

СУЧАСНІ ПІДХОДИ ДО ОРГАНІЗАЦІЇ ТА ПРОВЕДЕННЯ ТРЕНЕРСЬКОЇ ПРАКТИКИ

*Віктор Шандригось,
декан факультету фізичного виховання
Петро Ладика,
завідувач кафедри теорії і методики
олімпійського та професійного спорту*

Вступ. Практика в дитячо-юнацькій спортивній школі, спортклубі, фітнес-центрі є важливим елементом процесу підготовки здобувача вищої освіти спеціальності 017 фізична культура і спорт. Для забезпечення якісної тренерської практики потрібно враховувати індивідуальні потреби та особливості кожного студента, встановлювати чіткі педагогічні цілі та завдання, а також створювати безпечні та комфортні умови для проведення практики [2, 5, 6]. Важливо також розвивати та підтримувати професійну компетентність, а також використовувати сучасні методики та інноваційні технології для покращення якості тренувань та занять [7].

Тренерська практика є важливим елементом освітнього процесу студентів. Вона дозволяє розвивати спортивні навички, морально-етичні та соціальні якості, а також формувати здоровий спосіб життя [1].

Мета. Проаналізувати сучасні підходи до організації та проведення тренерської практики.

Методи. Теоретичний аналіз і узагальнення літературних джерел.

Результати. Завдання тренерської практики полягає в тому, щоб надати індивідуальну та колективну підтримку учасникам освітнього процесу в навчанні та розвитку [5, 6]. Сучасні підходи до проведення тренерської практики включають:

Контекстно-орієнтований підхід: цей підхід передбачає адаптацію до конкретних потреб та контексту учасників, забезпечуючи найбільш ефективне навчання.

Розвиток особистісних компетенцій: тренерська практика зосереджена на розвитку особистісних компетенцій, таких як лідерство, комунікація, творчість, стратегічне мислення тощо.

Використання різноманітних методів навчання: сучасні тренери використовують різноманітні методи навчання, такі як ігри, імпровізація, діалог, інтерактивні вправи та інші.

Колаборативний підхід: сучасна тренерська практика зосереджена на розвитку співпраці та взаємодії між учасниками навчально-тренувального та освітнього процесу, що дозволяє досягати кращих результатів.

Використання технологій: використання сучасних технологій, таких як відеоконференції, онлайн-платформи, вебінари тощо, дозволяє проводити тренування на віддаленій основі, що забезпечує зручність та доступність для учасників.

Фокус на результаті: важливим аспектом тренерської практики є фокус на результаті, тобто на практичному використанні знань та навичок в професійній діяльності та реальному житті.

Орієнтація на самовдосконалення: сучасний тренер зосереджується на розвитку учасників як особистостей, допомагає їм розвиватися та самовдосконалюватися у різних сферах життя [2].

Ці підходи взаємодіють та трансформуються один в одного, дозволяючи учасникам освітнього процесу створювати унікальні підходи до проведення тренувань та навчання. Окрім цього, важливим елементом тренерської практики є постійне навчання та самовдосконалення самого тренера-практиканта, що дозволяє підтримувати високу якість проведення занять та відповідати на мінливі потреби та вимоги сучасного тренувального процесу.

Організація занять під час тренерської практики має свої особливості, які повинні бути враховані при плануванні та проведенні тренувань.

Індивідуалізація підходу. Кожен спортсмен має свої особливості, тому підхід до його тренування повинен бути індивідуальним. Тренер-практикант повинен аналізувати здібності та потреби кожного спортсмена, і відповідно до цього планувати тренування.

Використання сучасних методів та технологій. Сучасні технології та методи дозволяють підвищити ефективність тренувань та досягти кращих результатів. Наприклад, використання відеоаналізу дозволяє спостерігати техніку рухів спортсмена та виявляти помилки, що допомагає виправляти їх та підвищувати результативність тренувань [3].

Систематичність та планування. Тренер повинен мати чіткий план тренувань та завдань для кожного спортсмена. Тренування повинні бути систематичними та прогресивними, щоб досягати певних цілей.

Моніторинг та оцінка результатів. Тренер повинен моніторити результати тренувань кожного спортсмена та оцінювати їх ефективність. Це дозволяє вчасно виправляти помилки та вдосконалювати методи тренувань.

Створення комфортних умов. Під час тренувань спортсменам потрібно бути комфортно. Тому тренер повинен створювати відповідні умови для тренувань: забезпечувати безпеку, забезпечувати необхідне обладнання та

інвентар, забезпечувати належну температуру та вологість в залі або на стадіоні.

Розвиток ментальних навичок. На успіх спортсмена впливають не тільки його фізичні здібності, але й ментальні навички, такі як віра у себе, мотивація, концентрація уваги та ін. Тому тренер повинен розвивати ці навички у своїх спортсменів, наприклад, за допомогою психологічних тренувань.

Розвиток спортивної культури. Тренер повинен також формувати спортивну культуру серед своїх спортсменів. Це означає, що спортсмени повинні розуміти важливість відпочинку, здорового способу життя, правильного харчування та інших аспектів, що впливають на результативність їх тренувань.

Розвиток спортивної дисципліни. Тренер повинен навчити спортсменів дотримуватись правил тренувань та змагань, бути відповідальними за свої вчинки та приймати рішення відповідно до обставин [4].

Висновки. У підсумку, слід зазначити, що сучасні підходи до проведення тренерської практики дозволяють забезпечити ефективність та практичну цінність освітнього процесу, допомагаючи учасникам розвивати свої компетенції та навички у різних сферах як професійного так і повсякденного життя.

Список використаних джерел

1. Арефьев В.Г. Самостійна робота студентів під час педагогічної практики. Методичний посібник для студентів факультетів фізичного виховання 4-те вид. перероб. і доп. / В.Г. Арефьев, Н.Д. Михайлова. Київ: Центр учбової літератури, 2015. 120 с.

2. Гаценко В.П., Слаутіна Н.В. Тренерська практика в вищому навчальному закладі; Черкас. нац. ун-т ім. Б. Хмельницького, Навч.-наук. інт фіз. культури, спорту і здоров'я, Каф. теорії і методики фіз. виховання. Черкаси : Вид. від. ЧНУ ім. Б. Хмельницького, 2010. 44 с.

3. Демінський О. Ц. Оптимізація навчально-тренувального процесу: Навч.-метод. посіб. Херсон: Айлант, 2002. 296 с.

4. Сватъев А.В., Маліков М.В. Функціональна діагностика у фізичному вихованні і спорті: Навч. посіб. для студ. фак. фізичн. вихован. вищ. навч. закл. Запоріжжя: ЗДУ, 2004. 195 с.

5. Шандригось В.І. Тренерська практика у підготовці магістрів з фізичної культури і спорту. Нові підходи до організації та ефективного проведення практик в кризових умовах: Матеріали міжфакультетського навчально-методичного семінару. Тернопіль: Вектор, 2020. С. 40-45.

6. Шандригось В.І. Тренерська практика у підготовці магістрів з фізичної культури і спорту. Інноваційні підходи до фізичного виховання і спорту студентської молоді: Матеріали п'ятого регіонального науково-методичний семінару / За заг. ред. Огністого А. В., Огністої К. М. Тернопіль: В-во СМТ «ТАЙП», 2020. С. 164-169.

7. Шандригось В.І., Ладика П.І. Науково-педагогічна практика у підготовці магістрів з фізичної культури і спорту. Практична підготовка здобувачів вищої освіти в умовах воєнного стану: Матеріали міжфакультетського навчально-методичного семінару. Тернопіль: Вектор, 2022. С 12-15.