

**ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ  
АСПЕКТЫ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ  
ПЕДАГОГА-ТРЕНЕРА**

Состояние психологической готовности имеет сложную динамическую структуру, является выражением совокупности интеллектуальных, эмоциональных и волевых сторон психики человека в их соотношении с внешними условиями и предстоящими задачами.

Существуют две формы  
психологической готовности.

**Готовность как психическое состояние** — это временная или ситуативная готовность. Она лишь относительно устойчива, ее структура соответствует оптимальным условиям достижения цели.

Психологическая готовность как устойчивая характеристика личности — это **длительная устойчивая готовность, или подготовленность.**

Обычно эта форма готовности бывает сформирована заранее, действует постоянно и нет необходимости формировать ее в связи с каждой возникающей задачей.

Оба эти вида готовности существуют и проявляются в единстве.

Временная готовность как состояние зависит от долговременной готовности и, в свою очередь, определяет ее продуктивность в данных обстоятельствах.

В зависимости от конкретных задач деятельности некоторые компоненты длительной готовности могут трансформироваться во временную готовность.

# Состояние готовности включает:

- познавательные компоненты
- эмоциональные компоненты
- мотивационные компоненты
- волевые компоненты

# Познавательные компоненты

- понимание профессиональных задач,
- оценка их значимости,
- знание способов решения,
- представления о вероятных изменениях трудовой обстановки



# Эмоциональные компоненты

- чувство профессиональной чести и ответственности,
- уверенность в успехе,
- воодушевление

# Мотивационные компоненты

- потребность успешно решать задачи,
- интерес к процессу их решения,
- стремление добиться успеха и показать себя с лучшей стороны

# Волевые компоненты

- мобилизация сил,
- преодоление сомнений и т. д.

# Главные общие условия формирования готовности тренера к творческому труду:

- самостоятельное и критическое усвоение накопленной человечеством культуры;
- активное участие в решении общественно значимых задач;
- специальное развитие творческого арсенала личности – ее психических процессов.

Профессия тренера как педагога  
предъявляет к нему следующие  
группы требований

## К физическим качествам:

- хорошее, крепкое здоровье,
- особая выносливость нервно-психической сферы,
- достаточно звучный выносливый голос.

# К нервно-психической сфере:

- распределенность внимания (одновременная установка на несколько как внутренних, так и внешних предметов),
- непрерывность внимания (способность сохранять его долгое время, не понижая из-за утомления),
- устойчивость (способность не ослаблять внимания под влиянием внешних впечатлений),
- наблюдательность, память (точность, быстрота запоминания, длительность удержания, быстрота воспоминания по первому требованию),
- мышление (сочетание синтетического и аналитического типов мышления,

# К нервно-психической сфере:

- самостоятельность,
- точность и тонкость суждений,
- находчивость и изобретательность, критическое отношение к своей и чужой работе),
- воображение (способность быстро, ярко и точно представлять тот или иной объект, способность восстанавливать неполные впечатления и представления, активная фантазия, конструктивная комбинаторная фантазия, художественная чуткость, восприимчивость к красоте)



## К волевым качествам:

- целеустремленность,
- умение настойчиво добиваться цели,
- терпение, способность владеть собой и влиять на других,
- ГОТОВНОСТЬ НЕСТИ ОТВЕТСТВЕННОСТЬ.

Кроме свойств личности результативность педагогической деятельности, а следовательно творческую готовность тренера определяет развитие специальных педагогических, спортивных и общих способностей.

В структуре специальных педагогических способностей выделяют два комплекса структурных компонентов: проективный и рефлексивный.

Проективные способности  
отражают структуру педагогической  
деятельности.

**Рефлексивные** являются условием создания нормальных взаимоотношений тренера и воспитанников и включают:

- особую чувствительность к объекту - субъекту педагогической деятельности («чувство объекта»);
- особую чувствительность к степени своего воздействия на другого человека («чувство меры»);
- особую чувствительность к регулированию системы отношений субъект - объект педагогической деятельности («чувство причастности»).

# Структурные компоненты способностей тренера к спортивной деятельности:

- догадка (быстрый перебор возможных вариантов стратегии и тактики решения спортивных и педагогических задач, развитая система рассуждений и действий);
- дифференциальная чувствительность;
- вероятностное прогнозирование;
- способность к обобщению, выявлению педагогических закономерностей в учебно-воспитательном процессе,
- творческий и разнообразный характер ведения тренировки, оперативность в решении различных задач в ходе тренировки и вне ее; кратковременная память;
- быстрота и гибкость конструктивных решений в ходе учебно-воспитательного процесса;
- использование разнообразных методических приемов обучения и способов педагогического воздействия.

## К компонентам более общих педагогических способностей относятся:

- гностический компонент,
- проектировочный компонент,
- конструктивный компонент,
- организаторский компонент,
- коммуникативный компонент,
- осознание отношения к себе.

Анализ характеристик  
специальных педагогических и  
спортивных способностей  
тренеров разного уровня мастерства  
показал следующее



## Тренеров высокого уровня мастерства характеризует:

- наиболее высокий уровень развития всех видов способностей, причем ведущими компонентами являются более специальные способности;
- ярко выраженная педагогическая направленность;
- ответственность к делу и любовь к детям;
- стремление овладеть психолого-педагогическими знаниями и опытом своих коллег;
- должная самокритичность и принципиальность в отношениях с товарищами по работе.

## Тренеров среднего уровня мастерства характеризует:

- достаточно высокий уровень развития всех видов способностей, но ведущими компонентами являются в основном аналитико-синтетические способности мыслительной деятельности;
- должная ответственность к работе, любовь к педагогической профессии и детям;
- трудом устанавливают деловые взаимоотношения с подростками и коллегами по работе;
- опыт мастеров они заметно игнорируют, недооценивают достижения науки;
- несамокритичны, стремятся скрыть недочеты в работе.

**Тренеров низкого уровня мастерства** характеризует неоднородность развития специальных способностей.

Так, уровень проективных способностей значительно ниже уровня двух других групп, уровень рефлексивных и спортивных способностей значительно ниже уровня этих способностей у тренеров-мастеров и не отличается от уровня этих способностей у тренеров средней группы.

## Тренеры низкого уровня мастерства:

- с трудом переосмысливают передовой опыт коллег и достижения психолого-педагогической науки;
- может быть ярко выражена любовь к делу, к детям, но особую склонность они питают лишь к спортивной деятельности;
- постоянно конфликтуют с юными спортсменами, родителями и руководством школы;
- несамокритичны;
- постоянно чем-то недовольны, ворчат, ссылаются на трудности в своей работе.

Важным условием формирования  
готовности личности к  
деятельности является ее адаптация  
к реальным условиям  
педагогического процесса.

**Адаптация** трактуется как многосторонний динамический процесс, обусловленный взаимодействием ряда факторов:

- ПСИХОЛОГИЧЕСКИХ;
- СОЦИАЛЬНО-ПСИХОЛОГИЧЕСКИХ;
- ФИЗИОЛОГИЧЕСКИХ;
- ОБЪЕКТИВНО-СОЦИАЛЬНЫХ.

По содержанию, мотивам и результатам можно выделить два типа адаптации:

- творческую
- формальную.

**В результате творческой адаптации тренер глубоко и прочно овладевает основами профессионального мастерства, формирует творческое мышление, становится высоко активным в учебно-воспитательной работе с юными спортсменами.**



При формальной адаптации тренер приспособляется к деятельности лишь с целью достичь спортивных результатов руководимого им детского коллектива, упуская главные цели педагогической деятельности.

Выделяют 5 уровней адаптации,  
которые характерны для всех  
тренеров в начале их  
профессиональной деятельности

# Негативный уровень

- тренер не владеет методами и формами обучения и воспитания юных спортсменов;
- не умеет корректировать свою деятельность, у него отсутствует потребность в самоконтроле, самообразовании;
- слабая познавательная активность;
- отсутствие положительной направленности на воспитательную деятельность (преобладает спортивный интерес);

# Негативный уровень

- отрицательное отношение к исследовательским методам;
- недостаточная требовательность к себе;
- плохо планирует работу, затрудняется в определении цели, задач и порядка проведения любого задуманного дела;
- негативно относится к созданию новых приемов, комбинаций, возможных вариантов изменений в учебно-воспитательной работе;
- актив команды у такого тренера в основном бездействует.

# Пассивный уровень

- тренер безразлично относится к спортивным результатам слабых подростков;
- формально осваивает методы, формы учебно-воспитательной работы;
- недостаточно хорошо умеет корректировать свою деятельность;
- имеет слабую потребность в самоконтроле и самообразовании, неустойчивую направленность на деятельность;

# Пассивный уровень

- тренер вял и пассивен как во время разбора игры, тренировки, так и при прогнозировании перспектив деятельности команды;
- во время тренировки рассеян, на вопросы воспитанников совсем не отвечает, а если отвечает, то с трудом;
- действия медленные, вялые, неточные;
- актив команды действует, но эпизодически.

# Активный уровень

- тренер положительно относится к деятельности;
- стремится в совершенстве овладеть методами и формами учебно-воспитательной работы;
- достаточно хорошо умеет корректировать свою деятельность;
- имеет потребность в самоконтроле и самообразовании, среднюю познавательную активность в учебно-тренировочном процессе;

# Активный уровень

- тренер бодр, активен, жизнерадостен, подвижен;
- продуктивно участвует в разборе игры и тренировки;
- реализует свои замыслы, разбирая с юными спортсменами тактические схемы, проблемно-обучающие ситуации;
- умело действует через актив команды, на вопросы подростков отвечает быстро, уверенно.



# Активно-продуктивный уровень

- тренер положительно относится к деятельности, глубоко усваивает методы и формы учебно-воспитательной работы;
- умеет быстро корректировать свою деятельность;
- имеет устойчивую потребность в самоконтроле и самообразовании; высокую познавательную активность; достаточную продуктивность учебно-воспитательной деятельности;

# Активно-продуктивный уровень

- тренер бодр, чрезвычайно подвижен и оживлен;
- внимание сосредоточенное;
- отсутствует проявление нетерпения;
- действия энергичные, точные, слово не расходится с делом.

# Творческий уровень

- тренер осознанно относится к деятельности в целом;
- творчески осознает методы и формы учебно-воспитательной работы;
- хорошо умеет корректировать свою деятельность;
- имеет устойчивую потребность в самоконтроле и самообразовании, высокую требовательность и самокритичность оценки собственного труда;
- имеет высокую познавательную активность, стремление внедрять лучший опыт в практику работы спортивного коллектива;

# Творческий уровень

- использует современные методы исследования;
- имеет высокую продуктивность учебно-воспитательной работы с юными спортсменами;
- тренер развивает в воспитанниках необходимые спортивные умения, учит по-настоящему ценить каждую минуту, концентрировать свою волю и внимание, преодолевать недостатки, познавать себя, анализировать движения, делать выводы, учит взаимопомощи.

Степень готовности к деятельности определяется вооруженностью тренера общими и профессиональными знаниями, умениями, навыками, а также совершенствованием психических процессов, состояний и свойств личности.

Особенно влияют на работоспособность психические состояния человека.

**Психическое состояние** представляет сложное образование, в котором можно выделить интеллектуальную, эмоциональную и двигательную стороны.

**Интеллектуальная сторона** определяется степенью осмысленности тех или иных педагогических действий тренера и сосредоточенностью внимания на них, мысленным проектированием предстоящей работы, выделением ее важнейших моментов (оздоровительных, образовательных, воспитательных задач), прослеживанием последовательности действий и мысленным распределением своих сил в предстоящей работе.

## Эмоциональная сторона выражается в:

- положительных эмоциях (бодрости, уверенности, любознательности, радости, энтузиазме);
- отрицательных эмоциях (усталости, вялости, подавленности, угнетенности, апатии).



**Двигательная сторона** проявляется в четкости, точности, быстроте и целесообразности или же медлительности, нечеткости, суетливости действий и движений тренера.

Психические состояния изменчивы и ограничены во времени. Однако они более устойчивы, чем психические процессы.

Например, если тренер не замечает сдвигов в состоянии учеников, то это не значит, что таких сдвигов нет.

Наоборот, следует всегда исходить из возможности таких сдвигов, чтобы вовремя предупреждать нежелательные.

Все психические состояния, которые испытывает тренер, можно объединить в 4 группы.

При выделении этих групп психических состояний учитывается их влияние на качество практической деятельности тренера в работе с юными спортсменами.

## Активное положительное психическое состояние

- тренер жизнерадостен, бодр;
- внимание у него сосредоточено;
- движения энергичные, четкие;
- быстро принимает обоснованные решения.

Это состояние психической и творческой готовности к предстоящей педагогической деятельности.

# Пассивное положительное психическое состояние

- тренер в целом положительно относится к выполняемому делу, но недостаточно собран, мобилизован;
- не очень подвижен;
- внимание не совсем устойчиво, движения нечеткие.

Внезапная смена обстановки, неожиданные вопросы могут вызвать у тренера временное замешательство или заминку.

## Активное отрицательное психическое состояние

- тренер, имея предубеждение к делу или условиям его выполнения, все же оживлен;
- однако его внимание не сосредоточено;
- движения хотя и быстрые, но недостаточно организованные;
- спешит в действиях, поэтому часто ошибается.

В подобном состоянии тренер может под влиянием неожиданных факторов допустить срыв, внезапно потерять работоспособность.

# Пассивное отрицательное психическое состояние

- тренер настроен неохотно к предстоящей работе, вял;
- движения медленные, нечеткие.

В подобном состоянии деятельность тренера становится малоэффективной.

Положительные психические состояния стабильно проявляются у тренеров высокого уровня мастерства, а отрицательные преобладают у тренеров среднего и низкого уровней.



Положительные психические состояния при правильной саморегуляции и самоконтроле могут закрепляться и становиться устойчивыми личностными особенностями тренера.

Наиболее важными условиями снятия отрицательных психических состояний являются:

- вооруженность тренеров педагогическими знаниями, навыками и умениями;
- формирование на этой основе уверенности в умении управлять детским спортивным коллективом и превращать его в инструмент воспитательного воздействия на каждого юного спортсмена.

Преодолению отрицательного психического состояния способствуют:

- стремление к последовательности педагогических действий при организации различных дел;
- упражнения в роли организаторов различных видов деятельности;
- овладение способами алгоритмизации педагогических задач.