

СТИЛЬ ТРЕНЕРА – ПРЕПОДАВАТЕЛЯ В УСПЕШНОЙ СПОРТИВНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ

Большое значение в развитии тренером - преподавателем успешной деятельности в спорте имеет стиль его работы, который определяет задачи тактической и технической подготовки юных спортсменов, навыки тренера - преподавателя в организации тренировочного, соревновательного процесса, педагогические способы, методы, используемые для поддержания дисциплины спортсменов, а также роль, которую он отводит юным спортсменам в принятии решений. Социально - психологические аспекты деятельности тренера - преподавателя фокусируются на стиле управления юными спортсменами, на устойчивой системе методов и средств, приёмов общения со спортсменами.

Выделяют три основных стиля: авторитарный, демократический и либеральный.

Авторитарный (командный) стиль предполагает, что все решения в тренировке спортсмена или команды принимает тренер, а спортсмену отводится роль исполнителя его команд. Основу для этого подхода составляет предположение, что у тренера есть знания и опыт, и в этом состоит роль тренера, чтобы указать спортсмену, что надо делать. Роль спортсмена – выслушать, понять и, подчинившись, выполнить. Группы, руководимые авторитарно, проявляют агрессивность или апатию. Доминирование педагога зачастую подавляет интерес к процессу обучения, творчеству и развитию самостоятельности, делая подопечных педагога апатичными. В определенных ситуациях отмечается целесообразность авторитарного стиля, например, при наличии в команде агрессивных спортсменов, отсутствия дисциплины, в экстремальных ситуациях, когда требуется предельное напряжение сил юного спортсмена и команды.

Демократический (совместный) стиль оценивается более высоко, чем авторитарный. Так, говоря о безусловном преимуществе демократической модели управления, которая стимулирует активность и самостоятельность членов группы, отмечается, что к ней необходимо стремиться во всех случаях, когда это позволяет состав группы и благоприятное стечение обстоятельств. Высказываются мнения о предпочтительности для спортсменов высокой квалификации демократического стиля управления, по мнению спортсменов, с ростом организованности, сплочённости коллектива демократичность должна увеличиваться в гораздо большей степени, чем считают тренеры - преподаватели. Управление командой должно быть демократичным, воспитывающим в спортсмене взаимное доверие, веру в общее дело, и это создаёт в команде дух сотрудничества и братства.

Тренеры, выбирающие принятие решений совместно с их спортсменами, наряду с признанием своей обязанности обеспечить лидерство и вести молодых людей к достижению сформулированных целей, понимают, что они не смогут стать ответственными взрослыми, не учась принимать решения. Совместный стиль обеспечивает нужный баланс между мотивацией спортсменов и непосредственно разрешением действовать. Тренеры с демократическим стилем сосредотачиваются на обучении, которое включает не только техническую и тактическую подготовку, а также и формирование навыков, которые необходимы им в будущей жизни после спорта.

Либеральный (соглашательский) стиль предполагает минимальное вмешательство тренера - преподавателя во внутреннюю жизнь юного спортсмена или команды, когда он принимает насколько возможно меньшее количество решений и различных указаний. Он выдает небольшие, общие инструкции, обеспечивая минимальное руководство в организации действий и решает проблемы дисциплины, только когда это очень необходимо. В ряде работ предполагается, что либеральный стиль неприемлем в спорте и возможен в сфере физической культуры. Ряд тренеров принимают этот стиль, потому что они испытывают недостаток в компетентности и уверенности для обеспечения руководства, не хотят или не могут посвятить необходимое время и усилия, чтобы должным образом подготовиться, или просто полагают, что этот стиль тренировки является лучшим для их спортсменов.

Критерии эффективности при выборе стиля деятельности тренера

Исходя из специфики спортивной деятельности целесообразно весь ситуативный спектр разделить на три блока: соревнования, тренировочный процесс и промежуточная относительно самостоятельная жизнь спортсменов в рамках крупных годовых и многолетних циклов подготовки. Каждый из этих блоков принципиально отличен целями, содержанием, физической, психологической и социальной напряженностью. Полагаем, что достаточная очевидность данного тезиса освобождает авторов от необходимости что-либо комментировать и доказывать. Отсюда вытекают следующие соображения относительно ситуационных критериев в выборе нужного стиля, который не может быть одинаково эффективным в достаточно широком диапазоне различных ситуаций. Стиль деятельности спортивного тренера (как в «чистом виде», так и при их смешении) должен быть максимально адаптивен требованиям ситуации.

Соревновательный блок деятельности спортсменов и команды фигурально представляет «бой», в котором тренер-командир первым «встает из окопов» и ведет за собой спортсменов. В наибольшей степени эта характеристика относится к видам спорта, в которых согласно правилам и регламенту возможен достаточно плотный контакт тренера и спортсменов во время спортивного поединка, в большинстве ситуаций весьма напряженных

и кратковременных. Совершенно естественно, что в таких условиях единственно возможным и эффективным в достижении спортивных целей является авторитарный, командный стиль без всяких исключений. Но реальная соревновательная ситуация заканчивается победой или поражением, и сразу начинается второй блок с совершенно другими задачами и содержанием: физическое и психическое восстановление, осмысление произошедшего и начало подготовки к следующему «бою». Здесь авторитарный стиль заканчивает свое существование, он более не нужен и даже вреден.

Тренировочный блок в деятельности тренера является наиболее объемным и обширным, успешная тренировочная работа на протяжении годичного или многолетнего циклов подготовки – это фундамент будущих спортивных успехов. Он по сравнению с соревновательным имеет одно очень важное отличие – время, доступное тренеру и спортсмену для вдумчивой и творческой совместной работы. Главная его цель в рамках рассматриваемой тренерской философии – не конечный результат, а движение к нему. Именно в тренировочной работе максимально реализуются перспективные задумки тренера и спортсмена в совместной успешной деятельности, варьируя средства и методы подготовки в максимально гуманистическом и демократическом непрерывном общении. Основными преимуществами демократического стиля являются стимулирование творчества, самостоятельности, благоприятных межличностных отношений. Это оказывает позитивное влияние на психологический климат спортивной команды и обеспечивает самый высокий уровень ее сплоченности команды.

Вместе с тем специфика тренерской деятельности требует тех или иных проявлений командного стиля и в тренировочном процессе. В рутинной тяжелой физической работе, зачастую на пределе человеческих возможностей, на фоне недовосстановления активное участие тренера в психологической поддержке и эмоциональном сопровождении особенно в пиковых моментах нагрузки помогает спортсмену успешно преодолеть их. Важно также, что при хороших межличностных отношениях между тренером и спортсменами обе стороны воспринимают эти зачастую весьма резкие и иногда обидные замечания как необходимый элемент «игры», укрепляющий их взаимопонимание и соревновательный дух.

Промежуточный самостоятельный блок. Кроме рассмотренных выше двух важнейших периодов в спортивной деятельности в любом виде спорта, при любом уровне подготовки и сложности решаемых соревновательных задач неизбежны ее перерывы, снижение физических и психологических нагрузок, самостоятельная жизнь спортсмена вне спорта. Эти периоды могут быть весьма краткими (2–3 часа, выходной день в недельном микроцикле, недельный отдых) и достаточно продолжительными (месячный отпуск в переходном периоде). Нужны ли спортсмену в этих ситуациях какие-либо

руководящие указания даже вполне демократического характера (не говоря уже об авторитарных)? При особенно длительных и напряженных периодах спортивной деятельности тренер и спортсмены находятся в непрерывном контакте (особенно на учебно-тренировочных сборах практически круглосуточно) и по-человечески просто устают друг от друга. Единственным здравым в таких ситуациях, полезным, а иногда просто необходимым является либеральный стиль общения тренера со своими подопечными, который позволяет обеим сторонам немного отдохнуть друг от друга и переключиться на свои личные дела. Минимальное число указаний, их позитивный и доброжелательный тон, в легкой форме пожелания – исчерпывающий перечень возможных и полезных действий тренера.

Таким образом, достаточно подробный анализ внешних ситуаций, неизбежно возникающих в спортивной деятельности тренера, ставит его перед реальной необходимостью в каждом конкретном случае уметь выбирать стиль своей работы, который был бы максимально эффективен именно в данной ситуации. Из этого утверждения складывается концепция смешанного, ситуационно эффективного стиля управления. В ряде работ также обращаются к концепции ситуативного руководства, согласно которой каждый тип лидерского поведения эффективен в одних ситуациях и неэффективен в других, причем все вышеперечисленные их виды рассматривается только как различные, но взаимно не исключающие типы лидерства. Основным при этом является то, что успешный тренер – это человек, способный играть несколько ролей в зависимости от конкретной ситуации и различий в характерах спортсменов. Такой тренер действует в зависимости от требований ситуации в одной из нескольких точек своеобразного континуума (авторитарность – демократичность – либеральность), при этом субъекты с высокой потребностью управлять другими, доминировать как бы «застревают» в одной точке шкалы и тем самым снижают эффективность своего воздействия на людей.

Сформулированное положение весьма близко к сущности ситуативного подхода в руководстве организационным поведением людей, наиболее популярного в современных социально-психологических воззрениях науки управления. В данном подходе формулируется понятие «стилевой гибкости» (противоположное «стилевой ригидности») как меры протяженности, в которой руководитель изменяет стиль адекватно изменению ситуации.

Индивидуальный педагогический стиль и мотивация спортсменов

Индивидуальный подход к спортсмену во всех разделах учебно-тренировочной работы, в соревновательном процессе, а также в его жизни за пределами спорта возможен только при условии глубокого знания и понимания тренером всех причин, по которым его ученик занимается этим

видом деятельности. Участие в спорте возможно по следующим причинам: потребность в достижении, овладении новыми навыками и достижении победы; потребность в общении, в позитивных, дружеских отношениях; желание успеха, признания и славы; желание самоуправления, контроля и ответственности.

Спортсменам, мотивированным на результат, для улучшения участия в спортивной программе необходимо повышать их мотивацию, обеспечивая, прежде всего, индивидуальную подготовку и совершенствование, устанавливая им реалистичные цели, основанные на прошлых достижениях. Это позволяет спортсменам видеть свой прогресс и стремиться к совершенствованию. Тренер для создания у спортсмена уверенности в достижении этих целей отмечает все шаги их совершенствования, сохраняет записи этих достижений, планирует соревнования с подходящими соперниками и регулярно обсуждает их прогресс.

Спортсмены, мотивированные на участие, в спорте часто хотят быть частью группы и это чувство принадлежности к ней является сильным мотивом для участия в спорте. Работая с группой, развлекаясь и отдыхая вместе, они ощущают свою причастность к ней и ее помощь, как дополнительную мотивацию к продуктивному взаимодействию. Для подкрепления этих мотивов тренер может: сделать взаимодействия в парах и группах спортсменов частью каждой тренировки; обеспечить возможности для социального общения спортсменов после каждой тренировки и соревнования, давая им возможность обсудить в свободной обстановке все вопросы ее жизни; поощрять взаимопомощь спортсменов и общие решения житейских проблем.

Спортсменов, мотивированных на успех и славу, возбуждают поездки по достопримечательным местам, чувство спортивного класса, рейтинга, желание жить активной жизнью, волнения спортивной борьбы. Для выполнения этих потребностей спортсменов тренер может: проводить тренировки в достопримечательных местах, в хорошем климате и на красивой природе; регулярно прерывать монотонную работу и варьировать тренировки, меняя обычную практику и давая спортсменам новые упражнения с близкими к соревнованиям интересными стимулами; беседовать со спортсменами об их ощущениях и мыслях в ходе тренировок.

Спортсменам, мотивированным на самоуправление и контроль, спорт дает возможность принимать свои решения относительно их действий, что помогает тренеру мотивировать их самоуправление, давая возможность самим планировать тренировку, виды движений и технических приемов, оценивать свой личный прогресс. Для этого тренеру полезно: создавать для спортсменов ситуации руководства и лидерства, руководить разминкой и упражнениями, действуя как тренер; давать спортсменам возможность в

тренировках и соревнованиях принимать собственные решения о выбираемой стратегии и тактике, в том числе в критические, решающие моменты спортивного поединка, помогая им учиться и получать радость от соревнований, что поощряет их развитие в заданном направлении.

Специфика содержания успешной деятельности в спорте требует от тренера знаний и способностей в ситуативном использовании стиля работы со спортсменами.

Максимально эффективные в тренировочном, соревновательном процессах и в блоках свободных взаимоотношений с ними в переходных периодах стили тренера, разумное сочетание авторитарного, демократического и либерального стилей общения и свободное владение ими позволяет ему значительно повысить эффективность своей педагогической и организационной деятельности, добиться высоких спортивных результатов.

Мотивация спортсмена может быть значительно повышена путём гибкого разнообразия в стиле тренировочной работы с помощью индивидуальных педагогических приёмов, специфических для личности каждого спортсмена и вида спорта.

Значительным резервом тренера в повышении эффективности его тренерской деятельности является возможность индивидуализации спортивной подготовки и стиля его работы, в первую очередь в соответствии с типологией личности отдельного спортсмена. Это требует от тренера более глубокого изучения и использования их типологических характеристик.