

УДК 31. 015.

Зик Ю.О. ¹

Коваль В.М. ²

¹ студ. гр. УФКС-129 НУ «Запорізька політехніка»

² старш. викл. кафедри філософії НУ «Запорізька політехніка»

ФІЛОСОФСЬКІ ЗАСАДИ ТРЕНЕРСЬКОЇ МАЙСТЕРНОСТІ

Під тренерською філософією слід розуміти вірування і принципи, які визначають роботу тренера. Філософія тренування означає, як тренер використовує свої знання в техніці і тактиці, спортивних науках і управлінні в спорті. Тренерська філософія веде його у взаємодіях зі спортсменами, їхніми батьками, з колегами-тренерами, судьями і управлінським апаратом. Розвиток філософії тренера дозволяє йому адекватно вибудувати послідовну ланцюжок цілей, які він хоче і реально може досягти з тими спортсменами, які у нього є. Філософія допомагає відповісти на фундаментальні питання: що, чому і як. Основні її положення визначають, як ми розглядаємо об'єкти і події в нашому житті, людей і наші відносини з ними. Ці основні положення і визначають систему значущих цінностей. Ключ до розвитку філософії тренування і життя - пізнати себе. Філософія включає головні цілі: речі, які людина цінує і хоче їх досягти, а також його вірування або принципи, які допомагають досягти цих цілей.

Перш ніж тренер зможе допомогти своїм атлетам усвідомити, хто вони, він повинен зробити це сам. Тільки коли тренер знаходиться в згоді з самим собою, він зможе допомогти зробити це своїм спортсменам. Якщо у тренера є принципи і обов'язки, він зможе передати їх своїм спортсменам, і коли вони реально бачитимуть, що тренер розумно послідовний, більш імовірно, що вони дадуть відповідь аналогічно. Якщо тренер продемонструє характер в

керівництві спортсменами виходячи з змагального досвіду, то, ймовірно він зможе повести їх за собою.

Молоді люди шукають зразки для наслідування. Тренер повинен розуміти, що навіть якщо він добре вчить чогось, це може бути менш важливим, ніж його власний характер і філософія. В значній мірі життєва поведінка спортсменів може залежати від прикладу, який йому подає тренер. Тренер повинен пам'ятати про свою величезну відповідальність бути їм, і тоді його спортсмени з більшою ймовірністю стануть тими, ким він хоче їх бачити. Тому тренер не зможе послідовно і позитивно керувати своїми спортсменами, якщо він не буде знати, який він сам. Тільки зрозумівши і визначивши свої особистісні цінності, тренер буде здатний краще допомагати своїм спортсменам працювати, долаючи конфлікти і невпевненість.

Тільки через самопізнання тренер зможе зрозуміти, в чому і в яких сторонах свого життя він хоче і повинен стати іншим і більш компетентним. Це вимагає бути чесним, перш за все, з самим собою, що буває нелегко, а часто і досить болісно. Підвищити свою самопізнання можна, розмірковуючи над своїми власними віруваннями і принципами і за допомогою зворотного зв'язку від інших людей в тому, яким вони бачать тренера і як вони реагують на нього. Перший такий чесний погляд на самого себе може бути важко прийняти, однак, навіть якщо він не подобається, від нього не треба бігти або заперечувати, слід вчитися на цьому і робити кроки, щоб змінитися.

З практичної точки зору непогано задати собі ряд питань і постаратися чесно на них відповісти самому собі: хто я, чого хочу в житті і куди йду, гордий я цим або соромлюся, чи щасливий я чи ні? Звичайно, це - важливі соціальні й жорсткі питання і, зрозуміло, їх слід ставити не тільки тренерам-професіоналам. Стосовно до успішної тренерської діяльності корисно розглянути ряд питань і відповідей, що безпосередньо характеризують особливості даної професії: чому я треную і роблю я це по правильним принципам і канонам, які мої тренерські мети, чи дійсно я - хороший тренер і що могло б зробити мене кращим фахівцем? Відповіді на ці та подібні питання формують уявлення людини про саму себе. Звичайно, підсвідомо можливо прийняти багато зі своїх думок про себе і від інших людей, що відповідають на подібні питання.

Розвиток філософії життя і тренерської діяльності завжди буде основою для їхнього успіху в кар'єрі тренера. Тренер, розробляючи свою філософію, краще пізнає себе і обмірковує важливі питання. Це допомагає йому встановити керівні принципи успішних дій. Відповідне саморозкриття своїм спортсменам допомагає тренеру краще пізнати себе, розвинути свою філософію і встановити довірчі відносини зі своїми спортсменами. Спільне використання цієї філософії зі спортсменами словом і справою допоможе їм розвивати їх власну філософію.

Слід завжди пам'ятати, що найбільш важливим елементом тренерську філософію є те, що він її «власник», це тільки його філософія. Відстоювання принципів чужої філософії, о не діючи відповідно до її принципів, означає обманути і себе, і інших. Філософія виражається не в тому, що говорить тренер, а в тому, що і як він робить!

Бажано також записати ключові елементи і основи конкретної тренерської філософії, що дозволяє тренеру, періодично аналізуючи свою роботу, зіставити написане і практичні результати, коригуючи і змінюючи будь-які аспекти своєї тренерської філософії. Особливо уважно це слід робити після чергового спортивного сезону і на ключових етапах підготовки до важливих змагань. Тренеру слід точно і максимально об'єктивно аналізувати послідовність своїх дій відповідно до написаного раніше.