

та аналізувати фізкультурно-оздоровчі заходи з особами всіх нозологічних форм, гендерних і вікових груп

Розробляючи освітню програму підготовки магістрів із фізичної культури і спорту, викладачів вищих навчальних закладів (фізичне виховання) результати навчання формулювали таким чином, щоб можна було однозначно визначити факт та якість їх досягнення студентами. Адже результати навчання тісно пов'язані з компетентностями.

При розробленні переліку результатів навчання користувалися таксономією Блума:

1. Знання (Knowledge) – здатність запам'ятати або відтворити факти (терміни, конкретні факти, методи і процедури, основні поняття, правила і принципи тощо) без необхідності їх розуміння.

2. Розуміння (Comprehension) – здатність розуміти та інтерпретувати вивчене. Це означає уміння пояснити факти, правила, принципи; перетворити словесний матеріал у, наприклад, математичні вирази; прогнозувати майбутні наслідки на основі отриманих знань.

3. Застосування (Application) – здатність використати вивчений матеріал у нових ситуаціях, наприклад, застосувати ідеї та концепції для розв'язання конкретних задач.

4. Аналіз (Analysis) – здатність розбивати інформацію на компоненти, розуміти їх взаємозв'язки та організаційну структуру, бачити помилки й огріхи в логіці міркувань, різницю між фактами і наслідками, оцінювати значимість даних.

5. Синтез (Synthesis) – здатність поєднати частини разом, щоб одержати ціле з новою системною властивістю.

6. Оцінювання (Evaluation) – здатність оцінювати важливість матеріалу для конкретної цілі.

Оскільки результати навчання асоціюються із тим, що студент може робити після завершення навчання, то згадані дієслова можуть служити основою для формулювання результатів навчання за кожним рівнем.

**Головні висновки.** Навчання на засадах компетентнісного підходу передбачає собою утвердження студентоцентризму й викладання, заснованого на прозорості кваліфікацій і об'єктивності результатів навчання. Основними категоріями навчання на засадах компетентнісного підходу є компетентності та результати навчання, які на сьогодні є ключовими у Європейському просторі вищої освіти. Компетентності розглядаються як динамічне поєднання знань, навичок, умінь і здатностей. Формування в свідомості студентів компетентностей є метою освітніх програм. Під результатами навчання розуміється інтегральний показник того, що повинен знати та розуміти студент, бути здатним продемонструвати вміння та навички після завершення навчання.

**Перспективи використання результатів дослідження.** Проведене дослідження не вичерпує всіх аспектів такої багатогранної проблеми як компетентнісно орієнтоване навчання майбутніх фахівців з фізичної реабілітації та фізичного виховання. Подальшого вивчення потребують питання визначення та наукового обґрунтування педагогічних умов ефективного формування фахових компетентностей у майбутніх фахівців з фізичної реабілітації та фізичного виховання, розроблення комплексної дидактичної моделі навчання студентів на засадах компетентнісно орієнтованого навчання.

#### Література

1. Рашкевич Ю.М. Болонський процес та нова парадигма вищої освіти: монографія / Ю.М. Рашкевич. – Львів: Вид-во Львівської політехніки, 2014. – 168 с.
2. Рибалко Л. Реалізація компетентнісного підходу у підготовці майбутніх фахівців із фізичної реабілітації / Ліна Рибалко // Педагогічні науки : зб. наук. праць. – 2015. – Вип. 64. – С. 52-59.
3. Рибалко Л. Упровадження інноваційних підходів до навчання – шлях модернізації змісту освіти / Ліна Рибалко // Вісник Львівського університету. Серія педагогічна. 2016. – Вип. 31. – С. 3-10.
4. Розроблення освітніх програм. Методичні рекомендації / Авт.: В.М. Захарченко, В.І. Луговий, Ю.М. Рашкевич, Ж.В. Таланова / За ред. В.Г. Кременя. – К. : ДП «НВЦ «Пріоритети», 2014. – 120 с.
5. BolonskyiProcessNewParadigmHE.pdf. [Електронний ресурс] – Режим доступу: <http://www.erasmusplus.org.ua/2014-05-30-14-56-19/prezentatsii/category/3-materialy-natsionalnoi-komandy-ekspertivshchodo-zaprovadzhennia-instrumentiv-bolonskoho-protsehu.htm>.
6. ECTS Users' Guide. – European Communities, 6 February 2009. [Electronic resource]. – URL: [ec.europa.eu/education/lifelong-learning-policy/doc/ects/guide\\_en.pdf](http://ec.europa.eu/education/lifelong-learning-policy/doc/ects/guide_en.pdf).
7. Tuning educational structures in Europe, TUNING. [Electronic resource] – URL: [www.unideusto.org/tuningeu](http://www.unideusto.org/tuningeu).

**Рябченко В.Г. Власенко С.О.**

**Чернігівський національний педагогічний університет ім. Т.Г. Шевченка, м. Чернігів**

#### РЕШЕНИЕ ЗАДАЧ УПРАВЛЕНИЯ В УЧЕБНО-ТРЕНИРОВОЧНОМ ПРОЦЕССЕ

*Поиск потенциальных резервов в спортивной тренировке связан с человеческим фактором, как существенным элементом управления. Использование мотивации, принятие решений, ответственность тренера и спортсмена в системе управления являются основными составляющими в обеспечении эффективности тренировки и роста спортивных результатов.*

**Ключевые слова:** управление, человеческий фактор, обратная связь, взаимодействие подсистем «тренер-спортсмен», мотивация, ответственность.

**Рябченко В.Г. Рішення задач управління в учбово-тренувальному процесі.** Пошук потенційних резервів в спортивному тренуванні пов'язаний з людським фактором, як істотним елементом управління. Використання мотивації, прийняття рішень, відповідальність тренера і спортсмена в системі управління є основними складовими в забезпеченні ефективності тренування і зростання спортивних результатів.

**Ключові слова:** управління, людський фактор, зворотний зв'язок, взаємодія підсистем «тренер-спортсмен», мотивація, відповідальність.

**Ryabchenko V. G. Solving control tasks at learning and training process.** Solving tasks of control is based on bolding complication of relations between various elements of a system. A content of a task has to include achievement of planned results as well as forming specialized functional states that is on known conditions to find unknown ways of effective solving tasks. The term task means a question solving of which means certain activities with clear functional purpose.

The process of solving tasks can have several senses: solving as a plan, a means, a method of realization of a task; solving as a process of doing a plan; solving as a result of achievement of plan training tasks.

When we speak about solving task we mean a procedure of solving a question. The tasks which we consider can be related to a category of creative tasks and we consider their not only as a development of solving but also as a development of a question itself. As the same time the aim or the task is an extrapolation of future planned result but not achieved result yet. The necessary element of successful solving tasks is understanding the most important parameters of an aim and attempt of introduction of their into certain activities. For example when we plan increasing faster running we suppose that running parameters such as a frequency and length of steps are objects of training and a trainer solves a task concerned to increasing these characteristics with the help of certain methods and training means. The same is concerned players of a team when solving individual tasks of preparing coincides with group tasks.

**Key words:** management, human factors, feedback, interaction subsystems "coach-athlete", motivation, responsibility.

**Актуальность.** Решение задач управления основано на выделении сложности отношений между различными элементами системы. Содержание задачи должно включать достижение планируемых результатов, формирование специализированных функциональных состояний то есть при известных условиях искать неизвестные пути эффективного решения задач. При использовании термина «задача» имеется в виду вопрос, решение которого предусматривает конкретную деятельность с чётким функциональным назначением [1.4.5]

Процесс решения задач может иметь несколько смыслов: решение как план, способ, метод реализации задачи; решение как процесс выполнения плана; решение как результат достижения плановых тренировочных заданий.

Когда говорят о решении задачи то имеется в виду процедура разрешения проблемной ситуации. Рассматриваемые нами задачи можно отнести к категории творческих и рассматривать их следует не только как развитие решений, но и как развитие самого вопроса. В то же время, цель или задача – это экстраполяция будущего планируемого, но ещё не достигнутого результата. Необходимой предпосылкой успешного решения задач является осознание наиболее значимых параметров цели и попытка включения их в конкретную исполнительскую деятельность. Например, планируя повышение скорости бега, мы исходим из того, что её параметры такие как частота и длина беговых шагов являются объектами тренировки а тренер решает задачу по увеличению этих характеристик с применением определённых методик и тренировочных средств [2] То же самое касается игроков команды, когда решение индивидуальных задач подготовки совпадает с групповыми [3.9]

В процессе решения задач реализуются интеллектуальные и личностные возможности тренера и спортсмена. Наиболее типичные стили мышления тренера сводятся к: системному стилю при котором упор делается на определённые методы решения задач, разделяя её на отдельные более простые части; интуитивному стилю с высокой степенью осознания вопроса и стремлением использовать различные методы решения задач; аналитическому стилю отражающему характер сосредоточенности на отдельных деталях вопроса с использованием известных рецептов и способов решения задач; синтетическому стилю который отличается стремлением к установлению отношений или зависимости между различными частями вопроса и длительным поиском; при этом поиске не всегда открываются существенные связи между элементами. Рассматриваемые нами задачи имеют ряд характерных специализированных характеристик:

- а) задачи могут содержать неопределённые, а в некоторых случаях и противоречивые условия;
- б) в задаче может отсутствовать достаточная информация про возможные средства и методы её решения;
- в) отсутствуют чёткие алгоритмы решения;
- г) задача часто решается в условиях дефицита времени

Неопределённость задачи требует от тренера и преподавателя дополнительных знаний, которые дают формирование новых специализированных функций или состояний возникающих в тренировочном процессе. В то же время тренер должен при полном понимании задачи оставлять для спортсмена какую – то часть её неопределённости позволяющей повышать активность его отношения к выполняемой работе. Это касается отдельных элементов техники движений а также освоения новых объёмов или зон интенсивности нагрузки. В случае недостатка информации что касается поиска средств решения задачи то необходимо помнить о том что полное или частичное отсутствие информации даёт активность гормональной системы и способствует возникновению эмоций чаще отрицательных. При этом происходит нарушение объективного взаимодействия между воздействиями и ответными реакциями систем организма спортсмена. Обратная связь в оценке спортсменом своих субъективных состояний изменяет точность выполнения двигательных действий. Как правило, повышенная возбудимость сопровождается увеличением частоты сердечных сокращений и другими изменениями функциональных состояний. Спортсмен попадает в «новые условия», требующие выработки дополнительных приспособительных реакций, вызывающих повышение энергетических затрат на выполнение упражнений [6.7.8]

При отсутствии чётких алгоритмов решения задачи создаются предпосылки для формирования и использования функции самоорганизации как дополнительного информационного и энергетического резерва, повышающего продуктивность двигательной деятельности. Решение задачи при дефиците времени позволяет существенно повышать мобильность спортсмена, скорость переработки информации и принятия решения. Приобретаемые психофизические качества при дефиците времени в дальнейшей тренировке требуют закрепления и осознания новой информации.

Следовательно, рассматриваемые особенности такого типа задач позволяют наполнить тренировочный процесс новым содержанием и повышают активность тренера и спортсмена в условиях реализации планируемой загрузки [4.8]

**Задачи работы** – изучить функциональную значимость человеческого фактора в управлении тренировочным процессом спортсменов.

**Методы исследования** Педагогические наблюдения, изучение научно-методической литературы, беседы, анализ тренировочных планов и дневников спортсменов, экспертная оценка субъективных состояний игроков в различных игровых тренировочных и соревновательных ситуациях в одиночном, парном разрядах и миксте, компьютерная оценка психофизического состояния спортсменов.

**Результаты исследований** Анализ результатов исследования показал, что для более полного и эффективного использования спортсменами функциональных ресурсов, включая человеческий фактор, все компоненты подготовки должны находиться в полном объединении. Среди них особо выделяется «сильный фактор» или ведущий элемент, который «организовывает» успешную подготовку, а также выступление спортсмена. В теории управления его ещё называют «стратегическим» так как в полной мере исключает влияние всех других факторов. Выделение стратегического фактора является одной из наиболее главных задач тренировочного процесса. Для этого необходимо дать каждому спортсмену право на индивидуальное самовыражение в тренировке, игре, соревнованиях для поиска чувства собственной значимости; выражения себя и своих способностей в процессе двигательной активности; с правом на изложение собственной мысли а также своих ощущений. Спортсмен должен быть не только увиденным но и услышанным – получить подтверждение тренера на собственные мысли и действия – получить их оценку. Возникает необходимость получения обратной связи по оценке себя как деятельной личности спортсмена.

Вопрос мотивации спортсменов во многом зависит от качества планирования учебно – тренировочного процесса, когда спортсмен чётко понимает поставленные перед ним задачи. Только в таком случае спортсмен будет подготовлен для преодоления негативных функциональных и психологических состояний. В этом случае приобретают силу критерии которые содействуют проявлению большей инициативы и заинтересованности спортсмена. Вместе с тем такая форма однонаправленности информации когда преобладает активность управляемой стороны по отношению к управляющей стороне имеет свой определённый энергоресурс. Спортсмен ведёт интуитивный или сознательный поиск энергоисточников в ограниченном пространстве действия, локализуя свои возможности на уровне освоенных координаций и функциональных состояний. В такой ситуации необходимо выделять спортсмена как личность на уровне его индивидуальных способностей и возможностей.

Любой спортсмен обычно стремится найти в себе или в партнёрах по игре способы реализации своих возможностей и личных интересов. Если его индивидуальные интересы совпадают с групповыми или коллективными тогда возрастает личная ответственность и групповая сплочённость, которые положительно отражаются на тренировочной работе всех звеньев команды или отдельного спортсмена. В случае, когда интересы отдельного спортсмена не соответствуют коллективным интересам и «чувство локтя» меньше, то происходит нарушение функциональных связей, разрушаются наработанные тактические варианты. А когда личные амбициозные интересы спортсмена вступают в полное противоречие с коллективными тогда такие интересы затруднительно удовлетворять. Как следствие есть переход ранее сложившейся положительной мотивации в свою противоположность что приводит к отчуждению такого спортсмена от коллектива; в противном случае спортсмен начинает менять свою дееспособность.

Возникновение напряжённости отношений в сфере индивидуальной и групповой мотивации может приводить к созданию в команде области психологической нестабильности спортсменов что также отрицательно начинает влиять на поведение отдельных спортсменов; снижается потенциал личностных качеств, приводящий к отсутствию результативности. Такое состояние называется снижением стабильности результатов спортсменов, которое вначале косвенно, а затем реально начинает «выбивать из колеи» лидеров в команде.

Одним из существенных элементов управления является ответственность как фактор мотивации. Мотивация тренера – это его заинтересованность в успехе спортсменов. При этом сильным мотивационным фактором является ответственность. Принимая во внимание особенности решений важно иметь в виду то, что в некоторых ситуациях оперативно принятое тренером или спортсменом решение может оказаться более эффективным выходом из положения, чем заранее продуманное и подготовленное. Особенно это касается ситуаций, когда тренер (спортсмен) принимает такие решения в экстремальных ситуациях при дефиците времени чаще всего в условиях соревнований. В данном случае ответственность проявляется как стимул, который мобилизует знания, навыки а также опыт тренера и спортсмена для принятия правильного, но на первый взгляд кажущегося интуитивным решения. И если выбранное решение оказывает верным то спортсмен приобретает уверенность в своих силах, а авторитет тренера в глазах команды многократно возрастает

Вместе с вышесказанным тренер, как основной субъект управления тренировочным процессом является ответственным не только за принятое решение, но и за выбор средств для его реализации. Тренер, ориентированный на успех а также уверенный в действенности тренировочного процесса имеет положительную мотивацию с достижением планируемых результатов спортсмена.

Специалисты в области спортивной тренировки считают, что принятие решений и обмен информацией между тренером и спортсменом являются одной из форм общения, связывающей процессы нагрузки и восстановления как формы реализации взаимосвязи тренировочных воздействий и ответных реакций организма спортсмена. На данном примере мы видим что диапазон обратной связи достаточно разнообразен. Он включает различные психологические и педагогические формы контакта тренера и спортсмена с учётом разнообразия их индивидуальных особенностей. При таком многообразии особое значение приобретает выбор наиболее объективной обратной связи. Отсутствие её даёт не только иллюзии о реально происходящих событиях, но и ограничивает эффективность межличностного обмена информацией и даёт возможность возникновения дезинформации. В таких случаях тренер и спортсмен общаются как бы на разных языках; тогда не может быть речи о каком – либо управлении. Иллюзия восприятия даёт иллюзию отношений в системе «тренер – спортсмен», так как её элементы не получают достоверной информации приводящей к непониманию. Потеря реального контакта приводит к потере объективной информации в системе и поиску

альтернативной, чаще субъективной обратной связи которая не отвечает реалиям выполнения моторного акта или двигательной деятельности. Накопление дезинформации может вызвать в спортсмена иллюзорные субъективные мышечные ощущения, приводящие к формированию неадекватных действию движений. Как правило, к таким относятся движения на динамические формы регуляции когда мышечные усилия вызывают дискретность движений, создавая ложные ощущения в их высокой эффективности. На самом деле мышечными напряжениями гасятся реактивные и инерционные силы как наиболее производительные в других более эффективных формах регуляции координации движений – пространственной и временной.

Эффективность форм организации учебно – тренировочного процесса связана с влиянием многих факторов, что требует необходимого решения вопроса и поиска новых подходов в управлении спортивной тренировкой. Здесь можно выделить два основных принципа: новые подходы к пониманию целей планирования и значение человеческого фактора в этом процессе. При этом можно выделить основополагающие принципы в технологии «двух философий» - тренера и спортсмена: философию договора или контракта и философию совместной судьбы на период действия договора. Философия договора основана на том что тренер, спортсмен или команда заключают соглашение с организацией, ведомством а также спонсором или менеджером согласно которому первые обязуются на определённых условиях тренироваться и выступать на уровне, обусловленном договором и берут на себя ответственность в достижении конкретных результатов. При этом закрепляются интересы договаривающихся сторон. Для спортсмена форма договора позволяет повысить все виды мотивации и создать необходимый уровень физической и психологической отдачи спортсмена в тренировке и в соревнованиях.

Вторая философия – это своеобразная форма контакта тренера и спортсмена, по которой личностные отношения строятся в том числе и на формальных отношениях. Данный фактор расширяет возможности обеих сторон и позволяет более эффективно реализовать их индивидуальные возможности то есть продуктивно реализовать человеческий фактор. Такая философия позволяет объединить цели и задачи тренера и спортсмена, принять более высокую ответственность и совместно преодолевать трудности тренировочного процесса.

Такой подход позволяет существенно улучшать реакции систем организма спортсмена на различные по характеру нагрузки а также своевременно вносить коррекции и разрабатывать новые технологии в методике тренировки. Возникают условия для получения стабильности и вариативности нагрузки когда поочередно приобретает постоянная или переменная величина, создавая определённый психологический фон как основы формирования и реализации конкурентоспособных личностных качеств спортсмена.

#### **Выводы**

1. В спортивно – педагогических системах руководство требует структурно – функционального подхода что касается анализа и оценки многих факторов, включающих все виды спортивной подготовки.
2. Мотивация спортсменов и их отношение к тренировке и к выступлению в соревнованиях зависит от руководства этими вопросами со стороны тренера. Эффективность тренировки и мотивация спортсменов положительно коррелируют между собой.
3. Взаимная инициатива и творчество тренера и спортсменов являются основными предпосылками для воспитания и формирования личностных качеств как главного резерва надёжности в условиях напряжённой соревновательной конкуренции, а эти предпосылки позволяют овладевать новыми эффективными методическими приёмами и технологиями.

**Перспективы исследований.** На современном этапе развития тренировки тренеру а также спортсмену необходимы знания о том что без учёта человеческого фактора при повышении интенсивности тренировочной нагрузки и конкуренции в соревнованиях, нельзя решать задачи повышения спортивного мастерства что касается достижения стабильных результатов.

#### **Литература**

1. Горшков В.Е., Полухин А.В. Управление физической культурой и спортом в современных условиях. – Малаховка: МОГИФК, 1993. – 218 С.
2. Запорожанов В.А. Основы управления в спортивной тренировке //Современная система спортивной подготовки. – М.: СААМ, 1995. – с.213-225.
3. Зарайський Д.А.Управління чужою поведінкою. Технологія особистого психологічного впливу. Донецьк, 1995. – 96 с.
4. Зуев В.Н. Управление системой спортивного соревнования. –Тюмень: Вектор Бук, 1999. – 312 с.
5. Карпенко В.Б. Системный подход в управлении организационными структурами // Теория и практика физической культуры. – 1997, №4. – С.55-57.
6. Пикоян Р.Н. Методология познания спорта и оптимизация управления //Теория и практика физической культуры. – 2001, № 4. – С.22-26.
7. Fiedler F.E., Mahar L. The effectiveness of contingency model training: A review of the validation of Leader Match // Personnel psychology. 1979. V. 32.
8. Hoffman B. Leistungs – und Trainings – steuerung //Trainingswissenschaft. - Berlin: Sportverlag, 1994. - S. 436-467
9. Kentta G., Hassmen P., Raglin J. S. Training practices and overtraining syndrome in Swedish age-group athletes// Int. J. Sports med. - 2001. -№ 22. - P. 1- 6.

**Рябченко Р.В.**

**Чернігівський національний педагогічний університет ім. Т.Г. Шевченка, м. Чернігів**

### **УМОВИ ЕФЕКТИВНОГО КЕРУВАННЯ ЗДОРОВ'ЯМ ШКОЛЯРІВ У ПРОЦЕСІ ЗАНЯТЬ ФІЗИЧНИМИ ВПРАВАМИ**

*У науковій статті досліджено теоретичні аспекти умов ефективного керування здоров'ям школярів у процесі занять фізичними вправами. Данні, які були отримані за допомогою аналізу науково-методичної літератури, свідчать про керуваність здоров'ям школярів у процесі занять фізичними вправами.*