

Муниципальное бюджетное учреждение
спортивная школа «Икар» города Сарова

Методическая разработка

**Тема: «Взаимодействие тренера со
спортсменами»**

Выполнила:
Инструктор-методист
1 квалификационной категории
А.В. Вешкина

г. Саров, 2022г.

Установление правильных взаимоотношений в системе «тренер – спортсмен» - дело исключительно сложное и тонкое, граничащее с искусством, где многое зависит от личностных качеств, как самого тренера, так и его учеников. Кроме этого, взаимоотношения подвержены влиянию объективных факторов – возраст, пол, уровень спортивного мастерства, и субъективных – уровень культурного и интеллектуального развития тренера и спортсменов, стиль руководства, психологическая совместимость и идентичность системы ценностей и мировоззрения и т.д.

Отношения «тренер-спортсмен» определяются: задачами деятельности; системой ценностей и потребностей тренера; представлениями тренера и спортсменов об их взаимных отношениях.

Естественно, тренер подбирает спортсменов с пригодными для данного вида спорта качествами. Таких, которые способны реализовать на практике все концепции и взгляды, планы и замыслы тренера, содействуя ему в удовлетворении его потребностей, связанных со стремлением занять более высокий статус в обществе. На характер восприятия тренером своих учеников влияют: их пол, возраст, уровень спортивного мастерства и т.д.

Отношение спортсмена к тренеру также имеет свои особенности. Главной отличительной чертой этого отношения является возраст спортсмена. Психологи утверждают, что подростку, делающему первые шаги в спорте, трудно оценить, насколько его тренер профессионально грамотен. В этом случае спортсмен в первую очередь дает оценку тренеру как личности, он достаточно ясно понимает: добрый или злой человек его тренер, любит ли он детей, может ли шутить или всегда строг, уважительно ли относится к людям и т.п.

В дальнейшем на отношение спортсменов к тренеру оказывают влияние их потребности, мотивация, направленность и система ценностей - факторы, которые формирует в процессе занятий сам тренер. Значит, на последующих этапах отношение учеников к своему тренеру практически зависит от его деятельности. Однако определяет отношение спортсменов к тренеру их представление о том, как он относится к своим подопечным. Спортсменам свойственно оценивать своего тренера выше, чем он оценивает их. Обычно оценка тренера не совпадает с представлениями учеников о том, как он к ним относится. Анализ отношения спортсменов к тренеру в зависимости от стажа занятий у него показал, что отношение к первому тренеру не меняется на протяжении нескольких лет. Оно формируется у спортсменов в первый год занятий и остается неизменным на многие годы.

Исключение составляют спортсмены, не сумевшие достичь значительных успехов, в результате, у них сложилось мнение о низком профессиональном уровне своего тренера. Однако, известны случаи, когда спортсмены первого разряда, выполнив нормативы мастерства, меняют негативное отношение к тренеру и дают ему высокую оценку как специалисту.

Таким образом, одним из главных факторов, определяющим отношение спортсменов к тренеру, является способность тренера создать все условия, чтобы его ученики могли удовлетворить свои потребности в спорте. Как

показывают психологические исследования, самым болезненным для спортсмена (70% случаев) в системе отношений «тренер – спортсмен» является переход от одного тренера к другому, даже если это связано с повышением уровня спортивной специализации.

Так устроен человек, почти всегда присутствует психологический момент надсмотрщика / помощника. Всегда есть наставник, советчик, коуч. Человек, которому спортсмен доверяет, человек, который может дать совет.

Но раз тренер берет на себя, фактически, функции поводыря / помощника / управителя, а спортсмен выполняет свою часть работы, то тогда и результаты должны быть показательными и прогнозируемыми? Это так. Что же важно в тандеме «спортсмен – тренер», чтобы этот тандем был максимально эффективным и результативным?

Первый фактор, обеспечивающий результативность и эффективность тандема, это мотивация. Результат получается там, где и тренер, и спортсмен сильно мотивированы на победу. Задача тренера в этот момент – создать сценарий и расписать спортсмену шаги для достижения цели. А спортсмен должен четко выполнить эти задачи. Часто бывает так, что спортсмены выполняют в точности указания тренера, а результаты показывают те, кто сачкует и пропускает тренировки и мало придерживается плана. Но это уже совсем другая тема.

Второй фактор успешного тандема – квалификация тренера и физические и психологические способности спортсмена. Эти вещи считаются необходимыми, и их стоит выделить отдельно. Ведь именно из-за отсутствия второго фактора может всё пойти под откос.

Доказательств этому масса. В случае со взрослыми спортсменами часто можно наблюдать ситуацию, когда результат у спортсмена стоит на месте. А тренер не знает, что делать дальше, как тренировать, какие технические задачи решать. Не знает и не умеет устранять ошибки. Или видит ошибку, но не может ее устранить. Тренер может часто использовать непонятные для спортсменов «фишки», которые где-то увидел, услышал. Есть такое правило для тренера: если используешь «фишку» объясни, как она работает и что от нее получит спортсмен. Если вовремя все это не исправить, то появится трещина во взаимоотношениях между тренером и спортсменом и тогда можно с уверенностью говорить, что спортсмен в ближайшее время уйдет к другому тренеру или вообще может бросить спорт.

Что же касается детских спортивных школ и молодых спортсменов, то нарушение тандема «спортсмен – тренер» хорошо видно на примере «второсортных спортсменов», которые имеют результаты ниже среднего (по показателям группы). Тренер выбирает любимчиков и, как правило, ими становятся те, кто легко обучаем, кто показывает результат. Тренер делает ставку именно на них. Вот в этот момент и идет потеря связи между тренером и «второсортными спортсменами». Можно отметить и жесткую дисциплину: например, дополнительные физические нагрузки в качестве наказания, которые никогда не идут в плюс тренировочным планам, или же противоположное – запрет на работу в тренировочном зале. Некоторые тренеры способны применять физическую силу, раздавая налево и направо

подзатыльники или шлепки сланцем по мягкому месту. Что говорить о словесном оскорблении в адрес детей. Конечно же, связь между спортсменом и тренером и мотивация теряются.

Поэтому стоит обратить внимание на третий и самый важный фактор успешной связки «спортсмен – тренер» - это доверие. Нужно доверять. Спортсмен должен доверять тренеру, а тренер – спортсмену. Если есть хоть капля сомнения то, рано или поздно, тандем распадется, и результаты будут потеряны. Если нет доверия, спортсмен начинает думать о других вещах, о других заданиях и других планах в тренировочном процессе. Он с неуверенностью выполняет задания и, конечно, с неуверенностью выступает на соревнованиях. Сначала происходит демотивация спортсмена, а потом уже наступает раскол в отношениях.

Исследования уровня удовлетворенности спортсменов своими отношениями с тренерами позволили выявить, какие качества тренеров наиболее импонируют спортсменам. Ими оказались: профессионализм тренера, человеческая симпатия, способность общения тренера со спортсменами. Опрос проходил среди спортсменов отделений баскетбола, бокса, легкой атлетики и плавания по трем компонентам: гностическому, эмоциональному и поведенческому.