

Лекція 4. Професійна діяльність фахівців фізичної культури та спорту (1 год.)

Метою лекції є вивчення особливостей професійної майстерності і службових обов'язків фахівців з фізичної культури, вчителя фізичної культури, тренера з виду спорту,.

Завдання лекції:

1. З'ясувати особливості професійної діяльності фахівців з фізичної культури.
2. Вивчити складники професійної майстерності і службові обов'язки вчителя фізичної культури, тренера і фахівця з фізичної реабілітації.

План

1. Фахові спеціальності, спеціалізації і посади фахівців у галузі фізичної культури і спорту. Професійні характеристики фахівців фізичної культури.
2. Складники професійної майстерності та службові обов'язки вчителя фізичної культури.
3. Особа тренера в сучасному спорті і його функціональні обов'язки. Складники професійної майстерності та структура діяльності тренера

Основні поняття: фахові спеціальності, спеціалізації, професія, спеціальність, вчитель фізичної культури, урок, тренер, професійні характеристики, службові обов'язки, професійна майстерність,

ЛІТЕРАТУРА

основна

1. Закон України «Про фізичну культуру і спорт». – К., 2013. – 22 с.
2. Державні тести і нормативи оцінки фізичної підготовленості населення України / За ред. М.Д.Зубалія. —2-е вид., перероб. і доповн. — К., 1997. —36 с.
3. Концептуальні засади подальшого розвитку фізичної культури і спорту в Україні // Наука в олімпійському спорті. – 1998. – № 1. – С. 5–12.
4. Національна доктрина розвитку фізичної культури і спорту. – К., 2004. – 16 с.
5. Цільова комплексна програма «Фізичне виховання – здоров'я нації». – К., 1998. – 48 с.
6. Герцик М.С., Вацеба О.М. Вступ до спеціальностей галузі «фізичне виховання і спорт»: Підручник. — Харків: «ОВС», 2005. — С. 123-133.
7. Фролова Л.С. Вступ до спеціальності «Фізичне виховання» [навчально-методичний посібник]. – Черкаси, 2014. – 282 с.

додаткова

1. Ведмеденко Б.Ф. Теоретичні основи і практика виховання молоді засобами фізичної культури. — К., 1993. — 151 с.
2. Вільчковський Е.С., Козленко М.П., Цвек С.Ф. Система фізичного виховання молодших школярів. — К.: ІЗМН. — 1998. — 232 с.
3. Вільчковський Е.С., Курок О.І. Теорія і методика фізичного виховання дітей дошкільного віку: Навч. посіб. — Суми: ВТД «Університетська книга». — 2004. — 428 с.
4. Новітні медико-педагогічні технології зміцнення та збереження здоров'я учнівської молоді. — Л., Українські технології. — 2003. — 148 с.
5. Теория и методика физического воспитания / Под ред. Т.Ю. Круцевич. — В 2-х томах. — К.: Олимпийская литература. — 2003. — 814 с.
6. Шиян Б.М. Теорія і методика фізичного виховання школярів. — Частина 1. — Тернопіль: Навчальна книга – Богдан. — 2001. — 272 с.

7. Шиян Б.М. Теорія і методика фізичного виховання школярів. — Частина 2. — Тернопіль: Навчальна книга - Богдан. — 2002. — 248 с.
8. Шиян Б.М., Папуша В.Г. Теорія фізичного виховання: Навчальний посібник для студентів факультетів фізичного виховання. — Тернопіль: Збруч. — 2000. — 183 с.

1. Фахові спеціальності, спеціалізації і посади фахівців у галузі фізичної культури і спорту. Професійні характеристики фахівців фізичної культури

Згідно із законом України «Про фізичну культуру і спорт», розділ І:

Галузь знань - основна предметна область освіти і науки, що включає групу споріднених спеціальностей, за якими здійснюється професійна підготовка.

Галузь знань, за якою ви вступили на навчання: 01 Освіта / Педагогіка.

Спеціальність - складова галузі знань, за якою здійснюється професійна підготовка.

Спеціалізація - складова спеціальності, що визначається закладом вищої освіти та передбачає профільну спеціалізовану освітню програму підготовки здобувачів вищої та післядипломної освіти.

Спеціальності: 014.11 Середня освіта (Фізична культура) спеціалізації: Фізична культура, спортивно-масова робота та туризм; Фізична культура та захист Вітчизни та спеціальність 017 Фізична культура і спорт: Фізична культура і спорт: тренер з видів спорту

Кваліфікація - офіційний результат оцінювання і визнання, який отримано, коли уповноважена установа встановила, що особа досягла компетентностей (результатів навчання) відповідно до стандартів вищої освіти, що засвідчується відповідним документом про вищу освіту.

Після виконання всіх вимог навчального плану отримаєте кваліфікацію: спеціальність: 014.11 Середня освіта (Фізична культура)

- Бакалавр освіти. Вчитель фізичної культури, організатор спортивно-масової роботи та туризму

- Бакалавр освіти. Вчитель фізичної культури, вчитель предмету «Захист Вітчизни».

спеціальність: 017 Фізична культура і спорт:

Важливою складовою життєвого успіху впродовж тривалого періоду свідомого життя людини є її професія.

Професія — це своєрідна сукупність умінь, навичок, видів діяльності, особистих захоплень та зацікавлень людини, що служить джерелом заробітку, сприяє виявленню творчих здібностей реалізації власних та суспільних устремлень. Число професій, яких налічується тисячі, постійно збільшується, як і збільшується Кількість фахових спеціальностей і спеціалізацій. Професія

визначає місце людини у соціальній структурі й є джерелом її духовного і матеріального благополуччя.

Ваша майбутня професія – педагог, вчитель, викладач.

Педагог - фахівець, який має спеціальну підготовку і професійно здійснює навчально-виховну роботу в різних освітньо-виховних системах.

Окремі, поверхневі знання, які майбутні фахівці отримують зі свого особистого досвіду занять спортом, формують неповні, здебільшого невірну уяву про майбутню професію. Додаткові знання черпаються у процесі спілкування з працівниками спорту, із засобів масової інформації, з окремих науково-популярних видань та інших джерел. Відтак, уявлення вступників до вищих навчальних закладів фізкультурного профілю про можливі посади, на які після закінчення навчання можна претендувати, обмежуються посадами вчителя фізкультури та тренера-викладача.

Насправді вибір професій для випускників є набагато ширшим, а обсяг набутих ними знань та досвіду дозволяє проявити себе також у багатьох суміжних, або навіть віддалених від фізичної культури галузях. У деяких навчальних закладах проводиться, зокрема, військова підготовка та інші суміжні види професійної фізичної підготовки. У такому разі випускник ЗВО може набути додаткової професії (наприклад — інструктор з фізичної підготовки у Збройних Силах).



У процесі навчання студент закладу вищої освіти вашого профілю виконує навчальний план, який передбачає оволодіння професійно важливими блоками знань, умінь і навичок, зокрема із:

- спеціальних теоретичних дисциплін (фізичне виховання, підготовка спортсменів, організація оздоровчо-спортивної роботи);
- медико-біологічних дисциплін (анатомія, фізіологія, біомеханіка, фізична реабілітація, лікувальна фізична культура);
- загальногуманітарних дисциплін (історія, філософія, мови державна та іноземні);
- психолого-педагогічних дисциплін (психологія, педагогіка, педагогічна майстерність);
- навичок науково-дослідної роботи;
- навичок організаційно-педагогічної, спортивної і організаційної роботи;

— підвищення рівня власної спортивної підготовленості.

Фахівець фізичного виховання повинен знати і вміти застосовувати на практиці:

- норми раціонального рухового режиму осіб усіх категорій;
- медико-біологічне обґрунтування використання засобів і методів фізичного виховання;
- педагогічні і медичні методи контролю за процесом фізичного виховання і фізичної підготовки;
- механізми розвитку фізичних якостей і формування рухових навичок;
- особливості проведення занять фізичною культурою з особами різного віку, статі, соціального стану, фізичного розвитку тощо;
- санітарно-гігієнічні вимоги і вимоги щодо безпеки проведення занять фізичними вправами;
- вміння надати першу медичну допомогу в разі травмування;
- структуру і зміст управлінської діяльності в галузі фізичної культури;
- демонстрацію техніки виконання фізичних вправ;
- оперування нормативно-правовими знаннями в галузі фізичної культури;
- мати достатній рівень фізичної підготовленості й володіти навичками страхування.

2. Складники професійної майстерності та службові обов'язки вчителя фізичної культури

Фізичне виховання є основним засобом реалізації завдань, які, у відповідності до Закону «Про фізичну культуру і спорт» (24 грудня 1993 р.), стоять перед фізкультурним рухом України.

Ці завдання конкретизовані Цільовою комплексною програмою «Фізичне виховання — здоров'я нації» (1998 р.) та Національною доктриною розвитку фізичної культури і спорту (2004 р.).

Реалізація завдань програми здійснюється за такими напрямками:

- фізичне виховання і фізкультурно-оздоровча робота у навчально-виховній сфері;
- фізкультурно-оздоровча робота у виробничій і спеціально-виховній сфері;
- фізична підготовка військовослужбовців та особового складу інших силових формувань;
- фізкультурно-оздоровча і рекреаційна робота серед інвалідів;
- фізкультурно-оздоровча робота серед сільського населення.

Фахівець фізичного виховання може займати посади в освітніх, виховних, виробничих, оздоровчо-рекреаційних, воєнізованих та інших державних і недержавних закладах.

Наприклад:

- інструктор фізичної культури в дошкільному закладі;
- вчитель (викладач) фізичного виховання у школі, училищі або ЗВО;
- керівник фізичної підготовки у Збройних (силових) формуваннях;
- організатор (керівник, інструктор) туристичної роботи і рекреації;

- методист з фізичної культури;
- інструктор (організатор) оздоровчо-масової роботи на виробництві чи за місцем проживання;
- фахівець з експлуатації спортивних споруд,
- працівник державних або громадських органів управління фізичною культурою;
- працівник спортивних клубів, оздоровчо-відпочинкових таборів.

Найпоширенішою посадою фахівця з фізичного виховання є посада **викладача (вчителя) фізичної культури** у навчальних закладах освіти різних рівнів. Це школи, училища, **ЗВО**.

Своєрідність педагогічної професії полягає і в тому, що вона за своєю природою має гуманістичний, колективний і творчий характер.

Визначальною особливістю роботи вчителя (викладача) є наявність навчальних програм для навчальних закладів, які він реалізує з конкретним контингентом і у конкретних умовах.

У даний час відбувається поступовий перехід з двох на три обов'язкові уроки фізичної культури в усіх класах школи.

Три (а краще 4 і більше) уроки на тиждень, на думку фахівців, є необхідними для забезпечення мінімально необхідного рівня рухової активності дітей і підлітків.

При тому, уроки фізичної культури мають плануватися так, щоб наступний урок припадав на день, коли ще зберігається вплив на організм дитини фізичного навантаження від попереднього заняття. Найкращий тренувальний ефект спостерігається тоді, коли перерва між уроками складає 1—2 дні.

Отже, три і більше уроків фізкультури на тиждень, як це і передбачає Закон України «Про фізичну культуру і спорт», є біологічно обґрунтованою потребою юного чи молодого організму.

На жаль, досі значна частина керівників органів освіти і окремих шкіл уникають введення третього уроку фізичної культури у школі, переважно виправдуючи свою бездіяльність слабкістю матеріальної бази, відсутністю коштів або навіть кадрів вчителів.

Тим самим, вони не лише порушують Закон України, але й знижують ефективність двох уроків, які фактично проводяться і послаблюють рівень здоров'я і фізичної підготовленості учнів.

Щоправда, в останній рік-два ситуація дещо поліпшується у зв'язку з ініціативою Федерації футболу України про проведення додаткового уроку з футболу. Такі додаткові уроки з окремих видів спорту можуть внести додатковий імпульс в справу поліпшення фізичної підготовленості школярів, які наразі як і більшість інших категорій населення, страдають від гіподинамії, тобто малорухливості.

Складниками професійної майстерності фахівця з фізичного виховання є блоки знань, умінь і навичок, якими він володіє.

Визначальною за всіх умов є його педагогічна майстерність.

Суттєво на результативність праці фахівця впливають і окремі особисті якості фахівця, чи їх комбінації, рівно ж, як і атмосфера уваги або байдужості до фізичного гарту учнів, яка панує у шкільному колективі.

Добрий директор, як і інші працівники школи, переважно розуміють яку виховну консолідуючу роль може здійснювати учитель фізичної культури у житті шкільного колективу. Організаційні здібності, які, як правило, притаманні вчителям фізичної культури роблять їх не замінимими помічниками керівництва.

До того ж і учні, які досягли успіхів у спорті, як правило і в навчанні, і в поведінці є прикладом для інших.

Спортивна робота у школі починається з уроку фізичної культури, але обов'язково має своє продовження у позаурочних і позашкільних спортивних заходах.

Дуже важливими є зв'язки школи з спортивними організаціями: спортивними товариствами, спортивними школами, клубами, спорудами тощо. Це допомагає активізувати і урізноманітнювати форми позашкільної спортивної роботи, робити більш ефективними і стабільними.

Основними **критеріями оцінки** роботи вчителя фізичної культури є:

— організаційний і методичний рівень підготовки і проведення уроків і позакласних занять;

— рівень фізичної підготовленості учнів і його динаміка;

— виховний ефект від проведених занять з фізичної культури.

Для заохочення вчителів існує система матеріального і морального стимулювання. Зокрема, вчителю може надаватися звання учитель-методист, Відмінник освіти, Заслужений учитель України, Заслужений працівник освіти України, Заслужений працівник фізичної культури і спорту та ін.

Посадові обов'язки вчителя (викладача) фізичної культури навчального закладу є такими:

— планування процесу фізичного виховання, у т.ч. планування окремих уроків (занять);

— планування, організація і проведення (участь) різноманітних фізкультурних заходів;

— проведення уроків фізичної культури, позаурочних і позашкільних заходів;

— розробка комплексів фізичних вправ;

— здійснення в процесі фізичного виховання виховної роботи;

— контроль за рівнем здоров'я і фізичної підготовки учнів;

— пропагування здорового способу життя;

— підвищення власного професійного рівня, узагальнення та впровадження передового досвіду роботи.

Урок — є основною формою проведення занять з фізичного виховання школярів. Основним регламентуючим документом, який має враховуватися учителем при складанні поетапних і поурочних планів є навчальні плани для певних класів.

Підготовка вчителя до проведення уроку, крім складання поурочного плану-конспекту, який більшість досвідчених вчителів складають у стислому варіанті, вимагає детального ознайомлення з місцем проведення заняття, його санітарно-гігієнічним станом, особливостями температурного режиму, наявністю і якістю інвентарю тощо.

Очевидно, що і рівень підготовки і організованості класу має визначальний вплив на зміст і рівень проведення уроку.

Доречно нагадати, що спортивний зал, басейн чи інше крите приміщення не можуть (і не повинні) бути єдиним місцем проведення уроків. Обов'язково мають передбачуватися заняття і на відкритому повітрі: на стадіоні, спортивних майданчиках і полях, на лижні.

Повноцінне проведення частини уроків фізичної культури поза межами критих споруд дозволяє урізноманітнювати форму і зміст уроків, сприяє фізичному змужнінню і загартуванню школярів. Природно, що в цьому випадку особливу увагу слід приділити формі одягу учнів, щоб уникнути простудних захворювань.

3. Особа тренера в сучасному спорті і його функціональні обов'язки. Складники професійної майстерності та структура діяльності тренера

Зважаючи на те, що спорт є сферою уніфікованого порівняння досягнень у певних видах фізичних вправ, то центральною його фігурою є сама людина, спортсмен. З тих пір, як люди почали спеціально готуватися до участі в змаганнях, поряд із спортсменом з'явилася ще одна особа — його порадник, наставник, вчитель, або іншими словами тренер. Природно, що спершу «тренерство» мало непрофесійний характер. Але з часом, коли дійшло до заснування спеціальних закладів (як це мало місце вже у стародавній Греції), з'явилися і вчителі «фізичних вправ». Залежно від виконуваних функцій, давньогрецькі тренери поділялися на три категорії: «гімнастис» — програміст, «педотрібіс» — виконавець програми і «аліптис» — помічник-масажист.

Грецькі тренери-гімнастикони довели методи навчання до високого, навіть за нинішніми мірками, рівня. Вони вміло орієнтували атлета на заняття тим чи іншим видом фізичних вправ, продумано застосовували психологічну підготовку, дієтологію. Вони користувалися розробленими системами розвитку фізичних якостей, методиками вивчення техніки вправ, знаючи при цьому цілісний та розчленований методи навчання. Греки чітко розподіляли процес підготовки атлетів на цикли: 4-річний — макроцикл і 4-х денний мікроцикл (тетра).

Роль, значення тренера суттєво змінилися внаслідок формування і організаційного оформлення окремих видів спорту, стандартизації правил змагань, стабілізації системи проведення міжнародних змагань тощо.

Сьогодні **тренер** — одна з найважливіших фігур в спорті, без якого годі уявити собі сучасну спортивну діяльність. А виведення спортсмена на рівень міжнародних результатів без допомоги тренера є просто неможливим.

Сучасні тренери готуються в спеціальних вищих навчальних закладах. Більшість тренерів, як правило, мають неабиякий досвід спортивної діяльності та великий багаж теоретичних знань з різних галузей науки: теорії спорту, медико-біологічних дисциплін, гуманітарних наук тощо.

Тренерів в Україні готують вищі навчальні заклади III і IV рівнів акредитації. Переважній більшості випускників присвоюється кваліфікаційний рівень «спеціаліст».

З врахуванням освіти, стажу роботи, виконуваних функцій і конкретних досягнень окремих учнів або команд тренери сьогодні поділяються на відповідні категорії.

Категорійність тренерів впливає на рівень їхньої заробітної платні. Вона встановлюється Педагогічними Радами спортивних організацій, в яких працюють тренери і затверджуються відповідними органами державного управління спортом.

Градація за професійними категоріями для тренерів сьогодні є такою:

- вища категорія;
- перша категорія;
- друга категорія.

Спортивні звання:

- Заслужений майстер спорту — додатково 15 % від окладу;
- Заслужений тренер України — додатково 20 % від окладу;
- Заслужений працівник фізичної культури — додатково 20 % від окладу.

Тренерські категорії періодично переглядаються, але не рідше, як 1 раз на 4 роки.

Категорії є офіційним визнанням професійної придатності тренерів. За особливо помітні досягнення учнів тренеру може бути присвоєно звання **«Заслуженого тренера України»**. В окремих випадках присвоюється звання **«Заслужений працівник фізичної культури»** або вручається інша державна нагорода.

Тренер може працювати в таких спортивних організаціях:

- дитячо-юнацька спортивна школа;
- школа вищої спортивної майстерності;
- спортивний клуб (спеціалізований, виробничий, вузівський, військовий тощо);
- спортивна секція при будь-якій установі чи організації;
- спортивна федерація (національна, обласна, відомча);
- галузеві органи управління (Міністерство, спорткомітет);
- професійна, комерційна організація;
- будь-яка інша організація в штатному розписі якої є посада тренера.

Основним **фаховим спрямуванням** тренера-викладача (тренера) є, у вузькому розумінні, підготовка спортсменів відповідної (заданої) кваліфікації, в широкому — виховання спортсменів у процесі спортивної діяльності.

Праця тренера має, як правило, індивідуальний та творчий характер і спланована в багаторічному або етапному відрізку часу.

Залежно від місця праці й обставин (ДЮСШ, збірна команда, ігрова команда майстрів тощо) перед тренером ставиться конкретне завдання, зафіксоване в трудовій угоді. В угоді мають бути застережені такі показники:

- погодинне місячне навантаження тренера;
- кількість і якість навчальних груп;
- кількість спортсменів, їх кваліфікація на початок і кінець року (сезону);
- динаміка спортивної майстерності спортсменів (команди); плановані результати чи досягнення;

- заходи сприяння тренерів у виконанні ним основних завдань з боку організації-працедавця (спортивна база, інвентар, фінансування, харчування, система змагань і навчально-тренувальних зборів);
- оплата праці тренера, винагороди, умови побуту.

Тренер веде роботу самостійно або в складі бригади. В останньому випадку взаємостосунки й обов'язки кожного з членів бригади повинні бути обговорені та документально зафіксовані.

Бригадний метод тренерської праці успішно застосовується переважно в ігрових видах спорту. У видах індивідуальних такий метод успішно діє лише за умов взаємодії групи **тренерів-однодумців**, готових розділити відповідальність і радість здобутків, а також в умовах авторитарних й, водночас відповідальних, дій визнаного **фахівця-лідера**.

Важливо, щоб за кожним тренером були застережені «права» на роботу зі своїми вихованцями, або іншими словами, право безперервності виховного впливу, а також визнання його успіхів та досягнень.

Тренерська праця є найменш регламентованою порівняно з умовами праці (час, робоче місце, засоби, форми тощо) інших професійних груп. Разом з тим, праця тренера є найбільш залежною від кінцевого або етапного результату. Саме з цієї причини тренерську працю обирають і цінують переважно особи незалежні, впевнені в своїх силах, такі, що не бояться ризику та відповідальності. Таких у житті часто називають «фанатами». Саме «фанати», якщо їхні претензії є обґрунтованими, найчастіше досягають успіху, в іншому разі вони ризикують стати невдахою і змінюють посаду.

Професійна майстерність тренера є синтезом його постійно зростаючих професійних знань та умінь, організаційних здібностей і особистих якостей. А проявляється тренерська майстерність у неодноразовому досягненні спортивної мети найраціональнішим чином, гарантованому знаннями й інтуїцією.

Розглянемо основні **складові тренерської майстерності**.

Блок професійних знань і навичок включає в себе загальнотеоретичну базову підготовку і спеціальну теоретичну підготовку.

До **загальнотеоретичної підготовки** відноситься комплекс дисциплін, які формують світоглядний рівень фахівця, включаючи знання з історичних, філософсько-правових, соціальних, медико-біологічних, спортивно-педагогічних галузей.

Спеціальну теоретичну підготовленість забезпечують знання з історії, теорії, методики, організації і педагогіки спорту, глибокі знання систем підготовки спортсменів і умов реалізації спортивного результату. Тренер мусить не лише теоретично засвоїти і постійно поповнювати арсенал своїх теоретичних знань, але й навчатися використовувати їх у конкретних умовах для виконання конкретних завдань, тобто сформувати на теоретичній базі арсенал навичок і умінь. Ґрунтовні знання техніки і тактики обраного виду спорту, методів і засобів розвитку фізичних якостей, у поєднанні з педагогічними і організаторськими навичками характеризують рівень підготовленості тренера.

Організаційні здібності тренера на будь-якому рівні спортивної підготовки є абсолютно необхідним. Тренер є організатором процесу спортивної підготовки і саме через організацію процесу він може проявити свої

знання, досвід, навіть інтуїцію. Інакше як через організацію процесу, тобто інакше як через конкретні дії і вчинки тренер не зможе проявити своїх особистих якостей, які, безумовно, сприяють або не сприяють результативності його праці.

До позитивних якостей тренера найчастіше відносять:

- доброту та уважність до учнів, комунікабельність;
- справедливість, чесність;
- принциповість, працьовитість, жертвовність;
- професійну талановитість, широкий світогляд тощо.

Шкала цінностей тренерської праці в розумінні самих спортсменів постійно змінюється. Коли на початковому етапі тренувань молоді спортсмени найбільше цінують позитивне ставлення до себе, приємні манери, дотепність наставника, то з часом більшу ціну в очах спортсменів набувають професійні якості тренера, його організаційні здібності, інтелект тощо.

У житті особисті якості тренера зрідка проявляються в ізольованому, «стерильному» вигляді. Частіше — в сукупності й протиріччі з іншими проявами темпераменту, поведінки. При цьому, суттєве значення мають не лише позитивні, але й негативні якості і риси характеру. Наприклад, така риса як честолюбство, яка переважно трактується негативно, у поєднанні з професіоналізмом є неабияким важливим професійним стимулом діяльності тренера.

Особливості темпераменту тренера не мають вирішального значення. Звичайно, бажаними є урівноваженість і емоційна стабільність, проте їх відсутність може компенсуватися іншими важливими рисами характеру і властивостями темпераменту.

Загальними ознаками професіоналізму тренера є:

- володіння спеціальними знаннями про мету, зміст, об'єкт і засоби діяльності;
- володіння спеціальними уміннями здійснювати діяльність на всіх етапах підготовки спортсмена;
- спеціальні властивості особи і риси характеру, що дозволяють здійснювати діяльність і домагатися заданого результату.

Ефективність праці тренера залежить від економічного, соціального, організаційного, наукового, ситуаційного та інших факторів.

Основними **критеріями** ефективності роботи тренера є:

- рівень спортивних досягнень;
- склад та стан навчальних груп.

Непрямим показником ефективності тренерської праці є також суспільне визнання, але воно може носити суб'єктивний характер і не завжди має об'єктивне підтвердження.

Функціональні обов'язки тренера є дуже різними. Вони зводяться до вирішення комплексу задач — педагогічних, виховних, організаційно-управлінських, господарських тощо. На практичному рівні їх можна звести до таких обов'язків:

- комплектація навчальних груп;
- організація тренувального процесу;
- організація підготовки та участі в змаганнях;

- забезпечення комплексності виховання;
- організація матеріально-технічного забезпечення.

Комплектація навчальних груп (команд) є першим і надзвичайно відповідальним етапом у роботі тренера. Від вдалої або невдалої комплектації часто залежить не тільки результативність праці тренера в найближчі роки, але подекуди і вся тренерська кар'єра.

Комплектація навчальних груп має три види: набір, відбір і підбір. Не зважаючи на співзвучність цих слів вони мають різне смислове наповнення.

Набір здійснюється на початковому етапі тренувань і передуює тренувальному процесові. Найчастіше він ведеться методом усних (на уроці, шкільних зборах) або письмових (в газеті, на шкільних стендах) оголошень. Його основною характеристикою є добровільність, тобто висловлення в тій чи іншій формі згоди на участь у тренувальному процесі учнів без врахування їхніх здібностей та рівня фізичного розвитку.

Роль тренера при такій формі комплектації є другорядним, додатковим фактором і зводиться до здійснення відповідних формальностей (організація медогляду, оформлення заяв тощо). Отже набір, як форма комплектації, є слушною у випадках, коли передбачуваний спортивний результат є невисоким (шкільна секція, оздоровчий клуб і т.п.).

Відбір — це форма залучення до занять спортом із врахуванням певних передумов: віку, наявності конкретних антропометричних даних, заданого рівня розвитку фізичних якостей і здібностей, рис характеру, націленості на спортивне вдосконалення.

При відборі бажання учня стати членом тренувальної групи має значення при умові його відповідності вказаним параметрам. У таких випадках, крім педагогічного і медичного спостереження за кандидатом, застосовують відповідні тести, методи медико-фізіологічних досліджень.

Дуже інформативним є попереднє ознайомлення з медичними картами і характеристиками претендентів на зарахування до групи.

Процес комплектації навчальних груп методом відбору є доволі тривалим. Крім тренерів до нього можуть залучатися фахівці інших спеціальностей (психолог, фізіолог, соціолог). Але затрачений час істотно позначиться на якості укомплектованої групи й на досягненні поставленої мети в спорті.

Підбір є персональною формою комплектації або доукомплектації спортивних команд, особливо з ігрових видів спорту. При підборі першочерговими є два чинники: потреба в комплектації (доукомплектації) команди спортсменами відповідного класу і спортивного амплуа та наявність відповідних кандидатів та організаційно-фінансових можливостей. Підбір, як метод доукомплектації команди, провадиться постійно, або етапно. Переважно він стосується не новачків, а спортсменів достатньо високого рівня підготовки. Підбір може здійснюватися тренером, призначеним спеціально для цієї мети.

Відсів з навчальних груп є явищем природним і закономірним. Причинами відсіву є:

- втрата інтересу спортсмена до подальшої тренувальної роботи з причин незацікавленості у спортивному зростанні, відсутність перспективи спортивного вдосконалення, неможливість приділяти спортивно-тренувальній

роботі достатньо часу і зусиль. Найбільший процент відсіву спостерігається у групах початкової підготовки та на етапі базової підготовки, коли проявляється справжня або мнима безперспективність спортсменів;

— «невписування» окремих атлетів у спортивний колектив через особисті якості або несхвальні вчинки;

— травми, захворювання або переїзд на інше місце проживання спортсмена.

Ініціатором відходу може бути сам спортсмен (найчастіше), тренер або колектив групи (команди).

Перед тренером доволі часто стоїть питання розставання з учнем. З учнями-новачками ця процедура менш болісна ніж із кваліфікованими спортсменами. Проте за будь-яких обставин тренер мусить проявляти максимум такту і принциповості.

Із закінченням набору й відбору учнів до навчальної групи, процес комплектації формально закінчується, хоча корективи до персонального складу груп вносяться майже на всіх етапах підготовки.

Наступним завданням тренера після первинної комплектації є створення колективу спортсменів-однодумців, морального і психологічного клімату, який сприяв би кожному із учасників тренувального процесу проявити свої загальнолюдські й спортивні якості.

Перший період тренувань тренер має вести якомога різноманітніше, з пізнавально-розважальними елементами, уникаючи вузької спеціалізації.

Саме «цікаво-нецікаво» є основним чинником регулярності відвідування занять новачками. Соціальне визнання тренера, рівень його спеціальної фахової підготовленості, вік, стать та інші фактори відступають на другий план. Найважливіше і найпереконливіше для початківця є цікаве, пізнавальне заняття, бажано за участю самого тренера. При цьому періодичність занять три рази на тиждень є замалою, щоб в колі інтересів початківців утримувати предмет зацікавленості — спорт. Для цього потрібно не менше 4-х-5-ти відвідувань в тиждень. Тривалість занять при цьому має другорядне значення. Коли тренер біжить з учнями крос, грає в футбол, іде на лижну прогулянку, він чи не відразу викликає до себе симпатію (навіть захоплення). «Робимо разом» — ось найкраще гасло і прямий шлях до серця учнів. Саме спільна праця (байдуже якого характеру) найшвидше зцементує колектив, породжує своє, тільки йому притаманне коло інтересів, скріплює довіру між спортсменами і тренером.

На початковому етапі підготовки особливо важливим є однаково уважне ставлення тренера до здібних і не дуже здібних учнів. Найменше виділення чи зменшення вимогливості до здібних є недопустимим. До «улюбленців» треба ставитися особливо вимогливо: «з кого ж питати як не з тебе». З плином часу завдання педагогічно-виховного порядку не зникають, а тільки ускладнюються. Новачка вчать як правильно себе поводити, майстра — як жити.

Якщо питання комплектації та створення міцного, дружнього колективу вирішується суто педагогічними засобами, то організація тренувального процесу носить вже більш специфічний характер.

Організація тренувального процесу займає провідне місце в діяльності тренера. Саме під час тренувань тренер вирішує основні, поставлені перед ним задачі: виховні, оздоровчі, спортивні, освітні.

На тренувальних заняттях передбачається вирішення завдань фізичної, технічної, тактичної, психологічної та морально-вольової підготовки спортсмена.

Під час підготовки до тренувальних занять тренер вирішує:

1. Організаційно-господарські питання: час, місце, інвентар, обладнання, забезпечення (техніка безпеки, медичне обслуговування).

2. Методичні питання: зміст занять, спрямованість вирішуваних задач, контроль і облік, відновлення.

Кожне окреме заняття має бути чітко спланованим, мати своє місце в системі навчально-тренувальних занять, повинно бути відображеним у робочому плані і спрямованим на вирішення конкретних завдань — тобто відповідати на питання: що, де, коли, як, навіщо? Відповіді на ці та деякі інші питання містяться в документах планування.

Тренувальні плани носять циклічний характер. Найбільш розповсюдженими є такі тренувальні цикли:

— мікроцикл: 3—7 днів;

— мезоцикл: 30 днів;

— макроцикл: 6—18 місяців.

Багаторічне планування здійснюється у вигляді чотирьохрічного (олімпійського) циклу. В планах багаторічної підготовки фіксуються такі щорічні основні показники тренувального процесу:

— мета і завдання;

— обсяги тренувальних навантажень (тренувальні дні, години тренувань по засобах, зони інтенсивності);

— методи відновлення;

— методи біжучого і підсумкового контролю;

— кількість змагань, стартів, спроб;

— плановий результат.

У річному (сезонному) плані роботи вищеназвані показники плануються як помісячно, так і в цілому за рік (сезон).

Планування мезоциклів — не менш відповідальне завдання. Основне при цьому, не сліпо розписувати передбачені річним планом обсяги навантажень, а враховувати фактичний і передбачуваний фізичний та морально-психологічний стан спортсмена, як і обставини, в яких тренувальний план мезоцикла буде здійснюватись. Педагогічні спостереження за спортсменом, аналіз його особистого щоденника і показники медичного контролю є необхідними орієнтирами, особливо напередодні відповідальних змагань.

Зміст окремих занять фіксується у поурочних планах і робочих журналах. Чимало тренерів нехтують потребою готуватися до кожного окремого заняття, мотивуючи це набутим досвідом. Така думка є справедливою лише стосовно окремих деталей заняття. В цілому ж кожне заняття має бути неповторним. Вирішення однакових задач зрідка блискуче вдається одними й тими ж засобами й методами. Навіть ціпка пам'ять тренера не може утримати

усі необхідні деталі — минулі, нинішні, майбутні. Тому планування кожного конкретного заняття, з аналізом свого власного і учнівського щоденників є безумовно корисним. Зрештою, це вже є елементом аналітичного підходу до справи. Адже недаремно ще в школах Древньої Греції були спеціальні тренери — «гімнасіси», які готували навчально-тренувальні плани. Планування є основою тренувальної системи — необхідного елементу плідної тренерської праці.

Планування, особливо річне і багаторічне, має здійснюватися обов'язково індивідуально і за участю спортсмена. Важливими є постановка перед спортсменом поетапних завдань, досягаючи які він може переконуватися у правильності обраного шляху. Віра спортсмена в правильно складений план додає йому сил для здійснення запланованої праці, зміцнює переконання власного успіху, впевненість у собі. А це також і перший елемент психологічної підготовки.

Підготовка до змагань є найвідповідальнішим етапом у роботі тренера. Головне завдання тренувального процесу на цьому етапі — підвести спортсмена (команду) до того рівня спортивної форми, який необхідний для успішного (запланованого) спортивного досягнення, вираженого в об'єктивних технічних показниках (час, кілограми, сума очок), або відносних досягненнях (місце, група). Це період інтегральної підготовки, коли попередньо проведені інші види підготовки (спеціальна, загально-фізична, морально-вольова) мають вагу лише у сенсі сприяння досягненню запланованого результату. Коли спортсмену належить брати участь у невисоких для його рівня (етапних) змаганнях, то підведення спортсмена до піку форми не є обов'язковим. Більше того, завчасне входження в спортивну форму для спортсмена деколи є більш загрозливим ніж запізніле. Адже існує більше засобів прискореного набуття форм, ніж утримання її на високому рівні.

Пік спортивної форми проявляється в індивідуальній готовності окремого спортсмена до найвищого для себе спортивного результату. Але пік спортивної форми може бути і в команди в цілому, коли сума індивідуальної готовності окремих членів команди доповнюється вищою злагодженістю й чіткістю виконавських дій окремих ігрових ланок і команди в цілому.

Індивідуальна готовність спортсмена може породити вище (рекордне), принаймні для конкретного індивідуума, досягнення. Командна готовність — гарант успішного виступу команди.

Найвища майстерність тренера проявляється не тоді, коли команда готова до одного матчу, а коли в ході серії матчів вона демонструє високу спортивну майстерність. Подібні випадки, для прикладу, спостерігаються у фіналах чемпіонатів світу з футболу, коли, на перший погляд, не найкраще підготовлена команда від зустрічі до зустрічі повніше розкриває свої таланти і по справжньому вражає під час фінальної зустрічі. При найбільш вдалих тренерських «розкладках», основній меті — фінальному старту, підпорядковані не лише зміст і форма всього тривалого процесу попередньої і безпосередньої до змагань підготовки. Вирішальне значення можуть мати й попередні старту основного змагання (відбіркові, півфінальні, попередні спроби). Нерідко саме вони є тими «золотими гвіздками», з яких чекаються медалі.

Регулювання психічного стану спортсмена є одним із найскладніших моментів тренерської праці, значення якого зростає із наближенням до основних змагань (фіналів). Стан психологічної готовності формується у спортсмена заздалегідь. Знання своїх можливостей, рівня підготовленості, умов змагань, сильних і слабких сторін суперників, моделювання процесу майбутньої спортивної боротьби, готовність «перетерпіти» і ще чимало інших «дрібничок» призводять до певного стану психологічної готовності.

Комплектація команди до змагань є болючим процесом в усіх випадках, коли претендентів на участь в змаганнях більше ніж місць у команді. Особливо «делікатним» має бути процес формування, коли крім спортсменів, у комплектації команди зацікавлені певні групи осіб або організації. Тому критерії відбору спортсменів і формування команди повинні бути обумовлені завчасно (бажано письмово) і бути однозначним. Критерії педагогічної і спортивної доцільності мусять співпадати, а не суперечити офіційним умовам відбору. В процесі підготовки до офіційних (основних) змагань, спортсмен і тренер повинні зважити на необхідність пройти через низку відбіркових змагань, які в даному разі є етапною перевіркою готовності.

Окрім підготовки спортсменів і остаточної комплектації команди, підготовка до змагань покладає на тренера ще низку обов'язків. Це переважно організаційно-господарські питання: попередні підтвердження про участь у змаганнях, підготовка заявки, особистих документів спортсменів, технічних заявок, підготовка і транспортування інвентарю, спортивної форми, придбання проїзних документів, замовлення місць для проживання, вирішення побутових питань й т. ін.

Виховання спортсмена в широкому розумінні цього слова, є по суті найголовнішою функцією тренера й здійснюється специфічними засобами спорту. Огріхи виховання не тільки знижують цінність особи як людини, але й у спортивному значенні заважають розкрити її природний потенціал. І навпаки, успішно ведений виховний процес має вирішальний вплив на особу, незмірно підвищує і робить громадсько значним спортивний результат.

Тренер не завжди найбільше гордиться учнем, який досягнув найпомітніших спортивних результатів. Предметом гордості і внутрішнього задоволення є також учні, які «зірок з неба не хапали». Проте змогли й зуміли суттєво вдосконалити себе у фізичному і моральному плані. З іншого боку, час активного заняття спортом, навіть якщо він не привів спортсмена до спортивних лаврів, може стати для конкретного вихованця невичерпним джерелом наснаги і досягненням успіхів в іншій діяльності.

Доцільно зважити на те, що процес формування особи спортсмена є явищем тривалим і зрідка йде паралельно в часі з процесом спортивного зростання. Омолодження спорту є причиною дуже раннього спортивного дозрівання, а загальнолюдське, громадянське змужніння може відбутися пізніше, за умови, що виховна робота не була витіснена з процесу підготовки спортсмена. Перехід юнака чи юнки від видатного спортсмена до повноцінної, а тим більше видатної особистості, є процесом складним і тривалим, але єдино правильним. Для тренера найбільшу цінність має праця, вкладена у виховання і спортивну підготовку учнів.

Матеріальне **забезпечення** спортсменів не є безпосереднім обов'язком тренера. В усіх спортивних організаціях є спеціальні служби (особи), які мають здійснювати матеріальне забезпечення. Проте насправді ця робота не може успішно провадитися без втручання тренера, як найбільш усвідомленої і зацікавленої фігури навчально-тренувального процесу.

Тренер також є найближчою до спортсмена особою (окрім родичів), яка тією чи іншою мірою активно впливає на всі сторони життя вихованця: умови побуту, навчання, служба в армії чи робота, подекуди й сімейні справи. І усі ці елементи тренерської праці вимагають від тренера постійної доброзичливості, уважності й терпеливості.

Контрольні питання

1. Яка особливість вашої майбутньої професії?
2. На яких посадах можуть працювати фахівці з фізичного виховання?
3. Яким є основне призначення фахівця з фізичного виховання?
4. Яким є основне призначення тренера-викладача?