

**МЕТОДИЧНІ РЕКОМЕНДАЦІЇ ДО САМОСТІЙНОЇ РОБОТИ
З НАВЧАЛЬНОЇ ДИСЦИПЛІНИ
«ОСНОВИ ПЕДАГОГІЧНОЇ МАЙСТЕРНОСТІ»
ДЛЯ СТУДЕНТІВ
ДЕННОЇ ФОРМИ НАВЧАННЯ**

| № з/п | Назва теми | Кількість годин |
|--|--|-----------------|
| <i>Кредит 1. Особливості педагогічної діяльності тренера в процесі роботи зі спортсменами.</i> | | |
| 1 | Тема 1.Критерії педагогічної майстерності і передумови підвищення ефективності діяльності тренера. | 6 |
| 2 | Тема 2. Функціональні обов'язки тренера. | 6 |
| 3 | Тема 3. Структура діяльності тренера. | 8 |
| <i>Кредит 2. Індивідуалізація педагогічного процесу в роботі тренера.</i> | | |
| 4 | Тема 4. Індивідуальний підхід у навчанні і вихованні юних спортсменів. | 6 |
| 5 | Тема 5. Модель індивідуалізації виховання юного спортсмена . | 6 |
| 6 | Тема 6.Вдосконалення фізичних якостей спортсмена. | 6 |
| <i>Кредит 3. Рівень майстерності тренера і вміння управляти колективом.</i> | | |
| 7 | Тема 7. Педагогічні здібності тренера, їх значення і зміст. | 6 |
| 8 | Тема 8. Особисті якості тренера-викладача. | 8 |
| 9 | Тема 9. Стилi педагогічного керівництва тренера. | 8 |
| Разом: | | 60 |

ПРАКТИЧНЕ ЗАНЯТТЯ № 1

Тема 1.Критерії педагогічної майстерності і передумови підвищення ефективності діяльності тренера.

Завдання: Записати критерії педагогічної майстерності.

Запитання для індивідуального опитування:

1. Дайте оцінку поняття педагогічної майстерност
2. Визначте основні критерії педагогічної майстерності
3. Наведіть приклад ситуації, де б учень виступав суб'єктом педагогічної майстерност
4. Що Ви розумієте під поняттям педагогічної майстерності?
5. Назвіть основні компоненти педагогічної майстерності.
6. Як Ви розумієте поняття гуманістичної спрямованості?
7. Обґрунтуйте роль основних складових педагогічної компетентності для майстерності тренера.
8. Дайте характеристику основних педагогічних здібностей тренера.
9. Обґрунтуйте у чому Ви бачите значення педагогічної техніки для тренера?

Матеріали для тестового контролю:

1. З наведеного переліку груп педагогічних категорій виберіть компоненти структури педагогічної діяльності:

- а) мету, мотиви, об'єкт, суб'єкт, функції засоби, результат;
- б) професійні знання, професійні здібності;
- в) гуманістична спрямованість викладача, професійні знання
- г) педагогічні знання, педагогічна техніка;
- д) педагогічні задатки, педагогічні здібності, педагогічні уміння.

2. Які основні функції виділяють у діяльності тренера:

- а) конструктивну, організаторську;
- б) комунікативну, гностичну;
- в) гуманістична спрямованість викладача, професійні знання.

3. Визначіть на які дві групи поділяються засоби педагогічної діяльності:

- а) матеріальні(обладнання, меблі, ТЗН тощо);
- б) нематеріальні(методи, прийоми, форми, види роботи з учнями);
- в) вербальні;
- г) невербальні.

4. Суб'єктом педагогічної діяльності є:

- а) тренер;
- б) учень;
- в) методи навчання і виховання.

5. З наведеного переліку виберіть компоненти педагогічної майстерності:

- а) гуманістична спрямованість педагогічної діяльності; б) професійна компетентність;
- в) емпатія, комунікативність;
- г) педагогічна інтуїція;
- д) педагогічна техніка;
- е) педагогічні здібності;
- є) усі відповіді правильні.

6. Педагогічна майстерність тренера це:

- а) комплекс якостей особистості, що забезпечують високий рівень самоорганізації професійної діяльності на рефлексивній основі;
- б) самоорганізуюча система у структурі особистості, де системо утворюючим фактором виступає гуманістична спрямованість, яка дозволяє доцільно вибудувати педагогічний процес;
- в) творчий рівень професійно-педагогічної діяльності педагога; г) високий рівень розвитку ділових якостей особистості.

7. Гуманістична спрямованість особистості викладача включає:

- а) ідеали, інтереси, ціннісні орієнтації особистості педагога;
- б) знання педагога;
- в) володіння методикою викладання.

8. Зміст обов'язкових професійних знань для кожного тренера складають:

- а) знання предмету, педагогіки та психології;
- б) знання психологічних особливостей особистості;
- в) знання методики викладання предмету;
- г) знання соціології, логіки.

9. З наведеного переліку виберіть індивідуально-психологічні властивості, що входять у структуру педагогічних здібностей викладача:

- а) комунікативні, перцептивні;
- б) динамічні, емоційна стабільність;
- в) оптимістичне прогнозування; креативність;
- г) орієнтація на студента.

10. Визначте основні елементи педагогічної техніки:

- а) техніка мовлення;
- б) виразний показ почуттів і ставлень;
- в) професійна самопрезентація педагогом свого психічного стану; г) перцептивні;
- ж) креативні.

11. З наведеного переліку груп педагогічних категорій виберіть компоненти структури педагогічної діяльності:

- а) мету, мотиви, об'єкт, суб'єкт, функції засоби, результат; б) професійні знання, професійні здібності;
- в) гуманістична спрямованість викладача, професійні знання г) педагогічні знання, педагогічна техніка;
- д) педагогічні задатки, педагогічні здібності, педагогічні уміння.

12. Які основні функції виділяють у діяльності тренера:

- а) конструктивну, організаторську; б) комунікативну, гностичну;
- в) гуманістична спрямованість викладача, професійні знання.

13. Визначіть на які дві групи поділяються засоби педагогічної діяльності:

- а) матеріальні(обладнання, меблі, ТЗН тощо);
- б) нематеріальні(методи, прийоми, форми, види роботи з учнями); в) вербальні;
- г) невербальні.

14. Суб'єктом педагогічної діяльності є:

- а) тренер; б) учень;
- в) методи навчання і виховання.

15. З наведеного переліку виберіть компоненти педагогічної майстерності:

- а) гуманістична спрямованість педагогічної діяльності; б) професійна компетентність;
- в) емпатія, комунікативність; г) педагогічна інтуїція;
- д) педагогічна техніка; е) педагогічні здібності;
- є) усі відповіді правильні.

16. Педагогічна майстерність тренера це:

- а) комплекс якостей особистості, що забезпечують високий рівень самоорганізації професійної діяльності на рефлексивній основі;
- б) самоорганізуюча система у структурі особистості, де системо утворюючим фактором виступає гуманістична спрямованість, яка дозволяє доцільно вибудувати педагогічний процес;
- в) творчий рівень професійно-педагогічної діяльності педагога; г) високий рівень розвитку ділових якостей особистості.

17. Гуманістична спрямованість особистості викладача включає:

- а) ідеали, інтереси, ціннісні орієнтації особистості педагога;
- б) знання педагога;
- в) володіння методикою викладання.

18. Зміст обов'язкових професійних знань для кожного тренера складають:

- а) знання предмету, педагогіки та психології;
- б) знання психологічних особливостей особистості; в) знання методики викладання предмету;
- г) знання соціології, логіки.

19. З наведеного переліку виберіть індивідуально-психологічні властивості, що входять у структуру педагогічних здібностей викладача:

- а) комунікативні, перцептивні;
- б) динамічні, емоційна стабільність;
- в) оптимістичне прогнозування; креативність; г) орієнтація на студента.

20. Визначте основні елементи педагогічної техніки:

- а) техніка мовлення;
- б) виразний показ почуттів і ставлень;
- в) професійна самопрезентація педагогом свого психічного стану; г) перцептивні;
- ж) креативні.

ПРАКТИЧНЕ ЗАНЯТТЯ № 2

Тема 2. Функціональні обов'язки тренера.

Запитання для індивідуального опитування:

1. Дайте визначення педагогічної техніки та її основних компонентів.
2. Розкрийте значення внутрішньої техніки в роботі тренера.
3. Які Ви знаєте способи оволодіння навичками внутрішньої техніки?
4. Назвіть умови ефективного самонавіювання.
5. Охарактеризуйте основні напрямки емоційного налаштування тренера перед заняттям.
6. Назвіть елементи зовнішньої техніки тренера.
7. Яке місце невербальної комунікації у встановленні продуктивної взаємодії між людьми?
8. Обґрунтуйте значення невербальної комунікації в діяльності педагога.
9. Які складові невербального спілкування Ви знаєте?
10. Визначте основні риси негативних жестів.
11. Що таке "візуальний контакт" та яка його роль у діяльності тренера?
12. Який спосіб розміщення співрозмовників сприятиме налагодженню продуктивних стосунків під час спілкування?

Матеріали для тестового контролю:

1. Здатність володіти собою, керувати своїм самопочуттям:

- а) внутрішня техніка;
- б) зовнішня техніка;
- в) навіювання;
- г) комунікативний процес.

2. Визначте які якості характеризують психологічну стійкість у професійній діяльності:

- а) педагогічний оптимізм;
- б) впевненість в собі як у вчителів, відсутність страху перед дітьми;
- в) вміння володіти собою, відсутність емоційного напруження;
- г) наявність вольових якостей (цілеспрямованість, самовладання, рішучість).

3. Створення вчителем потрібних або бажаних станів, тобто таких, які забезпечують ефективність його дій називають:

- а) саморегуляцією;
- б) психологічним налаштуванням;
- в) психологічною розрядкою;
- г) емоційним налаштуванням.

4. Створення стану готовності до виконання певної діяльності - це:

- а) знання оратором предмету виступу;
- б) психологічне налаштування;
- в) саморегуляція;
- г) темперамент слухачів.

5. Визначте основні напрямки роботи з емоційного налаштування перед уроком:

- а) звернення до матеріалу уроку;
- б) «Надзавдання» уроку;
- в) створення позитивної установки;
- г) самонавіювання.

6. Визначте види дистанцій, на якій можуть знаходитися партнери по спілкуванню:

- а) інтимна, особистісна;
- б) соціальна, формальна;
- в) публічна;
- г) неформальна, ділова.

7. Елементами зовнішньої техніки тренера є:

- а) вербальні(мовні);
- б) невербальні(міміка, пантоміміка);
- в) матеріальні(обладнання, меблі, ТЗН тощо);
- г) нематеріальні(методи, прийоми, форми, види роботи з учнями).

8. Виразальні рухи всього тіла або окремої його частини - це:

- а) пантоміміка;
- б) темп мовлення;
- в) інтонація;
- г) жести.

9. Жести тренера мають бути:

- а) стриманими;
- б) насиченими;
- в) природними;
- г) відповідати особистості, думці тренера.

10. Виразальні рухи м'язів обличчя - це:

- а) пантоміміка;
- б) міміка;
- в) жести;
- г) інтонація.

ПРАКТИЧНЕ ЗАНЯТТЯ № 3
Тема 3. Структура діяльності тренера.

Запитання для індивідуального опитування:

1. Визначте у чому різниця між професіональним та не професіональним спілкуванням?
2. Проаналізуйте переваги та недоліки функціонально-рольового та особистісно-орієнтованого спілкування.
3. Визначте суть функцій педагогічного спілкування?
4. Обґрунтуйте роль кожного з етапів педагогічного спілкування для встановлення ефективної взаємодії тренера з учнями у навчально-виховному процесі?
5. Що повинен робити тренер, щоб не допускати виникнення або мінімізувати вплив бар'єрів у спілкуванні?
6. Що визначає стиль спілкування тренера з учнями?
7. Дайте оцінку що, на Ваш погляд, породжує непродуктивні стилі спілкування тренера з учнями?
8. Проаналізуйте чим відрізняється педагогічне спілкування від спілкування тренера з людьми поза професійною діяльністю?
9. Визначте переваги та недоліки стилів керівництва учнівським колективом.

Матеріали для тестового контролю:

- 1. Комунікативна взаємодія педагога зі учнями, батьками, колегами, спрямована на встановлення сприятливого психологічного клімату, психологічну оптимізацію діяльності і стосунків це:**

- а) комунікативний процес;
- б) професійне педагогічне спілкування;
- в) навчально-виховний процес;
- г) комунікація.

2. Головними ознаками педагогічного спілкування на суб'єкт- суб'єктному ґрунті є, де тренер і учень:

- а) виступають активними учасниками педагогічного процесу, здійснюють вплив один на одного, де визнається право учня на власну думку, позицію;
- б) активним є лише тренер, який впливає на учнів, керує їхньою діяльністю, нав'язує свою точку зору, а учням при цьому відводиться пасивна роль;
- в) авторитарна позиція викладача;
- г) на думки, інтереси, побажання учнів не звертається увага тренера.

3. Ознаки функціонально-рольового спілкування викладача:

- а) суто ділове, стандартизоване;
- б) відкрите;
- в) обмежене вимогами рольової позиції;
- г) особистісно-орієнтоване.

4. Знайдіть правильне співвідношення функцій педагогічного спілкування:

- а) пізнання особистості - 1. Тренер повідомляє учням необхідну інформацію на уроках і в позаурочний час, сприймає інформацію від учнів;
- б) інформаційна - 2. Спілкуючись з учнями, педагог має можливість більше про них дізнатися, краще пізнати кожну дитину;
- в) організація взаємодії - 3. Завдяки висловленню власних міркувань, оцінці явищ, доведенню своєї точки зору на певні питання відбувається усвідомлення учнем та вчителем свого "Я", тобто, самоствердження;
- г) самоствердження - 4. У процесі спілкування педагог має можливість організувати учнів на роботу на уроці, на участь в позаурочних заходах);
- д) експресивна - 5. Учасники спілкування співпереживають один одному, що сприяє встановленню ефективних взаємовідносин, суб'єкт- суб'єктної, особистісно-орієнтованої взаємодії між вчителем та учнем.

5. Виберіть ознаки, які складають психологічний портрет особистісно-орієнтованого тренера:

- а) відкритий, дає можливість висловлювати свої думки і почуття;
- б) демонструє учням цілковиту довіру, не принижує їхньої гідності;
- в) щиро цікавиться життям студентів, небайдужий до їхніх проблем;
- г) не вникає в особистісні проблеми учнів, виявляє емпатійне розуміння.

6. Знайдіть правильне співвідношення ставлення тренера до дітей

- а) пасивно-позитивне - 1. Педагог виявляє доброзичливість, співучасть, співпереживання, його вимогливість поєднана з зацікавленістю; таке ставлення тренера викликає в учнів довіру, прагнення до співробітництва;
- б) активне позитивне - 2. Педагог вважає, що лише вимогливість та суто ділові стосунки можуть забезпечити успіх у навчанні; його взаємини з дітьми мало емоційно забарвлені;
- в) негативне - 3. Породжує недовіру, замкнутість учнів.

7. Тренеру у спілкуванні можуть заважати такі бар'єри (знайдіть правильне співвідношення):

- а) фізичні - 1. Простір, дистанція, час, якими викладач віддаляє себе від студентів, "закриває" себе;
- б) соціальні - 2. Несприйняття співрозмовником естетики зовнішнього вигляду, особливостей міміки;
- в) естетичні - 3. Постійне підкреслювання своїх переваг;
- г) гностичні - 4. Невідповідність настрою, негативні емоції, що деформують сприймання;

- д) психологічні - 5. Педагог не адаптує своє мовлення до рівня розуміння студентів;
е) емоційні - 6. Наявність негативних установок, що виникли на підставі попереднього досвіду, незбіг інтересів тощо.

ПРАКТИЧНЕ ЗАНЯТТЯ № 4

Індивідуальний підхід у навчанні і вихованні юних спортсменів.

Запитання для індивідуального опитування:

1. Визначте, що є предметом психології спорту?
2. Розкрийте мету педагогіки фізичного виховання та спорту.
3. Обґрунтуйте, що є головним видом спортивної підготовки?
4. Дайте визначення поняттям навчання, виховання тренування.
5. Назвіть наукові основи та джерела педагогіки спорту.
6. Дайте характеристику спорту.
7. Визначте, що таке спортивні змагання?
8. Проаналізуйте основні мотиви спортивних занять.
9. Головна мета педагогіки фізичного виховання та спорту.
10. Обґрунтуйте основні поняття спорту як педагогічного явища.

Матеріали для тестового контролю:

1. Головним видом спортивної підготовки є:

- а) правильне і раціональне харчування;
- б) психологічний настрій на спортивну боротьбу;
- в) виконання вправ у вибраному виді спорту;
- г) морально-вольова підготовка; д) техніко-тактична підготовка.

2. Підберіть відповідь із правильним визначенням „тренування”:

- а) тренування – процес впливу педагога, колективу, що спрямовані на свідомість, психіку та фізичний розвиток учня з метою формування його особистості;
- б) тренування – процес систематичного виконання вправ з метою підвищення їх ефективності та збільшення працездатності відповідних органів і систем спортсменів;
- в) тренування – спрямований педагогом процес надбання учнем технічних і тактичних навичок та вмінь, розвитку фізичних якостей і оволодіння змагальними здібностями;
- г) тренування – це процес засвоєння учнем принципів і правил спортивної діяльності щодо оволодіння ним руховими діями;
- д) тренування – це процес дослідження закономірностей навчання спортивній техніці та тактики, спрямованого фізичного розвитку учня.

3. Підберіть відповідь із правильним визначенням „спорту”:

- а) спорт – це діяльність людини, що прагне до фізичного та морального вдосконалення;
- б) спорт – це процес оволодіння спортсменом систем спортивних знань та спортивної техніки;
- в) спорт – це процес покращення спортсменом фізичного розвитку та фізичної підготовленості;
- г) спорт – це особлива форма рухової діяльності, що характеризується змагальним початком;
- д) спорт – це діяльність, де навчання, виховання та тренування здійснюється за ознакою переважної спрямованості.

4. Дослідження закономірностей навчання спортивній техніці та тактики, спрямованого фізичного розвитку, виховання на спортивних заняттях та їх побудова є :

- а) предметом педагогіки спорту як навчально-наукової дисципліни;
- б) предметом фізичного виховання як навчально-наукової дисципліни;
- в) предметом фізіології спорту як навчально-наукової дисципліни.

5. Реалізація всіх видів підготовки здійснюється через виховання, навчання та тренування (знайдіть правильне співвідношення):

- а) виховання - 1. Процес впливу педагога, колективу, громадських організацій, засобів масової інформації, багатьох зовнішніх умов, що спрямовані на свідомість і психіку учня з метою формування його особистості;
- б) тренування - 2. Спрямований педагогом процес надбання учнем технічних і тактичних навичок і вмінь, розвитку фізичних якостей і оволодіння змагальними здібностями, теоретичними знаннями тощо. Навчання, що побудоване на свідомому сприйнятті педагогічних впливів і активному відношенні до цього процесу, завжди пов'язане із самонавчанням;
- в) навчання - 3. Процес систематичного виконання вправ з метою підвищення їх ефективності та збільшення працездатності відповідних органів і систем спортсменів.

6. Визначте які наукові дисципліни складають основу педагогіки спорту і є її джерелами:

- а) дисципліни, що досліджують загальні закономірності розвитку природи та суспільства - філософія, соціологія, історія, етика та ін.;
- б) дисципліни, що досліджують закономірності навчання, розвитку та виховання - педагогіка та психологія;
- в) дисципліни, що досліджують біологічні закономірності формування та розвитку людини - біологія, анатомія, генетика, фізіологія, біохімія та ін.;
- г) дисципліни, що обрали у якості об'єкту дослідження тільки проблеми спорту -ТМФВ, історія фізичної культури, психологія спорту тощо;
- д) усі відповіді правильні.

7. Визначте основні завдання заняття спортом :

- а) засвоєння системи знань;
- б) оволодіння спортивною технікою;
- в) покращення фізичного розвитку та фізичної підготовленості;
- г) формування особистості в цілому.

8. Визначте основні мотиви спортивних занять:

- а) укріплення здоров'я;
- б) забезпечення різнобічного розвитку;
- в) навчання техніки рухів;
- г) правильне і раціональне харчування.

9. В залежності від цілеспрямованості занять, контингенту, що займаються, особливостей організації та керування розрізняють:

- а) масовий спорт;
- б) спорт вищих досягнень;
- в) спорт для укріплення здоров'я;
- г) фізичне виховання для забезпечення різнобічного розвитку.

10. Головна мета педагогіки фізичного виховання та спорту:

- а) перетворити педагогічні знання конкретно до діяльності тренера, тренера фізичного виховання, керівника спортивних секцій;
- б) оволодіння спортивною технікою;
- в) покращення фізичного розвитку та фізичної підготовленості;
- г) засвоєння учнем принципів і правил спортивної діяльності щодо оволодіння їм руховими діями.

ПРАКТИЧНЕ ЗАНЯТТЯ № 5

Модель індивідуалізації виховання юного спортсмена .

Запитання для індивідуального опитування:

1. Обґрунтуйте роль мовлення в роботі тренера.
2. Назвіть технічні показники виразного мовлення.
3. Дайте визначення техніки мовлення.
4. Визначте роль правильної організації дихання в мовленні педагога?
5. Від чого залежить звучання голосу?
6. Назвіть основні властивості голосу тренера.
7. Обґрунтуйте чи існує різниця між силою та гучністю голосу? Якщо так, то в чому вона

полягає?

8. Поясніть значення гнучкості та діапазону голосу в роботі тренера.

9. Чи можливо, на Ваш погляд, певним чином вплинути на тембр, милозвучність та сугестивність голосу?

10. Як Ви розумієте поняття “темпоритм”?

Матеріали для тестового контролю:

1. Стиль диктату, коли підлеглий розглядається тільки як пасивний виконавець і йому фактично відмовлено у праві на самостійність та ініціативу носить назву:

- а) авторитарний;
- б) ліберальний;
- в) демократичний.

2. Цей стиль ґрунтується на глибокій повазі до особистості кожного, засадою для нього є довіра й орієнтація на самоорганізацію, самоуправління особистості та колективу.

Він називається:

- а) авторитарний;
- б) ліберальний;
- в) демократичний.

3. Стиль, що характеризується браком стійкої педагогічної позиції, виявляється у неутручанні, низькому рівні вимог, формальному розв'язанні проблем. Він має назву:

- а) авторитарний;
- б) ліберальний;
- в) демократичний.

4. Дихання, голос, дикція і темпоритм - це:

- а) комунікативні якості мовлення;
- б) складові техніки мовлення.

5. Загальні ознаки мовленнєвої культури викладача:

- а) ясність, точність;
- б) простота;
- в) чистота;
- г) правильність;
- д) мета.

6. Правильність, виразність, ясність, точність, стислість, доцільність, пестливість - це:

- а) комунікативні якості мовлення;
- б) складові техніки мовлення.

7. Сукупність елементарних прийомів фонаційного дихання, мовленнєвого голосу та дикції, доведених до ступеню автоматизованих навичок, що дозволяє тренеру з максимальною ефективністю здійснювати мовленнєвий вплив – це:

- а) техніка мовлення;
- б) виразність мовлення;
- в) дикція(вимова);
- г) інтонація(тон), темп мовлення.

8. До технічних показників виразного мовлення належать:

- 9. а) дихання, голос, дикція (вимова);
- б) інтонація(тон), темп;
- в) милозвучність;
- г) діапазон.

10. Визначте основні властивості голосу тренера:

- а) сила (об'ємність, звучність), політність (злитність);
- б) гнучкість(рухливість), діапазон;
- в) тембр, милозвучність, сугестивність, витривалість;
- г) усі відповіді правильні.

11. Знайдіть правильне співвідношення:

- а) темпоритм - 1. Найголовніший елемент техніки мовлення, який для тренера є основним засобом праці;
- б) голос - 2. Це ясність і чіткість у вимові слів, складів і звуків;
- в) дикція - 3. Це швидкість в цілому та тривалість звучання окремих слів, складів, а також пауз у поєднанні з ритмічною організованістю, розміреністю мовлення.

ПРАКТИЧНЕ ЗАНЯТТЯ № 6

ТЕМА №6 Вдосконалення фізичних якостей спортсмена.

- 1. Дайте визначення всім фізичним якостям.
- 2. Різновиди сили, пружності, витривалості, спритності, гнучкості.
- 3. Особливості методики вдосконалення фізичних якостей.

1. Між фізичними якостями існує тісний зв'язок, як його прийнято називати у спортивній літературі?

- а) пережат;
- б) перенос;
- в) взаємозв'язок;
- г) всі вище названі варіанти.

2. Фізичне навантаження це?

- а) певна міра впливу рухової активності людини;
- б) навантаження, що супроводжується підвищенням, відносно стану спокою, рівнем його функціональності;
- в) перехід енергозабезпечення життєдіяльності організму людини на вищий, ніж у стані спокою, рівень.
- г) всі вище названі варіанти.

3. Інтенсивність можна регулювати, змінюючи?

- а) швидкість пересування, величину прискорення, координаційну складність;
- б) темп виконання вправи, кількість їх повторень за одиницю часу, величину напруження, амплітуду рухів;
- в) опір навколишнього середовища, величину додаткового обтяження, психічну напруженість;
- г) всі вище названі варіанти;

4. Який віковий період є найсприятливішим для розвитку відносної сили:

- а) 7-11 років;
- б) 14-16 років;
- в) 17-18 років;
- г) 19-20 років.

5. Залежно від задіяності м'язів у роботі, розрізняють три види фізичної втоми. Назвіть яка зайва?

- а) локальна;
- б) регіональна;
- в) загальна;
- г) тотальна.

6. Учні виконують вправу з невеликим обтяженням максимальну кількість разів. Який метод застосовується?

- а) метод повторних зусиль;
- б) метод максимальних зусиль;
- в) ізометричний метод;
- г) пліометричний метод.

7. Залежно від задіяності м'язів у роботі, розрізняють три види фізичної втоми. Назвіть яка зайва?

- а) локальна;
- б) регіональна;
- в) загальна;
- г) тотальна.

8. Які вам відомі елементарні прояви пружності?

ПРАКТИЧНЕ ЗАНЯТТЯ №7

Тема 7. Педагогічні здібності тренера, їх значення і зміст.

Запитання для індивідуального опитування.

1. Визначте що таке педагогічна ситуація?
2. Наведіть приклад педагогічних ситуацій.
3. Проаналізуйте яким чином педагогічна ситуація може перетворитися на педагогічну задачу?
4. Обґрунтуйте чи кожна педагогічна ситуація перетворюється на задачу? Чому?
5. Назвіть три рівні педагогічних задач.
6. Вирішення якої задачі(оперативної, тактичної чи стратегічної) є найважчим, на Ваш погляд? Відповідь обґрунтуйте.
7. Наведіть приклад оперативної, тактичної та стратегічної задач.
8. Назвіть основні етапи розв'язання педагогічних задач.
9. Охарактеризуйте кожен з етапів вирішення педагогічної задачі з точки зору його значущості.
10. Проаналізуйте які якості педагога, на Ваш погляд, допоможуть йому успішно вирішувати педагогічні задачі?

Матеріали для тестового контролю:

1. Педагогічна ситуація – це:

- а) фрагмент педагогічної діяльності, що містить суперечності між досягнутим і бажаним рівнями вихованості учнів і колективу;
- б) результат усвідомлення вихователем у педагогічній ситуації необхідності розробки системи професійних дій і прийняття їх до виконання;
- в) педагогічна діяльність потребує від учителя оперування комплексом професійних знань, педагогічною технікою, системою здібностей до педагогічної діяльності.

2. Педагогічна задача – це:

- а) фрагмент педагогічної діяльності, що містить суперечності між досягнутим і бажаним рівнями вихованості учнів і колективу;
- б) результат усвідомлення вихователем у педагогічній ситуації необхідності розробки системи професійних дій і прийняття їх до виконання;
- в) педагогічна діяльність потребує від учителя оперування комплексом професійних знань, педагогічною технікою, системою здібностей до педагогічної діяльності.

3. Педагогічні задачі, які педагог висуває і вирішує на основі аналізу конкретної ситуації, можуть бути:

- а) стратегічні;
- б) тактичні; в) оперативні;
- г) усі відповіді правильні.

4. Найдіть правильне співвідношення:

- а) оперативні задачі - 1. Найбільш віддалені у часі, вони мають на меті суттєву зміну об'єкта виховання, досягнення бажаного ідеалу;
- б) стратегічні задачі - 2. Сприяють реалізації стратегічної задачі, тобто це ті заходи, які слід здійснити для досягнення віддаленої мети;
- в) тактичні (ситуативні) задачі - 3. Повинні вирішуватися одразу. Їхня мета – спрямувати вчинки вихованців у потрібне русло.

5. Проаналізуйте у ситуаціях, коли хтось з учнів не виконав домашнього завдання або був не уважний на уроці оперативною задачею буде:

- а) як відреагувати на таке порушення навчальної дисципліни;
- б) як вдосконалити засоби обліку та контролю знань, активізувати пізнавальну діяльність на уроках;
- в) як виховати у дітей почуття відповідальності, організованість тощо.

6. Проаналізуйте у ситуаціях, коли хтось з учнів не виконав домашнього завдання або був неухважний на уроці тактичною задачею буде:

- а) як відреагувати на таке порушення навчальної дисципліни;
- б) як вдосконалити засоби обліку та контролю знань, активізувати пізнавальну діяльність на уроках;
- в) як виховати у дітей почуття відповідальності організованість тощо.

7. Проаналізуйте у ситуаціях, коли хтось з учнів не виконав домашнього завдання або був неухважний на уроці стратегічною задачею буде:

- а) як відреагувати на таке порушення навчальної дисципліни;
- б) як вдосконалити засоби обліку та контролю знань, активізувати пізнавальну діяльність на уроках;
- в) як виховати у дітей почуття відповідальності, організованість тощо.

8. Процес вирішення педагогічних задач, як і будь-яких інших задач, містить основні етапи. Визначте їх:

- а) аналітичний, який починається з аналізу й оцінки ситуації, що склалася, і закінчується формулюванням задачі, що підлягає вирішенню;
- б) проєктивний етап, коли плануються способи вирішення вже поставленої задачі, розробляється конкретний проект цього рішення;
- в) виконавчий етап, який пов'язаний з реалізацією задуму, з практичним втіленням розробленого проекту.

9. Найдіть правильне співвідношення етапів вирішення педагогічних завдань:

- а) виконавчий - 1. Який починається з аналізу й оцінки ситуації, що склалася, і закінчується формулюванням задачі, що підлягає вирішенню;
- б) аналітичний етап - 2. Коли плануються способи вирішення вже поставленої задачі, розробляється конкретний проект цього рішення;
- в) проєктивний етап - 3. Який пов'язаний з реалізацією задуму, з практичним втіленням розробленого проекту.

10. Найдіть правильне співвідношення вирішення педагогічної задачі:

- а) практична реалізація рішення - 1. Коли тренер зустрічається з проблемною ситуацією, він вимушений зробити її предметом свого аналізу: з'ясувати причини, які викликали ситуацію, визначити її характер тощо;
- б) розробка "проекту" майбутнього рішення - 2. На цьому етапі тренер заздалегідь уявляє, "програє" ті реальні ситуації, які він повинен створити процесі організації навчально-виховної діяльності учнів;
- в) аналіз умов і постановка - 3. Цей етап характеризується безпосередньою взаємодією тренера і учнів, прямим контактом між ними, організацією діяльності учнів, в результаті чого формуються їхні ціннісні відносини, засвоюються знання і розвиваються вміння.

ПРАКТИЧНЕ ЗАНЯТТЯ № 8

Тема 8. Особисті якості тренера-викладача.

Запитання для індивідуального опитування:

1. Обґрунтуйте яка головна особливість в роботі тренера ДЮСШ?
2. Проаналізуйте які аспекти мотиваційної сфери варто враховувати тренеру в роботі з дітьми?
3. На яких якостях базується психологічний такт тренера?
4. Розкрийте психологічні особливості тактичного педагога.
5. На чому ґрунтується культура мови тренера-викладача?
6. Розкрийте форми впливу тренера на спортсмена.
7. Проаналізуйте взаємовідношення тренера зі спортсменами, тренера з учнями на діловій та емоційній основі.
8. Проаналізуйте вікові особливості мотиваційної сфери учнів.

9. Проаналізуйте психологічні особливості особистості тренера, тренера фізичного виховання.

10. Оцінювання дій і вчинків учнів.

Матеріали для тестового контролю:

1.Тренеру важливо враховувати певні вікові особливості мотиваційної сфери дітей і підлітків:

- а) бажання тренуватися і перемагати;
- б) отримання задоволеності від перемоги на змаганнях;
- в) дифузність інтересів до спорту та відношення до характеру вправ;
- г) відповідальне ставлення до тренера та членів команди.

2. Психологічний такт тренера базується на певних якостях визначте їх:

- а) доброзичливості, чуйності, відвертості;
- б) іронії, гумору, глузуванні;
- в) принциповості, наполегливості, діловому тону;
- г) серйозності тону, уважності, доступності навчання.

3. Одночасно показувати і пояснювати вправу називається:

- а) моворуховою координацією;
- б) спортивна термінологія;
- в) динаміка звучання голосу;
- г) простота і ясність викладу.

4. Визначте на яких якостях базується психологічний такт тренера:

- а) доброзичливості;
- б) чуйності;
- в) відвертості.

5. Простота і ясність викладу це:

- а) вміння розповісти просто за складне;
- б) зробити зрозумілим абстрактне;
- в) на подібності і життєвості прикладів, що приводяться для пояснення;
- г) усі відповіді правильні.

6. Вплив тренера на свідомість і волю спортсменів може здійснюватися у формі:

- а) прояву уваги до них;
- б) прохання;
- в) вимоги;
- г) переконання.

7. Найдіть правильне співвідношення:

- а) навіювання - 1. Його основою слугує роз'яснення причинно-наслідкових зв'язків і відношень, виділення соціальної особистісної значимості рішення того чи іншого питання;
- б) переконування - 2. Це психологічний вплив однієї людини на іншу (або однієї людини на групу осіб, або навпаки), яке здійснюється за допомогою мови і немовних засобів.

8. Визначте функції оцінювання дій і вчинків учнів:

- а) контроль за результатами тренувального процесу і виховних впливів;
- б) управління поведінкою і діяльністю учнів;
- в) отримання спортсменами інформації за правильність їх дій і вчинків;
- г) усі відповіді правильні.

9. Психологічні особливості особистості педагога:

- а) природність і простота спілкування без фамільярності, довіра без потурання;
- б) серйозність тону без натягнутості, іронія і гумор без глузування; навчання без підкреслювання своєї переваги у знаннях та вміннях, віддача розпоряджень без благання;
- в) вимогливість без мілкої причепливості, грубості;

- г) доброзичливість без приголублювання, діловий тон без роздратованості, своєчасність виховного впливу без квапливості;
- д) принциповість і наполегливість без впертості, уважність і чуйність до учнів без підкреслення цього, вислуховування без вираження байдужості;
- е) усі відповіді правильні.

10. Визначте складові культури мови тренера:

- а) грамотність побудови фраз;
- б) простота і ясність викладу;
- в) виразність;
- г) усі відповіді правильні.

12. Види вимог за типом ставлення тренера до учнів:

- а) позитивне ставлення;
- б) байдуже ставлення;
- в) негативне ставлення;
- г) безпосередні.

13. Види вимог за засобами, які використовує тренер:

- а) вербальні;
- б) невербальні;
- в) позитивне ставлення.

14. Найдіть правильне співвідношення вимог за типом ставлення тренера до учнів:

- а) негативне ставлення - 1. Вимога-прохання, вимога довірою, вимога схвалення;
- б) байдуже ставлення - 2. Вимога-порада, натяк, умовна вимога, в ігровому оформленні;
- в) позитивне ставлення - 3. Вимога-засудження, вимога з вираженням недовіри, вимога-застереження.

ПРАКТИЧНЕ ЗАНЯТТЯ № 9

Тема 9. Стилі педагогічного керівництва тренера.

Запитання для індивідуального опитування:

1. Яку людину можна назвати тактовною?
2. Яких вимог повинен дотримуватися тренер, щоб бути тактовним?
3. Чим педагогічний такт відрізняється від загального?
4. У яких значеннях вживається поняття педагогічного такту?
5. Чим відрізняються поняття “педагогічний такт” і “педагогічна тактика”?
6. Наведіть приклади поєднання педагогічного такту і тактики тренера.
7. У чому може виявлятися гнучкість поведінки тренера?
8. Назвіть переваги й недоліки рольової позиції “дорослого”.
9. Чи варто застосовувати позицію “батька” у педагогічному спілкуванні? Якщо так, то в яких випадках?
10. Наведіть приклад застосування рольової позиції “дитини”.

Матеріали для тестового контролю:

1. Моральна поведінка тренера, яка включає передбачення усіх об’єктивних наслідків вчинку, передбачення його сприймання вихованцями, вираз високої гуманності, чуйності, піклування про учнів

– це :

- а) педагогічний такт;
- б) педагогічна майстерність;
- в) педагогічна тактика.

2. Педагогічний такт передбачає наявність у педагога таких рис:

- а) гуманне ставлення до дітей, уважність і спостережливість, уміння бачити моральний бік своїх та чужих дій, уміння керувати собою та стримувати негативні емоції;

- б) витримка, самовладання і здатність навіть у гостро конфліктних ситуаціях приймати педагогічно доцільні рішення, уміння передбачати усі можливі наслідки своїх слів і вчинків;
- в) самокритичність і уміння виправити допущені помилки, творче мислення, сміливість у розв'язанні моральних проблем;
- г) одноосібним прийняттям рішень (до того ж тільки власного формулювання) намаганням залишити за собою виключне право заохочувати і карати.

3. Знайдіть правильне співвідношення різних рольових позицій тренера “батька”, “дитини” чи “дорослого”:

- а) позиція “Батько” - 1. Ділова взаємодія, тренер радиться з дітьми, обговорюють спільні справи;
- б) позиція “дорослий” - 2. Може виявлятися у грі, коли потрібно, щоб учень виявляв сміливість, самостійність;
- в) позиція “дитини” - 3. Вчить, спрямовує, оцінює, засуджує, завжди все знає, схильний до нотацій, вимогливий.

4. Педагогічний такт розглядається серед таких властивостей тренера як:

- а) любов до дітей, ввічливе ставлення до них, повага до їхньої людської гідності;
- б) взаємини з дітьми мало емоційно забарвлені; в) недовіру, замкнутість учнів;
- г) чуйність, уважність, доброзичливість, самовладання.

5. Знайдіть правильне співвідношення між педагогічним тактом і тактикою тренера:

- а) педагогічний такт - 1. Завжди розглядається в позитивному значенні. б) педагогічна тактика - 2. Може мати найскладнішу градацію: від найкращої – до найгіршої, від найдосконалішої – до найпримітивнішої.

6. Визначення педагогічного такту і сфера вживання самого терміну в теорії і педагогічній практиці ґрунтуються на таких точках зору:

- а) педагогічний такт – це запровадження у взаємини з учнями загальнолюдського такту(педагог розуміє, що у спілкуванні з учнями слід бути тактовним, тому поводитьься так само тактовно, як і в поза професійній сфері);
- б) педагогічний такт – це психологічна властивість особистості тренера, його характерологічна риса (тобто, тренер поводитьься тактовно не стільки тому, що усвідомлює необхідність такої поведінки, а через те, що тактовність є основною рисою його особистості, він просто не може бути іншим);
- в) педагогічний такт – один із компонентів майстерності тренера (уміння педагога у кожній конкретній ситуації обирати правильний варіант рішення, встановлювати

7. Щоб бути тактовним, тренер повинен дотримуватись ряду вимог. Визначте їх:

- а) вміти оцінити ситуацію, коли вона вимагає тактовного втручання(якщо тренер змушений поставити учня в незручне становище; ненароком зачепив самолюбство; учня треба виручати з незручного становища);
- б) добиватися максимуму інформації про причини суперечностей і враховувати її недостатність при розв'язанні складних випадків(наприклад, дитина почала гірше вчитися, бо у сім'ї хтось захворів);
- в) враховувати характер стосунків учня з батьками;
- г) враховувати індивідуальність учня, характер ситуації;
- д) вміти передбачити, як вплив на одного учня сприйме клас(якщо клас сприйме негативно, то виховного впливу не відбудеться).
- е) усі відповіді правильні.

ПРАКТИЧНЕ ЗАНЯТТЯ № 10

Запитання для індивідуального опитування:

1. Проаналізуйте компоненти професійної майстерності тренера.
2. Авторитет тренера.
3. Психологічні основи педагогічного такту тренера.
4. Стилї діяльності та керівництва тренера.
5. Стилї керівництва тренера.

6. Педагогічна спрямованість тренера.
7. Професійно важливі якості тренера.
8. Теоретичні, методичні та практичні знання тренера.
9. Уміння тренера.
10. Психомоторні якості тренера.

Матеріали для тестового контролю:

1. Визначте на яких компонентах базується педагогічна майстерність тренера:

- а) педагогічній спрямованості;
- б) знаннях;
- в) уміннях;
- г) теоретичних знаннях.

2. Визначте на яких мотивах формується педагогічна спрямованість тренера:

- а) любові до дітей;
- б) інтересу до фізичної культури;
- в) педагогічній спрямованості.

3. Професійно важливі якості тренера:

- а) моральні;
- б) перцептивні;
- в) вольові;
- г) психомоторні;
- д) усі відповіді правильні.

4. Спеціальні знання тренера поділяються (найдіть правильне співвідношення) :

- а) практичні знання - 1. Стосуються історії фізичної культури, закономірностей роботи організму людини, біомеханічних закономірностей рухових дій, принципів виховання та навчання тощо; б) теоретичні знання - 2. Стосуються насамперед знань про те, як потрібно виконати ту чи іншу вправу;
- в) методичні знання - 3. Дають можливість відповісти на запитання, як потрібно виконати вправу, але вони стосуються лише виконання вправи учнями, це знання того, як навчити іншого.

5. Уміння тренера поділяються на:

- а) конструктивні;
- б) організаторські;
- в) комунікативні, гностичні;
- г) рухові;
- д) усі відповіді правильні.

6. Авторитетом у будь-якій сфері життя та діяльності називається людина:

- а) на думку якої зважають, яку намагаються наслідувати і якій довіряють вирішення тих чи інших питань;
- б) тренер який володіє авторитетом серед учнів як старша, більш досвідчена людина;
- в) статус учителя як педагога зі всіма правами та обов'язками.

7. Авторитарний (директивний) стиль роботи тренера характеризується: а) повним одноосібним прийняттям рішень (до того ж тільки власного формулювання), намаганням залишити за собою виключне право заохочувати і карати;

- б) передачею вчителем (тренером) частини своїх повноважень і функцій членам класу, команди, або своїм помічникам для прийняття тих чи інших рішень учитель залучає весь колектив або актив класу, команди, обговорюючи і узгоджуючи з ним усі пропозиції;
- в) мінімальним втручанням учителя (тренера) у процес управління класом, командою, учитель перебуває ніби збоку від того, чим займаються всі члени класу, команди.

8. Знайдіть правильне співвідношення

- а) ліберальний стиль - 1. Характеризується повним одноосібним прийняттям рішень (до того ж тільки власного формулювання), намаганням залишити за собою виключне право заохочувати і карати;
- б) авторитарний стиль - 2. Характеризується передачею вчителем (тренером) частини своїх повноважень і функцій членам класу, команди, або своїм помічникам. Для прийняття тих чи інших рішень учитель-демократ залучає весь колектив або актив класу, команди, обговорюючи і узгоджуючи з ним усі пропозиції;
- в) демократичний стиль - 3. Характеризується мінімальним втручанням учителя (тренера) у процес управління класом, командою. Такий учитель перебуває ніби збоку від того, чим займаються всі члени класу, команди.

9. Типи керівників і відповідні їм стилі керівництва вперше були досліджені:

- а) Куртом Левінім;
б) Яном Каменским;
в) Петром Лесгафтом.

10. Рухові уміння відображають насамперед:

- а) техніку виконання вчителем фізичних вправ;
б) пізнанням учителем як окремих учнів, так і колективу класу в цілому;
в) організаторські уміння пов'язані з реалізацією вчителем намічених планів;
г) комунікативні уміння пов'язані зі спілкуванням учителя з учнями, колегами по роботі, батьками.

СПИСОК РЕКОМЕНДОВАНОЇ ЛІТЕРАТУРИ

1. Бабич Н.Д. Основи культури мовлення. – Львів: Світ, 1990. – 232 с.
2. Бочелюк В.Й., Черепехіна О.Я. Психологія спорту. Навчальний посібник. – К.: Центр учбової літератури, 2007. – 224 с.
3. Воронова В.І. Психологія спорту. Навч. посібник. – К.: Олімпійська література, 2007. – 298 с.
4. Гончаренко С.У. Український педагогічний словник. – К.: Либідь, 1997
5. Зязюн І.А., Сагач Г.М. Краса педагогічної дії: навчальний посібник для вчителів, аспірантів, студентів середніх та вищих навчальних закладів. – К.: Українсько-фінський інститут менеджменту і бізнесу, 1997. – 302 с.
6. Общая психология: Учеб. для студентов пед. ин-тов / А.В.Петровский, А.В.Брушлинский, В.П.Зинченко и др.; Под ред. А.В.Петровского. – 3-е изд., перераб. и доп. – М.: Просвещение, 1986. – 464 с.
7. Основы педагогического мастерства: Учеб. пособие для пед. спец. высш. учеб. Заведений / И.А.Зязюн, И.Ф.Кривонос, Н.И.Тарасевич и др.; Под ред. И.А.Зязюна. – М.: Просвещение, 1989. – 302 с.
8. Основи педагогічної майстерності: навчально-методичний посібник / Е.І.Федорчук, Т.І.Конькова, В.В.Федорчук, В.О.Заремба; За заг. ред. Е.І.Федорчук. – Кам'янець-Подільський: АБЕТКА, 2006. – С. 84.
9. Педагогічна майстерність: Підручник / І.А.Зязюн, Л.В.Крамущенко, І.Ф.Кривонос та ін.; За ред. І.А.Зязюна. – К.: Вища шк., 1997. – 349 с.
Педагогічна майстерність: Підручник / І.А.Зязюн, Л.В.Крамущенко, І.Ф.Кривонос та ін.; За ред. І.А.Зязюна. – К.: Вища шк., 2004. – 422 с.