

Секция «Психология»

**Психолого-педагогический анализ эффективности форм воздействия тренера на спортсменов (членов физкультурно-спортивного клуба ВУЗа)**

**Ткачев Евгений Викторович**

*Аспирант*

*Курский государственный университет, Факультет педагогического образования,*

*Курск, Россия*

*E-mail: Tkachevevgeney@mail.ru*

Воздействие тренера на сознание и волю спортсменов может осуществляться в форме проявления внимания к ним, просьбы, требования, убеждения, внушения и др. Конечный эффект всякого индивидуального воздействия на спортсмена - в педагогических либо психологических и психотерапевтических целях - определяется не только личностными качествами этого спортсмена, но в большей степени качествами его непосредственного окружения. Если спортсмен упорно отклоняется от определенного задания тренера, то причина может заключаться в отрицательном отношении к занятиям авторитетного члена этой команды или спортсменов из других видов спорта, чье мнение по какой-то причине значимо для данного индивида[2].

Каждое требование может быть аргументировано по-разному в зависимости от обстоятельств [4]. Все зависит от творчества, выдумки тренера. При этом следует учитывать, что:

- 1) аргументация не должна превращаться в постоянное чтение морали, назидание;
- 2) аргумент, хотя и может быть заготовлен тренером, для спортсменов должен выглядеть экспромтом, поэтому нельзя повторять уже раз высказанную аргументацию;
- 3) строя аргументацию, необходимо учитывать возрастные и половые особенности своих учеников.

Оценивание действий и поступков учеников. Оценивание учеников тренером имеет три функции:

- 1) контроль за результатами тренировочного процесса и воспитательных воздействий (что является обратной связью, говорит об эффективности работы тренера);
- 2) управление поведением и деятельностью учеников;
- 3) получение спортсменами информации о правильности их действий и поступков (обратная связь для учащихся) [3].

Действенными способами воздействия тренера на детей, занимающихся спортом, являются поощрение и наказание[2].

Поощрение может осуществляться морально - похвала, благодарность, проявление доверия и материально - награждение грамотой, призом и т.д. Еще одной формой поощрения является одобрение. Одобрять можно разными способами: словом, интонацией, мимикой (улыбкой), пантомимикой (кивком головы), аплодисментами.

При разработке системы поощрений важно правильно объяснить ее спортсменам и применять те награды, которые имеют действительную для них ценность, исключив те, которые не соответствуют уровню и возрасту спортсменов. Оказалось, что спортсмен может заметно улучшить свой результат, если он сам определит и рост своего мастерства, и когда его следует поощрить. Ранее ошибочно предполагалось, что награждающий знает, какая форма поощрения представляет интерес для спортсменов, и может

правильно оценить его достижения. Анализ исследований показал, что спортсмены, которые разрешают поощрять себя за улучшение своей спортивной деятельности по своему усмотрению, в большей степени мотивированы на дальнейшее улучшение своих результатов, чем в случае, когда такое решение принимают другие.

Наказание ученика за проступки осуществляется тренером только в моральной форме: в виде замечания, изменения отношения к ученику, отстранения от выполнения задания, выполнения внеочередных работ.

В эксперименте, проведенном научно-образовательным спортивным центром в Курском государственном университете, воздействие на студентов-спортсменов занимающихся пауэрлифтингом позитивной апелляцией привело к улучшению результатов в силовых показателях в жиме штанги лежа на 4%, в приседании со штангой на 6 %, в становой тяге на 6 %. Наблюдения показали, что обращение к лучшим чувствам спортсмена особенно эффективно, если в обыденной жизни он чаще сталкивается с осуждением и, видимо, адаптируется к нему. Часть спортсменов улучшила свой результат и тогда, когда тренер указывал на изъяны в их нравственном облике. Как показало изучение личности этих молодых людей (методом независимых характеристик), в работе с ними эффективнее прямо было говорить об их недостатках, так как в повседневной жизни они не привыкли к осуждению. Опрос показал, что большинство студентов-спортсменов считают, что ласковый, доброжелательный упрек значительно скорее оказывает воздействие на них (85%), чем резкий, жесткий выговор (15%).

Как видно из вышеизложенного, регулирующие воздействия тренера на спортсменов могут быть разнообразными. Различны и реакции на них спортсменов, одни из которых более внушаемы (это чаще спортсмены со слабой нервной системой и высокой тревожностью), поэтому легче подвергаются регулирующим воздействием извне, а другие менее внушаемы (в основном это спортсмены с сильной нервной системой) и труднее подвергаются воздействиям извне, но более эффективно используют приемы саморегуляции, например, занимаясь психорегулирующей тренировкой [1]. Поэтому выбор того или иного средства воздействия требует от тренера учета психологических особенностей своих учеников.

## Литература

1. Вяткин Б.А. Программа индивидуально-воспитательной работы по оптимизации психического состояния спортсменов в соревнованиях в зависимости от силы нервной системы М.: ФиС, 2001. - 177 с.
2. Ильин Е. П. Психология спорта/ Е. П. Ильин. – М.: ПЕРСЭ-Пресс, 2005.–430 с.
3. Матвеев Л.П. Теория и методика физической культуры. М.: ФиС, 2004. - 543 с.
4. Станкин М. И. Учитель физической культуры: личность, общение / М. И. Станкин.– М., 2003.– 241 с.