

УДК 378.04:796.071.43

DOI [HTTPS://DOI.ORG/10.33989/2075-146X.2024.34.318072](https://doi.org/10.33989/2075-146X.2024.34.318072)

ВАЛЕРІЙ МАНИК

ORCID: 0009-0003-6881-1504

Полтавський національний педагогічний університет імені В. Г. Короленка

ПЕДАГОГІЧНІ УМОВИ ФОРМУВАННЯ ПРОФЕСІЙНОЇ ГОТОВНОСТІ МАЙБУТНІХ ТРЕНЕРІВ ДО ЗАСТОСУВАННЯ МЕТОДІВ ВИЯВЛЕННЯ ТА ПОПЕРЕДЖЕННЯ РИЗИКІВ У ФІЗКУЛЬТУРНО-СПОРТИВНІЙ ДІЯЛЬНОСТІ

У статті розглядаються основні ризики у професійній діяльності тренера у сфері фізкультурно-спортивної діяльності. Виокремлено фізичні, психологічні, організаційні, фізіологічні, медичні, етичні, соціальні, комунікаційні, іміджеві та інноваційно-технологічні ризики. Особлива увага приділяється травматизму, емоційному вигоранню, організаційним обмеженням та недотриманню спортивної етики. Проаналізовано вплив недостатньої медичної підтримки, використання допінгу та технологічних бар'єрів на професійну діяльність тренера. Запропоновано комплексний підхід до формування навичок виявлення та попередження ризиків у підготовці майбутніх тренерів. Доведено, що ризики у професійній діяльності тренера є багатограними й охоплюють фізичні, психологічні, організаційні, етичні, соціальні та технологічні аспекти. Для ефективного їх подолання тренер повинен володіти високим рівнем професійної компетентності, аналітичного мислення та комунікативних навичок, а також активно співпрацювати з медичними, психологічними та адміністративними службами. Впровадження сучасних методик навчання й забезпечення безпечного середовища для тренувань сприятиме мінімізації ризиків та підвищенню ефективності тренувального процесу.

Сформульовано визначення «педагогічні умови формування готовності майбутніх тренерів до застосування методів виявлення та попередження ризиків» як сукупність цілеспрямованих, науково обґрунтованих організаційно-методичних, психологічних та навчально-виховних заходів, які забезпечують створення сприятливого освітнього середовища для розвитку професійної компетентності тренерів у сфері ідентифікації, оцінки та мінімізації ризиків у фізкультурно-спортивній діяльності.

У статті обґрунтовано педагогічні умови формування готовності майбутніх тренерів до застосування методів виявлення та попередження ризиків у фізкультурно-спортивній діяльності. Виокремлено ключові аспекти: інтеграцію теоретичної і практичної підготовки, формування аналітичного мислення, використання інноваційних технологій, розвиток мотиваційно-ціннісного ставлення до безпеки, створення професійно орієнтованого середовища, забезпечення міждисциплінарного підходу та вдосконалення комунікативних навичок. Впровадження цих умов сприяє підготовці компетентних тренерів, здатних забезпечувати безпеку і результативність тренувального процесу.

***Ключові слова:** майбутні тренери, педагогічні умови, формування професійної готовності, ризики у професійній діяльності, стрес-фактори.*

Постановка проблеми; її зв'язок із важливими науковими та практичними завданнями. Формування професійної готовності майбутніх тренерів до діяльності у сфері фізкультурно-спортивної діяльності в умовах сучасного суспільства вимагає впровадження ефективних педагогічних умов, які забезпечують розвиток компетентностей, необхідних для виявлення та попередження ризиків. У цьому контексті особливу увагу слід приділити підготовці тренерів до роботи в умовах підвищеної відповідальності за збереження здоров'я спортсменів, мінімізацію травматизму та забезпечення безпеки тренувального процесу.

Професійна готовність тренера визначається як інтегрована якість особистості, що поєднує мотиваційно-ціннісний, когнітивний, діяльнісний та рефлексивний компоненти. Ефективність формування цієї якості значною мірою залежить від створення певних педагогічних умов.

Аналіз попередніх досліджень і публікацій. У наукових публікаціях вітчизняних учених розглядаються різні аспекти психологічної підготовки тренерів та їхньої взаємодії зі спортсменами. Зокрема, В. Коваленко і О. Сорокіна акцентують увагу на психологічній компетентності фітнес-тренера,

визначаючи ключові якості, необхідні для роботи з клієнтами (Коваленко, Сорокіна, 2017); Н. Пастушкова досліджує психологічну підготовку команд з чирлідінгу, висвітлюючи методи згуртованості та мотивації (Пастушкова, 2020); О. Гринь у одноосібному навчальному посібнику та спільно з В. Вороною у статті аналізує роль психологічного супроводу в підготовці спортсменів, підкреслюючи важливість створення сприятливого психологічного клімату (Гринь, 2015; Гринь, Воронова, 2015); М. Костенко пропонує модель формування рефлексивності спортсменів через інтеграцію психологічних знань у тренерську підготовку (Костенко, 2016), а О. Корносенко і Я. Демус досліджують соціально-психологічні аспекти тренерської діяльності, зосереджуючись на впливі тренера на команду (Корносенко, Демус, 2021). У навчальному посібнику О. Гриня «Психологічне забезпечення та супровід підготовки кваліфікованих спортсменів» розглянуто комплексний підхід до психологічного супроводу у спорті, зокрема роль тренера і психолога у створенні сприятливого психологічного клімату та забезпеченні ефективної підготовки спортсменів. Висвітлено психологічні особливості успішної тренерської діяльності, методи побудови згуртованих спортивних команд, напрями роботи спортивних психологів та принципи їхньої взаємодії з тренерами. Посібник акцентує увагу на важливості лідерських якостей, комунікації та мотивації, пропонуючи практичні рекомендації для оптимізації психологічного стану спортсменів і команди в цілому (Гринь, 2015).

Учені зазначають, що головною функцією, що до-зволяє здійснювати психологічний вплив і контроль за станом спортсмена на різних етапах спортивної підготовки є соціально-психологічна. Ця функція з одного боку вимагає від тренера уміння встановлювати контакт з учнями, чітко, точно й зрозуміло пояснювати вимоги до спортсменів, а з іншого – здійснювати психологічну підтримку, створювати психологічно комфортний мікроклімат у спортивному колективі тощо (Корносенко, Демус, 2021).

Отже проблема психологічної підготовки майбутніх тренерів частково розкривається у сучасних педагогічних дослідженнях, але вона є не системною і фактично відсутні розробки щодо реалізація комплексу педагогічних умов формування професійної готовності майбутніх тренерів до застосування методів виявлення та попередження ризиків у фізкультурно-спортивній діяльності.

Метою статті є розробка та реалізація комплексу педагогічних умов формування професійної готовності майбутніх тренерів до застосування методів виявлення та попередження ризиків у фізкультурно-спортивній діяльності.

Викладення основного матеріалу дослідження. Професійна діяльність тренера у сфері фізкультурно-спортивної діяльності є багатогранною та передбачає виконання широкого спектра завдань, спрямованих на досягнення спортивних результатів, забезпечення безпеки тренувального процесу, а також підтримку фізичного й психологічного здоров'я спортсменів. На основі проведеного аналізу літературних джерел та узагальнення результатів власних досліджень встановлено, що у процесі тренерської діяльності виникає низка ризиків, які можна класифікувати за кількома ключовими категоріями.

Однією з найпоширеніших груп ризиків у професійній діяльності тренера є фізичні ризики. До них належать травматизм спортсменів, який часто виникає через невідповідне навантаження, порушення техніки виконання вправ або недотримання правил безпеки. Це може призводити до різних травм, від легких розтягнень і вивихів до серйозних переломів чи пошкоджень хребта. Іншим фізичним ризиком є перевтома спортсменів, що спричиняється неправильно складеним тренувальним планом, який не враховує індивідуальні фізіологічні особливості спортсмена, що може зумовлювати синдром перетренованості та зниження спортивних результатів. Також фізичні ризики включають небезпеки, пов'язані з умовами проведення тренувань, як-от неякісне або застаріле спортивне обладнання, несприятливі кліматичні умови чи небезпечне тренувальне середовище.

Другою важливою категорією є психологічні ризики. Вони проявляються у вигляді емоційного вигорання спортсменів, яке може виникати через надмірний тиск на досягнення результатів, недостатню мотиваційну підтримку або неправильний психологічний підхід тренера. Конфлікти між тренером і спортсменами також є типовими ризиками, які можуть бути спричинені неправильним стилем спілкування, надмірною авторитарністю або відсутністю дисципліни. Додатково, стрес через високі очікування впливає не лише на спортсменів, а й на самих тренерів, що знижує їхню професійну ефективність і може призводити до вигорання.

Організаційні ризики у професійній діяльності тренера часто зумовлені недостатнім фінансуванням спортивних програм, відсутністю сучасного обладнання та інноваційних тренувальних засобів. Це значно обмежує можливості тренера у реалізації якісного тренувального процесу. Неправильне управління часом, зокрема перевантаження тренера адміністративними завданнями поряд із проведенням тренувань і організацією змагань, може спричинити хронічну втому та зниження ефективності роботи. Юридичні ризики, пов'язані з недотриманням нормативних документів чи стандартів безпеки, можуть призводити до серйозних правових наслідків.

Аналіз фізіологічних та медичних ризиків показує, що основними проблемами є відсутність належного медичного супроводу тренувального процесу. Це може спричиняти погіршення стану здоров'я спортсменів, зокрема через недиагностовані проблеми серцево-судинної чи опорно-рухової систем. Використання допінгових засобів під тиском необхідності досягнення високих результатів створює ризики для здоров'я спортсменів і може негативно впливати на репутацію тренера.

Етичні ризики у тренерській діяльності зумовлені, зокрема, нехтуванням принципами чесної гри. Зосередженість виключно на досягненні результатів часто призводить до порушення спортивної етики, як-от використання недозволених засобів або створення надмірного психологічного тиску на спортсменів. Також можлива дискримінація за ознаками віку, статі чи рівня підготовки, що негативно впливає на командну атмосферу та загальний мікроклімат.

Соціальні та комунікаційні ризики проявляються у вигляді недостатньої підтримки тренера з боку батьків спортсменів чи керівництва. Відсутність довіри або комунікаційні розриви можуть суттєво ускладнювати роботу тренера. Крім того, конфлікти між спортсменами у команді можуть негативно впливати на її злагодженість та результати.

До іміджевих ризиків належать проблеми зі зниженням репутації тренера через невдачі у роботі, неетичну поведінку чи внутрішні конфлікти в команді. Публічна критика з боку ЗМІ, керівництва чи громадськості може стати додатковим джерелом стресу та демотивації для тренера.

Інноваційно-технологічні ризики пов'язані з недостатньою підготовкою тренера до використання сучасних технологій, таких як цифрові платформи для моніторингу тренувального процесу чи сучасне тренувальне обладнання. Крім того, існують ризики кібербезпеки, які пов'язані з можливим витоком конфіденційної інформації через використання онлайн-платформ.

Таким чином, професійна діяльність тренера є пов'язана із численними ризиками, які впливають на якість тренувального процесу, здоров'я спортсменів та професійний успіх самого тренера. Розробка ефективних методик і стратегій виявлення та попередження цих ризиків має бути ключовим завданням у професійній підготовці майбутніх тренерів, що потребує комплексного підходу, заснованого на інтеграції теоретичних знань, практичних навичок і міждисциплінарних компетенцій.

Як нами вже зазначалося, сучасна фізкультурно-спортивна діяльність висуває високі вимоги до професійної підготовки тренерів, особливо у контексті забезпечення безпеки спортсменів і мінімізації ризиків у тренувальному процесі. Розробка педагогічних умов, які сприяють формуванню готовності майбутніх тренерів до застосування методів виявлення та попередження ризиків, є надзвичайно важливою через кілька ключових аспектів. По-перше, спортивна діяльність супроводжується значним рівнем фізичних, психологічних та організаційних ризиків; належна підготовка тренерів до їх ідентифікації, оцінки та мінімізації дозволяє зберігати здоров'я спортсменів, уникати травматизму та підвищувати ефективність тренувального процесу. По-друге, сучасні вимоги до професійної компетентності тренера включають здатність працювати в умовах непередбачуваних ситуацій; відповідні педагогічні умови сприяють розвитку аналітичного мислення, вміння приймати оперативні рішення та використовувати інноваційні методи для управління ризиками. По-третє, формування готовності до роботи з ризиками сприяє підвищенню професійного рівня тренера, його репутації та конкурентоспроможності на ринку праці. Саме тренери, які володіють навичками управління ризиками, здатні забезпечити довіру спортсменів, їхніх батьків та керівництва спортивних організацій. По-четверте, впровадження педагогічних умов, які формують готовність до застосування методів виявлення ризиків, сприяє інтеграції теоретичних знань і практичних навичок, що дозволяє майбутнім тренерам глибше розуміти ризики, оцінювати їх багатofакторний характер та ефективно працювати у міждисциплінарних командах (з медичними, психологічними, технічними спеціалістами).

Таким чином, розробка педагогічних умов є основою для підготовки висококваліфікованих тренерів, здатних забезпечувати безпеку і стабільність тренувального процесу, зберігати здоров'я спортсменів та ефективно долати виклики, пов'язані з ризиками у спортивній діяльності.

Педагогічні умови формування готовності майбутніх тренерів до застосування методів виявлення та попередження ризиків — це сукупність цілеспрямованих, науково обґрунтованих організаційно-методичних, психологічних та навчально-виховних заходів, які забезпечують створення сприятливого освітнього середовища для розвитку професійної компетентності тренерів у сфері ідентифікації, оцінки та мінімізації ризиків у фізкультурно-спортивній діяльності. Ці умови спрямовані на інтеграцію теоретичних знань, практичних навичок і ціннісних орієнтацій для забезпечення безпеки, ефективності та результативності тренувального процесу.

Формування готовності майбутніх тренерів до застосування методів виявлення та попередження ризиків у фізкультурно-спортивній діяльності потребує створення певних педагогічних умов, які забезпечують ефективність цього процесу. Однією з ключових умов є *інтеграція теоретичної та практичної підготовки*, яка передбачає поєднання знань про ризики у спорті з практичними навичками їх виявлення та попередження; це досягається через моделювання реальних тренувальних ситуацій,

проведення практичних занять у спортивних секціях і організацію майстер-класів досвідчених тренерів. Важливим аспектом є *формування аналітичного мислення*, що дозволяє майбутнім тренерам аналізувати і оцінювати потенційні ризики на різних етапах тренувального процесу; цьому сприяє використання кейс-методів, де студенти розв'язують проблемні ситуації та розробляють стратегії попередження ризиків. *Застосування сучасних інформаційно-комунікаційних технологій*, включаючи симуляційні програми та віртуальну реальність, дозволяють імітувати ризикові ситуації, сприяючи кращому розумінню можливих загроз і методів їх уникнення.

Формування мотиваційно-ціннісного ставлення до забезпечення безпеки у спорті також є необхідною умовою. Тренери мають усвідомлювати, що їхня діяльність повинна бути спрямована не лише на досягнення результатів, але й на збереження здоров'я спортсменів. Для цього слід проводити виховні заходи, які розвивають відповідальність і професійну етику. *Створення професійно орієнтованого середовища* є ще однією важливою умовою. Навчально-виховне середовище, що включає участь у спортивних змаганнях, тренувальних таборах і науково-дослідних проектах, сприяє розвитку професійних якостей майбутніх тренерів. *Забезпечення міждисциплінарного підходу в навчальних програмах*, який охоплює знання з медицини, психології, біомеханіки та правових аспектів, дозволяє комплексно підходити до проблем ризиків. *Розвиток комунікативних навичок* є необхідним для ефективної взаємодії тренера зі спортсменами, їхніми батьками та медичним персоналом. Вміння чітко пояснювати рекомендації, аргументувати рішення і переконувати у необхідності дотримання безпекових норм є важливою складовою попередження ризиків. Впровадження цих педагогічних умов у закладах вищої освіти сприяє підготовці професійно компетентних тренерів, здатних забезпечувати безпеку і ефективність тренувального процесу.

Висновки. Психологічна підготовка є визначальною у формуванні готовності майбутніх тренерів до виявлення та попередження ризиків у фізкультурно-спортивній діяльності. Вона забезпечує стійкість тренера до стресу, формує здатність до ефективної комунікації, лідерства та мотивації спортсменів, а також дозволяє створити безпечне й результативне середовище для розвитку їхніх здібностей. Впровадження педагогічних умов для розвитку психологічної компетентності тренерів є необхідним фактором підготовки висококваліфікованих фахівців.

Перспективи подальших досліджень вбачаємо у розробці критеріїв, показників та рівнів сформованості готовності майбутніх тренерів до застосування методів виявлення та попередження ризиків у фізкультурно-спортивній діяльності.

Список використаних джерел

- Гринь, О. Р., Воронова, В. В. (2015). Система психологічного забезпечення підготовки спортсменів як проблема сучасної психології спорту. *Теорія і методика підготовки спортсменів*, 3, 29-34.
- Гринь, О. Р. (2015). *Психологічне забезпечення та супровід підготовки кваліфікованих спортсменів*: навчальний посібник. Київ: Олімпійська література.
- Коваленко, В. О., Сорокіна, О. А. (2017). Психологічна компетентність фітнес-тренера. *Наукові здобутки студентів Інституту людини*, 1 (7), 50-51.
- Корносенко, О. К., Демус, Я. В. (2021). Особливості соціально-психологічної діяльності спортивного тренера. *Педагогічні науки*, 77, 35-39.
- Костенко, М. В. (2016). Розробка логічно-структурної моделі підготовки майбутніх тренерів до формування групової рефлексивності спортсменів в ігрових видах спорту. *Науковий часопис НПУ імені М. П. Драгоманова*, 87-92.
- Пастушкова, Н. А. (2020). Психологічна підготовка спортивної команди з чирлідінгу як невід'ємний компонент професійної підготовки майбутніх фахівців. *Вісник Черкаського національного університету імені Богдана Хмельницького. Педагогічні науки*, 2, 195-202. Взято з <https://ped-journal.cdu.edu.ua/article/view/3854>

References

- Hryn, O. R., & Voronova, V. V. (2015). Systema psykholohichnoho zabezpechennia pidhotovky sportsmeniv yak problema suchasnoi psykholohii sportu [The system of psychological support for the training of athletes as a problem of modern sports psychology]. *Teoriia i metodyka pidhotovky sportsmeniv [Theory and methods of training athletes]*, 3, 29-34 [in Ukrainian].
- Hryn, O. R. (2015). *Psykhologichne zabezpechennia ta suprovod pidhotovky kvalifikovanykh sportsmeniv [Psychological support and training support for qualified athletes]*: navchalnyi posibnyk. Kyiv: Olimpiiska literatura [in Ukrainian].
- Kovalenko, V. O., & Sorokina, O. A. (2017). Psykhologichna kompetentnist fitnes-trenera [Psychological competence of a fitness trainer]. *Naukovi zdobutky studentiv Instytutu liudyny [Scientific achievements of students of the Institute of Man]*, 1 (7), 50-51 [in Ukrainian].

- Kornosenko, O. K., & Demus, Ya. V. (2021). Osoblyvosti sotsialno-psykholohichnoi diialnosti sportyvnoho trenera [Peculiarities of the socio-psychological activity of a sports coach]. *Pedahohichni nauky [Pedagogical sciences]*, 77, 35-39 [in Ukrainian].
- Kostenko, M. V. (2016). Rozrobka lohichno-strukturnoi modeli pidhotovky maibutnikh treneriv do formuvannia hrupovoi refleksyvnosti sportsmeniv v ihrovyykh vyddakh sportu [Development of a logical-structural model of training future coaches for the formation of group reflexivity of athletes in game sports]. *Naukovyi chasopys NPU imeni M. P. Drahomanova [Scientific journal of the NPU named after M. P. Drahomanova]*, 87-92 [in Ukrainian].
- Pastushkova, N. A. (2020). Psykholohichna pidhotovka sportyvnoi komandy z chirlidynhu yak nevidiemnyi komponent profesiinoi pidhotovky maibutnikh fakhivtsiv [Psychological preparation of a cheerleading sports team as an integral component of the professional training of future specialists]. *Visnyk Cherkaskoho natsionalnoho universytetu imeni Bohdana Khmelnytskoho. Pedahohichni nauky [Bulletin of the Cherkasy National University named after Bohdan Khmelnytskyi. Pedagogical sciences]*, 2, 195-202. Retrieved from <https://ped-ejournal.cdu.edu.ua/article/view/3854> [in Ukrainian].

MANYK V.

Poltava V.G. Korolenko National Pedagogical University, Ukraine

PEDAGOGICAL CONDITIONS FOR FORMING THE PROFESSIONAL READINESS OF FUTURE COACHES TO APPLY METHODS FOR IDENTIFYING AND PREVENTING RISKS IN PHYSICAL EDUCATION AND SPORTS ACTIVITIES

The main risks in the professional activity of coaches in the field of physical education and sports were examined in this article. Physical, psychological, organizational, physiological, medical, ethical, social, communication, image, and innovation-technological risks were identified. Special attention is paid to trauma, burnout, organizational limitations, and non-compliance with sports ethics. The impact of insufficient medical support, the use of doping, and technological barriers on the professional activity of the coach was analyzed. A comprehensive approach to developing skills in identifying and preventing risks in the preparation of future trainers was proposed. It has been proven that the risks in the professional activities of a coach are multifaceted and include physical, psychological, organizational, ethical, social, and technological aspects. The coach must have a high level of professional competence, analytical thinking, and communication skills, as well as actively cooperate with medical, psychological, and administrative services to effectively overcome them. The implementation of modern training methods and the provision of a safe training environment will help minimize risks and increase the effectiveness of the training process.

The definition of «pedagogical conditions for the formation of readiness of future coaches to apply methods of risk identification and prevention» is formulated as a set of purposeful, scientifically substantiated organizational, methodological, psychological, and educational measures. These measures aim to create a favorable educational environment for developing professional competence among coaches in identifying, assessing, and minimizing risks in physical culture and sports activities. It is demonstrated that these conditions focus on integrating theoretical knowledge, practical skills, and value orientations to ensure the safety, efficiency, and effectiveness of the training process.

The article substantiates the pedagogical conditions for the formation of the readiness of future coaches to apply methods of identifying and preventing risks in physical culture and sports activities. The key aspects are highlighted: integration of theoretical and practical training, formation of analytical thinking, and use of innovative technologies. Additional aspects include the development of a motivational and value-based approach to safety, the creation of a professionally oriented environment, and ensuring an interdisciplinary approach to improving communication skills. The implementation of these conditions contributes to the training of competent coaches capable of ensuring the safety and effectiveness of the training process.

Key words: *future coaches, pedagogical conditions, formation of professional readiness, risks in professional activity, stress factors.*

Стаття надійшла до редакції 29.09.2024 р.