

DOI: [https://doi.org/10.31392/UDU-nc.series15.2024.1\(173\).19](https://doi.org/10.31392/UDU-nc.series15.2024.1(173).19)  
УДК 378.1:37.012

Маляр Е.І.  
кандидат наук з фізичного виховання і спорту, доцент,  
Західноукраїнський національний університет, м. Тернопіль  
Маляр Н.С.  
кандидат наук з фізичного виховання і спорту, доцент,  
Західноукраїнський національний університет, м. Тернопіль  
Безпалова Н.М.  
Кандидат біологічних наук, доцент,  
в.о. зав. кафедри фізичної реабілітації і спорту,  
Західноукраїнський національний університет, м. Тернопіль

## ВПЛИВ ІНДИВІДУАЛЬНОГО СТИЛЮ НА ПРОФЕСІЙНУ ДІЯЛЬНІСТЬ ТРЕНЕРА

У даній роботі проаналізовано вплив індивідуального стилю на професійну тренерську діяльність, яка складається з двох взаємопов'язаних компонентів: безпосередньо спортивної діяльності (розвиток рухових якостей, навчання та вдосконалення техніко-тактичної дії, участь у змаганнях та ін.) та педагогічної діяльності тренера як наставника, вчителя, вихователя (вплив на становлення характеру, ціннісних установок, формування особистості).

У процесі дослідження зроблено аналіз змісту тренерської діяльності, що здійснюється в рамках фізичної культури і спорту як елемента людської культури в цілому; визначено основні професійні якості та риси характеру тренера для отримання позитивного результату при розробці індивідуального стилю у своїй професійній діяльності (доброта та уважність до учнів, комунікабельність, справедливість, чесність, принциповість, працьовитість, жертвовність, професійна талановитість, висока моральність, широкий світогляд та ерудиція, духовна культура, оптимізм, емоційна стійкість, компетентність, професіоналізм, витримка, наполегливість, співчуття, терплячість і доброзичливість, творчість, інтуїція, почуття гумору та інші).

**Ключові слова:** індивідуальний стиль, тренерська діяльність, спортсмен.

**Maliar Eduard, Malsar Nelya, Gakh Roman, Bezpalova Natalia. Infusion of individual style into the professional activity of a trainer.** This work analyzes the infusion of individual style into professional coaching activity, which consists of two mutually related components: directly sports activity (development of rovine bones, training and thorough This is a technical and tactical activity, the participation of both sides and the pedagogical activity of the coach as a mentor , teacher, teacher (influence on the formation of character, valuable attitudes, formation of specialness). In addition, the use of motor physical exercises should be considered only as material for the activity-practical dialogue of the coach and the athlete and act as a means of self-realization of the individual with the coach's main attention being directed to the development of the individual, as a single social and natural, spiritual and physical, and not only to the formation of the organism , as a system of impersonal physiological and biological mechanisms.

In the process of research, an analysis of the content of coaching activities, which is carried out within the framework of physical culture and sports as an element of human culture as a whole; the main professional qualities and character traits of a coach are determined for obtaining a positive result when developing an individual style in one's professional activity (kindness and attentiveness to students, sociability, justice, honesty, principledness, hard work, sacrifice, professional talent, high morality, broad outlook and erudition, spiritual culture, optimism, emotional stability, competence, professionalism, endurance, perseverance, compassion, patience and kindness, creativity, intuition, sense of humor and others).

**Key words:** individual style, coaching activity, athlete.

**Постановка проблеми й аналіз останніх результатів досліджень.** Перебуваючи на перетині двох систем - системи фізичної культури і спорту та системи педагогічної діяльності, професійна тренерська діяльність повинна бути розглянута як одна з професій, що історично склалася і яка пов'язана із здійсненням процесу передачі досвіду, накопиченого у сфері фізичної культури і спорту [9].

Аналіз наукової та навчально-методичної літератури свідчить, що особливостям професійної тренерської діяльності присвячено чимало праць. У роботах Іваній І.В. проаналізовано сучасні тенденції професійно-педагогічної підготовки фахівців фізичного виховання та спорту в університетах країн Європейського Союзу [1]; Павлюк Є.О. охарактеризував професійну компетентність як складову професійної діяльності майбутніх тренерів-викладачів [7] ; у працях Мулика В.В. розкрито теорію системності і системний підхід у професійній діяльності тренера [6]; у наукових дослідженнях Лаврентьєва О.М. сформовано модель професійної підготовки тренера з обраного виду спорту [2]. Втім, розробці індивідуального стилю тренера в залежності від особистісних якостей, рис характеру та його впливу на професійну тренерську діяльність присвячено недостатньо досліджень.

**Мета роботи** – проаналізувати вплив індивідуального стилю на професійну тренерську діяльність.

**Методи дослідження.** Для реалізації поставленої мети використані теоретичні методи: аналіз, синтез, індукція, дедукція.

**Результати дослідження.** Виконуючи свої професійні функції, тренер, з одного боку, здійснює процес формування навичок спортивної діяльності в учнів, і тим самим вирішує свої вузько-професійні завдання (розвиток рухових

якостей, навчання та вдосконалення техніко-тактичних дій, участь у змаганнях та ін.). З іншого боку, виступаючи у ролі наставника, вчителя, вихователя тренер впливає на становлення характеру, ціннісних установок, мотиваційної та емоційної сфери, тобто, формує особистість загалом. Тому формування індивідуального стилю тренера має здійснюватися на перетині цих двох систем [6].

Сфера фізичної культури і спорту дуже різноманітна. Вона включає соціальну реальність, яка забезпечує формування, функціонування та розвиток фізичних здібностей людини.

Важливе місце у межах соціально-психологічного дослідження фізичної культури займає її осмислення як певного явища людської культури, тобто її культурологічний аналіз. Він важливий саме тому, що простір культури створює умови формування особистості, що прагне самореалізації і має почуття соціальної відповідальності. Культура розсуває межі вибору, а значить, сприяє особистісному самовизначенню.

В основі концепції культури лежить, як відомо, ряд положень, які поділяються всіма її прихильниками, незважаючи на деякі розбіжності між ними в розумінні культури. До них відноситься, перш за все, положення про те, що "культура характеризує ту специфічну соціальну реальність, яка пов'язана з суспільством, і відрізняється від природної, біологічно заданої, і що разом з тим вони не відокремлені одна від одної прірвою. Культура є "природне, продовжене і перетворене людською діяльністю" [5].

Проте розуміння культури було б неповним, якщо її пов'язати з активною діяльністю людини. Але культурною є не всяка діяльність, а лише та, яка виконується за соціокультурними нормами, правилами, орієнтується на загальнолюдські цінності. У цьому сенсі, культура пов'язана з діяльністю людини, що має гуманістичний характер, і в неї треба включати не тільки результати діяльності, але і всі структурні компоненти процесу діяльності: способи виконання, засоби, дії, цілі [4]. Ми поділяємо цю позицію і вважаємо, що формування процесу індивідуального стилю особистості тренера сприятиме гуманістичному характеру виконання діяльності.

Культура, в тому числі фізична, перетворює індивіда на соціальну людину. Аналіз фізичної культури передбачає розгляд "фізичних кондицій" людини як його особливих особистісних якостей, що складаються у певному контексті соціальної життєдіяльності, розкриття історично конкретного змісту рухової здатності людини".

Включена до сфери фізичної культури і спорту, з одного боку, і педагогічну систему, з іншого, професійна діяльність тренера призначена на вирішення соціокультурних завдань, вкладених у формування особистості у вигляді фізичних вправ. Виховання та вдосконалення особистості у сфері фізичної культури має здійснюватися поряд із духовним, морально-психологічним розвитком особистості. Це сприятиме гармонійному розвитку особистості, що забезпечить "людові переживання повноти та гармонії свого соціально-природного буття" [3].

Можна сказати, що фізична культура є там, де є гармонійна єдність тілесного та духовного в людині, єдність, що забезпечує цілісність людської життєдіяльності. А оскільки і культура, в рамках якої існує сфера фізичної культури і спорту, і особистість, що здійснює свою життєдіяльність у цій сфері, цілісні феномени, то ми бачимо своє завдання у підготовці особистості до дії в рамках соціокультурної організації діяльності. Практично це означає формування особистісного самовизначення тренера та навчання цієї здібності своїх учнів.

При аналізі професійної діяльності ми виходили з позиції, що розкриває загальну психологічну структуру трудової діяльності людини, спрямованої на досягнення певної мети. При психологічному аналізі праці виділяють структурні компоненти. До них відносяться: «...цілі діяльності, зміст, засоби та способи здійснення, результат діяльності, а також характеристика діяльності її виконавців (тренера або спортсмена). Аналіз структурних компонентів діяльності є важливим об'єктивним орієнтиром, що дозволяє зрозуміти сутність діяльності тренера, та інструментом діагностики для визначення способів та засобів при організації процесу формування індивідуального стилю» [3-5].

Психологічними механізмами актуалізації цього процесу є мотиви, цілі та ціннісні орієнтації. Зрозуміти внутрішню природу механізмів допомагає розгляд структурних компонентів діяльності, оскільки їх вибір, спосіб організації багато в чому детермінований специфічними формами суб'єктивного відображення діяльності (мотивами, цілями, цінностями). Так, наприклад, дійсний мотив діяльності, що відповідає тій чи іншій потребі, надає певну спрямованість діяльності, є джерелом її народження, тобто поняття діяльності безпосередньо залежить від поняття мотиву, яке також впливає на формування спільної мети діяльності [1].

Здійснення тренерської діяльності у рамках соціально-культурного контексту пред'являє низку вимог до організації діяльності.

Змістом професійної діяльності тренера є загальна інтегральна здатність навчати будь-якого типу складним руховим діям, створенню та реалізації довгострокових програм особистого розвитку на матеріалі засвоєння складних рухових дій [7].

Зміст тренерської діяльності спрямовано на навчання спортсмена особливим видам технік і способів мислення, що забезпечують аналіз та здійснення складних рухових дій. Предметність професійної діяльності обумовлена багатьма об'єктивними факторами, пов'язаними з фізичною, технічною, теоретичною та психологічною підготовкою спортсмена, з формуванням світоглядної та ціннісно-сміслової основи [9].

У різних видах підготовки предметність набуватиме специфічних рис, особливої спрямованості. Так, наприклад, у процесі навчання рухової дії головним змістом буде руховий зміст спортивного вправи, який, проте, необхідно спрямувати на формування особистісних особливостей спортсмена. Це два взаємопроникні процеси. Лише конкретні завдання у професійній діяльності роблять пріоритетним той чи інший зміст. Скажімо, підготовка спортсмена до змагання, забезпечення його виходу "на старт" вимагає насамперед психологічної готовності. Але завжди зміст тренерської діяльності має бути спрямований на розкриття "сутнісних сил" спортсмена. Особливо важливо підкреслити вміння тренера під час передачі основного змісту своєї діяльності враховувати особистісні особливості, "багатство людської істоти", що допоможе учневі вибрати свій шлях розвитку, сформувати світогляд, визначитися у світі цінностей [6].

Виділяючи свідомість і діяльність, як психологічно особливі і детермінуючі один одного процеси, предметну діяльність можна розглядати як процес, спрямований на зовнішні предмети і реалізують мотиви та цілі особистості. При цьому однозначно зрозуміло, що мотиви, цілі, плани, завдання народжуються у свідомості індивідів у процесі з зовнішніми предметами.

Виходячи з аналізу змісту тренерської діяльності, що здійснюється в рамках фізичної культури і спорту як елемента людської культури в цілому, можна сформулювати головні цілі тренерської діяльності. За визначенням, мета - усвідомлений образ майбутнього результату та основний компонент управлінської діяльності. Від вирішення питання "що робити?" залежить вибір оптимальних засобів, способів та форм тренерської діяльності, аналіз її результативності [2].

Зміна сфери фізичної культури ставить перед фахівцями гострі питання оновлення педагогічної діяльності тренера, вирішення питання "яку людину потрібно готувати в сучасних умовах, що швидко змінюється?". Реальна мета сьогодні - розкриття та максимальний розвиток індивідуальних особливостей людини, що спирається на її здібності та обдарування, що відкриває можливість особистісного самовизначення [4].

Професійна діяльність тренера має бути спрямована на роботу з людиною, на вміння передавати їй здатність пізнавати, розширювати соціокультурний зміст занять спортом, передавати способи саморозвитку, самовдосконалення засобами фізичної культури.

Ефективність професійної тренерської діяльності залежить від вміння тренера створити свій індивідуальний стиль у роботі зі спортсменами різного віку, статі та майстерності. Робота в індивідуальному стилі приносить позитивний результат, коли тренер володіє наступними якостями та рисами характеру: доброта та уважність до учнів, комунікабельність, справедливість, чесність, принциповість, працьовитість, жертвовність, професійна талановитість, висока моральність, широкий світогляд та ерудиція, духовна культура, оптимізм, емоційна стійкість, компетентність, професіоналізм, витримка, наполегливість, співчуття, терплячість і доброзичливість, творчість, інтуїція, почуття гумору та інші [3].

Досягнення цілей тренер здійснює з допомогою регулярних тренувань спортсмена, вкладених у розв'язання як специфічно спортивних завдань так і розвиток особистісних якостей спортсмена. Рухові вправи повинні розглядатися лише як матеріал діяльнісно-практичного діалогу тренера та спортсмена та виступати як засоби самореалізації особистості. У цьому випадку центральна увага тренера має бути спрямована на розвиток особистості, як єдиного соціального та природного, духовного та тілесного, а не лише на формування організму, як систему безособових фізіологічних та біологічних механізмів [3].

#### Висновки

1. Зміст діяльності тренера визначається характером і рівнем завдань, які ставлять перед тренером як фахівцем: соціальні потреби, умови життя, люди, з якими працює тренер, і з якими доведеться спілкуватися учневі. Такий підхід передбачає постановку серйозних вимог до змісту тренерської діяльності з обов'язковим виробленням індивідуального стилю. Однак у більшості випадків зміст діяльності тренера обмежено вирішенням вузькопрофесійних завдань.

2. Орієнтація на людську особистість як на мету та суб'єкт діяльності відкриває новий ракурс для визначення індивідуального стилю тренера, який має суттєвий вплив на ефективність професійної тренерської діяльності. Адже саме специфіка найскладнішого системного об'єкта діяльності (що є одночасно її суб'єктом) має бути головним чинником у конструюванні професійної діяльності тренера.

**Перспективи подальших досліджень** полягають у вивченні впливу індивідуальних особистісних рис характеру тренера на рівень комунікативної спроможності тренер-спортсмен.

#### Література

1. Іваній І.В. Сучасні тенденції професійно-педагогічної підготовки фахівців фізичного виховання та спорту в університетах країн Європейського Союзу [Текст] / Педагогічні науки: теорія, історія, інноваційні технології : науковий журнал / МОН України, Сумський держ. пед. ун-т ім. А. С. Макаренка ; [редкол.: А. А. Сбруєва, М. А. Бойченко, О. Є. Антонова та ін.]. – Суми : СумДПУ ім. А. С. Макаренка, 2019. № 1 (85). С. 159–171.

2. Лаврентьев О.М. Формування моделі професійної підготовки тренера з обраного виду спорту / О. М. Лаврентьев, С. В. Крупеня, І. Й. Малинський // Науковий часопис НПУ імені М.П. Драгоманова. 2021. Вип. 5 (136). С. 58–61.

3. Маляр Е.І., Маляр Н.С. Професійна майстерність тренера: Методичні рекомендації / Тернопіль, ЗУНУ: Економічна думка, 2023. 36 с.

4. Маляр Е.І., Маляр Н.С. Педагогічна техніка у професійній діяльності тренера: Методичні рекомендації / Тернопіль, ЗУНУ: Економічна думка, 2023. 24 с.

5. Маляр Е.І., Маляр Н.С. Критерії педагогічної майстерності та передумови підвищення ефективності діяльності тренера: Методичні рекомендації / Тернопіль, ЗУНУ: Економічна думка, 2023. 16 с.

6. Мулик В.В., Камаєв О.І. Теорія системності і системний підхід в професійній діяльності тренера : навч.-метод. посіб. / Харків : ХДАФК, 2017. 88 с.

7. Павлюк Є.О. Професійна компетентність як складова професійної діяльності майбутніх тренерів-викладачів / Збірник наукових праць Національної академії Державної прикордонної служби України. Сер. 11: Педагогічні та психологічні науки. 2014. № 2. С. 109-117.

8. Рибалко Л.М., Оніщук Л.М. Підготовка майбутніх фахівців фізичної культури і спорту до самостійної організації навчально-тренувального процесу / Моделювання компетентнісної професійної освіти в контексті євроінтеграції: монографія / кол. авт; за заг. ред. проф. Н. П. Волкової. – Дніпро : Університет імені Альфреда Нобеля, 2021. С. 276–287.

9. Сергієнко В.М. Фізкультурно-спортивна діяльність тренера з виду спорту : навчальний посібник / Суми : Сумський державний університет, 2022. 184 с.

## References

- 1.Ivanij I.V. Suchasni tendentsii profesijno-pedahohichnoi pidhotovky fakhivtsiv fizychnoho vykhovannia ta sportu v universytetakh krain Yevropejs'koho Soiuzu [Tekst] / Pedahohichni nauky: teoriia, istoriia, innovatsijni tekhnologii : naukovyj zhurnal / MON Ukrainy, Sums'kyj derzh. ped. un-t im. A. S. Makarenka ; [redkol.: A. A. Sbruieva, M. A. Bojchenko, O. Ye. Antonova ta in.]. – Sumy : SumDPU im. A. S. Makarenka, 2019. № 1 (85). S. 159–171.
- 2.Lavrent'iev O.M. Formuvannia modeli profesijnoi pidhotovky trenera z obranoho vydu sportu / O.M. Lavrent'iev, S.V. Krupenia, I.J. Malyns'kyj // Naukovyj chasopys NPU imeni M.P. Dragomanova. 2021. Vyp. 5 (136). S. 58–61.
- 3.Maliar E.I., Maliar N.S. Profesijna majsternist' trenera: Methodychni rekomendatsii / Ternopil', ZUNU: Ekonomichna dumka, 2023. 36 s.
- 4.Maliar E.I., Maliar N.S. Pedahohichna tekhnika u profesijnij diial'nosti trenera: Methodychni rekomendatsii / Ternopil', ZUNU: Ekonomichna dumka, 2023. 24 s.
- 5.Maliar E.I., Maliar N.S. Kryterii pedahohichnoi majsternosti ta peredumovy pidvyschennia efektyvnosti diial'nosti trenera: Methodychni rekomendatsii / Ternopil', ZUNU: Ekonomichna dumka, 2023. 16 s.
- 6.Mulyk V.V., Kamaiev O.I. Teoriia systemnosti i systemnyj pidkhid v profesijnij diial'nosti trenera : navch.-metod. posib. / Kharkiv : KhDAFK, 2017. 88 s.
- 7.Pavliuk Ye.O. Profesijna kompetentnist' iak skladova profesijnoi diial'nosti majbutnikh treneriv-vykladachiv / Zbirnyk naukovykh prats' Natsional'noi akademii Derzhavnoi prykordonnoi sluzhby Ukrainy. Ser. 11: Pedahohichni ta psykhohichni nauky. 2014. № 2. S. 109-117.
- 8.Rybalko L.M., Onischuk L.M. Pidhotovka majbutnikh fakhivtsiv fizychnoi kul'tury i sportu do samostijnoi orhanizatsii navchal'no-trenaval'noho protsesu / Modeliuvannia kompetentnisnoi profesijnoi osvity v konteksti ievrointehratsii: monohrafiia / kol. avt; za zah. red. prof. N. P. Volkvoi. – Dnipro : Universytet imeni Al'freda Nobelia, 2021. S. 276–287.
- 9.Serhienko V.M. Fizkul'turno-sportyvna diial'nist' trenera z vydu sportu : navchal'nyj posibnyk / Sumy : Sums'kyj derzhavnyj universytet, 2022. 184 s.

DOI: [https://doi.org/10.31392/UDU-nc.series15.2024.1\(173\).20](https://doi.org/10.31392/UDU-nc.series15.2024.1(173).20)  
УДК: 378.37.01:374.

**Масол В.В.**

**доктор філософії, викладач кафедри теорії та методики фізичного виховання  
Український державний університет імені Михайла Драгоманова  
Харченко Н. В.**

**кандидат педагогічних наук, старший науковий співробітник,  
Інститут проблем виховання НАПН України, м. Київ**

**Скирда Т. С.,**

**кандидат педагогічних наук, старший викладач кафедри іноземних мов факультету міжнародних  
відносин Національного авіаційного університету, м. Київ**

## ФОРМУВАННЯ ЦИФРОВИХ КОМПЕТЕНТНОСТЕЙ СТАРШИХ ПІДЛІТКІВ У ПРОЦЕСІ СПОРТИВНО-ОЗДОРОВЧОЇ ДІЯЛЬНОСТІ

Освітньо-виховний процес серед інших важливих завдань має спрямовуватися на формування цифрових компетентностей дітей та учнівської молоді, в тому числі і у процесі спортивно-оздоровчої діяльності, оскільки інформаційні технології відкривають широкі можливості для впровадження нових сучасних форм та методів у роботі з дітьми та учнівською молоддю.

Формування цифрових компетентностей старших підлітків у процесі спортивно-оздоровчої діяльності є складовою частиною процесу формування зрілої особистості, підготовленої до життя, готової до самоаналізу та самореалізації, здатної протистояти небажаним впливам інформаційного потоку та маніпуляціям.

Перевагами формування цифрових компетентностей у процесі спортивно-оздоровчої діяльності для старших підлітків є: формування навичок критичного та аналітичного мислення; популяризація здорового способу життя через використання цифрових технологій; розвиток інформаційної грамотності та навичок опрацювання даних; розвиток пошукової діяльності; напрацювання навичок співпраці та взаємодії; можливість бути залученими до спортивно-оздоровчої діяльності (підвищувати власні показники фізичного здоров'я) в онлайн-режимі.

**Ключові слова:** цифрові компетентності, цифровізація спортивно-оздоровча діяльність, старші підлітки.

**Masol V.V., Kharchenko N. V., Skirda T. S. Formation of digital competences of older teenagers in the process of sports and recreational activities.** The educational process, among other important tasks, should be directed to the formation of digital competences of children and school youth, including in the process of sports and health activities, since information technologies open up wide opportunities for the introduction of new modern forms and methods in working with children and school youth .