

лютому. У кінці другого півріччя було відмічено зменшення пропусків на 74 дні ($p < 0,05$) у порівнянні з першим півріччям, тоді як у контрольній групі кількість пропущених за хворобою днів статистично вірогідно не змінилась.

ВИСНОВКИ І ПЕРСПЕКТИВИ ПОДАЛЬШИХ ДОСЛІДЖЕНЬ.

1. Вперше розроблена і науково обґрунтована інноваційна технологія оптимізації фізкультурної освіти, в основу якої покладене переважне застосування засобів дитячого фітнесу (фітбол-гімнастики, ігрові фітнесу, звіроаеробіки), що реалізовувалась у різних формах: фізкультурних та секційних заняттях, фізкультурно-оздоровчих заходах в режимі дня, під час активного відпочинку і виконання завдань з батьками.

2. В результаті реалізації інноваційної технології відбулось вірогідне покращення життєво важливих рухових умінь і навичок: бігу, ходьби, стрибків, метання, лазіння ($p < 0,05$), взаємопов'язаних з ними елементарних знань з фізичної культури ($p < 0,05$), зниження рівня захворюваності дітей ($p < 0,05$), а також підвищення рівня фізкультурної освіченості батьків ($p < 0,05$). Це дозволяє рекомендувати вищезазначену технологію до впровадження у практику роботи дошкільних навчальних закладів.

Перспективи подальших досліджень полягають у поглибленому вивченні впливу використання засобів дитячого фітнесу на формування мотивів та інтересів дошкільнят стосовно фізичної культури і здоров'я.

ЛІТЕРАТУРА

1. Лиджиева Г. Н. Содержание и организация процесса освоения детьми 3-6 лет интеллектуальных ценностей физической культуры : дисс. ... канд. пед. наук : 13.00.04 / Лиджиева Галина Николаевна. – Краснодар, 2005. – 177 с.
2. Моргун И. Н. Физкультурное образование детей 5 - 6 лет на основе взаимодействия семьи и педагогов дошкольных образовательных учреждений: дисс ... кандидата пед. наук : 13.00.04 / Моргун Ирина Николаевна. – К., 2001. – 181 с.
3. Пангелова Н. Е. Теоретико-методичні засади формування гармонійно розвинутої особистості дитини дошкільного віку в процесі фізичного виховання : автореф. дис. на здобуття наук. ступеня доктора наук з фіз. вих. і спорту : спец. 24.00.02 «Фізична культура, фізичне виховання різних груп населення» / Н. Е. Пангелова. – Київ, 2014. – 37с.
4. Проскура О. В. Оновлення програми «ДИТИНА» / О. В. Проскура, В. У. Кузьменко, Н. В. Кудикіна // Дитячий садок: управління. – 2010. – № 3 (17). – С. 14 – 18.
5. Сайкина Е. Г. Применение фитнес-технологий в дошкольных образовательных учреждениях / Е. Г. Сайкина // Инновационные педагогические технологии в системе физического образования и оздоровления: сб. матер. науч.- практ. конф. – СПб. : СПб.НИИФК, 2006. – С. 86 – 91.
6. Старченко А. Ю. Відмінності в окремих показниках фізкультурної освіченості дітей старшого дошкільного віку залежно від статі / А. Ю. Старченко // Вісник Чернігівського державного педагогічного університету ім. Т.Г. Шевченка. Випуск 98. Серія: Пед. науки. Фізичне виховання і спорт. – Чернігів, ЧДПУ, 2012. – Т. №2. – С. 291 – 293.
7. Филимонова О. С. Физическое воспитание детей 5-6 лет на основе средств фитнеса / О. С. Филимонова, Ю. К. Чернышенко // Физкультура, спорт – наука и практика. – 2007. – № 1 – 4. – С. 74 – 75.
8. Чернышенко Ю. К. Научно-педагогические основания инновационных направлений в системе физического воспитания детей дошкольного возраста: дисс. ... доктора пед. наук : 13.00.04. / Чернышенко Юрий Константинович. – К., 1998. – 392 с.
9. Iivonen S. The development of fundamental motor skills of four to five year old preschool children and the effects of a preschool physical education curriculum // Journal: Early Child Development and Care, vol. 181, no. 3, 2011, pp. 335 – 343.
10. Saykina E. G. The use of the fitness technologies in pre-school educational establishments / E.G. Saykina // Innovative pedagogical technologies in the system of physical education and health-improving : col. of proceedings of scientific-practical. Conf. – SPb. : SPb.NIIFK, 2006. – P. 86 – 91.

Терещенко В. І., Терещенко О.В.

**Національний університет державної податкової служби України
Національний педагогічний університет імені М.П. Драгоманова**

КЕРУВАННЯ В СПОРТИВНО-ПЕДАГОГІЧНИХ СИСТЕМАХ

Керування – це одна з найважливіших сфер діяльності людини. Завдяки скоординованим діям учених розвивались різні галузі знань, зокрема про фізичний розвиток людини. Без взаємних зусиль тренера і спортсмена неможливо розвинути проблему керування в теорії і практиці фізичної культури. Успішність роботи сучасного тренера безпосередньо залежить від умілого використання людського фактора. Тренер повинен володіти визначеними управлінськими здібностями, щоб певним чином впливати на спортсмена.

Ключові слова: Керування, організація, мотивація, оцінка діяльності, система, тренування, системний підхід.

Терещенко В. І., Терещенко О.В. Управление в спортивно-педагогических системах. Управление – это одна из самых важных сфер деятельности человека. Благодаря скоординированным действиям ученых развивались разные отрасли знаний, в частности о физическом развитии человека. Без совместных усилий тренера и спортсмена невозможно развить проблему управления в теории и практике физической культуры. Успешная работа современного тренера непосредственно зависит от умелого использования человеческого фактора. Тренер должен владеть обозначенными управленческими качествами, чтобы конкретным образом влиять на спортсмена.

Ключевые слова: Управление, организация, мотивация, оценка деятельности, система, тренировка, системный подход.

Terechenko V.I., Terechenko O.V. A management is in the sport-pedagogical systems. Management is one of the most important spheres of human activity. Due to coordinated actions of scientists, different disciplines have been developed, separately about physical development of a human being. Development of a problem of management in theory and practice of physical culture is impossible without mutually efforts of trainer and sportsman. Success of modern trainer's work directly depends on skillful use of human factor. Trainer

should have specific management skills to affect the sportsman in a cert in way. Trainer's activity is various. He is responsible for execution of all management functions: planning ahead, technical, medical providing, operational administration with using means of pedagogical control, estimation of sportsman's functional condition etc. Becomes clear, that a trainer, requesting sportsman's effective activity, should have also psychology of administration, where the problem of individual as a subject and an object of management is the main section. The searchers of modern problems in a sphere of pedagogy and psychology of management determine management as a people's management with using such means that allow to perform tasks by the most economic and rational way. In a sport training and a sphere of physical education management as a special kind of activity converts unorganized form of conduct to effective, purposeful and productive form of moto activity. Organization of activity is a structure within which are lead certain actions for achieving health and athletic tasks. The most important problem of management in sport and educational systems is motivation as one of the most complicated functions of management. It is known that the identity of a sportsman is characterized by identified individual features that appear during specific activity. Formation of an individual supposes realization of individual discrepancies reflected in partly realized actual and potential ability. Ability in a process of activity attain special character when the orientation of human development is conditioned by specific productive activity.

Key words: Management, organization, motivation, assessment of performance, system, training, systematic approach.

Актуальність. Успішність роботи сучасного тренера безпосередньо залежить від умілого використання людського фактора. Тренер повинен володіти визначеними управлінськими здібностями, щоб повним чином впливати на спортсмена. Діяльність тренера різноманітна. Він несе відповідальність за виконання всіх управлінських функцій: перспективне планування, технічне, лікарське забезпечення, оперативне керування з використанням засобів педагогічного контролю, оцінку функціонального стану спортсмена та ін. Стає зрозумілим, що тренер, домагаючись ефективної діяльності спортсменів, повинен володіти і психологією керування, у якій основною ланкою є проблема особистості як: суб'єкта й об'єкта керування. Дослідники сучасних проблем у сфері педагогіки і психології керування й організації дають визначення керуванню, як керівництву людьми використанням таких засобів, що дозволяють виконувати поставлені завдання найбільш економічним і раціональним шляхом. У спортивному тренуванні та сфері фізичного виховання керування як особливий вид діяльності перетворює неорганізовані форми поведінки в ефективну цілеспрямовану і продуктивну форму рухової активності. Організація діяльності являє собою структуру, у межах якої проводяться визначені дії для досягнення оздоровчих і спортивних завдань.

Найважливішою проблемою керування в спортивно-педагогічних системах є мотивація як одна з найскладніших функцій керування. Відомо, що особистість спортсмена характеризується визначеними індивідуальними особливостями, що проявляються у процесі конкретної діяльності. Формування особистості припускає реалізацію індивідуальних розбіжностей, відбитих у частково реалізованих актуальних і потенціальних здібностях. Здібності у процесі діяльності набувають особливого характеру, коли спрямованість у розвитку особистості зумовлюється конкретною результативною активністю. Проблема мотивації у керуванні є не тільки динамічною умовою поведінки – реактивністю організму, тобто здатністю відповідати певним чином на впливи, але і давати варіативні відповіді, якщо рухи набувають пристосувального характеру. Мотивація набуває форми організації поведінки з утворенням функціональних механізмів для ефективної реалізації здібностей, об'єднаних мотивами, установками щодо визначеної мети.

Проблема розвитку концепції людського фактора в теорії і методиці фізичного виховання і спортивного тренування поступово набуває визначеної значимості, на яку вже не можна не зважати, оскільки неврахування цього фактора призводить до непередбачуваних наслідків. Орієнтація на повну надійність інвентарю й устаткування, використання засобів реабілітації в спортивному тренуванні неодноразово закінчувалося трагічно, особливо в умовах змагань, коли спортсмен повинен контролювати свій стан, а не стан спортивної амуніції чи дії якого-небудь медичного препарату. Ураховуючи людський фактор у тренувальному процесі і змаганнях, необхідно вносити визначені корективи. Виділимо основні фактори, що вимагають постійної уваги і внесення коректив:

- а) необхідність посилення уваги до соціальних потреб спортсмена, тренера;
- б) відмовлення від надмірно вузькоспеціалізованого і високо інтенсивного тренування;
- в) неприйняття авторитарних відносин;
- г) вивчення методів розвитку індивідуальних здібностей, властивих конкретному спортсмену.

З позицій окремих досліджень, у спортивному тренуванні необхідно приділяти велику увагу взаємодії формальної і неформальної структури взаємин. Поодиночі вони не дають бажаного результату. Жмар'юв Н.В., один з перших дослідників у сфері теорії і методики фізичного виховання, обґрунтував діяльність спортивних колективів та показав, що мотивація є одним з основних факторів тренувального процесу і що сутність взаємин тренера і спортсмена криється у співробітництві. На цій основі були сформульовані принципи дії інформаційних зв'язків усередині системи, які повинні бути чітко задані самою інформаційно-енергетичною структурою системи. Стратегічним фактором організації поведінки є особа, тренер, спортсмен, команда, група і т. д. Варто додати, що особлива роль функції керування полягає в:

- умінні приймати рішення у найскладніші і найнесподіваніші моменти тренування і змагань;

- визначенні цілей у перспективному плануванні тренувального процесу на основі передбачення майбутнього, заснованого на об'єктивних критеріях оцінки виконання обсягу, інтенсивності навантаження і даних педагогічного контролю;

Формування тренера як особистості – це не стільки результат його діяльності в самопідготовці і саморозвитку, скільки ступінь усвідомлення ним своїх управлінських завдань, пошук свого підходу до практичної роботи спортсменом. Успіх тренера значного мірою залежить від здатності передбачати і контролювати стан і поведінку спортсмена. Джерело таких знань є, безумовно, інформація, якою володіє тренер, – загальне як комплекс знань про людину і суміжні дисципліни, локальна – знань про конкретних спортсменів, їхні індивідуальні якості: від морфофункціональних до психофізичних. Більше того, ці знання дозволяють тільки уникати негативних наслідків тренування – травм стомлення психічного перенавантаження, але передбачати можливі та найбільш ефективні шляхи для досягнення мети. Надлишкове володіння інформацією дозволяє тренеру зменшити варіативність у вирішенні тренувальних завдань і зростанні результатів. Це, у свою чергу, підвищує стабільність і надійність людського фактора в обопільному співробітництві тренера і спортсмена.

Мета роботи полягає у вивченні та аналізі літературних джерел з питання керування тренувальним процесом.

Виклад основного матеріалу. Керування тренуванням вимагає від тренера допуску спортсмена до участі в управлінському процесі, оскільки найбільш ефективні рішення приймаються тими, кого вони безпосередньо стосуються. Збереження морального

клімату, взаємин, а також задоволеність спортсменів є результатом творчого вирішення проблем за їхньою участю у керуванні. Форми взаємодії між тренером і спортсменом можуть бути різними.

Принцип комунікабельності є форма найбільш ефективного обміну інформацією. До нього належать такі критерії: планування тренувального процесу; його аналіз; доцільність планів і засобів їхньої реалізації; переконаність у виборі правильного рішення; індивідуальні риси спортсмена і тренера; визначення реально досяжної перспективи; облік і аналіз одержуваної під час тренування оперативної інформації, а за необхідності внесення корекції як у поточні, так і у перспективні плани; уміння тренера і спортсмена взаємно слухати і розуміти один одного. Основний висновок при використанні цих критеріїв: взаємини тренера і спортсмена повинні бути спрямовані на їхню спільну задоволеність своєю працею. На сьогодні мало вивчене питання про міжособистісні відносини і про те, що успішність тренувального процесу зумовлена ефективною взаємодією особистісних властивостей тренера і спортсмена, а комунікабельність між ними забезпечується мотивацією при виконанні тренувального навантаження і керування тренером цим процесом. Планування і керування тренувальним процесом за участю тренера і спортсмена є формами розвитку «людських відносин» у тренуванні і повинні відбивати їхню тісну взаємодію. Разом з тим питання про таку «співучасть» у прийнятті рішень хоча і поставлено на порядок денний, але не знайшло широкого практичного застосування.

Щодо розвитку керування, то тут необхідно виділити кілька етапів пов'язаних як з теоретичною розробкою концепції наукової організації, так і з розвитком шкіл наукового напрямку, обґрунтованих практичною діяльністю об'єктів різної складності, у тому числі розвитком особи в умовах фізичного навантаження. У зв'язку з наявністю різних підходів до оцінки керування як специфічної людської діяльності позначилися і «школи керування», що незважаючи на однозначність трактування, внесли свій внесок у загальну теорію керування спортивного тренування. Щодо фізичної підготовки, то спостерігався розвиток керування у різних гімнастичних, фехтувальних, тенісних школах (кінець XIX – початок XX століття), потім у школах видів боротьби, плавання, легкої атлетики та ін.

Першому етапу виникнення школи наукового керування в спортивному тренуванні (1896-1925 рр.) характерні такі особливості:

- 1) використання аналітичного методу для визначення найбільш ефективних способів виконання завдання щодо виявлення переможців;
- 2) добір спортсменів, найбільш придатних для вирішення конкретних рухових завдань, і розроблення методики навчання спортивних дій і фізичної підготовки;
- 3) практичне визначення тренувальних програм з одержанням заданого результату в розвитку фізичних якостей;
- 4) педагогічні принципи як засоби тренування і виховання для стимулювання і підвищення продуктивності рухової активності;
- 5) виділення спеціальної фізичної підготовки, властивої кожному конкретному виду спорту.

Перераховані форми керування широко використовувалися в академічному веслуванні, баскетболі, легкій атлетиці, плаванні. Ефективність їхнього використання найбільш чітко відбилася на динаміці результатів учасників Олімпійських ігор 1920-1924 рр.

На другому етапі (1925-1958 рр.) розвитку класичної школи керування враховуються системні ознаки, що сприяє виникненню нової науки – кібернетики. Без сумніву, вона вплинула і на розвиток теорії та методики спортивного тренування.

1. Починають розвиватися принципи керування в організації і плануванні тренувального процесу на підставі зворотного зв'язку поведінки систем організму людини.

2. Описуються функції керування тренуванням, пов'язані з відповідними реакціями систем організму на педагогічні впливи у процесі рухової активності людини.

3. Визначається системний підхід до керування тренувального процесу в цілому.

4. Використовуються розроблені психологами і педагогами методи керування міжособистісними й особистісними відносинами у спортивному тренуванні для підвищення її продуктивності.

5. Проводиться науково обґрунтований добір спортсменів з більш повним використанням їхнього потенціалу, адекватного обраному виду спорту.

На третьому етапі (1958 р. і до сьогодні) починають розроблятися спеціальні проблеми керування спортивним тренуванням.

1. Використовуються психолого-педагогічні методи керування міжособистісними відносинами, приділяється велика увага теоретичній підготовці тренера і спортсмена для підвищення продуктивності тренувального процесу.

2. Спостерігається застосування різноманітних знань про людину у керуванні й організації руховою активністю для більш повного використання індивідуального інформаційно-енергетичного потенціалу спортсменів.

3. Поглиблюється розуміння складних управлінських завдань, особливо в побудові прогнозу, завдяки розробці і застосуванню функціональних тренувальних моделей.

4. Нагромадження інформації з усіх видів підготовки спортсмена дозволяє розвивати кількісні методи оцінки рухової активності особи як основи ухвалення рішення у складних ситуаціях при формуванні «моделей майбутнього».

5. Формуються функціонально-статистичні кількісні і якісні методи керування, оцінки і прогнозування спортивного тренування.

Особлива увага приділяється людському фактору в практиці оперативного тренування з акцентом на соціальні взаємодії, мотивацію, авторитет, лідерство та ін.. Розширення психологічного підходу дозволило підвищити ефективність діяльності спортивно-педагогічних систем за рахунок активізації людського фактора. Удосконалення методики розвитку теорії і практики тренування йде одночасно, завдяки загальним зусиллям учених, лікарів, тренерів, спортсменів. Основна мета етапів керування полягає у формулюванні загальних принципів організації поведінки системи в умовах підвищеного фізичного навантаження. Кожний з них робить свій внесок у теорію керування тренувальним процесом, що складається з набору взаємозалежних функцій. Це дозволяє узагальнити і сформулювати такі принципи керування у спортивно-педагогічних системах:

1. Поділ тренувальних програм з метою виконання тренувальної роботи з великим обсягом і високою інтенсивністю.

2. Можливості і відповідальність. Обопільні можливості тренера і спортсмена зумовлюють обопільну відповідальність.

3. Тренувальна дисципліна. Дотримання дисципліни – це основне завдання у тренувальному процесі. Завдання спортсмена – виховувати в собі самодисципліну за принципом: «хто не вміє підкорятися, той не вміє керувати». Якщо спортсмен не виконує окремі вказівки тренера, він ніколи не зможе навчитися керувати собою, особливо в екстремальних умовах змагань.

4. Єдиноначальність. Спортсмен повинен одержувати вказівки тільки від свого тренера чи діяти на підставі його планів, без будь-яких сумнівів щодо їхньої правильності.

5. Єдність цілей. Система «тренер – спортсмен», «тренер – команда» повинна бути цілеспрямованою, поєднуватися єдиним тренувальним планом різної складності і тривалості.

Тренер у своїй роботі спирається на певні принципи. По-перше, спортсмен за допомогою тренера повинен чітко засвоїти поставлену перед ним мету, а також і можливі результати, які він має досягти. По-друге, тренер повинен активно керувати роботою лікаря, масажиста, спортсмена. Щодо цього, то спортсмену потрібно зрозуміти себе як активну особистість.

Тренер повинен спілкуватися зі спортсменами професійною мовою, міткою і зрозумілою. Ефективне керування виключає наявність поганих відносин між тренером і спортсменом, особливо якщо йдеться про тривалий період. Важливим моментом у роботі тренера є об'єктивне порівняння тренувальних завдань з можливостями і здібностями спортсмена.

Психологічний стан спортсмена у процесі тренування повинен підтримуватися тренером на робочому рівні. А взаємини тренера і спортсмена повинні бути задоволеними запланованою і виконаною роботою. Досвідчені тренери вважають, що при ефективному керуванні тренуванням не допускаються реакції невдоволення з боку спортсмена, а стан задоволення повинен контролюватися на всіх етапах підготовки на одному занятті, у мікро- і мезоциклах.

На підставі узагальнення досвіду роботи провідних тренерів можна запропонувати такі правила:

1. Тренер повинен говорити про мету планування тренувального процесу і досягнутих результатів чітко, ясно і конкретно.
2. Підтримувати нормальні відносини зі спортсменами без запобігання і фамільярності.
3. Співвідносити поставлену мету із здібностями спортсмена.
4. Тренувальні результати повинні постійно фіксуватися та супроводжуватися педагогічним та іншими видами контролю.
5. Контролювати психологічний стан спортсмена; не допускати таких критичних моментів тренування, що призводять до зриву чиї некомпенсованого стомлення.

6. Бути активним учасником тренування. Не займатися дрібною опікою і не втручатися у поточні справи.

У керуванні тренувальним процесом прослідковуються дві векторні лінії, на підставі яких можна виділити кілька типів поведінки тренера. Перша – це «увага до спортсмена», друга – «увага до тренування». У першому варіанті звертається увага на стан, у якому зворотним зв'язком є функціональні і суб'єктивні оцінки можливостей спортсмена стосовно навантаження. У другому – оцінюється процес, у якому зворотний зв'язок урахує неузгодженості між тренувальними планами і реально виконаним навантаженням.

ВИСНОВОК

1. Керування у спортивно-педагогічних системах має прикладний характер і тісно взаємодіє з такими галузями психології, як загальна, соціальна, інженерна, спортивна.
2. Керування тренуванням як системою вивчає основні функції планування, організацію, мотивацію, контроль.
3. Головним суб'єктом керування в організації є тренер.
2. Основні об'єкти керування – особистість спортсмена.

ЛІТЕРАТУРА

1. Вайцеховский С.М. Оперативное управление процессом спортивной тренировки // Теория и практи. физич. культ. – 1979. – №1. – С. 47-50.
2. Рибковський А.Г. Функція мотивації в управлінні спортивним тренуванням / А.Г. Рибковський, В.І. Терещенко // Теорія і практика фізичного виховання. – 2004. – №2. – С. 206-210.
3. Рибковський А.Г. Управління у спортивно-педагогічних системах: (монографія) / А.Г. Рибковський, В.І. Терещенко. – Ірпінь: Національна академія ДПС України, 2006. – 284с.
4. Anshel M. Sport psychology: From theory to practice. Scottsdale, AZ: Gosuch Scarisbrick, 1990.
5. Fiedler J.E., Mahar L. The effectiveness of contingency model training: A review of the validation of leader Match // Personnel psychology. 1997. V. 32.
6. Hoffman B. Leistungs – und Training – steuerung // Training – swissenschaft. – Berlin: Sportverlag, 1994. – S. 436-467.
7. 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.

Толкунова І.В., Голець О.В., Бабій С.В.

**Національний університет фізичного виховання і спорту України
Київський Національний університет ім. Т.Шевченка**

ДОСЛІДЖЕННЯ РОЛІ ПСИХОЛОГІЧНОГО ЗАХИСТУ У САМОАКТУАЛІЗАЦІЇ КВАЛІФІКОВАНИХ ШАХІСТІВ

Психологічний (психічний) захист є спеціальною регуляторною системою стабілізації особистості, спрямованою на усунення та зведення до мінімуму почуття тривоги, пов'язаного з усвідомленням конфлікту. Захист особистості від негативних впливів є важливою складовою психологічної підготовки спортсмена. Конкретні прояви психологічного захисту можуть служити показником психологічної підготовленості спортсмена. Метою даної роботи є те, що шахістам властива особлива структура механізмів психологічного захисту та вони можуть мати вищі показники характеристик самоактуалізації. Існують певні зв'язки між механізмами психологічного захисту, характеристиками самоактуалізації та кваліфікацією шахіста.

Ключові слова: психологічний захист, самоактуалізація, регуляторна система стабілізації особистості.

Толкунова І.В., Голець О.В., Бабій С.В. Исследование роли психической защиты в самоактуализации квалифицированных шахматистов. Психологическая (психическая) защита является специальной регуляторной системой стабилизации личности, направленной на устранение и сведения к минимуму чувства тревоги, связанного с осознанием конфликта. Защита личности от негативных влияний является важной составляющей психологической подготовки спортсмена.