

Муниципальное бюджетное учреждение дополнительного образования
«Кингисеппская детско-юношеская спортивная школа «Ямбург»

=====

Тема:
Тренер должен учиться всю жизнь

Работу выполнила:
Жмуркова Ольга Борисовна
тренер-преподаватель

г. Кингисепп
2018 год

Каждый человек за свою жизнь много раз побывает и в роли ученика, воспитанника, и в роли учителя, воспитателя (преподавателя, наставника, инструктора и т.п.). Поэтому профессия педагога — одна из древнейших в мире. Педагогами называют людей, имеющих соответствующую подготовку и профессионально занимающихся педагогической деятельностью, т.е. вопросами воспитания, образования и обучения. Здесь следует обратить внимание на слово «профессионально». Педагоги занимаются педагогической деятельностью профессионально, а непрофессионально этой деятельностью занимаются почти все люди.

Педагогическую деятельность можно определить как особый вид социальной деятельности, направленный на передачу от старших поколений младшим накопленных человечеством культуры и опыта, создание условий для их личностного развития и подготовку к выполнению определенных социальных ролей в обществе.

Профессиональная компетентность - это уровень осведомленности, авторитетности педагога, позволяющий ему продуктивно решать учебно-воспитательные задачи, возникающие в процессе подготовки квалифицированного специалиста, формирования личности другого человека. В структуру профессиональной компетентности входят: общественно-политическая осведомленность, психолого-педагогическая эрудиция, педагогическая техника, умения и навыки по тематике и другое.

Деятельность тренера

Тренер – педагог, специалист в виде спорта, занимающийся подготовкой спортсмена (воспитанника).

Цели в работе тренера:

1. Создавать условия для занятий спортом с увлечением и укреплять дружеские взаимоотношения между воспитанниками;
2. Формировать хорошие, здоровые привычки у воспитанника;
3. Создавать возможности всем занимающимся участвовать в интересных соревнованиях;
4. Давать воспитанникам такую подготовку, которая гарантировала бы им дальнейшее спортивное совершенство;
5. Показать оптимальный спортивный результат.

Цели в работе тренера достигаются с помощью:

1. Определённых тренировок в пределах способностей воспитанников;
2. Привлечение узких специалистов (врач, массажист, психолог и т.д.);
3. Рациональная практика соревнований:

4. Наблюдение за своими воспитанниками от начала занятий за их прогрессом и спортивным результатом.

Специфические особенности деятельности тренера:

- Вероятность достижения поставленных целей;
- Специфическая регламентация труда (подготовка к УТ занятию занимает намного больше времени, чем сама тренировка);
- Существенная зависимость от одарённости своих воспитанников;
- Высокий эмоциональный фон деятельности, значительное число конфликтных ситуаций и периодические действия в экстремальных ситуациях;
- Внежанровая конкуренция;
- Обучение двигательным действиям, которое тренер никогда не выполнял сам с оптимальным результатом.

Уровни деятельности тренера:

Уровень начальной подготовки: тренер имеет цель - привлечение юных спортсменов, создание базы общефизической подготовки и отбор детей пригодных к данному виду спорта;

критерий эффективности на данном уровне - количество регулярно занимающихся и переданных (переведенных) на следующий этап воспитанников, выполнение разрядных нормативов.

Уровень углублённой специализации: цель специализация в избранном виде спорта;

критерий эффективности - количество подготовленных воспитанников 1-го и 2-го разрядов, а так же результаты в городских, районных, областных и всероссийских соревнованиях.

Уровень базового мастерства: цель - выявление одарённых воспитанников;

критерий эффективности - результаты в Чемпионатах Ленинградской области, СЗФО России, всероссийских соревнованиях, количество воспитанников зачисленных в сборные команды, количество подготовленных КМС и МС.

Факторы, определяющие эффективность в работе тренера.

Эффективность деятельности тренера зависит от объективных и субъективных факторов.

Объективные: природно-климатические условия местности.

Субъективные:

1. возрастные и половые особенности воспитанника;
2. личностные качества тренера (профессиональная компетентность, организаторский талант, обладание ораторским искусством);

3. личностные качества воспитанника (врождённые качества и способности к восприятию двигательной информации, антропометрические качества - рост, вес и т.д., строение мышц);

4. состав у населения традиций и интересов (массовость).

Функции тренера

1. Воспитание культуры:

Знать:

Интересы своих воспитанников, их способности, темперамент. Социальное положение и обеспеченность семьи воспитанника. Отношение в школе, к занятиям спортом воспитанника.

Уметь:

Проводить специальные беседы о моральном облике спортсмена. Поддерживать связь с общеобразовательной школой, семьей. Подбирать различные формы соревнования по трудовым и спортивным показателям. Находить и применять разнообразные меры поощрения и наказания воспитанников.

2. Функция отбора

Знать:

Основные закономерности развития организма:

а) морфологические;

б) физиологические;

в) психические;

г) физические и модельные характеристики воспитанника.

Как найти одаренных детей. Ведущие качества, необходимые спортсмену для выполнения II р., I р., КМС, МС и достижения высших спортивных результатов. Закон Гаусса — закон нормального распределения, который предусматривает наличие в любом контингенте занимающихся определенного процента людей, не способных к конкретной специфической деятельности.

Уметь:

Прогнозировать и предвидеть спортивные результаты. Осуществлять набор способных детей в группы начальной подготовки. Проводить отбор в учебно-тренировочные группы, группы спортивного совершенствования. Пользоваться средствами и методами отбора (общие, специальные, инструментальные). Систематизировать материалы наблюдений тренировочного процесса и анализировать литературу по вопросам отбора.

3. Функция планирования

Знать:

Сроки официальных соревнований. Как подобрать нагрузки по объему и интенсивности.

План подготовки спортсмена (команды) на определенный (соответствующий) год, годы. Учебный план и график распределения рабочих часов на определенные месяцы.

Уметь:

Прогнозировать конечную цель подготовки воспитанниц. Установить сроки контрольных, прикидочных, отборочных соревнований по отношению к главным соревнованиям и спортивные результаты, которые необходимо достичь. Установить тренировочные нагрузки по времени, интенсивности и объему и дни восстановления. Финансовые возможности, материально-техническое обеспечение и график загруженности спортооружения.

4. Учебно-тренировочная функция

Знать:

Принципы, средства, формы и методы обучения и совершенствования. Физические упражнения из других видов спорта. Специальные способности воспитанника, ее черты характера, интеллектуальный уровень, творческое мышление, отношение к выполнению тренировочной работы.

Уметь:

Использовать многообразные принципы, средства, формы и методы обучения и совершенствования. Обучать мерам безопасности. Обучать наиболее рациональной технике и тактике. Формировать, совершенствовать определенные физические и психические качества спортсменов. Выделять основные элементы техники. Включать в тренировочный процесс мысленные упражнения.

5. Функция контроля, учета и коррекции

Знать:

Виды контроля: самоконтроль; педагогический; врачебно-педагогический; врачебный.

Направления контроля: функциональное состояние (способность переносить нагрузки и восстанавливаться); контроль за уровнями подготовленности (физической, технической, тактической, интеллектуальной, моральной и специальной психической, функциональной и комплексной). Разрядные нормы и порядок присвоения очередного спортивного разряда или звания.

Уметь:

Следить за состоянием здоровья воспитанников. Вести педагогические наблюдения и анализировать их. Определить уровень моральной и специальной психической, физической, технической, тактической, интеллектуальной подготовленности, функциональных возможностей. Анализировать динамику спортивных результатов и вводить коррекцию.

6. Функция материально-технического обеспечения

Знать:

Новинки технического обеспечения появляются в данном виде спорта. Знать цены на инвентарь, оборудование, форму и т. д. Как составляется заявка на приобретение спортивной формы, инвентаря, оборудования и акт на списание имущества, пришедшего в негодность.

Уметь:

Вести различную документацию хозяйственно-финансовой деятельности: ведомости, отчеты, расписки, заявки, приказы.

7. Судейская функция

Знать:

Досконально правила соревнований по своему виду спорта и последние изменения и добавления. Обязанности судей на всех участках судейской работы. Как пишется заявка на участие в соревнованиях. Как оформляется протокол соревнований.

Уметь:

Выполнять обязанности судей на всех участках судейской работы. Разрабатывать положение о соревнованиях. Подготавливать соответствующую документацию. Проводить со всеми воспитанниками семинары по подготовке судей и беседы по правилам соревнований. Привлекать к соревнованиям родителей, спонсоров, журналистов и телевидение.

8. Секундантская функция

Знать:

Своих подопечных (положительные и отрицательные качества, внешние признаки проявления эмоционального состояния). Права воспитанников и тренера на соревнованиях. Признаки различных предстартовых психических состояний и способы управления ими. Средства секундирования: словесные, условные сигналы, мимика и жесты, аппаратные.

Уметь:

Пользоваться средствами, формами и методами секундирования. Создавать оптимальный настрой у спортсмена на выполнение упражнения (игру, забег и т. д.). Снимать излишнее нервное напряжение. Помогать обрести уверенность в своих силах. Определять тактику выступления и выполнения упражнения. Давать спортсмену установку не на результат, а на соревновательную деятельность. Анализировать выступление спортсмена (хорошее или плохое) не сразу и только в спокойной обстановке и доброжелательности.

9. Научно-исследовательская функция

Знать:

Методы и средства исследования. Последние достижения в науке и технике. Правильное использование и обработку литературных источников. Основные методы исследования, принятые в избранном виде спорта.

Уметь:

Обрабатывать полученные данные, излагать результаты исследований и математически их обрабатывать. Подготовить иллюстрированный материал и наглядные пособия по результатам исследований и своевременно внедрить их в практику тренировки. Владеть навыками записи спортивных действий во время соревнований и обработки полученных данных. Владеть навыками устного и письменного изложения результатов исследования.

10. Функция самосовершенствования

Знать:

Как правильно оценивать свои знания и умения. Как совершенствовать свои физические данные. Принципы, средства, формы и методы самосовершенствования и саморегуляции.

Уметь:

Постоянно совершенствовать культуру речи, поведения. Совершенствовать свои физические качества; соблюдая нормы общественной и личной гигиены. Управлять своим психическим состоянием и психологической настройкой на занятия. Осуществлять контроль за своим поведением, действиями, движениями, мимикой, эмоциями и т. д. Регулярно проходить профессиональную переподготовку на курсах.

11. Представительская функция

Знать:

Положения о соревнованиях. Особенности условий в месте проведения соревнований (проживание, питание, спортивное сооружение, климат). Распорядок дня воспитанников (режим, соревнования). Количественный состав команды, возрастные ограничения и т. д. Упражнения, выполняемые на данных соревнованиях.

Уметь:

Оформлять документацию при выезде на соревнования (заявки, письма на освобождения, заявки на проездные билеты, получение подотчетных денег). Подготавливать необходимые для поездки документы (постановление, смету, командировочное удостоверение, заявку на билеты, официальную заявку на участие с визами и печатями руководства и врачебно-физкультурного диспансера, классификационные книжки. Обеспечивать воспитанниц соревнований проживанием, питанием. Организовывать быт воспитанниц и поддерживать соблюдение ими распорядка дня.

12. Правовая функция

Знать:

Положения, правила, законы, постановления и нормативные документы. Нормативные документы о наполняемости групп, табельном обеспечении, суточными, зарплатой.

Положения об освобождении спортсменов от учебы и работы:

1. социальное страхование (больничный лист, льготы, премия, пенсия);
2. заработная плата (тарификация, стаж, категория, звание);
3. рабочее время;
4. время отдыха — отпуска, выходные и праздничные дни;
5. как оформлять документы к сборам.
6. социальное страхование (больничный лист, льготы, премия, пенсия);

Уметь:

Оформлять деловые и финансовые документы. Оформлять документацию на присвоение разрядов, судейских категорий и почетных званий. Что тренер несет моральную, профессиональную и юридическую ответственность за здоровье, воспитание и спортивные результаты воспитанниц. Рационально использовать финансовые возможности спортивного коллектива.

13. Организаторская функция

Знать:

Задачи, которые необходимо решить на очередном этапе или периоде подготовки. Критерии отбора на различных этапах подготовки. Индивидуальные особенности характера отдельных воспитанников.

Уметь:

Организовать обучение, совершенствование и воспитание культуры воспитанников. Сплотить воспитанников в единый дружный коллектив, развивать их инициативу и активность. Организовать досуг воспитанниц на сборах, в пути, на соревнованиях. Создавать условия, повышающие творческую атмосферу, познавательный интерес и положительные стимулы членов коллектива, готовить актив и направлять их усилия на достижение цели, руководить размещением участников УТС.

Общая характеристика педагогических способностей тренера.

Способности - свойства личности, обеспечивающие пригодность к обучению, деятельности и обеспечивающие успешность их осуществления.

Способности включают:

1. Познавательную (совершенствование этой составляющей);
2. Эмоционально - волевую;
3. Психомоторную (позволяет воспринимать двигательную информацию) составляющие.

Качественные признаки способностей:

1. Скорость обучения.
2. Широта переноса знаний, умений и навыков.
3. Уровень достижений и оригинальность приёмов деятельности.

Выделяют два вида способностей:

- общие - высокая концентрация внимания;
- специальные - влияющие на определённый вид деятельности.

Уровни развития способностей:

1. Репродуктивный (воспроизведения);
2. Творческий;
3. Талант;
4. Гениальность.

Педагогические способности тренера:

1. *Академические* - проявляются в творческом, научном подходе к работе, применение в тренировочном процессе новых методик, в повышении общей и специальной образованности, применять на тренировках элементы программного и проблемного обучения.

2. *Дидактические* –

- умение передавать учебный материал в доступной форме;
- добиваться активного и сознательного восприятия учебного материала; обеспечивать наглядность в обучении;
- систематически и последовательно планировать учебный процесс, внося соответствующие коррективы;
- добиваться прочного усвоения учащимися соответствующих навыков; обеспечивать единство обучения и воспитания.

3. *Коммуникативные* - проявляются в умении легко:

- вступать в контакты и доброжелательные отношения с др. людьми; управлять и своим психическим состоянием, эффективно реагировать на различные эмоциональные, стрессовые ситуации;
- быть выдержанным при общении с воспитанницами, уметь спокойно выслушивать их мнение;
- в повседневной жизни являться примером для воспитанниц.

4. *Гностические* («гносиос» - знания) - это не просто знания, но и умение анализировать свою деятельность и деятельность своих воспитанников;

- эффективно использовать опыт других тренеров;
- анализировать объективные и субъективные факторы, влияющие на тренировочный процесс;
- анализировать достоинства и недостатки в личности воспитанника.

5. *Психомоторные* - проявляются:

- в умении опираясь на свои знания и опыт правильно и доходчиво продемонстрировать отдельные элементы или целостную технику при обучении или совершенствовании;
- должен учитывать индивидуальные способности воспитанниц по усвоению отдельных двигательных навыков.

6. *Способность завоевания авторитета* - проявляется:

- в умении влиять на деятельность и личность воспитанника;
- воспитанники хотят видеть в своём тренере человека, который приводит их к вершинам спортивного мастерства;
- кроме этого тренер должен быть энтузиастом, преданным своему делу, достойным человеком, показывать пример в жизни и труде. Тренер должен выполнять свои обещания, а в случае ошибки он обязан извиниться перед своим воспитанником.

7. *Способность предвидения и прогнозирования* - эта способность позволяет своевременно выявить задатки у своих воспитанников и спрогнозировать их путь к достижению спортивных результатов. Важным является умение в определении узкой специализации.

8. *Перцептивные способности (воспитание)* - обуславливается умением воспринимать отношения воспитанников к учебно-тренировочному процессу, по незначительным признакам улавливать малейшие изменения во внутреннем состоянии воспитанника; умение найти правильный подход к воспитанникам.

9. *Экспрессивные* - умение чётко и ясно выражать свои мысли с помощью речи, мимики и жестов, речь должна быть чёткой, понятной, без стилистических и орфографических погрешностей. Однообразная и монотонная речь быстро утомляет. Во время соревнований тренеру необходимо говорить то, что нужно или необходимо делать, а не то, где совершаются ошибки. Во время неудачного выступления тренеру не следует повышать голос, ему необходимо оказать моральную поддержку воспитаннику и сказать слова одобрения (для 90% спортсменов).

Трудности

Под трудностями понимают субъективное состояние напряженности, тяжести неудовлетворенности, которое вызывается внешними факторами деятельности и зависит от характера самих факторов образовательной и физической подготовленности к деятельности и отношения к ней.

Трудности в деятельности тренера обусловлены двумя группами причин:

Объективными (дефицит свободного времени; недостаточная помощь руководства; отсутствие координации между школой, отсутствие спортивной базы, тренировочным и соревновательным процессом; недостаток материальных средств).

Субъективными (слабое знание вида спорта; психологии; низкий уровень планирования; неумение проводить соревнования; отсутствие организаторских способностей).

Наибольшие трудности тренеров в начале карьеры:

1. ошибки, связанные с недостаточной общей и теоретической подготовкой, неумение управлять своими психическими состояниями в соревновании, медленная реакция;

2. ошибки, связанные с переоценкой своих возможностей: самоуверенность, неприятие советов, категоричность суждений;

3. ошибки, связанные с установлением взаимоотношений с воспитанниками, проявление невнимания к слабо подготовленным, невыполнение обещаний, жалобы на воспитанников родителям;

4. ошибки, связанные с взаимоотношениями с коллегами, со школами, пренебрежение традициями;

5. ошибки, связанные с недостаточным уровнем воспитанности и общей культуры, отсутствие инициативы, стремление завоевать авторитет любой ценой.

Условия эффективной деятельности:

- систематическое прогнозирование тренировочного процесса;
- единство организации, регулирования, контроля;
- положительный стиль руководства;
- развитие коллективных форм в обучении и коллективных отношений;
- учет возраста, возможностей и особенностей.

Классификация тренера по виду деятельности:

1. Контингент спортсменов;
2. Половые различия;
3. Квалификация;
4. Специализация.

Тренеры делятся по типу:

1. Личные;
2. Коллективные.

По виду деятельности:

1. По отбору;
2. По учебно-тренировочному процессу;
3. Тренер для соревнования.

Поощрения и наказания в деятельности тренера.

Поощрение - приём педагогических воздействий, реализующий один из основных методов воспитания - стимулирование. Поощрение применяется с целью закрепить положительное у спортсмена, стимулирует стремление быть лучшим.

Поощрение осуществляется различными средствами:

1. Похвала;
2. Одобрение;
3. Благодарность;

Награждение - от простой грамоты заканчивая премией.

На эффективность поощрения влияет:

1. Своевременность;
2. Гласность (особенно важно для новичков, эмоционально неустойчивых воспитанниц и с высоким уровнем тревожности);
3. Ценность поощрения возрастает, если инициатива исходит от коллектива;
4. При поощрении важно соблюдать чувство меры;
5. Поощрение должно сопровождаться ростом требований;
6. Поощрение влияет на всю группу и его нельзя применять постоянно к одним и тем же воспитанникам.

Наказание - приём педагогического воздействия, реализующих один из основных методов воспитания - принуждение.

Наказание осуществляется в различных формах:

1. неодобрение;
2. выговор;
3. отстранение от задания или соревнования;
4. требование публичного объяснения;
5. материальное наказание.

Действенность наказания определяется:

1. Справедливостью – то есть наказание не должно реализовываться поспешно;
2. «Дозой» наказания - штраф должен быть одинаков для всех;
3. Форма наказания - определяется индивидуально - психологическими особенностями воспитанника, возрастом занимающегося и спортивным опытом.

Наказание обязательно должно быть доведено до конца. Самым действенным наказанием является порицание со стороны коллектива. Педагогу при применении наказания следует проанализировать: суть поступка; его мотивы; последствия, и только тогда определить степень вины и преминуть наказание. Самый высший уровень наказания - когда коллектив занимается, а наказанный воспитанник - нет.

Педагог - не только профессия, суть которой передавать знания, но и высокая миссия сотворения личности, утверждения человека в человеке. В этой связи можно выделить совокупность социально и профессионально обусловленных качеств педагога:

- высокая гражданская ответственность и социальная активность; любовь к детям, потребность и способность им отдать им свое сердце; духовная культура, желание и умение работать вместе с другими;
- готовность к созданию новых ценностей и принятию творческих решений; потребность в постоянном самообразовании; физическое и психическое здоровье, профессиональная работоспособность.

Профессионально-педагогическая направленность:

- идейная убежденность, общественная активность, склонность к доминированию, социальный оптимизм, коллективизм, профессиональная позиция и призвание к инженерно-педагогической деятельности;

Профессионально-педагогическая компетентность:

- общественно-политическая осведомленность, психолого-педагогическая эрудиция, инженерно-технический кругозор, педагогическая техника, компьютерная подготовленность, умения и навыки по рабочей профессии, общая культура.

Профессионально-важные качества личности:

- организованность, социальная ответственность, коммуникативность, прогностические способности, способность к волевому воздействию,

эмоциональная отзывчивость, доброта, тактичность, рефлексия на свое поведение, профессионально-педагогическое мышление, техническое мышление, произвольное внимание, педагогическая наблюдательность, самокритичность, требовательность, самостоятельность, креативность в области педагогической и производственно-технологической деятельности;

Психодинамические свойства:

- возбудимость, уравновешенность, эмоциональная устойчивость, высокий темп психической реакции, успешность формирования навыков, экстравертированность, пластичность.

Проверка результатов деятельности воспитанников, выработка у них способности к самопроверке, самоконтролю. Процесс контроля и проверки - это процесс обратной связи, без которого невозможно управление любым процессом, в том числе и учебно-тренировочным. Эффективность его определяются во многом педагогическим чутьем тренера.

Исходя из выше изложенного, можно сделать вывод что, эффективность качества работы тренера зависят от увлеченности, старательности, настойчивости, трудолюбия, энергичности, самолюбия, склонности к новаторству.

Эта информация полезна как состоявшимся, так и начинающим тренерам.

Список литературы:

1. Крутская Е. А. Роль имиджа педагога в его профессиональном общении // physfac.bspu.secna/conf/phedu
1. Белорусова В.В. Воспитание в спорте.- М.: Ф и С, 1974
2. Войцеховский С.М. Книга тренера.- М.: Ф и С, 1971