряд талантливых спортсменов не раскрыли свой потенциал из-за постоянных конфликтов с тренерами и нежелания уступить их не всегда обусловленному давлению.

Тренеров, практикующих либеральный стиль руководства, отличает то, что в содержании общения уменьшен объем учебно-воспитательной, а очень велик объем организационной информации. Они постоянно сомневаются, меняют свое мнение и ищут поддержки у более сильных личностей. Как правило, в стрессовых ситуациях они сами теряют самообладание и, уж конечно, не способны принять правильное решение для ученика. Особенно это чревато в условиях соревнований, когда всегда возникают стрессовые ситуации, когда надо брать ответственность на себя.

Психологи отмечают, что в целом наиболее успешным считается демократический стиль. Но в большом спорте есть много представителей именно авторитарного стиля. Многие исследователи подчеркивают: что касается соревнований, то здесь должны преобладать авторитарные тенденции руководства. В эти периоды именно тренер является лицом, которое берет на себя ответственность за эффективность действия спортсменов. Именно он должен предусмотреть, на что способен в условиях соревнований, а значит, стресса, каждый из его учеников, и знать, почему он поступает так, а не иначе в подобной ситуации. Ведь ученик-спортсмен выносит на суд общественности, то есть экспертизы, результаты работы всей системы, которой управляет тренер. И если эта система дает сбой, значит, она не является надежной. Причины сбоя элементов системы должен знать тренер.

Как уже указывалось, спортсмены считают самообладание одним из желательных качеств тренера. Спортсмены хотят видеть в тренере человека, способного принимать важные решения в стрессовых ситуациях, хотят, чтобы он сохранял гибкость и не терял контроля над собой при решении сложных тактических задач, связанных с соревнованиями.

Ученые проводили специальные исследования, где обнаружили заметное учащение пульса у тренеров, когда соревновались их ученики. Полученные результаты наглядно показали, что стресс во время соревнований вызывал заметные изменения в частоте пульса у испытуемых и в критические моменты соревнований приближался к уровню, отмеченному у соревнующихся спортсменов. Эти данные позволяют рекомендовать тренерам ряд мер предосторожности во время тренировок и, особенно, на соревнованиях, где выступают их воспитанники:

1. Для спортсменов в стрессовых ситуациях нежелательно чрезмерно эмоциональное поведение тренера.
2. Тренер должен обращать внимание на поддержание своей физической формы, чтобы обеспечить нормальную адаптацию организма к неожиданным изменениям сердечно-сосудистой системы в ситуациях, связанных с большими эмоциональными нагрузками. Целесообразно выполнять во время тренировок и после них физические упражнения. В ряде случаев, особенно после напряженных соревнований, активные физические упражнения будут способствовать нормализации эмоционального состояния тренера.
3. Чрезмерно эмоциональное поведение тренера, проявление возбуждения, агрессивности и т. п. во время соревнований может отрицательно сказаться не только на спортсменах, но и на зрителях, вызывая у них вспышки агрессивности и асоциального поведения.

Таким образом, физиологически можно объяснить, почему тренер испытывает потребность проявлять двигательную и эмоциональную активность во время тренировок и соревно-

ваний. С другой стороны, сами спортсмены хотели бы, чтобы их тренеры, хотя бы внешне, сохраняли самообладание. Поэтому обязательным для тренера следует считать поддержание высокого уровня физической подготовленности для того, чтобы эмоциональные нагрузки во время соревнований и тренировок не оказывали нежелательного воздействия на его организм. Как указывалось выше, в представлении тренера и спортсмена «идеальный» тренер должен быть готов охотно идти на разумный риск, не быть слишком консервативным, обладать достаточным интеллектуальным развитием. Нельзя забывать о воспитательной функции тренера. Многолетняя совместная работа с учеником приводит к очень тесным личным отношениям, и тренер выступает в роли символического отца или матери. Такое отношение к тренеру имеет сильную эмоциональную окраску, и спортсмены полностью подчиняются авторитету тренера. «Дети» готовы слушаться вплоть до полного подчинения, но в ответ требуют проявления отеческой заботы. Чрезвычайно важным является выбор методов воспитания. Самым действенным методом является метод примера. В гимнастике тренеры работают с детьми разных возрастных групп. И от того, кто находится с ребенком в эти годы, во многом зависит, каким человеком он станет. Воздействие тренера особенно велико, когда достигнуто единство обучения и воспитания. Наиболее приемлемы для решения поставленных задач такие общие методы воспитания, как пример, убеждение, упражнение, соревнование, поощрение, принуждение. Для правильного использования общих методов воспитания в учебно-тренировочном процессе необходимо в каждом конкретном случае учитывать индивидуальные и возрастные особенности гимнастов, сложившуюся ситуацию, значимость цели, которая должна быть достигнута. Успех учебно-воспитательного процесса зависит от выбора и гибкого применения всех общих методов воспитания в комплексе.

На основании того, что было сказано выше, тренерам можно рекомендовать не только не избегать, а наоборот, стремиться получить квалифицированное профессиональное мнение о своих профессиональных особенностях. Такая информация поможет тренеру в достижении педагогического мастерства.

В словаре русского языка «мастерство» определяется как искусство в какой-нибудь области, а мастер предстает как специалист, достигший высокого искусства в своем деле (С.И. Ожегов, 1990). Рассматривая педагогическое мастерство как особое состояние тренера, достигшего высокого искусства в подготовке спортсменов, необходимо учитывать, что это состояние имеет как деятельностное, так и личностное измерение. Именно поэтому спортивный педагог, даже прекрасно владеющий профессионально-педагогическими знаниями и умениями, информированный об опыте своих коллег и копирующий его в своей деятельности, не может стать мастером. Тренер-мастер в условиях быстро меняющейся действительности вынужден творить ежедневно, руководствуясь законами науки, добропорядочности и красоты. И очень важно понять, что проявление мастерства в гимнастике связано с возможностью преломления объективных законов в сознании, привычках, склонностях, в отношении к действительности конкретного тренера.

Необходимо подчеркнуть, что успех в деятельности спортивного педагога возможен только при условии честного, нефальшивого отношения к ученику. И если педагоги испытывают нелюбовь к спортсмену, то этот труд заранее обречен на поражение. Итак! «Я люблю своего ученика» – главный нравственный принцип педагога и своеобразная «клятва Гиппократа» в нашей социомической профессии, где предметом труда является ЧЕЛОВЕК.

## **Глава 2**

### **Проблема повышения качества подготовки спортивных педагогов**

#### **2.1. Характеристика подготовки спортивных педагогов на современном этапе развития высшего профессионального образования**

Подготовка высококвалифицированных специалистов в вузах является важнейшим резервом ускорения социально-экономического развития нашего общества (Прохорова М.В., 1993). При этом современная жизнь ставит перед вузами ряд определенных требований, ведь переход к рыночной экономике, интеграция России в международное экономическое и образовательное пространство, процессы демократизации и гуманизации общественной жизни требуют от высшей школы, в частности от физкультурного образования, существенных изменений.

В связи с этим национальная доктрина образования в Российской Федерации обязывает систему образования обеспечить преемственность поколений, сохранение, распространение и развитие национальной культуры; формирование у молодежи целостного миропонимания и современного научного мировоззрения; активной жизненной и профессиональной позиции; обучение основным принципам построения профессиональной карьеры и навыкам поведения на рынке труда; воспитание здорового образа жизни; развитие спорта, что привело к смене образовательной парадигмы на рубеже столетий (Национальная доктрина образования в РФ. Утверждена постановлением Правительства Российской Федерации от 4 октября 2000 г. № 751).

Однако ежегодно вузы физической культуры выпускают молодых специалистов, не определившихся с выбором места дальнейшей трудовой деятельности, что в условиях падения престижа спортивно-педагогической профессии, часто ее рутинности, отсутствия средств для полноценной деятельности играет крайне негативную роль. Отмечается высокая текучесть педагогических кадров, профессиональная усталость, низкая степень удовлетворенности результатами своего труда, невозможность полноценной педагогической самореализации. В результате – массовый уход специалистов физической культуры и спорта в другие отрасли и социальные сферы. И как следствие этого – постоянная нехватка высококвалифицированных специалистов по физической культуре, обладающих внутренним мотивированным ядром, способных выдерживать высокие психофизические нагрузки и быстрое изменение условий труда, не теряя своей идентичности, позволяющей не только осваивать новую информацию, но и самому продуцировать нечто новое, то есть специалистов с высоким уровнем профессиональной компетентности. Ведь ни для кого не секрет, что большинство выпускаемых студентов так и не находят себя в профессии, на обучение которой потратили немало времени и средств, причем не только своих, но и государственных.

О кризисе в подготовке специалистов в вузах физической культуры неоднократно указывали многие авторы (Корх А.Я., Скальская Е.Д., 1989; Ефимов А.А., Матвеев С.Ф., 1990; Дятловская И.С., 1988, 1991; Нурлыбекова А.Б., 1991; Виленский М.Я., 2000, 2002; Анисимов П.Ф., 2001; Воробьева Е.В., 2005, 2008 и др.). Кризис, по их мнению, выражается, прежде всего, в том, что выпускники данного профиля практически очень слабо ориентируются в

непосредственной профессиональной деятельности, не способны решать быстро возникающие производственные проблемы, а тем более творчески подходить к решению конкретных задач.

В результате усиливается разрыв между уровнем подготовленности спортивных педагогов и запросами общества на современном этапе его развития. Традиционный подход к образованию слабо отражает потребность в самообразовании и саморазвитии, не способствует воспитанию мобильного члена общества, который должен быть готов, при необходимости, к смене профиля деятельности. Не может он обеспечить и необходимого разнообразия подготовки специалиста.

Зарубежные авторы также указывают на кризис физкультурного образования в своих странах (Маслоу А., 2001; Роджерс К., 1994, 2001; Бака Р., 2006). Они отмечают, что процесс обучения в курсе «Физическое воспитание», подразумевает, в основном, форму «вопрос-ответ», а не опыт решения проблемы, оценивая только низшие уровни познания.

Модернизация Российского образования в контексте Болонского процесса на первый взгляд позволила бы повысить ликвидность выпускников в глазах Европы. Однако на бакалавра учатся 3–4 года, а в России найдется мало вузов, которые смогут, не снижая качества образования, за три года выпустить квалифицированных специалистов. Акцент на самостоятельное изучение большинства предметов также вызывает сомнения по поводу качества выпускаемых спортивных педагогов.

Несмотря на ежегодный прирост числа выпускаемых студентов, вопрос об их будущем трудоустройстве остается открытым. Так, в 2000 году 21 вуз физической культуры имел в общей сложности 4,6 тысячи студентов-выпускников, в 2004 году уже 26 вузов имели 6,3 тысячи подготовленных специалистов в области физической культуры и спорта. При этом количество тренерско-преподавательского состава ДЮСШ и СДЮШОР, не имеющего профессионального образования и педагогической категории, увеличился от 17598 человек в 1997 году до 20273 человек в 2003 году (Вестник Федерального агентства по физической культуре и спорту 2007. – № 1 (9)).

Результаты опроса участников совещания руководителей органов исполнительной власти субъектов Российской Федерации в области физической культуры и спорта показывают, что в стране ощущается нехватка специалистов в области физической культуры и спорта конкретной направленности. Так, наиболее востребованными в настоящее время являются тренеры по видам спорта, специалисты по работе с инвалидами. Руководители указывают на проблему нехватки высококвалифицированных физкультурных кадров в их регионах. В итоге получается некий замкнутый круг – высшие учебные учреждения продолжают работать по старым запросам, выпускники не особо стремятся идти в профессиональную сферу деятельности, а общество озабочено поиском квалифицированных специалистов в области физической культуры и спорта.

Кроме этого, в настоящее время образование становится сферой экономики, а не культуры, в системе физкультурного образования качество обучения оценивается степенью адекватности принятым в обществе образовательным нормам и стандартам. Данный тип образования ориентирован на массовое воспроизводство заданных извне стандартов знаний и умений, «культурных эталонов», т. е. на «вчерашний день» мировой цивилизации.

## **Конец ознакомительного фрагмента.**

Текст предоставлен ООО «ЛитРес».

Прочитайте эту книгу целиком, [купив полную легальную версию](#) на ЛитРес.

Безопасно оплатить книгу можно банковской картой Visa, MasterCard, Maestro, со счета мобильного телефона, с платежного терминала, в салоне МТС или Связной, через PayPal, WebMoney, Яндекс.Деньги, QIWI Кошелек, бонусными картами или другим удобным Вам способом.