

#### References

1. ICD-11 for mortality and morbidity statistics / World Health Organization - Geneva : WHO, 2019. - Access: <https://icd.who.int/browse11/l-m/en> - Назва з екрану.
2. Wikipedia. Tonic labyrinthine reflex [Електронний ресурс]. - Access: [https://en.wikipedia.org/wiki/Tonic\\_labyrinthine\\_reflex](https://en.wikipedia.org/wiki/Tonic_labyrinthine_reflex)
3. Bershtein N. A. Fyzyolohiya dvyzheniy u aktyvnost / Nikolai Aleksandrovych Bershtein. – Moskva: Nauka, 1990. – 494 s.
4. Gurevych M. O. Psykhomotoryka. Metodika issledovaniia motoriki / M. O. Gurevych, N. Y. Ozeretskiy - M. : Gosmedyzdat, 1930. 174 s.
5. Markovskaia Y. F. Zaderzhka psikhicheskoho razvitiya (kliniko-neiropsikhologicheskai diahnostika). – M.: yzd. n/o "Kompens-tsentr", 1993. – 198 s.
6. Mytsenko Ye.V. Prydatnist zasobiv otsinky rukhovoii funktsii dlia monitorynhu stanu ditei z rozladamy spektru autyzmu / Ye.V. Mytsenko // Visnyk prykarpatskoho universytetu. Serii: Fizychna kultura. – 2020. - Vypusk 36, - S. 38-45.
7. Osnovy matematycheskoi statystyky : uchebnoe posobyie dlia ynstytutov fiz. kult. / pod red. V.S.Yvanova. – M. : Fyzkultura y sport, 1990. – 176 s.
8. Ostrovska K. O., Kachmaryk Kh. V., Drobit L. R. Osnovy diahnostryki ditei z rozladamy autychnoho spektra. Navchalnyi posibnyk, 2017. - Lviv: Vydavnychi tsestr LNU imeni Ivana Franka. - 124 s.
9. Praktikum po obshchei, eksperimentalnoi i prykladnoi psikhologii / Pod obshchei red. A. A. Krylova, S. A. Manicheva. – 2-e izd., dop. i pererab. – SPb. Izd-vo Sankt-Peterburg, 2003. – 560 s.
10. Psykhoosvitnii profil. Indyvidualizovane psykhoosvitnie otsiniuvannia ditei z rozladamy autychnoho spektra za metodykoiu TECCCH : Kerivnytstvo dlia spetsialista - Tretie vydannia / Erik Shopler, Marharet D. Lensinh, Robert Dzhei Raikhler, Li M. Markus - Kyiv : 2018. - 67 s.
11. Shynkariuk A. I. Rivni pobudovy rukhiv i smyslova struktura dii: Monohrafiia. – Kamianets-Podilskyi: FOP Sysyn O.V., 2008. – 200 s.

DOI 10.31392/NPU-nc.series15.2022.5(150).14

**Мунтян В. С.**

*кандидат наук з фізичного виховання та спорту, доцент  
Національний юридичний університет імені Ярослава Мудрого*

#### МОДЕЛЮВАННЯ ТРЕНУВАЛЬНО-ЗМАГАЛЬНОЇ ДІЯЛЬНОСТІ СПОРТСМЕНІВ І ПРИЧИНИ КОНФЛІКТУ ІНТЕРЕСІВ

*Висвітлено особливості моделювання тренувально-змагального процесу спортсменів та причини конфлікту інтересів між її учасниками на різних етапах підготовки та змагальної діяльності. Моделювання слід проводити з урахуванням певних закономірностей становлення спортивної форми, результативності участі у змаганнях, індивідуальних особливостей спортсменів, об'єктивних та суб'єктивних умов, у яких проходить тренувальний процес та змагальна діяльність. Виділено основні об'єктивні та суб'єктивні причини виникнення конфлікту інтересів на різних етапах підготовки та змагальної діяльності через призму основних дидактичних принципів навчання. Висновки: Організація та ефективне управління процесом підготовки спортсменів передбачає розробку та реалізацію різних моделей. Особливості методики моделювання процесу підготовки спортсменів полягають в індивідуалізації тренувального процесу та складанні прогностичної моделі реалізації рівня їх підготовленості. Підставами для протиріч та виникнення конфліктів може бути об'єктивні і суб'єктивні причини, а також змішані, об'єктивно-суб'єктивні причини.*

**Ключові слова:** моделювання, тренувальний процес, змагальна діяльність, конфлікт інтересів, спортсмен, тренер.

#### **Muntian V. S. Modeling of training and competitive activity of athletes and reasons for a conflict of interest.**

*The features of modeling the training-competitive process of athletes and the reasons for the conflict of interest between its participants at various stages of training and competitive activity are highlighted. Modeling should be carried out taking into account certain regularities in the formation of a sports form, the effectiveness of participation in competitions, the individual characteristics of athletes, objective and subjective conditions in which the training process and competitive activity take place. The effectiveness of the preparation process lies in the correspondence of the content of practical modeling to the conditions and features of competitive activity. The main objective and subjective reasons for the emergence of a conflict of interest at various stages of training and competitive activity are identified through the prism of the main didactic principles of education. Conclusions: The organization and effective management of the process of training athletes provides for the development and implementation of various models. The initial data for modeling competitive activity are the results of athletes' performances in previous competitions, taking into account performance stability indicators, and not just the best result achieved in one competition. The features of the methodology for modeling the process of training athletes are in the individualization of the training process and the compilation of a predictive model for the implementation of their level of preparedness. Failure to respect the formal and informal relationship between the coach and the athlete leads to a conflict of interest. The grounds for contradictions and the emergence of conflicts can be both objective and subjective reasons, as well as mixed, objective-subjective reasons.*

**Key words:** modeling, training process, competitive activity, conflict of interests, sportsman, coach.

**Постановка проблеми.** Питання моделювання навчально-тренувального процесу та змагальної діяльності, а також прогнозування результативності виступу спортсменів у змаганнях представляють інтерес тренерів, спортсменів, промоутерів та інших функціонерів від спорту з моменту появи/виділення спорту як самостійного виду діяльності. Будь-якій змагальній діяльності передують тренувальний процес, де тренери та спортсмени складають плани тренувальних занять, мікро-, мезо- та макроциклів; визначають тактику і стратегію змагальної діяльності і, практично на кожному з етапів, проявляється конфлікт інтересів як між тренером і спортсменом, так і між іншими учасниками тренувально-змагальної діяльності. Тренер, як правило, самостійно або спільно зі спортсменом, планує процес підготовки, здійснює організацію та моделювання тренувального процесу. Він *візуалізує* поведінку своїх спортсменів, які не завжди виправдовують його очікування. Найбільш гостро це проявляється під час підготовки до змагань та самої змагальної діяльності. Ця проблема актуальна як для початківців, так і для спортсменів високого класу, які, наприклад, не дотримуються дидактичних принципів навчання/підготовки або обраної стратегії змагальної діяльності. Таким чином, недотримання формальних та неформальних відносин між тренером та спортсменом часто стає причиною конфлікту інтересів. Підставою для протиріч та виникнення конфліктів можуть бути об'єктивні, суб'єктивні та об'єктивно-суб'єктивні причини.

**Аналіз літературних джерел.** *Модель* (фр. *modele* від лат. *modulus* «захід, аналог, зразок») - це абстрактне уявлення реальності, призначене для розгляду певних її аспектів і дозволяє отримати відповіді на питання [8]. Вибір моделі та забезпечення її точності вважається одним із найважливіших завдань моделювання. Виділяють: *фізичне моделювання*, що є основою знань та засобом перевірки гіпотез та результатів/розрахунків. Фізична модель найбільш адекватна, точна і дозволяє охопити явище чи процес у всьому різноманітті; *психологічне моделювання* для створення формальної моделі, що відтворює основні, ключові соціально-психологічні події та взаємовідносини.

Основне призначення моделі – описувати (передбачити) майбутній стан об'єктів дослідження. Автор теорії побудови рухів та законів біомеханіки Н.А. Бернштейн підкреслював, що задля досягнення мети формується «модель потрібного майбутнього» [2], яка, на прикладі спорту, полягає у створенні моделі рухового завдання та визначення шляхів її вирішення. Питання моделювання у спорті, апробації спортивних рольових моделей, прогнозування у системі підготовки спортсменів, моделювання тренувального процесу та змагальної діяльності залежно від індивідуальних особливостей спортсменів представляють особливий інтерес [1, 4, 9, 12, 21]. *Модель* – зразок того чи іншого об'єкта, процесу, явища. Моделюванням маєтись на увазі процес побудови, вивчення та застосування моделей для оптимізації процесу спортивної підготовки та участі у змаганнях. Ефективне управління тренувальною та змагальною діяльністю у спорті пов'язане з використанням різних моделей [12]. На особливу увагу заслуговують результати досліджень ефективності застосування комп'ютерного моделювання та інтерактивної комп'ютерної імітації, яке дозволяє розглядати дію за фазами та типами руху. У структурному відношенні такі моделі доцільно створювати у вигляді модулів [5].

Питанням моделювання практичної діяльності надається велике значення. В ідеалі думка повинна випереджати технічну дію (рух), як би прокладати йому шлях, прогнозуючи подальший розвиток ситуації. В іншому випадку, якщо виникає незнайома ситуація, то мозок не знаходить жодної попередньої моделі і може бути паралізований [23].

Особливості моделювання тренувального процесу та змагальної діяльності кваліфікованих спортсменів у єдиноборствах з урахуванням їх індивідуальних особливостей має свої закономірності та особливості. При складанні цільової моделі необхідно враховувати рівень техніко-тактичної майстерності, фізичної та психологічної підготовленості спортсменів, а також результати їх виступів у попередніх змаганнях. Моделювання тренувального процесу в єдиноборствах слід розглядати через призму стратегічного плану змагальної діяльності та систему дидактичних принципів організації тренувального процесу [9,10,11]. Застосування моделі силової підготовки спортсменів змішаних єдиноборств залежно від переважання *ударного* чи *борцівського* стилю ведення поединку дозволило визначити вплив запропонованих тренувальних навантажень на підвищення функціональних можливостей їхнього організму. Для оцінки ефективності розроблених моделей занять слід використовувати метод контрольного тестування рівня розвитку силових здібностей [15]. Заслугує на увагу *модельно-цільовий підхід* при побудові тренувального процесу спортсменів командних ігрових видів спорту в річному макроциклі та питання поетапного порівняння показників підготовленості та змагальної діяльності окремих спортсменів та команди з прогнозованими модельно-цільовими показниками [6]. Визнано переваги *аналітичного підходу* до створення системи підготовки, забезпечуючи об'єктивність та передовий практичний досвід. Модель може підтримувати та просувати цілісний *людино-центричний підхід*, де прагнення до спортивних результатів та нагород балансує зі здоров'ям та благополуччям його учасників [14]. Використання *математичного моделювання* для розуміння світових рекордів з погляду покращення результатів показує, як спортсмени у різних видах спорту вирішують одне й те саме завдання, спрямоване на мінімізацію часу проходження дистанції [20].

Певний інтерес представляють результати аналізу емпіричних даних на підтримку моделей, заснованих на заняттях спортом та фізичній активності, вивчення принципів занять спортом та моделей, що базуються на фізичній активності, що описують еволюцію участі людей у спорті [16]. Дослідження та порівняння узагальнених моделей формування спортсменів у результаті використання конкретних траєкторій розвитку у різних видах спорту демонструють диференціацію досвіду та прогресу у змаганнях серед юніорів та дорослих [18].

Моделювання тренувального процесу та змагальної діяльності здійснюється на основі обліку індивідуальних особливостей спортсменів. Індивідуалізація засобів та методів підготовки передбачає раціоналізацію та ефективність тренувальних впливів, де особливу увагу слід приділяти закономірностям адаптації організму до фізичних навантажень, властивостей функціональних систем організму та інших індивідуальних особливостей конкретного спортсмена [4,9,12].

Результати дослідження даних, підтверджують ефективність *міжособистісних програм розвитку тренерів* (CDP), які призначені для зміцнення відносин між тренером та спортсменом і показують, що крім ефективності їх вплив

визначається й іншими факторами. Отримані результати можуть бути основою для майбутньої розробки та оцінки таких програм, охоплювати як тренерів, так і спортсменів і потенційно бути реалізовані з користю за різних обставин [19].

Досить актуальною є проблематика реалізації сучасних підходів індивідуалізації тренувального процесу з урахуванням психічного стану спортсменів. Визначення прогностичних інформативних ознак психічного стану можна використовувати для індивідуалізації тренувального процесу та оцінки успішності діяльності конкретного спортсмена. Емоційний стан і зокрема емоційна напруга знижують рівень стійкості психічних процесів та працездатності [13].

На особливу увагу заслуговують питання міжособистісних конфліктів у спорті, їх характер та психологічна конструкція, їх передумови та наслідки, стратегії управління у відносинах між тренером та спортсменом [24]. При вивченні різних стратегій управління основну увагу необхідно приділяти питанням управління конфліктами для мінімізації дисфункціональних та максимізації функціональних результатів міжособистісного конфлікту [25]. Формування позитивного організаційно-психологічного клімату в колективі сприяє підвищенню ефективності роботи працівників та усунення соціальної напруги. Конфліктні ситуації у колективі можуть грати як руйнівну, так і позитивну роль [3].

Таким чином, при розгляді питань психології конфліктів у спорті слід виділяти фази їх розвитку, причини та умови їх виникнення, типи поведінки у конфліктних ситуаціях та варіанти управління конфліктами. Заслуговують на увагу питання професійної деформації, пов'язані з поведінкою людини в умовах професійного середовища та професійної діяльності.

**Мета статті.** Розкрити особливості моделювання тренувального процесу та змагальної діяльності спортсменів та причини виникнення конфлікту інтересів між учасниками (тренер спортсмен) з урахуванням об'єктивних та суб'єктивних обставин на різних його етапах.

**Завдання дослідження:**

1. Здійснити аналіз науково-методичної літератури, які висвітлюють питання моделювання у спорті та причин конфлікту інтересів.
2. Встановити основні фактори, що впливають на ефективність моделювання тренувального процесу та змагальної діяльності спортсменів.
3. Виділити основні проблемні питання, що є причиною конфлікту інтересів у взаєминах тренер-спортсмен у процесі тренувально-змагальної діяльності.

**Методи дослідження:** аналіз науково-методичної літератури, педагогічні спостереження, узагальнення даних.

**Виклад основного матеріалу дослідження.** До найбільш загальних вимог, що висуваються до моделей, відносяться [8]:

- *адекватність* - відповідність моделі вихідної реальної системи та облік найважливіших якостей, зв'язків і характеристик;

- *точність* - ступінь збігу отриманих у процесі моделювання результатів із заздалегідь встановленими, передбачуваними, бажаними (точність вихідних даних, узгодження їх як між собою, так і з модельними);

- *універсальність* - застосовність моделі до аналізу низки однотипних систем в одному або декількох режимах функціонування. Це дозволяє розширити область застосування моделі для вирішення більшого кола завдань.

Моделі, що використовуються у спорті поділяють на дві основні групи [8]: *У першу групу входять моделі, що характеризують структуру змагальної діяльності; різні сторони підготовленості спортсмена; морфофункціональні моделі (відображають морфологічні особливості організму та можливості окремих функціональних систем). Друга група моделей охоплює моделі, що відображають тривалість та динаміку становлення спортивної майстерності та підготовленості у багаторічному плані; моделі великих структурних утворень тренувального процесу (етапів багаторічної підготовки; моделі мезо- та мікроциклів; моделі тренувальних занять та їх частин; окремих тренувальних вправ та їх комплексів. Моделі, що використовуються в практиці тренувальної та змагальної діяльності, діляться на три рівні: 1) *узагальнені моделі*, що відображають характеристику об'єкта або процесу на основі дослідження щодо великої групи спортсменів певної статі, віку та кваліфікації (відображають найбільш загальні закономірності тренувальної та змагальної діяльності); 2) *групові моделі*, що створюються на основі вивчення, конкретної сукупності спортсменів (або команди), що відрізняються специфічними ознаками у межах того чи іншого виду спорту; 3) *індивідуальні моделі*, що розробляються для окремих спортсменів та базуються на даних тривалого дослідження та індивідуального прогнозування структури змагальної діяльності та підготовленості окремого спортсмена, його реакції на навантаження тощо.*

Основне призначення моделі – передбачити майбутнє стан об'єктів дослідження. Для досягнення мети формується *модель потрібного майбутнього* [2], модель рухової задачі, модель реалізації рівня підготовленості в змагальній діяльності з урахуванням індивідуальних особливостей спортсмена [1,4,11,12]. Модель, як правило, складається з низки короткострокових, середньострокових та довгострокових цілей, що охоплюють процеси, які необхідні для їх досягнення. Таке планування необхідне для досягнення успіху і вимагає розробки раціональних детермінованих моделей, які орієнтовані на прогнозування результатів [14].

Застосування *модельно-цільового підходу* у побудові тренувального процесу сприяє розумінню основних закономірностей поступового входження спортсменів у спортивну форму, та можливості варіювати процес їх адаптації до тренувальних та змагальних навантажень залежно від календаря змагань. Побудова річного тренувального циклу на основі модельно-цільового підходу передбачає логічне послідовне здійснення управлінських впливів на тренувальний процес за таким алгоритмом: прогнозування спортивних результатів; реалізація мети прогнозування; побудова базових моделей підготовки та змагальної діяльності; розробка моделей тренувальних програм для етапів і періодів підготовки; планування тренувального процесу на основі моделювання; реалізація плану процесу тренувки; поетапне порівняння даних підготовленості та змагальної діяльності із прогнозованими модельно-цільовими показниками [6].

Моделювання тренувального процесу у єдиноборствах слід розглядати через призму стратегічного плану змагальної діяльності [9,11]. Моделювання змагальної діяльності передбачає наявність стратегічного плану, який тісно пов'язаний з перспективним планом тренувального процесу та планом-календарем змагань. Стратегія змагальної діяльності передбачає моделювання майбутніх змагань та конкретного поєдинку, наявність мотивації та *настрій* на змагання і окремих поєдинків [1,4,9,11,12].

Особливості методики моделювання підготовки кваліфікованих спортсменів полягають у індивідуалізації тренувального процесу. Для визначення *рівня домагань* конкретного спортсмена у майбутніх змаганнях (на прикладі занять єдиноборствами), слід скласти індивідуальні моделі *прямим* (з урахуванням індивідуальних особливостей спортсмена) і *зворотним* (з урахуванням індивідуальних особливостей майбутнього передбачуваного суперника) моделюванням [9].

Моделювання змагальної діяльності передбачає розвиток та вдосконалення оперативного мислення, надання специфічних рекомендацій та включення вправ, що сприяють підвищенню рівня техніко-тактичної майстерності та психологічної стійкості спортсменів [9,11]. Ефективність процесів залежить від біомеханічної структури рухів, антропометричних даних та інших індивідуальних особливостей спортсменів. Оптимізація процесу навчання техніки рухів передбачає *визначення індивідуально-оптимальної пози* спортсмена при виконанні конкретної технічної дії. Звідси випливає, що *біомеханічне моделювання* передбачає виявлення найбільш оптимальних характеристик технічних дій з урахуванням індивідуальних особливостей спортсменів, спрямованих на вдосконалення їхньої техніко-тактичної майстерності, підвищення ефективності навчально-тренувального процесу та змагальної діяльності [7,9]. Застосування комп'ютерного моделювання та інтерактивної комп'ютерної імітації дозволяє розглядати біомеханічні характеристики кінематичного ланцюга та дії за фазами і типами руху [5].

Створення *моделі спортивних навичок* (ASM) служить підходящою основою для структурування розвиваючих, рухових програм підвищення фізичної грамотності, як основи професійного майстерності та передбачає використання трьох шляхів для досягнення цієї мети: 1) *концентричний підхід*, 2) *створення складних умов* та 3) *перенесення*. Кожен з них окремо або у поєднанні один з одним покликані сприяти підвищенню рівня фізичної грамотності, забезпеченню більшої функціональної варіативності, що веде до збільшення можливості адаптації учасників фізкультурного або спортивного процесу [17].

Моделі, засновані на фізичній активності, характеризують різні етапи занять спортом та проведення спортивних заходів, у яких люди беруть участь протягом усього свого життя. Більшість доказів, що підтверджують принципи участі у спорті та моделей, заснованих на фізичній активності, що описують еволюцію участі людей у спорті, були отримані в результаті досліджень серед спортсменів елітного рівня [16].

Застосування навчальних моделей уроків самооборони (бойових мистецтв) у програмі фізичного виховання має бути корисним для учнів та служити меті фізичного виховання. Існуючі моделі/підходи до навчання самооборони, що використовуються у фізичній/спортивній освіті, можна умовно розділити на три типи: 1) модель навчання самооборони, орієнтовану на культуру; 2) модель навчання самооборони, орієнтовану на спорт, та 3) модель, орієнтовану на студента [22].

Аналіз результатів тестування рівня розвитку силових здібностей, із застосуванням розробленої *моделі силовий підготовки* бійців змішаних єдиноборств (ММА), залежно від переважання *ударного* або *борцівського* стилю ведення поєдинку, дозволили встановити: а) оптимальними силовими навантаженнями для бійців, які використовують *ударний стиль* боротьби, є використання високоінтенсивного режиму під час роботи з алактатною або лактатною системою енергозабезпечення; б) найбільш ефективними силовими навантаженнями для максимальної реалізації функціонального потенціалу спортсменів, які віддають перевагу *борцівському стилю* в ході бою, є використання низькоінтенсивних режимів з великим обсягом роботи в гліколітичному енергозабезпеченні. При цьому спостерігалися різні адаптаційно-компенсаторні реакції на різних етапах експерименту [15].

Дані досліджень підтверджують ефективність проведення *міжособистісних програм розвитку тренерів* (CDP), призначених для зміцнення відносин між тренером та спортсменом, які потенційно можуть бути використані в різних умовах та мати реальну користь [19]. Данна робота повинна бути спрямована на поліпшення взаємовідносин між тренером і спортсменом, а також між іншими учасниками тренувального процесу і змагальної діяльності та на попередження конфліктних ситуацій.

Міжособистісні конфлікти у спорті неминучі, проте їхня природа залишається недостатньо вивченою. Одним із головних питань є вивчення психологічної конструкції міжособистісного конфлікту, включаючи його передумови, стратегії управління та результати у контексті відносин між тренером та спортсменом, а також між іншими учасниками спортивною діяльності [24]. Перехресний контент-аналіз показав, що тренери та спортсмени запобігають виникненню конфлікту завдяки: а) сприянню хорошим відносинам та оптимальному робочому середовищу (неявне запобігання конфліктам) та б) участі в активних стратегіях запобігання конфліктам (явне запобігання конфліктам). Крім того, спортсмени та тренери справляються з конфліктами, використовуючи внутрішньо особистісні та міжособистісні стратегії, а також звертаючись за допомогою зовні. Виявлено, що ці стратегії стикаються з низкою бар'єрів управління конфліктами та пов'язані з функціональними чи дисфункціональними показниками, а також внутрішньоособистісними та міжособистісними результатами. Загалом, роль тренера має бути головною/центральною в ефективному управлінні конфліктом [25].

Розглядаючи *моделювання тренувального процесу через призму дидактичних принципів навчання*, можна наочно продемонструвати причини виникнення конфлікту інтересів у рамках відносин між тренером і спортсменом, а також між учасниками тренувального-змагального процесу та прямо або опосередковано пов'язане із здійсненням такої діяльності.

*Принцип систематичності (регулярності)*. Передбачає проведення регулярних занять протягом усього періоду тренувальної діяльності (мікро, мезо-, макро- та олімпійського циклу) з оптимальним навантаженням для



забезпечення кумулятивного тренувального ефекту та дотриманням закономірностей взаємозв'язку між навантаженням, відновленням та адаптацією. Причиною протиріч може бути недотримання режимів тренування, відпочинку та відновлення, а також інші об'єктивні та суб'єктивні причини.

*Принцип доступності* - відображає оптимальну відповідність змісту, завдань, засобів та методів навчально-тренувального процесу реальним можливостям та індивідуальним особливостям спортсмена. Суперечності можуть виникнути на тлі завищених (на думку спортсмена) вимог з боку тренера і можливостями (рівнем підготовленості на даний момент часу, самопочуттям) самого спортсмена, небажання або недостатня самовіддача (на думку тренера) з боку спортсмена виконувати тренувальні завдання, а також нерозуміння спортсменом суті поставлених тренером завдань та/або недостатньо чітке формулювання завдань та/або некоректне їх подання.

*Принцип поступовості та послідовності* охоплює питання оптимального та розумного збільшення навантаження, що сприяє зростанню спортивних результатів. Суперечності можуть виникнути на основі необґрунтованого та/або несвоєчасного збільшення, стабілізації або зменшення навантаження, недотримання оптимального графіка, засобів та методів відновлювальних заходів, неготовності спортсмена фізично або морально до тривалих максимальних або граничних навантажень, *суб'єктивної непереносимості* застосовуваних методів тренування тощо.

*Принцип свідомості* полягає в тому, щоб сформувати у спортсмена глибоко осмисленого ставлення, стійкого інтересу та потреби до спортивної діяльності. Свідомість передбачає наявність самодисципліни та інтеріоризації мотивації. Суперечності можуть виникнути при складанні та обговоренні індивідуального плану тренувальних занять, перспективного плану організації тренувального процесу, та *домагань* спортсмена у змаганнях, здатність та бажання спортсмена складати індивідуальний план тренування, оцінювати та вносити корективи тощо.

*Принцип наочності* передбачає адекватне використання засобів і методів комплексного та виборчого наочного впливу стосовно закономірностей тренувального процесу, оптимальне поєднання безпосередньої та опосередкованої наочності в системі заходів, що забезпечують вдосконалення рухових навичок. У процесі розучування, закріплення та вдосконалення техніки виконання окремих вправ і комбінацій, на кожному етапі застосовуються ті чи інші наочні методи, у тому числі ідеомоторні тренування, які сприяють покращенню освоєння технічних дій, підвищенню координації, просторових характеристик рухів та точності. Суперечності між тренером та спортсменом можуть виникнути при обговоренні окремих деталей техніки та комбінацій, відеозаписів (тренувальних занять, контрольних чи змагальних вправ, прийомів), аналізі та оцінці техніки виконання рухів, варіантів корекції тощо.

*Принцип міцності* передбачає повторення, закріплення, перевірка (контроль, тестування) освоєння нового матеріалу (технічних процесів, засобів і методів підготовки). Суперечності виникають, коли, наприклад, спортсмен не сприймає запропоновані засоби та методи, наполегливо стверджує, що він це вміє, або йому не треба (не підходить, протипоказано тощо), коли він не визнає своїх слабких місць у рівні підготовленості, коли *рівень претензій завищений чи навпаки занижений*.

*Принцип індивідуального підходу* охоплює такі сторони та особливості, як вік спортсмена, час/термін занять даним видом спорту, психологічні особливості, тип характеру (флегматик, холерик, сангвінік, меланхолік), психологічний тип особистості (екстраверт-інтроверт), емоційна стійкість та інші. Також слід враховувати індивідуальні морфофункціональні особливості, здатність і рівень адаптації до навантажень, особливості поведінки в умовах змагальної діяльності, стиль ведення поєдинку (в єдиноборствах), переносимість та конкретна реакція на події, що відбуваються, на навантаження різного характеру, реакцію спортсмена на успіх і невдачу, на методи відновлення та релаксації, бажання самовдосконалюватися та здатність до навчання.

Таким чином, підставами протиріч та виникнення конфліктів може бути як об'єктивні так і суб'єктивні причини. *До об'єктивних причин відносяться:* недостатня відповідність структури спортивної організації, її підрозділів реалізації поставлених цілей та завдань; напружена обстановка у колективі; неналагоджена система комунікацій в організації та у взаємодії як підрозділів, так і окремих фахівців; недостатнє матеріальне забезпечення та/або нерівномірний розподіл ресурсів; невідповідність інфраструктури; загалом, недостатньо враховуються *особливі умови*, у яких протікає тренувальний процес та змагальна діяльність. *До суб'єктивних причин міжособистісних конфліктів відносяться:* світоглядні та моральні розбіжності; відмінність у ціннісних орієнтаціях; невідповідність або неповна відповідність тренера посади, необхідних особистісних якостей або професійних умінь; помилково прийняті рішення тренера чи спортсмена; перетин інтересів тренерів та/або спортсменів та інших учасників тренувально-змагального процесу; розбіжність темпераментних особливостей тренера та спортсмена тощо.

Слід зазначити, що в реальній практиці досить складно виділити конкретні *причини виникнення конфліктних ситуацій і конфліктів* та розділяти їх на об'єктивні та суб'єктивні, оскільки підставою для конфлікту можуть бути змішані, *об'єктивно-суб'єктивні причини*. Необхідно враховувати такий фактор як різниця у віці між тренером та спортсменом чи іншими учасниками тренувально-змагальної діяльності; коло їх інтересів, рівень освіти, освіченості та виховання; узгодженість ролей учасників процесу, виправдання уявлень рольових очікувань та інші фактори. Також, може статися *демотивація* тренера, якщо, наприклад, спортсмен, з низки причин, змінює місце проживання (місто, країну), йде до іншого тренера або *демотивація* спортсмена, коли тренер приділяє більше уваги іншому більш перспективному, на його думку, спортсмену та інші причини.

Формування організаційно-психологічного клімату в колективі сприяє підвищенню ефективності роботи її членів/учасників та усунення соціальної напруги між ними. Конфліктні ситуації між суб'єктами діяльності можуть грати як руйнівну, так і позитивну роль. Вони можуть показати/розкрити причини виникнення конфліктних ситуацій та конкретних конфліктів. *Некеровані конфлікти* призводять до конфронтації та, зрештою, до роз'єднання, розпаду, деградації. *Конструктивні конфлікти* сприяють позитивним змінам, підвищенню ефективності діяльності, формуванню

сприятливого психологічного клімату [3].

**Висновки.** Для організації та ефективного управління тренувальним процесом та змагальної діяльністю спортсменів використовуються різні моделі: окремого тренувального заняття; конкретної вправи чи комбінації; що відображають тривалість та динаміку становлення спортивної майстерності; тренувальних етапів та періодів; морфофункціональні біомеханічні та змагальні моделі.

Ефективність планування, організації процесу підготовки та реалізація досягнутого рівня підготовленості у змаганнях полягає у правильному складанні групових (загальних, для команди) та індивідуальних моделей, що визначають структуру передзмагальних циклів та етапів підготовки. Вихідними даними при моделюванні змагальної діяльності повинні стати результати виступів спортсменів у декілька попередніх змаганнях, з урахуванням показників стабільності виступів, а не лише найкращого результату, досягнутого в одних змаганнях.

Недотримання формальних та неформальних відносин між тренером та спортсменом призводить до конфлікту інтересів. Підставою для конфлікту можуть бути об'єктивні, суб'єктивні та змішані (об'єктивно-суб'єктивні) причини. Синхронізація стосунків між тренером та спортсменами, а також іншими учасниками тренувально-змагального процесу дозволяє мінімізувати виникнення конфліктних ситуацій у спорті.

#### Література

1. Арзютов Г. Н. Модельные характеристики личностных особенностей дзюдоиста, как факторы эффективности и надежности соревновательной деятельности. Педагогика, психология та медико-біологічні проблеми фізичного виховання і спорту. ХХПІ, 1999, 12. С. 43-50.
2. Бернштейн Н.А. Очерки по физиологии движений и физиологии активности. - М.: Медицина, 1996. - 349 с.
3. Боковець В. В., Соколовська В. В. Управління конфліктними ситуаціями в роботі з персоналом. *Ефективна економіка*. 2020. №10.
4. Дахновский В.С., Лещенко С.С. Подготовка борцов высокого класса. – Київ: Здоров'я, 1989. – 190 с.
5. Єрмаков С. С. Біомеханічні моделі ударних рухів у спортивних іграх у контексті вдосконалення технічної підготовки спортсменів. Теорія та методика фізичного виховання, № 4, 2010, С. 11-18.
6. Костюкевич В. М. Модельно-целевой подход при построении тренировочного процесса спортсменов командных игровых видов спорта в годичном макроцикле. Наука в олимпийском спорте, № 4, 2014, С. 22-28.
7. Лапутін А. М., Носко М. О., Кашуба В. О. Біомеханічні основи техніки фізичних вправ. – Київ : Науковий світ, 2001. – 201 с.
8. Модель – Википедия <https://ru.wikipedia.org/wiki/Модель> (дата обращения 05.01.2022 г.)
9. Мунтян В. С. Оптимізація спеціальної підготовки в рукопашному бою з урахуванням індивідуальних особливостей спортсменів: дис. ... канд. наук фіз. виховання і спорту, Харків, 2006. - 195 с.
10. Мунтян В. С. Моделирование тренировочного процесса и соревновательной деятельности в рукопашном бое. Педагогика, психология та медико-біологічні проблеми фізичного виховання і спорту, № 2, 2007, С.80-83.
11. Мунтян В. С. Прикладные аспекты психологии деятельности человека в экстремальных условиях и ситуациях: монография. Изд. 2-е, испр. и доп., Харків, Право, 2016. – 256 с.
12. Платонов В. Н. Система подготовки спортсменов в олимпийском спорте. Общая теория и ее практическое приложение, Київ: Олимп. лит., 2004. - 808с.
13. Титович А.О., Томенко О.А., Головченко О.І., Востоцька І.Ф. Індивідуалізація тренувального процесу на основі врахування психічного стану спортсменів: монографія. Суми: Вид-во СумДПУ імені А. С. Макаренка, 2020, 168 с.
14. Anthony N Turner Chris Bishop, Jon Cree, Paul Carr, Andy McCann, Brett Bartholomew, Laurence Halsted. Building a High-Performance Model for Sport: A Human Development-Centered Approach. *Strength and Conditioning Journal*. 2019, Vol. 41, Issue 2, p 100-107. doi: 10.1519/SSC.0000000000000447
15. Andriy Chernozub, Georgiy Korobeinikov, Bogdan Mytskan, Lesia Korobeinikova, Wojciech J. Cynarski Modelling mixed martial arts power training needs depending on the predominance of the strike or Wrestling fighting style. "IDO MOVEMENT FOR CULTURE. Journal of Martial Arts Anthropology", Vol. 18, no. 3 (2018), pp. 28–36. DOI: 10.14589/ido.18.3.5
16. François Gallant and Mathieu Bélanger. Empirical Support for the Tenets of Sport Participation and Physical Activity-Based Models: A Scoping Review. *Front Sports Act Living*, 2021. doi: 10.3389/fspor.2021.741495.
17. Geert J.P. Savelsbergh and Rene Wormhoudt . Creating adaptive athletes: the athletic skills model for enhancing physical literacy as a foundation for expertise *Movement & Sport Sciences-Science & Motricité* 2018, 102, 31-38.
18. Gulbin, J., Weissensteiner, J., Oldenzel, K., & Gagane, F. (2013). Patterns of performance development in elite athletes. *European Journal of Sport Science*, 13, 605–614.
19. Evans B. McGuckin M., Gainforth H., Bruner M. W. Informing Programs to Improve Interpersonal Coach Behaviours: a systematic review using 146 the RE-AIM framework. *The British Journal of Sports Medicine*. 2015. No. 49 (13). P. 871–877.
20. Jos J. de Koning, Carl Foster, Alejandro Lucia, Maarten F. Bobbert, Florentina J. Hettinga, and John P. Porcari. Using Modeling to Understand How Athletes in Different Disciplines Solve the Same Problem: Swimming Versus Running Versus Speed Skating. *International Journal of Sports Physiology and Performance*, 2011, 6 (2): 276-280. DOI: 10.1123/ijspp.6.2.276.
21. Mutter Felix & Pawlowski, Tim (2014). Role of models in sports – Can success in professional sports increase the demand for amateur sport participation? *Sport Management Review*. 17 (3): 324-336.
22. Nur Rohmah Muktiani, Saryono, Erlina Listyarini, Soni Nopembri. Instructional Model of Self-defense Lesson in Physical Education: A systematic Review. *Advances in Social Science, Education and Humanities Research*, Atlantis Press, volume 278 P. 66-69. DOI:10.2991/yishpess-cois-18.2018.16

23. Shillingford R. The elite forces handbook of unarmed combat / Thomas Dunne books St. Martin's Griffin. - New York, 2003. - 352 p.
24. Svenja Wachsmuth, Sophia Jowett & Chris G. Harwood (2017) Conflict among athletes and their coaches: what is the theory and research so far?, *International Review of Sport and Exercise Psychology*, v.10:1, P.84-107.
25. Wachsmuth, S., Jowett, S., & Harwood, C. G. (2018). Managing conflict in coach—athlete relationships. *Sport, Exercise, and Performance Psychology*, 7(4), 371–391. <https://doi.org/10.1037/spy0000129>

#### Reference

1. Arzyutov G.N. (1999), "Model characteristics of personal characteristics of a judoka as factors of efficiency and reliability of competitive activity". *Pedagogy, psychology and medical and biological problems of physical education and sports*. Kharkiv, № 12, P. 43-50.
2. Bernstein N.A. (1996), *Essays on the physiology of movements and the physiology of activity*. M., Medicine.
3. Bokovets V.V. & Sokolovskaya V.V. (2020), "Management of conflict situations in working with staff". *Efficient economy*, №10.
4. Dakhnovsky V.S. & Leshchenko S.S. (1989), *Training of high class wrestlers*. Kyiv, Zdorov'ya.
5. Yermakov S.S. (2010), "Biomechanical models of shock movements in sports games in the context of improving the technical training of athletes". *Theory and methods of physical education*. № 4, P. 11-18.
6. Kostyukevich V.M. (2014), "Model-target approach in the construction of the training process of athletes in team games in the annual macrocycle". *Science in Olympic Sports*, № 4, P. 22-28.
7. Laputin A.M., Nosko M.O., & Kashuba V.O. (2001), *Biomechanical foundations of exercise techniques*. Kyiv, Naukovyy svit.
8. Model - Wikipedia <https://en.wikipedia.org/wiki/Model> (date of application 05.01.2022)
9. Muntyan V.S. (2006), "Optimization of special training in hand-to-hand combat taking into account individual features of athletes". *dis. ... cand. PhD (Phys. Education and Sports)*, Kharkiv.
10. Muntyan V.S. (2007), "Modeling of training process and competitive activity in hand-to-hand combat". *Pedagogy, psychology and medical and biological problems of physical education and sports*. Kharkiv, № 2, P. 80–83.
11. Muntyan V.S. (2016), "Applied aspects of human psychology in extreme conditions and situations": monograph. Ed. 2nd, Kharkiv, Pravo.
12. Platonov V.N. (2004), *The system of training athletes in Olympic sports. General theory and its practical application*. Kyiv: Olympiysc. lit.
13. Titovich A.O., Tomenko O.A., Golovchenko O.I. & Vostotskaya I.F. (2020), *Individualization of the training process based on taking into account the mental state of athletes: monograph*. Sumy: Sumy State Pedagogical University named after A.S. Makarenko.
14. Anthony N Turner Chris Bishop, Jon Cree, Paul Carr, Andy McCann, Brett Bartholomew, Laurence Halsted. *Building a High-Performance Model for Sport: A Human Development-Centered Approach*. *Strength and Conditioning Journal*. 2019, Vol. 41, Issue 2, p 100-107. doi: 10.1519/SSC.0000000000000447
15. Andriy Chernozub, Georgiy Korobeinikov, Bogdan Mytskan, Lesia Korobeinikova, Wojciech J. Cynarski *Modelling mixed martial arts power training needs depending on the predominance of the strike or Wrestling fighting style. "IDO MOVEMENT FOR CULTURE. Journal of Martial Arts Anthropology"*, Vol. 18, no. 3 (2018), pp. 28–36. DOI: 10.14589/ido.18.3.5
16. François Gallant and Mathieu Bélanger. *Empirical Support for the Tenets of Sport Participation and Physical Activity-Based Models: A Scoping Review*. *Front Sports Act Living*, 2021. doi: 10.3389/fspor.2021.741495.
17. Geert J.P. Savelsbergh and Rene Wormhoudt . *Creating adaptive athletes: the athletic skills model for enhancing physical literacy as a foundation for expertise* *Movement & Sport Sciences-Science & Motricité* 2018, 102, 3138.
18. Gulbin, J., Weissensteiner, J., Oldenzel, K., & Gagane, F. (2013). Patterns of performance development in elite athletes. *European Journal of Sport Science*, 13, 605–614.
19. Evans B. McGuckin M., Gainforth H., Bruner M. W. *Informing Programs to Improve Interpersonal Coach Behaviours: a systematic review using 146 the RE-AIM framework*. *The British Journal of Sports Medicine*. 2015. No. 49 (13). P. 871–877.
20. Jos J. de Koning, Carl Foster, Alejandro Lucia, Maarten F. Bobbert, Florentina J. Hettinga, and John P. Porcari. *Using Modeling to Understand How Athletes in Different Disciplines Solve the Same Problem: Swimming Versus Running Versus Speed Skating*. *International Journal of Sports Physiology and Performance*, 2011, 6 (2): 276-280. DOI: 10.1123/ijsp.6.2.276.
21. Mutter Felix & Pawlowski, Tim (2014). *Role of models in sports – Can success in professional sports increase the demand for amateur sport participation?* *Sport Management Review*. 17 (3): 324-336.
22. Nur Rohmah Muktiani, Saryono, Erlina Listyarini, Soni Nopembri. *Instructional Model of Self-defense Lesson in Physical Education: A systematic Review*. *Advances in Social Science, Education and Humanities Research*, Atlantis Press, volume 278 P. 66-69. DOI:10.2991/yishpess-cois-18.2018.16
23. Shillingford R. The elite forces handbook of unarmed combat / Thomas Dunne books St. Martin's Griffin. - New York, 2003. - 352 p.
24. Svenja Wachsmuth, Sophia Jowett & Chris G. Harwood (2017) Conflict among athletes and their coaches: what is the theory and research so far?, *International Review of Sport and Exercise Psychology*, v.10:1, P.84-107.
25. Wachsmuth, S., Jowett, S., & Harwood, C. G. (2018). Managing conflict in coach—athlete relationships. *Sport, Exercise, and Performance Psychology*, 7(4), 371–391. <https://doi.org/10.1037/spy0000129>