

**УНІВЕРСИТЕТ УШИНСЬКОГО
НАВЧАЛЬНО-НАУКОВИЙ ІНСТИТУТ ФІЗИЧНОЇ
КУЛЬТУРИ, СПОРТУ ТА РЕАБІЛІТАЦІЇ**

**КАФЕДРА ТЕОРІЇ І МЕТОДИКИ
ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ ТА
СПОРТИВНИХ ДИСЦИПЛІН**

**СУЧАСНІ ПРОБЛЕМИ
ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ,
СПОРТУ ТА ЗДОРОВ'Я ЛЮДИНИ**

**МАТЕРІАЛИ V МІЖНАРОДНОЇ
ІНТЕРНЕТ-КОНФЕРЕНЦІЇ
17-18 листопада 2021 року**

Одеса
Букаєв Вадим Вікторович
2021

УДК 370.15+371.302.81+613
С916

*Друкується згідно з рішенням Вченої ради Державного закладу
“Південноукраїнський національний педагогічний університет
імені К. Д. Ушинського”
Протокол № 5 від 19.11.2021*

Члени редакційної колегії:

Джуринський П. Б. доктор педагогічних наук, професор, директор навчально-наукового інституту фізичної культури, спорту та реабілітації, Університету Ушинського – голова оргкомітету;

Долгієр Є. В. кандидат з фізичного виховання та спорту, доцент, завідувач кафедри теорії і методики фізичної культури та спортивних дисциплін Університету Ушинського

Афтімічук О. Є. доктор педагогічних наук, професор. ДУФВіС (м. Кишинів, республіка Молдова)

Севдалев С. В. кандидат педагогічних наук, доцент, декан факультету фізичної культури Гомельського державного університету імені Франциска Скорини, Гомель, Білорусь;

Башавець Н. А. доктор педагогічних наук, професор, кафедри теорії і методики фізичної культури та спортивних дисциплін Університету Ушинського; заступник – голови оргкомітету;

Осіпова І. В. кандидат педагогічних наук, доцент кафедри теорії і методики фізичної культури та спортивних дисциплін Університету Ушинського;

Ігнатенко С. О. кандидат педагогічних наук, доцент кафедри теорії і методики фізичної культури та спортивних дисциплін Університету Ушинського;

Дроздова К. В. кандидат педагогічних наук, старший викладач кафедри теорії і методики фізичної культури та спортивних дисциплін Університету Ушинського

Сучасні проблеми фізичного виховання, спорту та здоров'я людини :
С916 матеріали V інтернет-конференції. м. Одеса, 17-18 листопада 2021 р.
Одеса : видавець Букаєв Вадим Вікторович, 2021. 182 с.

У збірнику матеріалів конференції розглянуті всебічні аспекти організації занять з фізичного виховання, спорту і здоров'я людини.

At the conference proceedings are considered comprehensive aspects of physical education and sports.

УДК 370.15+371.302.81+613.7

© Заклад вищої освіти
«Університет Ушинського», 2021

Література:

1. Баевский, Р. М., Иванов Г. Г. Анализ variability сердечного ритма при использовании различных электрокардиографических систем. Вестник аритмологии. 2001. № 24. С. 65–86
2. Босенко А. И. Возрастная динамика регуляции сердечно-сосудистой системы школьников 11-14 лет при физических нагрузках по замкнутому циклу с реверсом. «Адаптаційні можливості дітей та молоді»: матеріали VI Міжнар. наук. - практичної конференції. Одеса, 2008. С. 40-45.
3. Давиденко Д. Н. Методика оценки мобилизации функциональных резервов организма по его реакции на дозированную нагрузку. Научно-теоретический журнал «Ученые записки университета имени П.Ф. Лесгафта». 2011. №12 (70). С. 52-57.

ОСОБЛИВОСТІ І ФУНКЦІЇ РОБОТИ МЕНЕДЖЕРА В СПОРТИВНІЙ КОМАНДІ

Богатирьов К. О., Ніколау О. В.

Державний заклад «Південноукраїнський національний педагогічний університет імені К. Д. Ушинського», Україна

Анотація. Особливості діяльності менеджер пов'язані перш за все з метою, що стоїть перед ним, – досягнення його учнями високої спортивної майстерності в результаті багаторічної тренування. Звідси перша специфіка діяльності менеджера – *постійне спілкування зі своїми учнями* на тренувальних заняттях, зборах і змаганнях, що дозволяє краще вивчити психологію спортсменів і надавати на них систематичне вплив. Ця особливість накладає на менеджера особливу відповідальність за фізичне здоров'я і особистісний розвиток його підопічних. Менеджер повинен не тільки навчати спортсменів техніці і тактиці спортивної діяльності, а й бути вихователем, формувати у своїх учнів моральні, волеві якості. Виховна роль тренера повинна базуватися на його авторитеті і особистості професіонала.

Друга особливість діяльності тренера полягає в *наявності «професійного ризику»*: менеджер змушений чекати високого результату своїх учнів довгі роки (при цьому без гарантії, що він буде), а це вимагає не тільки терпіння, а й моральну відповідальність за здоров'я і розвиток таланту своїх учнів. Не секрет, що деякі менеджери заради якнайшвидшого досягнення результату форсують тренувальні навантаження, що є для юних спортсменів поза межними, і тим самим гублять талановитих хлопців.

У 70-х роках ХХ століття один керівник зі спортивної гімнастики пишався тим, що його учениця Грозова в 12 років поза заліком виграла кубок СРСР у всіх найсильніших гімнасток країни. Однак офіційно вона не могла вважатися переможницею, так як в дорослі змагання допускалися дівчата тільки з 14 років. Дівчинка дійсно володіла величезним талантом, її називали гімнасткою майбутнього. Однак майбутнє її не відбулося. Минуло два роки. Юридично ця гімнастка вже могла брати участь у дорослих змаганнях, а фактично - ні, так як від важких навантажень, перевищували її вікові

особливості, у неї з'явилися болі в кістково-м'язовій системі. Гімнастка була змушена припинити спортивну кар'єру. На жаль, залучити цього менеджера до юридичної відповідальності за загублений талант не було підстав: в Кримінальному кодексі такої статті немає.

А ось інший, позитивний приклад. Чемпіон світу зі спортивної гімнастики М. Воронін із задоволенням згадував: «Ніхто не намагався випхати мене скоріше вперед, ніхто не робив на мене" ставку більше, ніж життя ". У 16 років я ще працював по другому розряду, в 18 взявся за програму майстрів. Стрімкий стрибок, який пішов потім, був, мабуть, підготовлений цими роками чорнової роботи ... Мої однолітки, які ще зовсім недавно "виглядали" краще за мене і котирувалися вище, раптом залишилися позаду »(Воронін М. Гімнастика, яку я люблю // Фізкультура і спорт. 1971. № 7).

Третьою особливістю менеджерської діяльності є її *стрессогенність* в період змагань - менеджер постійно відчуває дуже високе нервово емоційне напруження.

На змаганнях з ручного м'яча один тренер при пробитті його гравцями семиметрових штрафних кидків (своєрідний пенальті) ішов за куліси, щоб не бачити, як це буде відбуватися. Бували випадки, коли тренерів вивозили прямо з матчів в лікарню з серцевими нападами.

Часто на змаганнях керівник не має можливості внести поправки в діяльність спортсмена і повинен зберігати всі переживання в собі. Це підсилює його психічну напруженість.

В одному дослідженні американських психологів балу виміряна частота пульсу у керівника команди з плавання під час виступу його учнів. В окремі моменти частота серцевих скорочень досягала у нього 158 уд. / Хв, тобто практично дорівнювала частоті пульсу у змагаються спортсменів. Навіть на тренуваннях пульс у тренера підвищувався до 114 уд. / Хв.

Дослідження показують, що передстартові стану переживають не тільки спортсмени, а й керівників.

Стартова лихоманка. Керівник знаходиться в стані напруженості надміру, він невитриманий, неспокійний, задумливий, розсіяний. Багато говорить, іноді повторюючись. Кілька разів запитує спортсмена, як він відчуває себе. Роздратовано робить недоречні зауваження. Характерні крайності, починаючи від недоречною турботи і знаків уваги спортсменам і закінчуючи байдужістю.

Стартова апатія. Керівник абсолютно не напружений, пригнічений, байдужий. Він абсолютно не розмовляє. Чи не проявляє ніякої реакції, задумливий. Перед виступом не дає спортсменам ніяких вказівок, як ніби не помічає їх.

Стан бойової готовності. Спостерігаються напруженість, висока активність, гарний настрій, стриманість. Менеджер розмовляє тільки в необхідних випадках, про змагання мало, і в оптимістичному тоні. Для керівника характерна необхідна турбота про спортсменів.

Несприятливий передстартовий стан керівника спортсмен здебільшого сприймає як прояв відсутності впевненості в його перемозі.

Недосвідчений менеджер частіше, ніж досвідчений, може впасти в несприятливі передстартові стану.

Лалаян. А. В сб .: Психологічні питання тренування і готовності спортсменів до змагань. М .: ФиС, 1969. С. 120

Не дивно, що багато менеджери спортивних команд під час змагань розряджають своє емоційне напруження через мова.

Видатний менеджер з баскетболу А. Гомельський провів цікаве спостереження: «Нещодавно на моє прохання під час матчу записали на магнітофон голос одного армійського тренера. Прослуховуючи плівку, він сміявся більше всіх, бо виявилось, що протягом всіх 40 хвилин матчу він, не перестаючи, віддавав накази, куди і кому передавати м'яч, коли кидати по кільцю, коли обводити суперника, а коли не кидати і не обводити. Для гравців, які допустили помилки, він не шкодував міцних слів. Словом, тренер грав разом з командою, сидячи на лавці запасних. Він був збуджений не менш, а, мабуть, більше баскетболістів, бо "грав" за всю п'ятірку відразу. Може, це б і нічого, але справа в тому, що такий керівник не бачить всього малюнка гри - йому не до цього. Він не здатний не тільки передбачити подальший хід боротьби, але і правильно орієнтуватися в даній ситуації, забуває про свої резерви, про плани гри. Він грає. Зауваження такого тренера не справляють належного враження на гравців, до них звикли, їх просто терплять. А коли у такого тренера раптом з'являються слухні поради, вони вже до гравців не доходять»(Радянський спорт. 1971. 23 січня).

З іншого боку, тренер, зовні спокійно приймає невдачі і порушення правил з боку суперників, може сприйматися байдужим. Це, як і надмірна «зведеність» керівника, може негативно позначатися на діях спортсменів.

Четвертою особливістю діяльності керівників є їх *відірваність від дому та сім'ї протягом тривалого часу* (в деяких видах спорту - до дев'яти місяців на рік). Для тренера практично не буває вихідних днів, так як в будні дні він проводить тренування, а у вихідні - курирує своїх спортсменів на змаганнях.

Це створює напруженість в сімейних відносинах і труднощі у вихованні власних дітей.

Один з менеджерів з фехтування, який виховав чемпіонку світу, розповів мені, що його кинула дружина, заявивши: «Мені потрібен чоловік, а не тренер».

Ця обставина є одним з головних факторів, що лімітують представництво *тренерів-жінок* в командах майстрів. Вони більш обтяжені сімейними справами, вихованням дітей. Крім того, багато жінок, тренувати команду, змушені були піти з тренерського поста, оскільки потрапляли в чисто чоловічі взаємини тренерів між собою і відчували сексуальні домагання з боку спортивних суддів і начальства. Не випадково, за даними Дж. Лоя, діючі тренери-жінки мають такі ж психологічними характеристиками, як і тренери-чоловіки. Вони проявляють твердість характеру і достатній рівень інтелектуального розвитку.

Нескінченні переїзди з місця на місце, проживання в незвичних, часом некомфортних умовах теж не сприяють встановленню нормального ритму життя тренерів, що підсилює їх нервово-емоційне напруження.

П'ята особливість: в процесі своєї діяльності менеджера *повинен вступати в контакт з широким колом людей*, які причетні до забезпечення навчально-тренувального та змагального процесу, - з батьками юних спортсменів, представниками адміністрації, суддями, журналістами. Для успішного спілкування з ними тренер повинен володіти комунікабельністю, а нерідко і витримкою, так як він знаходиться під постійним пресом з боку керівництва і спонсорів, які потребують високих спортивних результатів.

Шоста особливість тренерської діяльності, а скоріше кар'єри, - це *неминучі падіння після злетів* (навіть тріумфальних). Звідси нестабільність соціального статусу тренера, невпевненість в майбутньому.

Сьома особливість - *публічність* (особливо в спортивних іграх), успішна чи невдала діяльність тренера зі спортсменами високого класу обговорюється в засобах масової інформації, його показують під час телетрансляцій матчів, прес-конференцій. Все це викликає необхідність постійно тримати під контролем свої емоції, стежити за грамотністю мовлення, дотримуватися етику в спілкуванні з журналістами.

Література:

1. Бака М.М. Підготовка і використання культурно-спортивних кадрів на Україні на етапі переходу до ринкових відносин. М. М.Бака, Шань-Дань, І. Я. Томашевский. Фізична культура, спорт та здоров'я, Харків : ХДІФК, 1997. С. 325-328.
2. Гаєвський Б. А. Основи науки управління: навч. посіб. Б. А. Гаєвський. К: МАУП, 1998. 111с.
3. Михайлова ЛЛ. Управління персоналом: навч. посіб. Л. І. Михайлова. К.: Центр учбової літератури, 2007. 248с.
4. Мічуда Ю.П. Ринкові відносини та підприємництво у сфері фізичної культури і спорту: навч. посіб. Ю. П. Мічуда. К. Олімпійська література, 1995. 152с.

РЕАЛІЗАЦІЯ ПРИНЦИПУ СВІДОМОСТІ І АКТИВНОСТІ У ФІЗИЧНОМУ ВИХОВАННІ ПІДЛІТКІВ

Прокоф'єва Л.А., Струтинський С.В.

Державний заклад «Південноукраїнський національний педагогічний університет імені К. Д. Ушинського», Україна

Анотація. У статті розкривається значення принципу свідомості і активності та його реалізація у процесі фізичного виховання учнів підліткового віку, а також основні засоби та прийоми формування стійкого інтересу та мотивів до занять фізичною культурою, розвитку творчого потенціалу школярів.

Ключові слова: принцип свідомості і активності, фізичне виховання підлітків.