

**МІНІСТЕРСТВО ФІНАНСІВ УКРАЇНИ  
ДЕРЖАВНИЙ ПОДАТКОВИЙ УНІВЕРСИТЕТ**

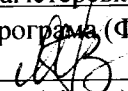
**ФАКУЛЬТЕТ СОЦІАЛЬНО-ГУМАНІТАРНИХ ТЕХНОЛОГІЙ ТА  
МЕНЕДЖМЕНТУ**

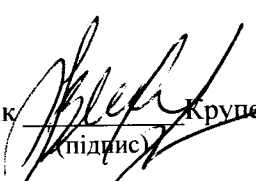
**КАФЕДРА ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ, СПОРТУ ТА ЗДОРОВ'Я**

**КВАЛІФІКАЦІЙНА РОБОТА**

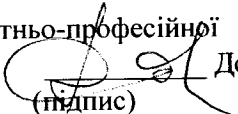
**на тему: «ФОРМУВАННЯ ГОТОВНОСТІ МАЙБУТНІХ ТРЕНЕРІВ ЗІ  
СХІДНИХ ОДНОБОРСТВ ДО ПРОФЕСІЙНОЇ ДІЯЛЬНОСТІ В ДИТЯЧО-  
ЮНАЦЬКИХ СПОРТИВНИХ ШКОЛАХ»**

Здобувача вищої освіти другого (магістерського) рівня, II курсу, групи ФКМз-21-1, спеціальності (017 Фізична культура і спорт) освітня програма (Фізична культура і спорт)

 Мартиненко Тетяна Василівна  
(підпис)

Науковий керівник  Крупень С.В. кандидат наук з фізичного виховання та спорту, доцент

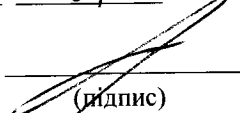
(підпис)

Гарант освітньо-професійної  
програми 

Довгань Н.Ю. доктор педагогічних наук, професор

(підпис)

Допущено до захисту за рішенням кафедри  
протокол від « 25 » 01 2023 № 11

Завідувач кафедри 

Лаврентьєв Олександр Миколайович, кандидат наук  
з фізичного виховання і спорт, доцент

(підпис)

**ІРПІНЬ 2023**

Реєстрація № 5 30.01.2023р Гриб І.А. Сухарєв  
(дата) (підпис відповідальної особи)

Результати перевірки 03.02.2023 24.01.23 О.М. Лавренко  
(до захисту, на доопрацювання) (дата) (підпис)

Результат захисту 90 (А) 5 03.02.23 О.М. Лавренко  
(оцінка) (дата) (підпис)

Голова комісії: [підпис] Г.П. Грибан  
(підпис) (ініціали, прізвище)

Члени комісії:

[підпис]  
(підпис)

О.М. Лавренко  
(ініціали, прізвище)

[підпис]  
(підпис)

Л.М. Гукіна  
(ініціали, прізвище)

[підпис]  
(підпис)

В.П. Чармеїн  
(ініціали, прізвище)

| Об'єкти контролю | Діапазон оцінки в балах | Фактична кількість балів | Примітки | Дата, П.І.П.: керівника, голови комісії членів комісії, секретаря, (підписи) |
|------------------|-------------------------|--------------------------|----------|------------------------------------------------------------------------------|
|------------------|-------------------------|--------------------------|----------|------------------------------------------------------------------------------|

| ОЦІНЮВАННЯ КВАЛІФІКАЦІЙНОЇ РОБОТИ КЕРІВНИКОМ ТА РЕЦЕНЗЕНТОМ |             |    |  |  |
|-------------------------------------------------------------|-------------|----|--|--|
| Якість роботи                                               | від 0 до 30 | 20 |  |  |
| Якість матеріалу, його повноти, вміння представляти         |             |    |  |  |
| Якість послідовності, наявності                             |             |    |  |  |
| Вимог щодо                                                  | від 0 до 10 | 10 |  |  |
| Якість роботи на                                            | від 0 до 5  | 5  |  |  |
| Завданні кафедри                                            | від 0 до 5  | 5  |  |  |
|                                                             | від 0 до 50 | 40 |  |  |

| ОЦІНЮВАННЯ КВАЛІФІКАЦІЙНОЇ РОБОТИ КОМІСІЄЮ ПО ЗАХИСТУ |              |    |  |  |
|-------------------------------------------------------|--------------|----|--|--|
| Якість матеріалу                                      | від 0 до 10  | 10 |  |  |
| Якість практичного та практичного                     | від 0 до 5   | 5  |  |  |
| Відповідати на запитання                              | від 0 до 25  | 25 |  |  |
| Якість у конференціях                                 | від 0 до 10  | 10 |  |  |
|                                                       | від 0 до 50  | 50 |  |  |
| КІЛЬКІСТЬ БАЛІВ                                       | від 0 до 100 | 90 |  |  |

### ПЕРЕВЕДЕННЯ ОЦІНКИ ЗА 100-БАЛЬНОЮ ШКАЛОЮ ДО НАЦІОНАЛЬНОЇ ШКАЛИ ТА ШКАЛИ

| Оцінка за шкалою ЕКТС | Оцінка за національною шкалою | Дата      | П.І.П.: голови, членів комісії, секретаря, (підпис)           |
|-----------------------|-------------------------------|-----------|---------------------------------------------------------------|
| A                     | 5                             | 3.02.2023 | Г.П. Грибач<br>О.М. Лавренюк<br>А.М. Гуденко<br>В.П. Чарикова |

### Правила переведення оцінок до національної шкали та шкали ЕКТС

| Бальною | Оцінка за шкалою ЕКТС | Оцінка за національною шкалою |
|---------|-----------------------|-------------------------------|
|         | A                     | 5 (відмінно)                  |
|         | B                     | 4 (добре)                     |
|         | C                     |                               |
|         | B                     | 3 (задовільно)                |
|         | E                     |                               |
|         | EX                    | 2 (незадовільно)              |

Затверджую

В.о. завідувача кафедри фізичного виховання,  
спорту та здоров'я

Р.В. Головащенко

«25» 12 2021 р.

Завдання на кваліфікаційну роботу  
здобувача вищої освіти

Мартиненко Тетяни Василівни

Тема кваліфікаційної роботи:

**ФОРМУВАННЯ ГОТОВНОСТІ МАЙБУТНІХ ТРЕНЕРІВ ЗІ СХІДНИХ  
ОДНОБОРСТВ ДО ПРОФЕСІЙНОЇ ДІЯЛЬНОСТІ В ДИТЯЧО-  
ЮНАЦЬКИХ СПОРТИВНИХ ШКОЛАХ »**

Згідно наказом ректора від «15» грудня 2021 № 49

Терміни закінчення роботи 12.01.2023 року

Мета установки: Визначити й теоретично обґрунтувати педагогічні умови

формувальності майбутніх тренерів зі східних одноборств до професійної діяльності в ДЮСШ експериментально перевірити їх ефективність.

Метод дослідження виступає формування готовності майбутніх тренерів зі східних одноборств до професійної діяльності в ДЮСШ.

Об'єкт дослідження є готовність тренерів до професійної діяльності в ДЮСШ.

Місце дослідження виступає клуб спортивного і бойового самбо «Легіон ІХ», м. Львів

Матеріали дані до роботи

Додатки графічного матеріалу

Тема кваліфікаційної роботи

Мета установки формування готовності майбутніх тренерів зі східних одноборств до професійної діяльності в ДЮСШ

Об'єкт дослідження Східні одноборства. Види.

Метод дослідження майбутніх фахівців з фізичного виховання та спорту до професійної діяльності в ДЮСШ

Місце дослідження в Україні та в країнах світу

Мета установки вищої освіти в країнах Європи, Азії, США.

Метод дослідження організація дослідження

Об'єкт дослідження

Місце дослідження збирання науково-методичної літератури

Мета установки

Об'єкт дослідження

Метод дослідження

Місце дослідження професійної підготовки фахівців зі східних одноборств

Мета установки професійно-педагогічної діяльності тренерів зі східних одноборств у дитячо-юнацьких спортивних школах

Об'єкт дослідження професійної діяльності тренерів в ДЮСШ

Місце дослідження додаткові функції тренерської діяльності в ДЮСШ

Метод дослідження тренерської діяльності зі східних одноборств.

Мета установки структура та критерії готовності майбутніх тренерів зі східних одноборств до професійної діяльності в дитячо-юнацьких спортивних школах

|                                                                                                                                                             |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>Визначення компонентів готовності майбутніх тренерів до професійної діяльності</b>                                                                       |
| <b>Зміст компонентів, що визначають готовність майбутніх тренерів до професійної діяльності</b>                                                             |
| <b>Критерії та показники, що дозволяють діагностувати сформованість готовності майбутніх тренерів зі східних однокласників до професійної роботи в ДЮСШ</b> |
| <b>Аналіз результатів анкетування</b>                                                                                                                       |
| <b>Аналіз анкетування «Взаємовідносини між тренером та учнями»</b>                                                                                          |
| <b>Аналіз анкетування «Мотивація професійної діяльності»</b>                                                                                                |
| <b>Аналіз анкетування «Оцінка рівня сформованості професійно-педагогічних знань і умінь майбутніх/молодих тренерів зі східних однокласників»</b>            |
| <b>Загальні висновки</b>                                                                                                                                    |
| <b>Список використаних джерел</b>                                                                                                                           |
| <b>Додатки</b>                                                                                                                                              |

## 6. Календарний план виконання роботи

| № п/п | Назва етапів кваліфікаційної роботи                                                                                    | Строк виконання етапів роботи |               |
|-------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------|---------------|
|       |                                                                                                                        | За планом                     | Фактично      |
| 1     | 2                                                                                                                      | 3                             | 4             |
| 1.    | Вибір та закріплення теми для кваліфікаційної роботи                                                                   | грудень 2021                  | 28.12. 2020   |
| 2.    | Аналіз літературних джерел, щодо написання кваліфікаційної роботи                                                      | Квітень 2022                  | квітень 2022  |
| 3.    | Визначення актуальності теми, змісту, мети, задання, об'єкту та предмету дослідження. Написання першого розділу роботи | травень 2022                  | травень 2022  |
| 4.    | Визначення методики для формування та проведення педагогічного експерименту. Написання другого розділу роботи          | вересень 2022                 | вересень 2022 |
| 5.    | Впровадження розроблених методик за результатами педагогічного експерименту та написання третього розділу роботи       | листопад 2022                 | 30.11. 2022   |
| 6.    | Формування загальних висновків                                                                                         | грудень 2022                  | 13.12. 2022   |
| 7.    | Попередній захист кваліфікаційної роботи                                                                               | січень 2023                   | 12.01. 2023   |
| 8.    | Отримання відгуків від зовнішніх рецензентів та наукового керівника                                                    | січень 2023                   | 20.01.2023    |
| 9.    | Захист кваліфікаційної роботи                                                                                          | Лютий 2023                    | ___ .02.2023  |

7. Дата видачі завдання

«15» грудня 2021 р.

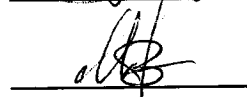
8. Керівник кваліфікаційної роботи

 С.В. Крупеня

9. Керівник освітньо-професійної програми

 Н.Ю. Довгань

10. Завдання до виконання отримав  
здобувач вищої освіти

 Т.В. Мартиненко

## **АНОТАЦІЯ**

**ФОРМУВАННЯ МАЙБУТНІХ ТРЕНЕРІВ ЗІ СХІДНИХ ОДНОБОРСТВ ДО ПРОФЕСІЙНОЇ ДІЯЛЬНОСТІ В ДИТЯЧО-ЮНАЦЬКИХ СПОРТИВНИХ ШКОЛАХ** // Кваліфікаційна робота магістра / за спеціальністю 017«Фізична культура і спорт». – Державний податковий Університет, 2023. – 63 с.

У кваліфікаційній роботі розглядаються питання щодо вирішення проблем з підготовки тренерів зі східних одноборств, їх проблеми, рішення та актуальність. Сучасні тенденції в сфері професійної освіти пов'язані зі зростанням вимог до педагогічного професіоналізму фахівців у галузі фізичного виховання та спорту, зокрема тренерів. Професійна діяльність тренера спрямована на фізичний і психологічний розвиток вихованців, збереження й зміцнення їхнього здоров'я, розкриття спортивного та особистісного потенціалу, сприяння досягненню ними високих спортивних результатів.

**Ключові слова:** освіта, розвиток, спорт, тренер, здоров'я

**ANNOTATION. FUTURE ORIENTAL WRESTLING COACHES FORMATION FOR PROFESSIONAL WORKING IN CHILDREN'S-YOUTH SPORTS SCHOOLS**// Qualifying work of the master / specialty 017 "Physical Culture and Sports". - State Tax University, 2023. - 63 p.

The qualification work considers questions of solution the problem of preparing the coaches of oriental wrestling, their problems, solution, and the relevance. Modern trends in the field of professional education are associated with growth requirements to pedagogical professionalism of specialists in the field of physical education and sports, in particular, coaches. The aims of trainer's professional activity are the physical and psychological development of pupils, preservation and strengthening of their health, revealing sports and personal potential, promoting them to achieve high results in sport.

**Key words:** education, development, sport, coach, health.

## РЕЦЕНЗІЯ

на кваліфікаційну роботу

здобувача вищої освіти Державного податкового університету

**Мартиненко Тетяни Володимирівни**

**на тему: «Формування готовності майбутніх тренерів зі східних  
однборств до професійної діяльності в дитячо-юнацьких спортивних  
школах»**

Кваліфікаційна робота, виконано самостійно. Наукова робота викладена на 67 сторінках комп'ютерної верстки, містить вступ, 3 розділи, висновки, список літератури. Робота добре проілюстрована 10 таблицями та 5 малюнками. Список літератури включає 45 джерел.

Актуальність роботи полягає в у вирішенні проблем з підготовки тренерів зі східних однборств, проблеми, рішення та актуальність. Сучасні тенденції в сфері професійної освіти пов'язані зі зростанням вимог до педагогічного професіоналізму фахівців у галузі фізичного виховання та спорту, зокрема тренерів. Професійна діяльність тренера спрямована на фізичний і психологічний розвиток вихованців, збереження й зміцнення їхнього здоров'я, розкриття спортивного та особистісного потенціалу, сприяння досягненню ними високих спортивних результатів.

Кваліфікаційна робота виконана у відповідності з завданням із дотриманням всіх вимог. Робота може бути рекомендована до захисту та друку, а її авторка **Мартиненко Т.В.** - присвоєнню кваліфікації «магістра з фізичної культури і спорту».

### Рецензент:

Кандидат наук з фізичного виховання та спорту, доцент



ПІДПИС С.В. Сембрат  
Засвідчую:  
Нач. ВК

## ВІДГУК

научного керівника кваліфікаційної роботи  
на тему: «ФОРМУВАННЯ ГОТОВНОСТІ МАЙБУТНІХ ТРЕНЕРІВ ЗІ  
СХІДНИХ ОДНОБОРСТВ ДО ПРОФЕСІЙНОЇ ДІЯЛЬНОСТІ В  
ДИТЯЧО-ЮНАЦЬКИХ СПОРТИВНИХ ШКОЛАХ»

здобувача вищої освіти Державного податкового університету

Мартиненко Тетяна Володимирівна

Кваліфікаційна робота Мартиненко Т.В. присвячена актуальній проблемі щодо підготовки тренера з виду спорту. Проводити заходи, що пов'язані з виявленням талановитих спортсменів в своєму виді спорту і вести його протягом всієї кар'єри. Вміти розробляти та проваджувати методику тренування, графіки підготовки до кожного змагання, режим харчування, стежити за станом здоров'я тощо. Тренер ділить зі своїм учнем все успіхи і невдачі.

На усіх етапах роботи Мартиненко Т.В. проявив себе як відповідальний здобувач, який сумлінно виконував усі завдання роботи. Здобувач вищої освіти із зацікавленістю поставився до виконання своєї роботи. Самостійно визначила мету, об'єкт і предмет дослідження. Здобувач ґрунтовно опрацював 45 джерел науково-методичної літератури.

У науковій роботі визначено рівень толерантності особистості виявляється в емоційних реакціях на навколишні подразники, у ролі яких виступають інші люди. Високий рівень толерантності виявляється в здатності стримувати негативні прояви в спілкуванні, низький рівень характеризується відкритим проявом негативних емоцій і реакцій щодо неприйнятних рис, поведінки іншої людини.

Кваліфікаційна робота Мартиненко Т.В. оформлена згідно з вимогами до такого виду робіт та може бути рекомендована до захисту. Враховуючи високу успішність у навчанні Мартиненко Т.В. - вважаю, що здобувач заслуговує на оцінку **«відмінно»**.

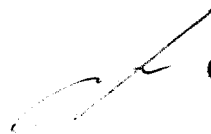
Керівник кваліфікаційної роботи – С.В. Крупеня.

«24» 01 2023 р.

### Висновок кафедри на кваліфікаційну роботу:

Кваліфікаційна робота здобувача вищої освіти Мартиненко Т.В. після попереднього захисту розглянута на засіданні кафедри, протокол від 25.01 2023 р. № 1-1 допущена до захисту на екзаменаційній комісії.

Завідувач кафедри



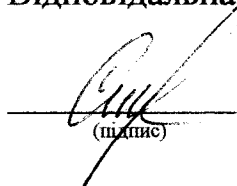
Олександр Лаврентєв

- Факультет соціально-гуманітарних технологій та менеджменту  
Кафедра фізичного виховання, спорту та здоров'я

**ДОВІДКА**  
**про перевірку кваліфікаційної роботи на академічний плагіат**

|       |                                               |                                                                                                                                |
|-------|-----------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| № з/п | ППІ автора твору                              | Мартиненко Тетяна Василівна                                                                                                    |
| 1.    | ППІ наукового керівника                       | Крупеня С.В.                                                                                                                   |
| 2.    | Тип роботи, що перевіряється (курсова робота) | Кваліфікаційна робота                                                                                                          |
| 3.    | Тема роботи                                   | «Формування готовності майбутніх тренерів зі східних одноборств до професійної діяльності в дитячо-юнацьких спортивних школах» |
| 4.    | Рік написання                                 | 2022                                                                                                                           |
| 5.    | Оригінальний текст в роботі складає %         | 85,8%                                                                                                                          |
| 6.    | Схожість %                                    | 14,2%                                                                                                                          |
| 7.    | Цитати%                                       | 4,04%                                                                                                                          |

Відповідальна особа кафедри

  
(підпис) Т. Степура

Кафедра фізичного виховання, спорту та здоров'я

Мартиненко Тетяна Василівна

Тема: «Формування готовності майбутніх тренерів зі східних одноборств до професійної діяльності в дитячо-юнацьких спортивних школах»

Науковий керівник: Крупеня С.В.

## ЗМІСТ

|                                                                                                                       |                                                                                                                      |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>ВСТУП</b>                                                                                                          | 3                                                                                                                    |
| <b>РОЗДІЛ І. ТЕОРЕТИЧНІ ЗАСАДИ ФОРМУВАННЯ У ПІДГОТОВЦІ ТРЕНЕРА З ВИДУ СПОРТУ ЩОДО ЇХ ПРАКТИЧНОЇ ДІЯЛЬНОСТІ В ДЮСШ</b> | 6                                                                                                                    |
| 1.1.                                                                                                                  | Різновиди одноборств. Східні одноборства. Види. 6                                                                    |
| 1.2.                                                                                                                  | Стан підготовки фахівців з фізичного виховання та спорту в Україні та світі 11                                       |
| 1.2.1                                                                                                                 | Спортивна освіта в Україні та в світі 11                                                                             |
| 1.2.2                                                                                                                 | Аналіз спортивної освіти в країнах Європи, Азії, США. 13                                                             |
| <b>РОЗДІЛ II. МЕТОДИ ТА ОРГАНІЗАЦІЯ ДОСЛІДЖЕННЯ</b>                                                                   | 15                                                                                                                   |
| 2.1.                                                                                                                  | Методи дослідження 15                                                                                                |
| 2.1.1.                                                                                                                | Аналіз та узагальнення науково-методичних джерел 15                                                                  |
| 2.1.2.                                                                                                                | Анкетування 15                                                                                                       |
| 2.1.3                                                                                                                 | Педагогічне спостереження 16                                                                                         |
| 2.2.                                                                                                                  | Організація дослідження 16                                                                                           |
| <b>РОЗДІЛ III. ПРОБЛЕМИ ПРОФЕСІЙНОЇ ПІДГОТОВКИ ФАХІВЦІВ ЗІ СХІДНИХ ОДНОБОРСТВ.</b>                                    | 18                                                                                                                   |
| 3.1.                                                                                                                  | Особливості професійно-педагогічної діяльності тренерів зі східних одноборств у дитячо-юнацьких спортивних школах 18 |
| 3.1.1.                                                                                                                | Обов'язки професійної діяльності тренерів в ДЮСШ 18                                                                  |
| 3.1.2.                                                                                                                | Основні та додаткові функції тренерської діяльності в ДЮСШ 20                                                        |
| 3.1.3.                                                                                                                | Особливості тренерської діяльності зі східних одноборств. 23                                                         |
| 3.2.                                                                                                                  | Сутність, структура та критерії готовності майбутніх спеціалістів єдиноборств до професійної діяльності в ДЮСШ 30    |
| 3.2.1.                                                                                                                | Визначення компонентів готовності майбутніх тренерів до професійної діяльності 31                                    |
| 3.2.2.                                                                                                                | Зміст компонентів, що визначають готовність майбутніх тренерів до професійної діяльності 34                          |
| 3.2.3.                                                                                                                | Критерії визначення професіограми тренера 36                                                                         |
| 3.3.                                                                                                                  | Аналіз результатів анкетування 43                                                                                    |
| 3.3.1.                                                                                                                | Аналіз анкетування «Взаємовідносини між тренером та учнями» 43                                                       |
| 3.3.2.                                                                                                                | Аналіз анкетування «Мотивація до професійної діяльності» 46                                                          |
| 3.3.3.                                                                                                                | Аналіз анкетування «Комунікативна толерантність» 48                                                                  |

|                            |                                                                                                                                        |    |
|----------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----|
| 3.3.4                      | Аналіз анкетування «Оцінки рівня сформованості професійно-педагогічних знань і умінь майбутніх/молодих тренерів зі східних одноборств» | 49 |
| ЗАГАЛЬНІ ВИСНОВКИ          |                                                                                                                                        | 50 |
| СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ |                                                                                                                                        | 51 |
| ДОДАТКИ                    |                                                                                                                                        | 56 |

## ВСТУП

**Актуальність теми дослідження.** Гармонійний розвиток підростаючого покоління, єдність фізичних, психічних, духовних і соціальних потреб молодих громадян України значною мірою залежить від професійної компетентності тренерів з виду спорту [30].

Мета тренерської роботи направлена на підготовку спортсмена та досягнення ним максимально можливого рівня фізичної, техніко-тактичної, психологічної та теоретичної підготовленості, що характерно обраному виду спорту під час тренувальної і змагальної діяльності.

Головне завдання тренерської роботи пов'язано з виявлення здібностей спортсмена і повне їх розкриття. Найважливішим фактором служить особистий приклад наставника або видатних підготовлених ним спортсменів. Тому нерідко на тренерську роботу переходять відомі спортсмени після закінчення активних змагальних виступів. Тренери працюють на рівнях, що обумовлені навчально-тренувальним процесом, різних за віком та спеціалізацією тих хто займається. А саме вони працюють в різних клубах і спортивних школах, куди приводять маленьких за віком дітей. Фахівці за напрямом навчають основам спортивної майстерності, виявляють таланти і радять батькам, куди далі віддати дитину щодо продовження спортивної кар'єри.

Завдання тренера - виявляти талановитих спортсменів в своєму виді спорту і вести його протягом всієї кар'єри. Їм необхідно розробляти та проваджувати методику тренування, складати мікро, мезо та макроцикли підготовки до кожного головного старту, відповідно до спортивної класифікації спортсмена, дотримуватися режиму, харчування, стану здоров'я тощо. Тренер ділить зі своїм учнем все успіхи і невдачі.

З реформуванням вищої освіти, вводяться ряд корективів щодо підготовки спеціалістів за даним фахом та в цілому в освіті. Кожний навчальний заклад висуває свої бачення, щодо підготовки молодого фахівця. Це в свою чергу потребує проведення змін в освітньо-професійних програмах та навчальних планах, що визначають передумови доступу до навчання, орієнтацію на основний

фокус програм, обсяг кредитів ЄКТС, необхідний для здобуття ступеня вищої освіти як бакалавр та магістр, перелік загальних та спеціальних (фахових) компетентностей, нормативний і варіативний зміст підготовки фахівця, сформований у термінах результатів навчання та вимог до контролю якості вищої освіти тощо [31].

Актуальність теми перш за все пов'язана з тим, що відбувається реформування вищої освіти. По друге – велика конкуренція як в Україні та і у світі, щодо підготовки фахівців тренер з виду спорту. По третє, потрібно постійно вдосконалювати свої знання і вміння в умовах інформатизації суспільства в цілому. В четверте, щодо форсування наукових підходів, принципів, засобів, методів та форми організації і самоорганізації під час процесу дистанційного навчання, контролю тренувальних занять, навантажень та відпочинку спортсмена в умовах кризових ситуацій, а вчасності епідемії covid-19 та військові дії на території України.

**Мета.** Визначити теоретичні умови формування підготовки тренера зі східних одноборств до їх професійної діяльності в дитячо-юнацьких спортивних школах та провести дослідження з перевірки їх ефективності.

#### **Завданнями роботи є:**

1. Визначення компонентів готовності тренера до професійної діяльності.
2. Визначити критерії та показники, що дозволяють діагностувати сформованість готовності майбутніх тренерів зі східних одноборств до професійної роботи.
3. Формування у молодого покоління позитивної мотивації до систематичних занять східними єдиноборствами.

**Предметом** дослідження виступає підготовка тренерських кадрів до професійної діяльності в системі ДЮСШ.

**Об'єктом дослідження** є готовність тренерів до професійної діяльності в ДЮСШ.

**Базою дослідження** виступає Громадська організація «Клуб бойового і спортивного самбо Легіон IX» м.Києва

**За результатами дослідження** Проведений аналіз анкетування учасників тренувального процесу різних сторін (батьки, учні, спортсмени високої кваліфікації, тренери збірних команд України (самбо, дзюдо, ММА, кікбоксинг, джиу-джицу, муай-тай) надасть можливість сформувати професіограму діяльності тренера з східних єдиноборств. Які будуть направлені на вирішення питань тренером щодо управління фізичною, технічною, тактичною підготовкою та психічним станом спортсмена з східних єдиноборств та вирішувати організаційні питання будь-якого характеру. Вмінням його проводити відбір, планувати та управляти процесом підготовки, змагальною діяльністю та відновлюваними процесами працездатності спортсменів.

**Одержані результати** можуть бути використані для планування підготовки тренерів зі східних єдиноборств для роботи в дитячо-юнацьких спортивних школах.

**Методи дослідження:** теоретичний аналіз науково-методичних джерел, аналіз тренерського досвіду, анкетування, педагогічний експеримент.

**Кваліфікаційна робота** містить 63 сторінки, 6 таблиць, малюнків 4, список використаних джерел з 41 найменувань, 4 додатки.

**Рік виконання** кваліфікаційної роботи вересень 2021 р.– січень 2023 р.

**Рік захисту роботи** кваліфікаційної роботи лютий 2023 р.

## **РОЗДІЛ I. ТЕОРЕТИЧНІ ЗАСАДИ ФОРМУВАННЯ У ПІДГОТОВЦІ ТРЕНЕРА З ВИДУ СПОРТУ ЩОДО ЇХ ПРАКТИЧНОЇ ДІЯЛЬНОСТІ В ДЮСШ**

Справжній тренер знає про всі проблеми своїх учнів, він фактично живе їх життям. Якщо ж наставник зосередиться тільки на своїх професійних завданнях, то у нього не буде повного взаєморозуміння з підопічним, і розраховувати на успіх буде дуже важко.

Сфера застосування професії тренер значно розширилась останнім часом. Це перш за все пов'язано з тим, що в тренді здоровий спосіб життя. Тренером цікавляться не тільки ДЮСШ або спортивні секції, а і численні приватні спортзали, фітнес-клуби, санаторії та оздоровчі центри або дитячі табори [31].

### **1.1 Види единоборств. Східні единоборства. Види.**

Всі види єдиноборств беруть початок з давніх часів, коли для захисту сімей, сіл і племен розроблялися стилі ведення бою і застосовувалися на ворогів. Звичайно, спочатку старі бойові мистецтва були досить примітивні і не розкривали можливості людського тіла, однак згодом їх удосконалювали і перетворювали в зовсім інші напрямки, роблячи більш жорстокими і агресивними (тайський бокс) або, навпаки, м'якими, але не менш ефективними

1. *Східні і азійські.* Поділяються в свою чергу на:

- Японські: кобудо, дзюдо, сумо, карате, кудо, іайдо, кендо, айкідо;
- Китайські: традиційні кунг-фу, ушу;
- Корейські: тхеквондо, хапкідо;
- Тайські: муай-тай;

2. *Європейські:* фехтування, кікбоксинг, вільна боротьба, французький сават, англійське бартіцу, бокс, дзю-дзюцу, вільна боротьба;

3. *Бразильські*: джиу-джитсу, капоейра;

4. *Інші народи світу*: кулачний бій, слов'яно-горицкая боротьба, самбо, «стінка на стінку», Шод сан лат (Інгушетія), куреш (Башкирія). Саме в російській школі бойових мистецтв широко представлені методики, розроблені для потреб армії: СЕБ (система ефективного бою), рукопашний бій.

Є ще й менш відомі і поширені азербайджанський гюлеш, грузинське хрідолі, казахський казахша курес, грузинська чидаоби, ізраїльський крав-мага і інші.

#### Поділ бойових мистецтв за використанням технік:

- *Кидкова* - виключає нанесення ударів. Ставиться завдання за допомогою поштовхів, захоплень і утримань збити противника з ніг або витіснити за межі арени. Такі методи характерні для вільної або класичної боротьби, сумо, грепплінг, джиу-джитсу.

- *Ударна* - різні види боксу, капоейри, тхеквондо, карате - нанесення ударів по супернику руками, ногами, а також за допомогою колін, ліктів, зап'ясть.

- *Змішана* - симбіоз різних стилів і шкіл. Є самим травмоопасним, але при цьому, видовищним видом. До таких єдиноборств відносяться: бойове самбо, кудо, російський рукопашний бій.

#### Поділ за призначенням:

- *спортивні* - фехтування, вільна боротьба, кікбоксинг, бокс, карате та інші. відмінними рисами є наявність строгих правил, суддів, обмеження в часі. Основне завдання - довести свою перевагу над спортсменом-суперником.

- *бойові* - різні техніки рукопашного бою, крав-мага, бартіцу. Завдання - самооборона і нейтралізація ворога. Змагання з цим бойовим мистецтвом не проводяться.

- *змішані* - єдиноборства, широко улюблені вуличними майстрами. Звичайно ж, повне фізичне знищення супротивника не передбачається, але обмежень і правил практично немає.

Таким чином єдиної загальноприйнятої класифікації єдиноборств немає. Перелік бойових мистецтв великий, а техніки та прийоми різноманітні. Одні

передбачають використання зброї (фехтування, кунг-фу, ушу), інші спрямовані на досягнення духовного просвітлення і ідеалу; в якихось упор робиться на боротьбу з декількома противниками, основою інших є бій один на один. Можна сказати, що східні єдиноборства спрямовані на внутрішній розвиток людини, досягнення гармонії. У той час, як російські і європейські традиції основою вважають самооборону і агресивний захист людини.

Бойові мистецтва несуть у собі величезну силу. Вони можуть привести до спортивних перемог, слави і успіху. Можуть врятувати життя і захистити слабкого. А можуть завдати травми, каліцтва, спричинити смертельний результат. Не можна ставитися до них легковажно і бездумно. Будь-яка сила повинна бути на благо і допомагати людям.

Різні напрямки єдиноборств розвивають різні якості і навіть групи м'язів. Деякі з них вчать використовувати енергію суперника, інші націлені на відпрацювання потужних ударів руками, треті - ногами, четверті розгойдають витривалість або розвинути стрибучість. Східні одноборства тісно пов'язані з духовними або релігійними віруваннями та філософіями, тож мають свій кодекс честі.

Дзюдо (у перекладі з япон. – «м'який шлях») – японське бойове мистецтво та олімпійський вид спорту. Дзюдо виникло в 1882 році в Японії, завдяки японському майстру бойових мистецтв Дзігоро Кано. По-перше, це бойове мистецтво Сходу, яке належить до олімпійських видів спорту. Подруге, техніка дзюдо, на відміну від карате, не ударна, Учні, які займаються цим стилем одноборств, набувають таких рис характеру, як дисципліна, наполегливість, повага.

Велику роль у духовному самовдосконаленні має система тренувань, наприклад, робота в парах сприяє розвитку психологічної гнучкості, комунікабельності та взаємодопомоги. Заняття дзюдо позитивно позначаються на розумових здібностях – необхідно запам'ятовувати складні прийоми, тактично мислити в ході поєдинку, генерувати творчі нестандартні ідеї тощо.

Навчання дзюдо містить вивчення базових стійок, переміщень, самострахування, захоплень і техніки реанімації. Основа техніки дзюдо – різноманітні кидки, що виконуються як зі стійки, так і з падінням. Також застосовуються больові прийоми: розгинання й скручування кінцівок. У змаганнях перемагає спортсмен, який продемонстрував найкращу техніку захоплень і кидків.[18]

*Карате* (яп. 空手, «порожня рука»/«голіруч») або Каратé-дó є бойовим мистецтвом, що розвинулося з китайських бойових мистецтв та мистецтв островів Рюкю. Карате, у загальному сенсі, — це мистецтво самозахисту за допомогою ударів, блоків та рухів. Удари завдаються як руками (кулаками, ребром долоні, відкритою рукою, ліктями), так і ногами (стопами, колінами). В різних стилях карате також вчать ударам в больові точки та життєво важливі ділянки, використанню захватів, викручуванню суглобів, замкам, утримуванням та кидкам. З філософської точки зору – це дорога до душевної рівноваги та непорушності. Карате дає не тільки розвиток фізичного потенціалу та психічної врівноваженості, а й моральне, інтелектуальне й духовне вдосконалення особистості; розвиток фізичної, духовної, моральної й ментальної цілісності особистості. В карате існує багато відгалужень, тому кожен учень може обрати для себе заняття, де він може розкрити свій потенціал. Для бажаючих зупинитись на прикладному аспекті одноборств, існує рукопашний бій, де застосовується не тільки ударна, а й кидкова техніка. Г. Фунакоші, один із фундаторів карате, сформулював основні принципи, яких необхідно дотримуватися для досягнення успіху в карате:

- 1) у карате все починається й завершується ритуалом;
- 2) у карате немає першої атаки;
- 3) карате є запорукою справедливості;
- 4) пізнай спочатку себе, потім інших;
- 5) важлива не стільки техніка, скільки досконалість розуму;
- 6) дозволь своєму розуму мандрувати вільно;
- 7) неухважність і недбалість призводять до невдач;
- 8) присвяти своє життя карате;

- 9) усе підкори карате;
- 10) карате подібно киплячій воді: якщо не підтримувати регулярно вогонь, вона стає прохолодною;
- 11) не думай про перемогу: думай про те, щоб не зазнати поразки;
- 12) дій відповідно до дій противника;
- 13) проведи поєдинок відповідно до природної стратегії;
- 14) вважай свої руки і ноги гострими мечами;
- 15) виходячи з дому, уяви, що зустрінеш десять тисяч ворогів;
- 16) починаючи навчання, засвоюй різні й низькі стійки, але потім покладайся на природність пози;
- 17) ката й справжній бій – це два різних поняття;
- 18) ніколи не забувай про свої сильні і слабкі сторони, обмеження свого тіла й відносності якостей своєї техніки;
- 19) постійно відточуй свій розум.

Слідування таким аспектам сприяє здобуттю не тільки спортивної майстерності, а й зростання як особистість.

*Таеквон-до* – це корейське бойове мистецтво, у назві якого «Тае» означає «удар ногою», «Квон» означає «кулак», або «удар рукою», «До» означає «шлях» або «мистецтво». Таким чином, термін таеквон-до можна перекласти як «шлях (мистецтво) ноги та руки». За визначенням засновника таеквон-до генерала Чой Хон Хі, «Таеквондо означає систему духовного тренування і техніку самооборони без зброї, а також кваліфікованим виконанням ударів, блоків і стрибків, що виконуються голими руками і ногами для ураження одного або кількох суперників».

Принципи таеквон-до:

1. *Шанобливість (чемність)* – позбавлятися шкідливих звичок; бути терпимим до недоліків інших; бути ввічливим; підтримувати атмосферу гуманізму й справедливості; дотримуватися прийнятого в співтоваристві етикету; дотримуватися ієрархії у відносинах з інструктором (тренером), початківцями й

кваліфікованими спортсменами, старшими і молодшими; поважати статус інших і дотримуватися взаємоповаги.

2. *Чесність*. Під чесністю в таеквон-до розуміють уміння відрізнити правильне від помилкового.

3. *Наполегливість* повинна виявлятися в усьому, не тільки в заняттях бойовим мистецтвом. Важливим є прагнення подолати лінь, труднощі й невдачі.

4. *Самовладання*. Важливим є як в тренувальному залі, так і в повсякденному житті. Утрата самоконтролю під час поєдинку може призвести до серйозних наслідків для обох суперників.

5. *Незламність духу* – це вміння діяти активно, не виявляти страху, протистояти незалежно від того, хто протистоїть і як багато супротивників; бути чесним і рішучим у бою.

Існує два основних види Таеквон-до: олімпійське – WTF та неолімпійське – ITF, які сьогодні є різними видами спорту та відрізняються програмою і правилами змагань, але як бойове мистецтво, обидва мають одну історію, техніку та філософську складову [20].

## **1.2. Стан підготовки фахівців з фізичного виховання та спорту в Україні та світі**

Посилення соціального значення підготовки майбутніх фахівців фізичного виховання та спорту в закладах вищої освіти до майбутньої професійної діяльності зумовлено процесами інтеграції та глобалізації, демократизації та гуманізації сучасного суспільства нашої країни. Поступове входження української освіти до європейського освітянського простору вимагає уніфікації системи підготовки фахівців у вищій школі, модернізації процесу навчання, яка дозволяла б особам, що здобувають освіту, бути мобільними в процесі отримання освітніх послуг, розширювати можливості щодо проходження практик та стажування в закладах освіти інших країн, працевлаштування та отримання другої вищої освіти тощо. На зміну навчання, яке здійснювалось на основі традиційної системи повинні бути розроблені теоретико-методологічні підходи щодо особистісно

орієнтованого навчання; визначені, обґрунтовані та оновлені зміст, форми, методи, засоби та організаційно-педагогічні умови навчання; з'ясовані механізми впровадження в освітній процес інтерактивних методів тощо [6].

### 1.2.1 Спортивна освіта в Україні та в країнах світу

Таблиця 1.

| Країна                | Структура вищої освіти                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              | Особливості                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |
|-----------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>Україна</b>        | <p>Структура вищої освіти України розвивається відповідно до структури освіти розвинених країн світу, що визнана ЮНЕСКО, ООН та іншими міжнародними організаціями.</p> <p>Відповідно до постанови Кабінету міністрів України від 5 листопада 1999 р. № 2061 «Про затвердження Положення про заклад спеціалізованої освіти спортивного профілю із специфічними умовами навчання» є навчальним закладом системи загальної середньої або вищої освіти – закладом фізичної культури і спорту, який забезпечує відбір та спортивну підготовку обдарованих дітей та молоді, створює умови для розвитку їхніх індивідуальних здібностей з метою досягнення високих спортивних результатів та поповнення національних збірних команд у поєднанні із здобуттям учнями та студентами відповідної освіти.</p> <p>Навчальний спортивний заклад здійснює підготовку спортсменів вищих категорій і забезпечує навчально-тренувальні заняття та проведення змагань відповідно до навчальних планів з видів спорту й нормативноправових актів МОН України. [16]</p> | <p>Одним із завдань є піднесення її до ступеню вищої освіти в розвинених країнах світу та інтеграції в міжнародне науково-освітнє товариство. У зазначених перспективах модернізація системи вищої освіти в нашій країні проводиться з урахуванням стандартів Міжнародної класифікації занять (ISCO-88 (МСКЗ)), Міжнародної стандартної класифікації освіти (ISCED-97 (МСКО)), Міжнародного стандарту якості (серії ISO 9000) та вимог, критеріїв і стандартів, які узгодили країни-учасниці Болонського процесу. [10]</p> |
| <b>Країни ЕС</b>      | <p>Студент може одержати ступінь у трьох галузях знань: у галузі спортивних наук (фізіологія, біомеханіка), у галузі спортивної педагогіки (фізичне виховання, тренерська діяльність) і в галузі соціальних наук про спорт (менеджмент у спорті, соціологія спорту).</p>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            | <p>Європейська мережа спортивних вищих навчальних закладів (ENSSHE) була створена в 1989 році в Люксембурзі. Метою цієї некомерційної організації є співпраця спортивних вищих навчальних закладів у створенні освітніх програм, які задовольнятимуть потреби ринку праці в Європейському Союзі.</p>                                                                                                                                                                                                                       |
| <b>Великобританія</b> | <p>Освітні стандарти розробляються та функціонують на основі дії урядового документу «Національний навчальний план» (National Curriculum – NC). Професійна підготовка фахівців фізичного виховання та спорту у Великій Британії здійснюється на факультетах фізичної культури при університетах та інститутах та характерна дворівнева освіта.</p>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  | <p>Особливостями освітніх стандартів є National Curriculum, що містить 10 навчальних предметів: три дисципліни, які утворюють ядро програми (foundation subjects). Поряд із традиційними формами організації навчальних занять широко використовується почергова освіта, сутність якої полягає в поєднанні теоретичної і практичної підготовки впродовж року. [8].</p>                                                                                                                                                     |

|                  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |
|------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>Німеччина</b> | Навчання на бакалавраті (10 семестрів) тільки на першому курсі є обов'язкові предмети для майбутніх фахівців фізичного виховання та спорту («Анатомія», «Фізіологія», «Біохімія», «Основи медичних знань» тощо), а інші предмети, які студент вивчатиме в період навчання, визначає він сам, залежно від того, де передбачає працювати після закінчення закладу вищої освіти. Дворівнева освіта.                                                                                                                                                                                                                                                 | У диплом вноситься запис про тему випускної кваліфікаційної роботи, яка відповідає вивченим дисциплінам. При працевлаштуванні роботодавець звертає увагу саме на це. [8].                                                                                                                                                                                                                                                                       |
| <b>Іспанія</b>   | Підготовка здійснюється в інститутах фізичного виховання та спорту. В інститутах поєднана освітня підготовка та науково-дослідна робота.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         | Спеціалізації можна опановувати спільно з програмами інших європейських університетів через міжвузівську мобільність програм у межах Європейського Союзу, а також з іншими програмами ЄС у межах розвитку співпраці з країнами Латинської Америки.                                                                                                                                                                                              |
| <b>Польща</b>    | Фахівців готують за кількома рівнями. Однак слід зазначити, що так само, як і в Німеччині, випускник у Польщі може обіймати тільки ті робочі місця, які відповідають присвоєній кваліфікації. [8].                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               | Посади при працевлаштуванні можна обіймати тільки відповідно до отриманого рівня (для роботи в «шкільному» спорті, масовому, рекреаційному спорті, олімпійському спорті тощо). Для переходу на роботу більш високого рівня передбачається «донавчання» (підвищення кваліфікаційного рівня освіти або перенавчання, перекваліфікація для переходу в інший сектор діяльності або для роботи на більш високому рівні в тому ж секторі діяльності). |
| <b>Фінляндія</b> | Профільні вищі навчальні заклади надають базову й додаткову професійну освіту, здійснюють підготовку вчителів фізичного виховання, тренерів для клубів і спортивних товариств, підготовку спортсменів. У вищих навчальних закладах розробляються оздоровчо-рекреаційні програми для шкіл, фітнес-клубів, а також спеціальних груп населення. Процес освіти дворівневий.                                                                                                                                                                                                                                                                          | Від майбутніх викладачів фізичного виховання вимагається різнобічна фізична підготовленість; від майбутніх тренерів – високі результати з обраного виду спорту; від майбутніх спортивних менеджерів – висока академічна підготовленість; майбутні фахівці в галузі здоров'я людини повинні мати диплом про медичну освіту та стаж практичної роботи.                                                                                            |
| <b>США</b>       | Підготовка спеціалістів здійснюється на факультетах фізичного виховання коледжів і університетів. Характерними рисами професійної підготовки спеціалістів є диференціація й індивідуалізація навчання в межах особистісного підходу, поглиблене практичне спрямування кожного навчального курсу. Студенти формують власну траєкторію навчання, яка полягає в самостійному визначенні навчального навантаження, вибору курсів з різних видів рухової активності, форм і методів організації занять. Акцент роблять на тісну взаємодію теоретичної й практичної підготовки. Широко використовують проблемне навчання, методи моделювання, рольових | Специфічною особливістю спортивно-фізкультурної освіти є наявність системи відбору спеціалістів у галузі фізичної культури та спорту, яка передбачає контроль спортивної підготовки абітурієнта (наявність спортивних досягнень та спортивної кваліфікації, участь у спортивних змаганнях тощо) і випускника до ефективної професійної діяльності.                                                                                              |

|                                           |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |                                                                                                                                                                                                                                                                          |
|-------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|                                           | ігор тощо. Вагомого значення в ході навчання набуває дискусія, коли кожний студент повинен висловити власну позицію стосовно досліджуваної проблеми [39].                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |                                                                                                                                                                                                                                                                          |
| <b>Країни Азії (Китай, Корея, Японія)</b> | <i>«Духовна та фізична сила – міць нації»</i> є провідним принципом побудови системи управління фізичною культурою і спортом усіх верств населення, підкреслює демократизм і гуманність урядових рішень у цій сфері розвитку держави. У педагогічних коледжах і університетах студенти навчаються за 4-річною програмою (бакалаврат), після закінчення якого студенти можуть продовжити навчання в магістратурі (2 роки). Вся сфера фізичної культури і спорту, так і професійна підготовка фізкультурних кадрів знаходиться в центрі державної політики. | Характерною рисою спортивно-фізкультурної освіти цих країн є збереження у фізичному вихованні історично сформованих форм фізичної культури. Прикладом таких форм є корейське бойове мистецтво таеквон-до, китайська гімнастика «Цигун», оздоровчі системи (тайцзі-цюань) |

### 1.2.2. Аналіз спортивної освіти в країнах Європи, Азії та США.

Вивчення досвіду професійної підготовки майбутніх фахівців з фізичної культури і спорту в розвинених зарубіжних країнах дозволив виокремити позитивні особливості, ключові ідеї, які можна творчо використати в процесі оновлення української системи спортивнофізкультурної освіти:

- налагодження профорієнтаційної роботи з абітурієнтами, які тривалий час займаються певним видом спорту й мають спортивні досягнення;
- диференціація та індивідуалізація навчання в межах особистісного підходу, зокрема у виборі освітніх програм;
- мобільність підготовки, зокрема можливість швидкого (до 1 року) перенавчання (за наявності базової освіти) за іншою освітньою програмою для переходу в інший сектор діяльності;
- практична спрямованість професійної підготовки, зокрема значний обсяг навчальних практик;
- максимальна наступність, спадкоємність і перспективність освітніх програм різних ступенів, їх взаємна проникливість;
- розроблення індивідуальних траєкторій професійної підготовки;
- визначення необхідного рівня компетентності випускників при працевлаштуванні. [10]

Визначені особливості можуть бути враховані в процесі підготовки майбутніх тренерів зі східних одноборств до професійної діяльності в ДЮСШ.

## **РОЗДІЛ II. МЕТОДИ ТА ОРГАНІЗАЦІЯ ДОСЛІДЖЕННЯ**

Для написання даної кваліфікаційної роботи пов'язаної з підготовкою тренера з східних єдиноборств. Вирішення цього завдання можливо за умов відповідної спортивної (загальної та спеціальної фізичної, тактичної, технічної тощо) та фахової (медико-біологічної, психологічної, педагогічної тощо) підготовки самого тренера для здійснення навчально-тренувальної діяльності в певному виді спорту.

### **2.1. Методи дослідження**

Для виконання поставлених завдань застосовували такі методи дослідження:

- I. Опрацювання та узагальнення науково-методичних джерел;
- II. Анкетування;
- III. Педагогічне спостереження.

#### **2.1.1. Аналіз та узагальнення науково-методичних джерел.**

Опрацьовано 41 літературне джерело щодо формування готовності тренерів зі східних одноборств до професійної діяльності в дитячо-юнацьких спортивних школах. Визначено об'єкт, предмет, сформована мета та завдання кваліфікаційної роботи.

Також було встановлено, що для вдалої практичної діяльності молодого фахівця доцільно було б звернути увагу на такі аспекти:

- Проаналізувати та обрати найефективніші види фізичних вправ та різноманітних природних факторів, що впливають на організм людини, її фізіологічний та психічний стан, та безпосередньо на формування анатомічної будови тіла

- Можливість застосування у конфігураціях замагання та тренування спрощених правил тренувальних і змагальних форм. Комплексне використання та індивідуалізація для тренвань та змагань.
- Застосування різноманітних вправ з інших спорту з урівноваженим фізичним навантаженням.

### **2.1.2. Анкетування**

Це вид опитування, в ході якого використовується друкована чи електронна анкета, як комунікаційний засіб зв'язку між дослідником і респондентом, та застосовується на виявлення будь яких закономірностей. Щодо організації нашого анкетування, то воно було направлено на визначення проблем підготовки майбутніх тренерів зі східних одноборств до професійної діяльності в ДЮСШ. В процесі дослідження, ми застосували саме друковані анкети (додаток 1,2,3,4)

Анкети та тести (додаток 1,2,3,4) включали в себе групу питань, що були направлені на визначення рівня мотивації до роботи молодих тренерів, та майбутніх тренерів, визначення рівня самооцінки сформованості професійних педагогічних знань, діагностику вміння комунікувати та визначення наявних проблем взаємовідносин між тренером та учнями та їх батьками.

### **2.1.3. Педагогічне спостереження**

Під час підготовки та написання кваліфікаційної роботи було також організовано та впроваджено педагогічне дослідження.

Об'єктом спостереження є готовність тренерів зі східних одноборств до професійної діяльності в ДЮСШ.

В ході педагогічного спостереження зверталась увага на такі поняття як психологічна готовність до роботи з дітьми, професійна зацікавленість в роботі, там мотивація, та модель тренера готового до професійної діяльності (сутність, компоненти) тощо.

Під час тренувального процесу застосовуються фахові засоби та спеціальні методи для вирішення поставлених завдань. Формування моделі та узагальнення

тренерського досвіду, щодо спроможності спортсменів набути стану максимального вибуху, який трансформується в структуру готовності до досягнення найвищого результату в спорті в залежності від особистих здібностей, статі, ступеню підготовленості тощо [31].

## 2.2. Організація дослідження

Дослідження проводилося під час всього сторку навчання та виокремлено три етапи:

*перший етап (жовтень 2021р. – грудень 2021 р.).* Знайомство з науковим керівником, що надало змогу визначити: об'єкт проходження переддипломної практики, тему кваліфікаційної роботи, встановити об'єкт, мету, завдання, предмет та структуру дослідження.

- *другий етап (січень 2022 р. – вересень 2022 р.)* було проаналізовано наукову літературу щодо формування готовності майбутніх тренерів зі східних одноборств до професійної діяльності в ДЮСШ. За результатами аналізу наукових джерел написано I розділ кваліфікаційної роботи, та сформовано задачі та напрями щодо проведення анкетування. Були визначені групи респондентів щодо макситмального зближення молодого фахівця та юних спортсменів, а саме їх: комунікативна толернатність; особиста мотивація тренера; самооцінки рівня сформованості професійно-педагогічних знань і вмінь тренерів; взаємовідносини тренер-учні, що на нашу думку розкривають необхідні компоненти і якості котрими має володіти майуні тренери зі східних одноборств в професійній роботі.

*третій етап (вересень 2022р. - січень 2023 р.)* проводився педагогічний екаперемент та анкетування. Здійснювалось опрацювання отриманих результатів анкетування, що проводились з 05 вересня по 01 листопада 2022 року на базі громадської організації «Клуб спортивного та бойового самбо Легіон ІХ» м. Київ.

За результатами дослідження та потягом написання кваліфікаційної роботи було надруковано 2 наукових статті.

## **РОЗДІЛ III. ПРОБЛЕМИ ПРОФЕСІЙНОЇ ПІДГОТОВКИ ФАХІВЦІВ ЗІ СХІДНИХ ОДНОБОРСТВ**

### **3.1. Особливості професійної діяльності тренерів зі східних одноборств у дитячо-юнацьких школах**

Особливість професійної діяльності тренера розкривається в усіх складових цієї діяльності, а саме : змісті та меті, засобах, умовах та методах, формах реалізації та очікуваному кінечному результаті. Треба наголосити, що найважливішою специфікою професії тренера з будь-якого виду спорту є його педагогічний характер. [20]

Тренер - це вчитель, тому що в ході спортивної діяльності відбувається навчання, виховання та розвиток особистості учня та здобуття ним умінь і навичок в конкретному виді спорту, що підтверджує педагогічний характер цієї діяльності. Специфікатори тренерської діяльності пов'язані, в першу чергу з встановленою метою - розкриття потенціалу учнів не тільки у спорті, а й в інших сферах життєдіяльності особистості; здобуття ними високих результатів у спорті та досягнення спортивної майстерності протягом багаторічної підготовки.

#### **3.1.1. Обов'язки професійної діяльності тренера в ДЮСШ**

Відповідно до Положення про дитячо-юнацьку спортивну школу [14], тренером-викладачем ДЮСШ має бути особистість з високими моральними якостями, яка, як правило, має вищу освіту за напрямом підготовки «Фізичне виховання». і спорту», належний рівень професійної підготовки, здійснює навчально-тренувальну, спортивно-оздоровчу роботу та забезпечує її

ефективність та якість. А також фізичний та психічний стан здоров'я якого дозволяє виконувати професійні обов'язки в ДЮСШ [39].

Тренери-викладачі, які залучені до роботи ДЮСШ, зобов'язані:

- виконувати плани по програмі ;
- надавати знання диференційовано, генерувати навички та вміння в різних напрямках навчально-тренувальної та спортивної роботи відповідно до особистісних здібностей, можливостей, інтересів та схильностей спортсменів;
- сприяти розвитку творчих та інтелектуальних здібностей, фізичних якостей згідно із схильностями та запитами учнів, а також збереженню здоров'я;
- формулювати мету й конкретні завдання навчання й розвитку учнів, обирати відповідні засоби їх реалізації;
- контролювати дотриманням учнями морально-етичних норм поведінки;
- поважати гідність вихованців, дотримуватись етики, захищати їх від будь-яких форм фізичного та психічного насильства;
- спонукати до здорового способу життя, поважати інтереси та потреби учнів, проводити контроль за регулярним проходженням медичного огляду; регулярно підвищувати рівень професійних знань та загальної культури;
- вести документацію, пов'язану з виконанням посадових обов'язків (журнали, плани роботи тощо);
- сприяти вихованню поваги до державних символів, засад загальнолюдської моралі настановами та особистим прикладом;
- проходити щорічні медичні огляди;
- виконувати вимоги статуту ДЮСШ, виконувати правила внутрішнього трудового розпорядку та посадові обов'язки;
- брати участь у роботі тренерської ради ДЮСШ тощо.

Професійна діяльність спеціаліста з фізичної культури і спорту спрямована на дослідження і вдосконалення фізичних, психічних і функціональних можливостей людини, на розвиток і утвердження засад активного і здорового способу життя, на практичну реалізацію засад за допомогою фізичної культури і

спорту, при формування особистості, її залучення до загальнолюдських цінностей, цінностей фізичної культури і спорту [40, с. 43-44].

Тренерсько-викладацька діяльність направлена на:

а) уміння оцінювати фізичний і функціональний стан людини, її придатність до того чи іншого виду фізкультурно-спортивної діяльності; визначити величину навантажень, адекватну можливостям спортсмена. А також вміння оцінювати ефективність засобів і методів, які використовуються в освітньому та навчальному процесах; сприяти формуванню особистості вихованців у процесі занять фізичною культурою і спортом;

б) здатність виявляти та формувати актуальні проблеми у сфері фізичної культури та спорту, формувати логіку та методологію наукового дослідження;

в) уміння працювати з результатами досліджень, використовуючи для цього комп'ютерну техніку та комп'ютерні програми;

г) уміння аналізувати значення та ефективність видів рекреаційної та реабілітаційної діяльності, прогнозувати стан і напрямки сфери дозвілля та активного відпочинку різних категорій населення. Л. Макаренко, підкреслюючи специфіку діяльності тренера, додає навички, пов'язані з наданням першої медичної допомоги у разі потреби [32].

### **3.1.2. Основні та додаткові функції тренерської діяльності в ДЮСШ**

Для формування готовності майбутніх тренерів зі східних одноборств до професійної діяльності доцільно виокремити особливості тренерської діяльності в дитячо-юнацькій спортивній школі. Розглянемо їх.

1. У тренера чітко визначена його спортивна спеціалізація (на відміну від учителя фізичної культури). [12]

2. Тренер значно зацікавлений в одержанні високих результатів у спорті своїх учнів, оскільки успішність його діяльності, професійний авторитет, як спеціаліста формується їхніми спортивними перемогами й високими досягненнями.

3. У тренера значний (іноді – необмежений) обсяг навчальнотренувальної роботи, його діяльність має ненормований характер. Оскільки тренувальний процес має бути регулярний, тренери зазвичай тренують після запланованих занять, також працюють у вихідні та святкові дні, переважно у вечірній час.

4. У межах своєї діяльності тренери здійснюють набір учнів у групу, а у подальшому – відбір найбільш перспективних учнів для подальшого спортивного зростання й удосконалення [36].

5. Постійний об'єктивний контроль реальних спортивних досягнень, який відбувається під час змагань, певною мірою не дозволяє сконцентруватися на перспективних, очікуваних цілях.

6. Тренер, як під час тренувань, так і під час змагань, на яких спортсмени, зазвичай, виявляють максимальні фізичні можливості, несе відповідальність за їх фізичний стан і здоров'я.

7. Тренер має знаходитися у відповідній спортивній формі, протягом усієї тренерської діяльності. Це пов'язано з тим, що, по-перше, він є зразком для своїх учнів, по-друге, на тренуваннях (у деяких видах спорту) тренер іноді сам виконує значне фізичне навантаження. По-третє, професійно-педагогічна діяльність тренера передбачає демонстрацію учням певних елементів, дій, прийомів для їх правильного засвоєння. Це є обов'язковими в діяльності тренера, зокрема зі східних одноборств. [25]

8. Професійна діяльність тренера пов'язана із виникненням внутрішніх конфліктів. Вони можуть виникати до вимог особистості тренера та результату його діяльності з боку директора, контингенту, громадськості тощо.

Крім основної функції – навчання й розвитку спортсмена – тренер виконує й інші функції. Вони умовно поділяють на такі групи [29]:

1. *Експертно-консультативні*: тренер є фахівцем, учителем, що має значний обсяг знань зі спеціальних питань (методики навчальнотренувального процесу, тактики ведення змагальної боротьби, стану спортивного інвентарю тощо), а при роботі з дитячими колективами він має бути ерудованим в інших питаннях, які безпосередньо не стосуються його професії.

2. *Проектувальні*: тренер повинен уміти здійснювати перспективне й поточне планування. Особливо слід відзначити вміння створювати в учнів перспективу, що значно підвищує їх самовіддачу.

3. *Господарсько-організаторські (адміністративні)*:

- постачання для спортсменів інвентарю, спортивної форми;
- оренда спортивних баз для занять;
- розміщення спортсменів на зборах і змаганнях;
- організація лікарського й психофізіологічного контролю над станом спортсменів тощо.

4. *Представництво*: з одного боку, тренер для команди є представником керівництва, а з іншого – він сам представляє команду перед вищими інстанціями (спорткомітетом тощо).

5. *Виховна*: перш за все цілеспрямований вплив на спортсменів, але ця функція здійснюється часом стихійно, у силу наслідування учнів свого вчителя. Тому дуже важливо, щоб тренер мав соціально позитивні риси особистості.

6. *Пізнавальна (гностична)*: пізнання психологічних особливостей учнів, оскільки без цього не можна досягти з ними взаєморозуміння.

7. *«Секундантська»*: управління діями спортсменів під час змагань. Здійснюючи цю функцію, тренер виступає в ролі психолога, а для цього йому необхідно знати та враховувати психологічні особливості своїх учнів, їхні сильні й слабкі сторони.

Щоб домогтися високого результату від спортсменів, тренер зобов'язаний бути зразком відданості спорту, зразком поведінки в побуті. Платонов розглядає тренування як систему взаємодії тренера-викладача й учнів. Діяльність тренера-викладача, на думку автора, складається з трьох основних функцій: планування, організації, контролю [36, с. 109].

Узагальнюючи викладені вище особливості, можна виокремити загальнопрофесійні функції тренера:

а) *виховну* - основною метою діяльності тренера є всебічний розвиток особистості юних спортсменів. Виховна функція спрямована на розвиток у

спортсмена вольових якостей, моральних рис характеру, суспільної самосвідомості.

*б) формувальну* - формувальна функція спрямована на організацію навчальнотренувального процесу для оволодіння учнями необхідними технікотактичними навичками, на розвиток психічних функцій, фізичних якостей і властивостей особистості спортсмена.

*в) управлінську* - управлінська функція спрямована на забезпечення різнобічної підготовки спортсмена, оскільки забезпечує прийняття рішень, прогнозування, організацію, керівництво, узгодження, контроль і корекцію. Плани, настанови, поради, вказівки, зауваження, бесіди тощо є найбільш поширеними формами впливу тренера на спортсмена.

*г) гностичну* - гностична функція тренера пов'язана з наданням спортсмену необхідних знань і вмінь, зі стимулюванням його пізнавальної активності. Гностична функція тренера виявляється й при плануванні тренувального процесу, коли тренер-викладач ставить перед спортсменом конкретні завдання для розвитку в нього певної якості (сили, швидкості, спритності, гнучкості, витривалості тощо) і тим самим прогнозує очікуваний результат.

*д) регулюючу* - регулююча функція сприяє оптимізації дій, процесів, психічних станів особистості спортсмена, дотримання ним етичних норм поведінки. Найбільш актуальними є регулюючі дії на спортсмена з боку тренера напередодні змагань, в умовах психічних зривів, перевтоми тощо.[37,35,34,28]

### **3.1.3. Особливості професійної діяльності тренера зі східних единоборств**

Слід також урахувати, що професійна діяльність тренера зі східних единоборств теж має певні особливості.

*Східні единоборства* – це значна кількість видів единоборств, які були започатковані на Сході, та направлені на засвоєння прийомів самооборони й бойових мистецтв. До переліку На сьогодні у державні програми з фізичного виховання входять такі види східних единоборств як: дзюдо, карате та його різні версії, таеквон-до, самбо, дзю-дзюцу, ММА. Східні бойові мистецтва орієнтовані

на ведення бою у певний спосіб. Усі бойові мистецтва мають відмінні риси, що робить кожен вид унікальним. Загальною рисою усіх бойових мистецтв є систематизація технік ведення сутички, а також мають єдину спільну мету - захистити себе, або перемогти супротивника фізично. [25]

1. Тренер будь-якого виду східних єдиноборств повинен дотримуватись відповідних філософських принципів як у тренувальному процесі, так і в житті; бути взірцем для юних спортсменів.

2. Під час роботи з дітьми різного віку та різного рівня підготовки тренер повинен володіти системою медико-біологічних, психофізіологічних, психолого-педагогічних знань, які є базовими та обов'язковими для ефективного проведення навчально-тренувальних занять, не тільки для досягнення учнями високих спортивних результатів, а й для збереження та підтримки фізичного здоров'я. будівлі [12]

3. Для успішної та грамотної спортивної підготовки тренер повинен мати детальне уявлення про фактори, які визначають ефективність змагальної діяльності спортсмена, про взаємозв'язки між структурою змагальної діяльності та структурою підготовленості: компоненти змагальної діяльності (початок), (початок), особливості змагальної боротьби, завершення сутички); інтегральні якості, що визначають ефективність дій спортсмена в змагальній діяльності (наприклад, швидкість, силові здібності, загальна і спеціальна витривалість); функціональні параметри та характеристики, що визначають рівень інтегральних якостей (стійкість, мобільність функціональних систем тощо); індивідуальні показники функціональних параметрів і особливостей організму дитини (здоров'я, загальний фізичний стан, об'єм легенів тощо). [21]

4. Тренер зі східних єдиноборств повинен ефективно керувати навчальним процесом. Управління навчальним процесом, яке можливе за умови постійної підтримки зворотного зв'язку між викладачем та студентами.

5. Оцінити поточний та операційний стадії юного спортсмена

6. Важливою умовою успішної підготовки є психологічний стан спортсмена.

7. Під час контролю спортивної діяльності тренер має оцінювати та зважати:

- а) результативність змагальної діяльності даного конкретного студента (спортсмена);
- б) ступінь розвитку фізичних якостей, техніко-тактичних умінь, психічної та інтегральної підготовленості;
- в) можливості окремих функціональних систем організму юного спортсмена, що забезпечують ефективність змагальної діяльності;
- г) реакція організму на запропоноване тренувальне навантаження, особливості втоми та відновних процесів.

8. Планомірний розвиток у юного спортсмена зі східних єдиноборств спеціальних психічних процесів, які дозволять йому реалізувати свої фізичні та техніко-тактичні можливості та досягти високих спортивних результатів.

Сприйняття. У всіх східних єдиноборствах дуже важливі просторово-часові та спеціальні м'язово-моторні сприйняття, без яких неможливий аналіз рухів. Необхідно формувати і розвивати у юного спортсмена почуття дистанції; час; орієнтування в ринзі; відчуття положення тіла; свобода пересування; відчуття впливу; увагу; бойове мислення; швидкість реакції. Ці характеристики тісно взаємопов'язані і впливають одна на одну.

Почуття дистанції – здатність спортсмена точно визначати відстань до противника. У східних одноборствах почуття дистанції виявляється у двох формах – під час атаки й при захисті. Кращим способом для розвитку в учнів почуття дистанції є бої в парах. В умовних сутичках, тренеру, необхідно обирати завдання, що зобов'язують правильно визначати відстань між супротивниками, і це сприятиме свідомому ставленню учнів до роботи над розвитком почуття дистанції.

Почуття часу - характеризується особливостями проходження фізіологічних і психічних процесів в організмі людини. У східних одноборствах спортсменам необхідно мати розвинене почуття часу, тому що це спонукає вибору моменту атаки тоді, коли противник уже не зможе уникнути атаки.

Завдячуючи розвиненому почуттю часу спортсмен може оцінити тривалість раунду, перерви, окремі тимчасових інтервали бойових дій і раціонально витрачати сили.

Орієнтація на килимі/татамі. Ведучи сутичку спортсмен повинен уміти визначити своє положення на килимі щодо його кутів, країв. Під час проведення тренувальних поєдинків тренер повинен звертати увагу спортсменів на вміння обирати місце для проведення сутички в раках килима.

Почуття положення тіла. Під час ведення сутички спортсмен постійно шукає зручне початкове положення для застосування прийомів. Майстерність контролювати положення свого тіла відносно до супротивника створює передумови для успішних прийомів.

Почуття свободи рухів. Також відмінною рисою майстерності в східних одноборствах є вміння не напружувати зайве, вільно й невимушено триматися в складних умовах поєдинку. Основою для розвитку почуття свободи рухів є оволодіння правильною технікою та координацією рухів з найкращою зміною розслаблення й напруження м'язів.

Почуття удару. Найважливішою якістю в східних одноборствах є почуття удару. Це вміння вчить сприйняттю швидкості, а також розрахунку моменту для здійснення кидка або нанесення удару. Спортсмен має оволодіти технікою нанесення ударів різної сили, швидкості й довжини з різних вихідних положень.

Увага. Спортсмен повинен бути зосередженим в ході сутички. Тренер повинен контролювати падіння інтенсивності, концентрації та його уваги. Важливо зосередити увагу спортсмена на супротивнику, спортсмен повинен бачити кожен його рух. Вправи для розвитку швидкості реакції також покращують увагу, тому що вимагають розділити/поділити увагу на двох одночасних моментах: появи подразника (удару супротивника) і власної відповідної дії.

Бойове мислення. Для розвитку мислення спортсмена зі східних одноборств важливо, щоб тренер добре володів знаннями з анатомії, біомеханіки, психології, фізіології. А також широко був обізнаний в методах планування спортивного тренування. Неодмінною умовою вдалого вирішення тактичних завдань у східних

одноборствах (тактичного мислення) є спостережливість, зорова пам'ять і уява. Тому що для досягнення перемоги потрібно застосовувати найбільш ефективні способи ведення сутички, підбирати способи і прийоми, що є найбільш доцільними в даний момент ведення сутички, створювати ситуації, вигідні для себе й не вигідні для супротивника тощо. Одним із важливих завдань у тренуванні зі східних одноборств є розвиток тактичного мислення. Тренер повинен спрямовувати мислення спортсмена на аналіз своїх дій з урахуванням дій противника.

Швидкість реакції – це свідома відповідь на дію, при якій спортсмен заздалегідь знає про майбутні дії й заздалегідь готується відповісти на них певним чином.

9. Важливим напрямком діяльності тренера зі східних одноборств є психологічна підготовка спортсмена до змагань. Особливістю змагань зі східних одноборств є те, що спортсмен протягом декількох днів проводить декілька сутичок на день, від сутички до сутички спортсмену повинен зберігати рівний психічний і фізичний стан, утримувати змагальну вагу, та залишатись неугкодженим до кінця змагань. Запорукою збереження цих станів є психологічна готовність до змагань, що зберігатиметься й під час сутичок.

Готовність до змагань – це психологічний стан, що визначається впевненістю в собі, бажанням боротися й прагненням перемогти, а також емоційною стійкістю, умінням управляти своїми діями, настроєм і почуттями, здатністю зібрати всі сили для досягнення мети [4, с. 126].

На психологію спортсмена в період підготовки до змагань, як стверджує М. Батурін, впливають тренер, лікар та колектив, у якому він тренується. Вони спрямовують спортсмена та переконують у важливості успіху в майбутньому виступі для колективу, міста або для всієї країни, стимулюють упевненість у його здатності перемагати [5]. Правильно організовані тренування (оптимальний підбір партнерів для вдосконалення спортивної майстерності, хороші умови занять, увага тренера до спортсмена, цікаві та різноманітні вправи), індивідуалізація

навчальних завдань підвищують настрій спортсмена, зміцнюють його волю до перемоги. Тренер повинен використовувати такі засоби та методи:

- організація адекватних умов для тренування та відпочинку;
- дотримання режиму;
- словесний вплив;
- методи самовиховання рішучості, волі, методи навіювання та самонавіювання тощо.

Підготовчий етап спрямований на забезпечення умов якісного проведення навчально-тренувального процесу загалом і кожного заняття окремо. Основними завданнями підготовчого етапу є:

- підвищення функціональних можливостей організму та його працездатності;
- підвищення загальнофізичної підготовленості й розвиток необхідних спортсмену фізичних якостей;
- освоєння прийомів, розширення знань, умінь і навичок тактики ведення бою й тактики участі в змаганнях;
- виховання моральних і вольових якостей;
- розширення знань в області теорії спортивного тренування. Цей етап охоплює розроблення плану-графіка на певний період (цикл – макро-, мезо-, мікроцикли);
- розроблення тематичного плану на кожний цикл та відповідні навчально-тренувальні заняття;
- вибір методів і засобів спортивного тренування, форм організації тренувань (основних та спеціальних вправ; загально розвивальних гімнастичних вправ і допоміжних видів спорту (спортивних ігор, вправ зі штангою, бігу на короткі дистанції, кросу тощо), спеціальних імітаційних вправ зі снарядами і без снарядів, вправи з партнером;
- визначення тренером і оволодіння учнями прийомами, контрпийомами й різними видами захистів, оволодіння новими варіантами

раніше освоєних технічних і тактичних дій. На даному етапі тренер визначає інтенсивність та обсяг спортивного навантаження тренувальних занять.

Особливу увагу в цей період приділяють навчальним і навчальнотренувальним поєдинкам.

Практичний етап (тренувальний) спрямований на підготовку спортсменів до участі в змаганнях. Основні завдання цього етапу:

- досягнення високої спеціальної працездатності, удосконалення майстерності ведення бою з урахуванням конкретних супротивників;
- подальше закріплення й вдосконалення спортивної техніки і тактики, фізичних і волевих якостей з урахуванням особливостей підготовки основних конкурентів і умов змагань;
- приведення ваги до норми у ваговій категорії;
- вивчення особливостей майбутніх змагань і майстерності передбачуваних суперників.

Спеціальна підготовка до змагань у різних східних одноборствах неоднакова. Змагання в кожному із видів східних одноборств пред'являє різні вимоги до фізичної й тактичної підготовки спортсмена. Відрізняються змагання і кількістю поєдинків, і часом, який відводять для їх проведення. Це означає, що і тренер у процесі підготовки, і спортсмен у процесі змагання повинен уміти раціонально розподілити власні сили, щоб максимально ефективно виявити всі свої фізичні, технічні та тактичні здібності.

Змагальний етап (контроль ефективності тренувального процесу) діяльність тренера спрямована на аналіз і оцінювання результатів навчання та тренування спортсмена.

На цьому етапі відбувається подальше вдосконалення майстерності спортсмена. Першочерговим завданням цього етапу є успішний виступ у змаганнях і показ високих спортивних результатів. Успіх виступу спортсмена в змаганнях значною мірою визначається його правильною поведінкою. На змаганнях необхідно економно витрачати сили, уникати зайвих хвилювань, використовувати кожену можливість для відновлення енергії.

При формуванні готовності тренерів зі східних одноборств до професійної діяльності в ДЮСШ необхідно враховувати особливості педагогічної діяльності тренера (на відміну від учителя фізичного виховання); особливості професійної діяльності тренера в ДЮСШ та особливості професійної діяльності тренера зі східних одноборств, ураховуючи конкретний вид одноборства (наприклад, дзюдо, карате, таеквон-до, самбо).

Розбір професійної діяльності тренера в ДЮСШ дозволяє виділити такі закальні функції під час проведення тренерської діяльності:

1. виховну;
2. формувальну;
3. управлінську
4. гностичну;
5. регулюючу.

### **3.2. Сутність, структура та критерії готовності майбутніх спеціалістів єдиноборств до професійної діяльності в ДЮСШ**

Відповідно до освітньо-кваліфікаційної характеристики, діяльність тренера вимагає високого рівня знань у галузі біологічних і психологічних процесів, які відбуваються в період активного росту й розвитку юного спортсмена, володіння засобами, методами та формами педагогічного й тренувального впливу, високої фізичної та технічної підготовленості, розвиненості педагогічних здібностей, сформованості певних рис і якостей особистості.

Проблема формування готовності майбутнього тренера зі східних одноборств до професійної діяльності, здатного вільно й активно мислити, моделювати освітній процес, самостійно генерувати, втілювати нові ідеї й технології навчання і виховання є актуальною в сучасних соціально-економічних умовах [25].

Головною метою навчання студентів у закладі вищої освіти є формування їхньої готовності до професійної діяльності. При цьому готовність майбутнього фахівця характеризується інтегративним станом особистості, яка поєднує

оптимальну систему знань, умінь, навичок, потреб, мотивів і здібностей, тобто все те, що складає професійні якості фахівця та його ставлення до діяльності.

### **3.2.1. Визначення компонентів готовності майбутніх тренерів до професійної діяльності**

Одним із основних завдань вищої освіти є формування готовності майбутніх фахівців, зокрема тренерів, до професійної діяльності. Розглядаючи цю проблему, необхідно, насамперед, визначити, що означає поняття «готовність» як особистісний феномен, виявити його зміст та структуру. Необхідно зазначити, що надати однозначне, універсальне визначення поняттю «готовність» складно, оскільки його змістове наповнення значною мірою пов'язано з тим, до чого саме має бути готовий фахівець, у чому полягає його професійна діяльність. Однозначним є той факт, що формування готовності до професійної діяльності необхідно починати ще під час навчання майбутнього фахівця в закладі вищої освіти. Саме сформована готовність фахівця до конкретної професійної діяльності забезпечує її ефективне здійснення.

*Тренер* – це фахівець у певному виді спорту, який здійснює навчальнотренувальну діяльність, спрямовану на виховання, навчання, розвиток і вдосконалення спортивної майстерності учнів [35, с. 23].

При визначенні змісту готовності майбутніх тренерів до професійної діяльності важливо розглянути поняття «*спорт*» як складову частину системи фізичного виховання особистості, що спрямована на її всебічний гармонійний розвиток і зміцнення здоров'я. Метою будь-якого виду спорту «є не тільки зміцнення здоров'я, сприяння фізичному розвитку, а й досягнення високих результатів і перемог у спортивних змаганнях» [9, с. 317]. Ми розглядаємо спорт як певну діяльність людини, якою вона цілеспрямовано й постійно займається, прагнучи не тільки зберегти фізичне здоров'я, а досягти певних успіхів в обраному виді спорту.

Під *суб'єктом професійної діяльності*, тобто *майбутнім тренером*, розуміємо особистість, яка має прагнення та готовність виконувати професійну

діяльність, володіє певною спортивною кваліфікацією та системою знань, умінь, навичок і особистісних якостей, які сприяють її виконанню, яка здатна організувати ефективну взаємодію з учнями з метою розкриття й розвитку їхнього спортивного потенціалу.

Розуміння готовності стосуються переважно готовності професіонала, що вже відбувся, сформувався.

Отже, професійна готовність є закономірним результатом спеціальної підготовки, здобуття відповідної професійної освіти й самоосвіти, виховання й самовиховання. Це – психічний, активно-дієвий стан особистості, система інтегрованих властивостей.

Підготовка майбутнього тренера до професійної діяльності – це динамічний, спеціально організований процес, кінцевою метою якого є формування його до ефективного виконання професійних обов’язків.

*Професійна діяльність тренера зі східних одноборств* – це усвідомлена та спеціально організована діяльність (пізнавальна, емоційновольова, комунікативна, психомоторна, рухова тощо) спортивного педагога, яка спрямована на особистісний та спортивний розвиток вихованців, їхню підготовку до змагань і досягнення ними максимально високих спортивних результатів.

Досліджуючи проблему готовності тренера до педагогічної діяльності, визначають її як цілісний прояв усіх сторін особистості фахівця, виокремлюють в структурі готовності такі компоненти[21]:

мотиваційний (позитивне ставлення до професії, інтерес до неї й інші стійкі мотиви);

орієнтаційний (знання, уявлення про особливості й умови професійної діяльності, її вимоги до особистості);

операційний (володіння способами й прийомами професійної діяльності, необхідними знаннями, навичками і вміннями, процесами аналізу й синтезу, порівняння та узагальнення тощо);

вольовий (самоконтроль, уміння управляти діями);

оціночний (самооцінка своєї професійної підготовленості й відповідність процесу вирішення професійних завдань оптимальним трудовим зразкам) [25].

Узагальнюючи викладене вище, під поняттям «готовність тренера зі східних одноборств до професійної діяльності в ДЮСШ» розуміємо комплексну характеристику тренера, в яку входять – спортивно-професійні, психологопедагогічні знання та вміння і навички зі східних одноборств, мотивація успіху, а також володіє розвиненими професійно важливими якостями, що в комплексі спонукає до ефективного виконання професійної діяльності та досягненню високих спортивних результатів учнями.

Тлумачення сутності феномена «готовність майбутніх тренерів зі східних одноборств до професійної діяльності в ДЮСШ», урахування особливостей професійної діяльності тренера зі східних одноборств та досліджень структури «готовності до діяльності» та «професійної готовності» (М. Волковим, В. Топчіяном [6], Н. Гузій [11], Є. Долговою [13], Н. Кузьміною [27], та ін.) дає підстави для визначення в структурі досліджуваного феномена компоненти (рис. 1.).

Знаннєво-професійний характеризує наявність у майбутнього тренера зі східних одноборств системи базових медико-біологічних, психологопедагогічних, спортивно-методичних, специфічно-спортивних знань задля ефективного навчання вихованців певного виду східного

спортивних навантажень.

Особистісний компонент характеризує особистість майбутнього тренера зі східних одноборств, ставлення до тренерської професії, спрямованість на досягнення успіхів у спортивно-педагогічній діяльності, зокрема, наявність у нього внутрішньої стійкої мотивації до професійної діяльності, мотивації досягнення успіху; умінь професійного спілкування (комунікативних, інтерактивних, перцептивних); професійно важливих якостей особистості (когнітивних, вольових, комунікативних), які сприяють ефективній взаємодії тренера з учнями на тренуванні зі східних одноборств.

### Компоненти готовності майбутніх тренерів зі східних одноборств до професійної діяльності в дитячо-спортивних школах

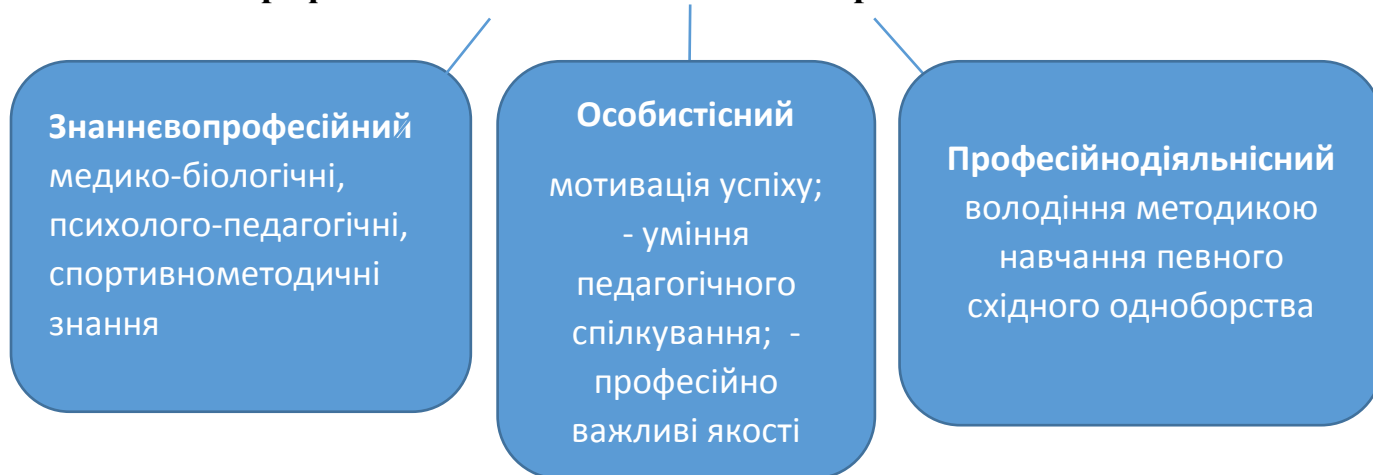


**Рис.1. Критерії підготовки тренера для роботи в дитячо-юнацьких спортивних школах**

Змістове наповнення компонентів, які складають структуру готовності Професійно-діяльнісний компонент відображає готовність тренера зі східних одноборств до проектування та реалізації методики навчання з обраного виду одноборства (дзюдо, карате, таеквон-до), здатність до самоконтролю та корекції процесу й результату професійної діяльності в разі необхідності. Цей компонент інтегрує ознаки, що характеризують готовність майбутнього тренера зі східних одноборств до побудови тренувального процесу, педагогічної комунікації в реальних умовах професійної діяльності[37].

#### 3.2.2. Зміст компонентів, що визначають готовність майбутніх тренерів до професійної діяльності

**Таблиця 2**

##### Зміст компонентів, щодо формування професійної діяльності тренера

| № | Компонент | Змістове наповнення компоненту |
|---|-----------|--------------------------------|
| 1 | 2         | 3                              |

|    |                          |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |
|----|--------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| .  | Знання своєї професійної | <ul style="list-style-type: none"> <li>- знання професійної (медичної, психологічної, педагогічної тощо) та спортивної термінології відповідного східного одноборства;</li> <li>- знання в галузі дидактики й виховання: принципи та закономірності навчання, основні засоби, методи й форми організації навчання й виховання, вимог до змісту освіти; видів і напрямів виховання; уміння співвідносити дидактичні цілі із засобами й методами навчання;</li> <li>- знання основних педагогічних підходів, методик і технологій навчання й виховання, уміння реалізувати їх в педагогічній діяльності;</li> <li>- знання в галузі загальної й педагогічної психології, закономірностей розвитку особистості, розвитку творчої діяльності, самовизначення особистості;</li> <li>- уміння вибирати методи психологічної дії на вихованців, адекватні характеру педагогічної ситуації;</li> <li>- знання в галузі психології розвитку, фізіології, теорії розвиваючого навчання;</li> <li>- знання особливостей мотивації навчальної діяльності, етичної поведінки, саморозвитку вихованців; і вміння створювати ситуації навчального й соціального успіху вихованців;</li> <li>- знання психології спілкування, наявність здібності до організації педагогічної взаємодії, уміння створювати сприятливий психологічний мікроклімат;</li> <li>- знання теорії й методики фізичного виховання, спортивного тренування, педагогіки й психології фізичної культури і спорту;</li> <li>- знання провідних напрямів сучасної фізкультурноспортивної діяльності, здатність виявляти їх взаємозв'язки, визначати необхідні для їх ефективного здійснення знання й уміння;</li> <li>- знання основ психології й педагогіки фізичної культури і спорту;</li> <li>- володіння медико-біологічними основами фізкультурноспортивної діяльності;</li> <li>- володіння знаннями про місце й значення певного виду спорту в загальній системі фізичного виховання, володіння системою сучасних наукових знань про закономірності процесу навчання й тренування, форми й методи організації багаторічної підготовки юних спортсменів, управління цим процесом;</li> <li>- знання традиційних методик і сучасних практик навчання східних одноборств, принципів побудови тренувань зі східних одноборств, форм і методів організації навчально-тренувальних занять на різних етапах підготовки юних спортсменів, володіння комплексом навчальних вправ, прийомів, відпрацювання дій та загальної схеми навчання східних одноборств;</li> <li>- сформованість професійно-педагогічних умінь і навичок, що дозволяють вирішувати виховні й навчально-тренувальні завдання в різних ланках фізкультурного руху, організовувати спортивну й масову роботу з певного виду одноборства, управляти нею.</li> </ul> |
| 2. | Особистісний             | <ul style="list-style-type: none"> <li>- професійна мотивація та мотивація досягнення успіху;</li> <li>- уміння педагогічного спілкування з дітьми (комунікативні, інтерактивні, перцептивні), комунікативна толерантність, уміння здійснювати взаємодію з вихованцями в спортивній діяльності;</li> <li>- професійно важливі якості майбутнього тренера зі східних одноборств: емоційно-вольові (відповідальність, енергійність, уважність, ініціатива, витримка тощо), емпатія, організаторські й комунікативні схильності.</li> </ul>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |

|    |                        |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |
|----|------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 3. | Професійно-діяльнісний | <ul style="list-style-type: none"> <li>- володіння теорією та методикою спортивного тренування з обраного виду східного одноборства; - володіння спортивними техніками з певного виду одноборства;</li> <li>- володіння методикою навчання певного виду східного одноборства (системи навчання, принципи побудови тренувального процесу, форми й методи навчання, навчальні вправи, загальна схема навчання певного одноборства, послідовність вивчення елементів, порядок вивчення кожного елемента, методичні прийоми навчання, удосконалення навичок та регулювання навантаження);</li> <li>- володіння принципами розподілу навчального матеріалу на різних етапах багаторічної підготовки юних спортсменів у відповідних видах східних одноборств; використання принципів, методів, засобів та форм проведення тренувань з відповідного східного одноборства на певному етапі багаторічної підготовки спортсмена;</li> <li>- високий рівень фізичної й технічної підготовленості (наявність певної спортивної кваліфікації – поясу, майстер дану тощо; володіння основними ударами, правилами та тренувальними комплексами певного східного одноборства; володіння базовою техніко-тактичною підготовкою юного спортсмена; володіння технікою і тактикою атаки та захистів відповідного східного одноборства; володіння різними стилями поєдинку; володіння методами впливу на противника тощо).</li> </ul> |
|----|------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|

### 3.2.3. Критерії визначення професіограми тренера

Підготовка майбутнього тренера зі східних єдиноборств до професійної діяльності в ДЮСШ є результатом налагодженого тренувального процесу, кінечною метою котрого є формування у майбутнього спеціаліста готовності до його ефективної реалізації, що вимагає цілеспрямованої формування у майбутніх тренерів під час навчання у вищому навчальному закладі.

Вибір критеріїв готовності майбутнього тренера зі східних єдиноборств до професійної діяльності ґрунтується на тезі, що для визначення параметрів їхньої готовності посади майбутніх тренерів зі східних єдиноборств (студентів), науково-педагогічних працівників, студентів, студентів, студентів, студентів, студентів, студентів, студентів, студентів, студентів, студентів. Науково-педагогічна теорія і практика тренерської підготовки може бути врахована і вчителями фізичної культури, і роботодавцями.

З погляду студента, майбутнього тренера, готовність до професійної діяльності – це певний засіб, засіб (знання, уміння та навички, а також особистісні

якості), використання якого дозволить виконувати завдання професійної діяльності.

З погляду педагогів вищих навчальних закладів прикмети готовності до професійної діяльності являються у формі вимог до знань, умінь і професійного досвіду, якими повинен володіти випускник спеціальності «Спорт (за видами)» на момент державної атестації. Ці вимоги входять до змісту галузових стандартів – освітньо-професійних програм і засобів діагностики [16].

З позиції якісно-орієнтованого підходу гарантом стану готовності до професійної діяльності є особистісні якості та властивості тренера - мотиви, риси характеру, особливості нервової системи, професійно значущі знання та вміння, досвід тощо. необхідні та достатні для здійснення професійної діяльності на належному рівні. Тому, з точки зору даного підходу, ключовими ознаками готовності майбутнього тренера зі східних єдиноборств до професійної діяльності є переважно його особистісно-професійні характеристики.

З позицій функціонально-орієнтованого підходу визначення ознак готовності майбутнього тренера зі східних єдиноборств до професійної діяльності має базуватися на аналізі типових виробничих (трудових, службових) функцій – обов’язків, які виконує фахівець відповідно до його посади та які відображаються в посадовій інструкції чи кваліфікаційній характеристиці [16]. Функціонально орієнтований підхід до визначення ознак готовності майбутнього тренера до професійної діяльності відповідає позиціям науково-педагогічних працівників, а також роботодавців.

У межах функціонально-орієнтованого підходу до визначення параметрів готовності майбутнього тренера до професійної діяльності не конкретизовано за рахунок чого буде досягнуто той чи інший професійний результат: знань, досвіду, особистісних якостей, здібностей або особливої мотивації працівника – головне, що робота буде виконана на відповідному рівні й буде досягнуто очікуваний результат.

Зміст поняття «критерій» визначають як «якості, властивості, ознаки об’єкта, що вивчається, які дозволяють говорити про його стан, рівень розвитку,

функціонування; ознаки, на підставі яких дається оцінка якогонебудь явища, дії, ідеї» [37, с. 163]. Отже, критерії відображають найбільш загальні властивості явища.

У наукових дослідженнях визначають, що «критерії мають бути об'єктивними; містити найістотніші, найосновніші моменти досліджуваного явища; охоплювати типові сторони явища; формулюватися ясно, коротко, точно; характеризувати саме те, що хоче перевірити дослідник; відображати динаміку вимірюваної якості в просторі й часі; розкриватися через низку показників, за ступенем прояву яких можна судити про більший чи менший ступінь вираженості цього критерію» [1, с. 48].

Різні тлумачення понять «критерії» і «показники» професійної готовності фахівців фізичного виховання та спорту наведено в дисертаціях Н. Волянчук [7], С. Зоріна [14] та ін.

Критерії готовності майбутніх тренерів зі східних єдиноборств до професійної діяльності в дитячо-юнацьких спортивних школах у нашому дослідженні будуватимуться відповідно до виявлених структурних компонентів готовності, а показниками готовності – відповідні ознаки, що характеризують особистість тренера як фахівця і співвідносяться з цими компонентами.

Слід зазначити, що проведене опитування 163 особи (107 вихованців з спортивних організацій по східним одноборствами, 27 тренерів дитячо-юнацьких спортивних шкіл, (стаж до 2 років), 17 студентів спортивних факультетів, діючих спортсменів ВСМ, та досвідчені тренери, тренери вищої категорії 12 осіб) свідчить, що найбільш значущими критеріями та показниками сформованості готовності майбутніх тренерів зі східного спорту до професійна діяльність у дитячо-юнацьких спортивних школах така: рівень теоретичної підготовки молодих тренерів – 73% (32 особи) респондентів; практичні навички професійної діяльності - 77% (33 особи) респондентів; активне та позитивне ставлення студентів до професійної діяльності – 65,4% (28 осіб) респондентів; уміння ефективно спілкуватися з дітьми – 69,2% (30 осіб); сформованість професійно важливих якостей - 61,5% (26 осіб) респондентів.

Отже, викладене дає підстави для виділення таких критеріїв сформованості готовності майбутніх тренерів зі східних єдиноборств до професійної діяльності в дитячо-юнацьких спортивних школах, як пізнавальні, особистісні, професійно-спортивні.

*Когнітивний критерій* (знаннєво-професійний компонент) – характеризує системність знань, здатність до відтворення системи понять відповідної галузі науки для вирішення конкретних професійних завдань (навчально-теоретичних, навчально-практичних); дозволяє визначити інтегрованість знань, здатність узагальнювати й застосовувати знання, отримані при вивченні дисциплін гуманітарного та фахового спрямування.

Показниками *когнітивного критерію* є засвоєння майбутніми тренерами зі східних єдиноборств термінології та системи знань, зокрема:

1. Медико-біологічні знання (з анатомії та фізіології людини; медикобіологічних основ у східних єдиноборствах; основ гігієни; знання особливостей впливу на організм дитини занять східними єдиноборствами; знання і вміння розробляти методику фізичних вправ і спортивних тренувань у східних єдиноборствах; знання основ фізичної реабілітації, надання першої медичної допомоги та вміння їх реалізовувати на практиці).

2. Загальних психолого-педагогічних знань (принципів і закономірностей навчання та виховання; основних засобів, методів і форм організації навчання та виховання; знання основних педагогічних підходів, методик, технологій навчання та виховання, уміння реалізувати їх у педагогічній діяльності; знання загальної та педагогічної психології; вікових закономірностей розвитку особистості дитини; уміння обирати методи психологічного впливу на вихованців, адекватні характеру педагогічної ситуації; знання психології розвитку, знання особливостей формування у вихованців різних видів мотивації (навчання, спілкування, занять спортом тощо); знання в галузі психології спілкування та особливостей педагогічної комунікації).

3. Спортивно-методичні знання (загальних цілей і завдань професійної діяльності фахівця в галузі фізичної культури і спорту; теорії і методики

фізичного виховання; методики спортивного тренування зі східних одноборств; знання провідних напрямів сучасної фізкультурно-спортивної діяльності; володіння знаннями про місце й значення східних одноборств у загальній системі фізичного виховання; сучасних наукових положень щодо спортивного тренування, форм і методів організації й управління багаторічною підготовкою спортсменів; формування в них професійнопедагогічних навичок і вмінь, що дозволяють вирішувати виховні й навчально-тренувальні завдання, організовувати й управляти спортивною та культурно-масовою роботою; принципів тренування, навчальних вправ, технік, прийомів; загальної схеми навчання зі східних одноборств).

4. Специфічно-спортивні знання (знання спортивних технік з певного виду одноборства та методик навчання певного виду східного одноборства: принципи побудови тренувального процесу, форми й методи навчання, навчальні вправи, загальна схема навчання певного одноборства, послідовність вивчення елементів, порядок вивчення кожного елемента, спортивно-методичні прийоми навчання, удосконалення навичок та регулювання спортивного навантаження; володіння принципами розподілу навчального матеріалу на різних етапах багаторічної підготовки юних спортсменів у певному східному одноборстві; дотримання принципів, методів, засобів та форм проведення тренувань з відповідного східного одноборства на певному етапі багаторічної підготовки спортсмена). [24]

*Особистісний критерій* (особистісний компонент) відображає сформованість у майбутнього тренера зі східних одноборств професійної мотивації (наявність цілей, мотивів, інтересу до професійної діяльності) та мотивації досягнення успіху; професійно важливих якостей (вольових рис характеру: відповідальності, енергійності, уважності, ініціативи, витримки тощо); умінь педагогічного спілкування (комунікативних, інтерактивних, перцептивних) та вмінь педагогічної взаємодії з вихованцями, комунікативної толерантності.

*Професійно-спортивний критерій* (професійно-діяльнісний компонент) характеризує сформованість у студентів як майбутніх тренерів зі східних

одноборств умінь і навичок професійної діяльності, відображає сформованість як педагогічних, так і спортивно-інструментальних умінь тренера в обраному виді спорту. Цей критерій інтегрує ознаки, що характеризують готовність майбутнього тренера зі східних одноборств до побудови й безпосереднього здійснення тренувального процесу, педагогічної комунікації в реальних умовах професійної діяльності.

Показниками професійно-спортивного критерію є сформовані в майбутнього тренера уміння і навички професійної діяльності:

- *аналітичні вміння* - виокремлювати важливі для тренувальної діяльності педагогічні явища; аналізувати власні дії та дії вихованців, визначати причини успіхів і невдач, помилок і труднощів у процесі реалізації поставлених завдань навчання й виховання; здійснювати аналіз власної діяльності;[28]

- *гностичні вміння* - адекватно оцінювати стан спортсмена; аналізувати спеціальну літературу й вибирати з неї все необхідне; уміння передбачувати ймовірні наслідки та результат своїх дій; знаходити причини помилок і труднощів під час оволодіння спортивними рухами; уміння прогнозувати хід спортивно-педагогічного процесу тощо;

- *комунікативні вміння* - здатність адекватно, неупереджено й точно сприймати особистісні властивості та вчинки дітей, розуміти їхні мотиви й емоційні стани, індивідуальні та вікові особливості, швидко орієнтуватися в педагогічних ситуаціях; уміння встановлювати й підтримувати контакт з дітьми, зворотний зв'язок; уміння ясно й чітко висловлювати думки; тактовність, емпатія, уміння вирішувати конфліктні ситуації тощо;[34]

- *організаційні вміння* - пов'язані з плануванням і організацією власної спортивно-педагогічної діяльності та діяльності вихованців; з координацією дій вихованців у навчально-тренувальному процесі; розробкою тематичних планів і методичних матеріалів для проведення навчальнотренувальних занять; організацією спортивних тренувань та зборів;

- *спортивно-педагогічні вміння* - планувати та організовувати навчально-тренувальні заняття з певного східного одноборства; володіння теорією та

методикою спортивного тренування; володіння техніками зі східних одноборств; володіння методикою навчання певного виду східного одноборства; системи навчання, принципи побудови тренувального процесу, форми й методи навчання, навчальні вправи.

Відповідно до зазначених критеріїв виокремити такі рівні, що характеризують ступінь сформованості готовності майбутніх тренерів зі східних одноборств до професійної діяльності в дитячо-юнацьких спортивних школах: *високий, середній, низький*. [22]

*Високий рівень* виявляється в тому, що тренери глибоко й у повному обсязі володіють навчальним матеріалом; вільно використовують термінологію та застосовують знання при вирішенні навчально-практичних завдань. Володіють уміннями професійної діяльності (аналітичними, гностичними, комунікативними, організаційними, спортивнопедагогічними) та мають достатній рівень фізичної й технічної підготовленості як майбутні тренери зі східного одноборства. Мають розвинені професійно важливі якості (вольові, комунікативні тощо). Характерною ознакою високого рівня готовності до професійної діяльності є виражене позитивне ставлення до тренерської діяльності, мотиваційна спрямованість на досягнення успіху в спортивній діяльності.

*Середній рівень* виявляється в тому, що молоді тренери мають достатній обсяг медико-біологічних, психолого-педагогічних, спортивно-методичних та спортивно-специфічних знань, недостатньо повно володіють відповідною термінологією. Частково володіють уміннями професійної діяльності (аналітичними, гностичними, комунікативними, організаційними, спортивнопедагогічними). Студенти мають розвинуті професійно важливі якості (відповідальність, енергійність, уважність, ініціативність, витримку тощо), але виявляють їх частково. Їхнє спілкування характеризується недостатньою толерантністю. Володіють на достатньому рівні вміннями педагогічного спілкування (комунікативними, інтерактивними, перцептивними), але не завжди здатні застосувати вміння в нових ситуаціях професійного спілкування. Усвідомлюють важливість професійної діяльності тренера, але мають нестійку

мотивацію до професійної діяльності, іноді виявляється прагнення уникнути невдачі замість мотивації досягнення успіху.

*Низький рівень* характеризується недостатнім обсягом знань в з медикобіологічних, психолого-педагогічних, спортивно-методичних та спортивноспецифічних навчальних дисциплін; недостатнім використанням професійної термінології. Уміння професійної діяльності (аналітичні, гностичні, комунікативні, організаційні, спортивно-педагогічні) розвинуті недостатньо, рівень їхньої фізичної й технічної підготовленості як майбутніх тренерів зі східного одноборства недостатній. У навчально-тренувальній діяльності студенти епізодично виявляють професійно важливі якості (відповідальність, енергійність, уважність, ініціативність, витримку тощо), що свідчить про необхідність їх подальшого формування.

### **3.3 Аналіз анкетування**

За допомогою анкетування передбачалось визначити рівні взаємовідносин, сприятливої обстановки, зацікавленості в розумінні та підтримці в тяжкій життєвій ситуації не тільки себе, але й своїх друзів, діагностика вміння комунікувати, а також визначення рівня мотивації та самооцінка своїх професійних знань. Анкетування проводилось протягом переддипломної практики, яка відбувалась з 5 вересня по 11 листопада 2022 року на базі Громадської організації «Клуб спортивного та бойового самбо «Легіон IX», м. Київ.

В анкетуванні прийняло участь 163 особи з них - 107 вихованців з спортивних організацій по східним одноборствами, 27 тренерів(стаж до 1року), 17 студентів спортивних факультетів, діючих спортсменів ВСМ, та досвідчені тренери 12 осіб м. Києва, та Київської обл., а саме: КДЮСШ «Юний динамівець», ДЮСШ «Арем», спортивних клуб «Ахілес» та тренери-викладачі Мартиненко О.В., Глазов Р.В., Кривецький О.В., Вигонський В., Лобанов А.А.

#### **3.3.1 Аналіз анкетування «Взаємовідносини між тренером та учнями»**

Перед анкетуванням тренерів, спортсменів та їх батьків було оголошено мету та завдання даного дослідження. Тестування проводилось анонімно, що дозволяє зробити висновок про дійсні взаємини у колективах. Результати аналізу тестування викладено на рис. 2-4.

Виділено три найважливіші показники у проведеному тестуванні, на котрі відповідали вихованці вищезазначених секцій східних единоборств.

На рис.2. бачимо, що 63,2 % (n=68) ставляться до свого тренера з повагою, а 36,8 % (n=39) – добре. Це означає, що сам тренер правильно зарекомендував себе та побудував відносини зі своїми вихованцями. За рахунок правильного вибудовування взаємовідносин між ними завжди буде взаєморозуміння, що дозволить побудувати роботу таким чином, щоб вихованці з бажанням приходили на тренувальні заняття, а також приймали участь у змаганнях різної кваліфікації.

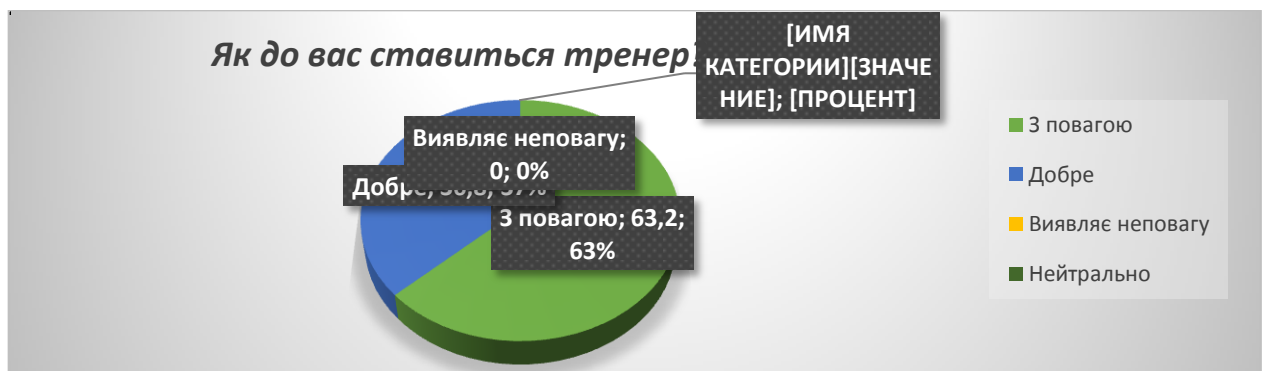


**Рис. 2. Відношення вихованців до тренера**

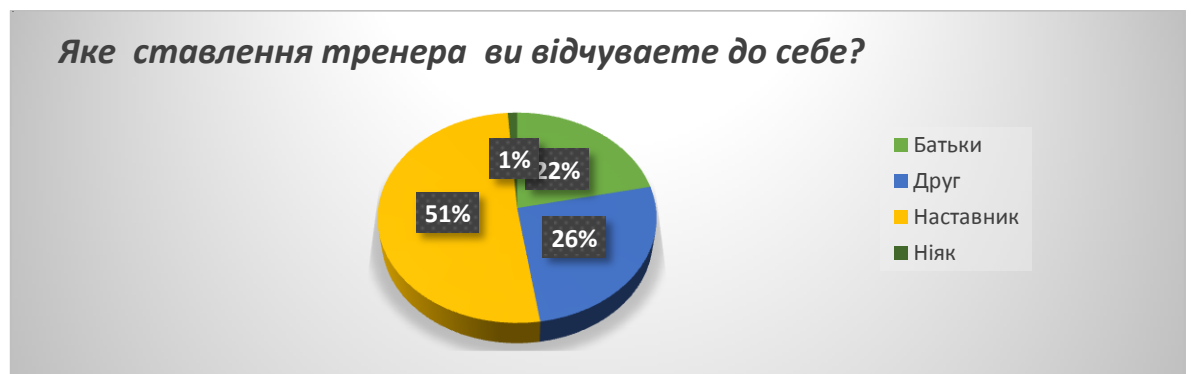


**Рис.3. Відношення тренера до вихованців**

На рис. 3 бачимо, що 51% (n=57) ставляться до свого тренера як до наставника, 26% (n=27) – як до друга, 22% (n=22) – як до батька, і 1% (n=1) – ніяк. У більшості випадків вихованці вважають свого тренера наставником, тому що він не тільки навчає їх правильному виконанню тактико-технічним та загально-фізичним вправам, але й на особистому прикладі показує, чого можна досягти, і до чого необхідно прагнути.

Зазвичай вихованці запитують поради у свого тренера не тільки з приводу тренувальної діяльності, але й з приводу різноманітних життєвих ситуацій, що дозволяє зблизитись один з одним і створити сприятливі відносини між ними [8].

Небагато вихованців сприймають свого тренера як близьку людину, а саме як члена родини. Це дозволяє зробити висновок, що вихованець максимально відкривається тренеру, ділиться своїми секретами, переживаннями та страхами. В словах тренера спортсмен шукає підтримку, повчання та любов, які, як правило, знаходять відображення. [4].

На рис. 4 бачимо, що 89 % (n= 95) знайшли спільну мову зі своїм тренером, що дозволяє сприймати його слова не як пригнічення в свою адресу, а як моральне стимулювання, за рахунок якого у вихованця спостерігається підняття духу, настрою, в зв'язку з чим з'являється віра в себе.



**Рис. 4. Ставлення тренера до особистості спортсмена**

Крім того, більшість вихованців такий спосіб сприймають у правильно, на фоні цього у них відбувається прилив сил та емоцій не тільки в тренувальному процесі, але й у змагальній діяльності. Саме через це більшість з них показують високі спортивні результати та досягають великих перемог.

Через неправильне сприйняття слів тренера 11 % вихованців (n=12) починають ображатись на нього, его, балуватись на заняттях, не слухати завдання, котрі їм пояснюють, через це у них не виходить виконати технічну вправу. На фоні цього тренер починає сваритись, що призводить до зниження самооцінки спортсмена.

Анкетування вказало, що тренер є ключовою ланкою в роботі з дітьми, саме від нього залежить створення позитивної атмосфери в колективі, його згуртування, правильність спілкування з батьками та вміння знайти з ними спільну мову.

### **3.3.2. Аналіз анкетування «Мотивація професійної діяльності»**

Молоді тренери (стаж до 2 років, 27 осіб), студенти спортивних факультетів, діючі спортсмени України (17 осіб), тренери збірних команд Києва з дзюдо, самбо, тайського боксу, кікбоксингу, джиу-дзюдо взяли участь у цьому опитуванні. 12 осіб)

Досліджуючи мотивацію професійної діяльності, що дозволяє виділити внутрішню та зовнішню мотивацію професійної діяльності, ми проаналізували співвідношення зазначених мотиваційних комплексів майбутніх тренерів та молодих тренерів щодо своєї професії. Внутрішня мотивація з'являється в основному тоді, коли діяльність має першорядне значення для суб'єкта. Якщо в основі професійної діяльності лежать інші зовнішні по відношенню до змісту самої діяльності інтереси (наприклад, престиж, заробітна плата, умови праці тощо), то в цьому випадку домінуватиме зовнішня мотивація, яка може мати позитивну або негативну спрямованість.

Узагальнені результати діагностики студентів за методикою «Діагностика мотивації професійної діяльності» К. Замфір (в модифікації А. Реана) представлені нами у відсотковому співвідношенні в таблицях 3 та 3.1.

Таблиця 3.

#### **Результати діагностики студентів за методикою «Діагностика мотивації професійної діяльності» К. Замфір (у модифікації А. Реана)**

| Мотиваційний комплекс | Кількість учасників тестування |
|-----------------------|--------------------------------|
|-----------------------|--------------------------------|

|     |   |     |   |     | у %                                  |                               |
|-----|---|-----|---|-----|--------------------------------------|-------------------------------|
|     |   |     |   |     | Молоді тренери,<br>студенти ( 44ос.) | Досвідчені<br>тренери(12 ос.) |
| ВМ  | > | ЗПМ | > | ЗНМ | 12,4                                 | 54,4                          |
| ВМ  | = | ЗПМ | > | ЗНМ | 12,5                                 | 20,5                          |
| ЗНМ | > | ВМ  | > | ЗПМ | 19,7                                 | 11,7                          |
| ЗНМ | > | ЗПМ | > | ВМ  | 57,4                                 | 8,3                           |

*ВМ - внутрішня мотивація; ЗПМ - зовнішня позитивна мотивація; ЗНМ - зовнішня негативна мотивація.*

Таблиця 3.1

### Домінуючий тип мотивації студентів

| Домінуючий тип мотивації     | Кількість студентів, у %     |                                |
|------------------------------|------------------------------|--------------------------------|
|                              | Студенти/тренери<br>(44 ос.) | Досвідчені тренери<br>(12 ос.) |
| Внутрішня мотивація          | 19,4                         | 74,9                           |
| Зовнішня позитивна мотивація | 16,5                         | 16,8                           |
| Зовнішня негативна мотивація | 64,1                         | 8,3                            |

Отримані результати дозволяють підтвердити, що, обираючи між найкращим, оптимальним і найгіршим типами співвідношень, лише невелика кількість студентів/тренерів обрала оптимальний комплекс у вигляді комбінацій: ВМ > ЗПМ > ЗНМ у 12,4 % випадків. респондентів і ВМ = ЗПМ > ЗНМ у 11,4% респондентів (табл. 3). Це свідчить про те, що студенти з цими мотиваційними комплексами займаються цією діяльністю заради неї самої, прагнуть досягти успіху в цій діяльності. Це студенти/молоді викладачі, яких стимулює інтерес до оволодіння професією, вони схильні обирати складніші завдання, долати труднощі.

Найбільш небажаними є мотиваційні комплекси, які представлені таким співвідношенням: ЗНМ > ЗПМ > ВМ виявлені у 57,4 % студентів/молодих тренерів (табл. 3). Отримані дані свідчать про відсутність стійкої внутрішньої позитивної мотивації до навчання та майбутньої професії. Для таких студентів важливо не опанувати майбутню професію, не набути професійних знань і навичок, а отримати диплом.

За результатами ми бачимо, наскільки різне відрізняються результати, отримані студентами/молодими тренерами та досвідченими тренерами.

Отже, аналіз отриманих результатів показує, що в експериментальній групі переважає мотиваційний комплекс типу: ЗНМ > ЗПМ > ВМ, тобто зовнішня негативна мотивація домінує над зовнішньою позитивною, а та, у свою чергу, домінує над внутрішньою. Це означає, що необхідно впливати на зміну мотивації професійної діяльності студентів, оскільки значна частина з них не є внутрішньо мотивованою до професійної діяльності, що негативно позначатиметься на готовності викладача до професійної діяльності.

### 3.3.3. Аналіз анкетування «Комунікативна толерантність»

Важливим показником ефективного педагогічного спілкування є комунікативна толерантність. Результати дослідження сформованості комунікативної толерантності у майбутніх тренерів (МТ) та досвідчених тренерів (ДТ) за методикою діагностики комунікативної толерантності (В. Бойко) наведено в (Табл.4).

Таблиця 4

#### Сформованість комунікативної толерантності, у % (констатувальний експеримент)

| № з/п | Рівні сформованості | МТ (44 особи) | ДТ (12 осіб) |
|-------|---------------------|---------------|--------------|
| 1     | Високий             | 8,4           | 66,2         |
| 2     | Середній            | 25,5          | 25,1         |
| 3     | Низький             | 66,1          | 8,7          |

Комунікативна толерантність визначає готовність емоційно зріло сприймати особистісні прояви поведінки, недоліки, негативні риси (або ті, що не подобаються) іншої людини. Рівень толерантності особистості виявляється в емоційних реакціях на оточуючі подразники, в ролі яких виступають інші люди. Високий рівень толерантності проявляється в здатності стримувати негативні прояви в спілкуванні, низький рівень характеризується відкритим проявом негативних емоцій і реакцією на неприйнятні риси і поведінку іншої людини.

У професійній діяльності педагога-тренера особливо важлива комунікативна толерантність. Тренер з високим рівнем комунікативної толерантності врівноважений, зрілий у стосунках з дітьми. Завдяки цьому середовище для спільної діяльності є психологічно комфортним, сприяє взаємодії та співпраці. Як показують дослідження, комунікативна толерантність має певну динаміку, вона може змінюватися як під впливом педагогічного досвіду, так і завдяки цілеспрямованому формуванню.

Результати свідчать, що більшість МТ (66,1%) мають низький рівень комунікативної толерантності, що свідчить про їхнє небажання сприймати негативні риси інших людей у спілкуванні, недостатню терплячість до їх проявів, тоді як більшість ДТ мають високий рівень комунікативної толерантності. комунікативна толерантність (66,2%)

### **3.3.4. Анкетування «Оцінки рівня сформованості професійно-педагогічних знань і умінь майбутніх/молодих тренерів зі східних одноборств»**

За даними анкетування студентів були отримані результати, які наведено за інформативними шкалами анкети (див. табл. 5.).

**Таблиця 5.**

**Сформованість професійно-педагогічних умінь і навичок, у %  
(констатувальний експеримент)**

| Професійнопедагогічні вміння і навички | МТ (44 особи) |          |         |
|----------------------------------------|---------------|----------|---------|
|                                        | високий       | середній | низький |
| Аналітичні вміння                      | 13,2          | 15,9     | 70,9    |
| Гностичні вміння                       | 15,9          | 70,9     | 13,2    |
| Організаційні вміння                   | 16,7          | 70,1     | 13,2    |
| Спортивно-педагогічні вміння           | 11,7          | 14,5     | 73,8    |
| Середнє знач.                          | 14,8          | 50,6     | 50,4    |

Отримані результати свідчать про те, що сформованість професійнопедагогічних умінь і навичок у студентів ЕГ (50,6% і 50,4% відповідно) як майбутніх тренерів зі східних одноборств має низький та середній рівні.

## **ЗАГАЛЬНІ ВИСНОВКИ**

За результатами аналізу психологічної, педагогічної та фахової літератури щодо готовності майбутнього тренера зі східних одноборств до професійної діяльності в дитячо-юнацьких спортивних школах, передбачає собою комплексну характеристику його особистості, що направлена на володіння психолого-педагогічними та спортивно-фаховими знаннями, вміннями, навичками з основ організації тренувальної діяльності. Розуміння філософії східних єдиноборств, мотивацією досягнення успіху, розвинення власної щодо професійної діяльності та досягненню вихованцями високих спортивних результатів.

### СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ

1. Ажиппо О. Ю. Теоретичні й методичні засади підготовки майбутніх учителів фізичної культури до професійної діяльності в загальноосвітніх навчальних закладах : дис. ...доктора пед. наук : 13.00.04. Харків, 2013. 485 с.
2. Андрущенко В. П. Теоретико-методологічні засади модернізації вищої освіти в Україні на рубежі століть. Вища освіта України. 2001. № 2. С. 6-12.
3. Бабушкин Г. Д. Структура творческой деятельности тренера. Теория и практика физической культуры. 1993. № 5-6. С. 7-9.
4. Базылюк Т. А. Изменение системы взглядов на содержание подготовки специалиста в физкультурном образовании. Педагогіка, психологія та мед.-біол. пробл. фіз. виховання і спорту. 2007. № 11. С. 98– 100.
5. Батурин Н. А. Психология успеха и неудач в спортивной деятельности. Омск : Психология в спорте, 1998. С. 13-15
6. Волкова Н. П. Інтерактивні технології навчання у вищій школі: навч.-метод.посіб. Дніпро : Університет імені Альфреда Нобеля, 2018. 360 с.
7. Волянчук Н. Ю. Психологічні засади професійного становлення тренера-викладача : дис. ... доктора психол. наук : 19.00.01. Київ, 2006. 411 с..
8. Сисоєва С. О., Кристопчук Т. Є. Освітні системи країн Європейського Союзу: загальна характеристика : навч. посіб. Рівне : Овід, 2012. 352 с.
9. Гончаренко С. У. Український педагогічний словник. Київ : Либідь, 1997. 366
10. Гринченко І. Б. Сучасні напрями впровадження інновацій в професійній підготовці майбутніх учителів фізичної культури. Вища освіта України. Теоретичний та науково-методичний часопис. Додаток 3, Т. VII. Тематичний випуск: Вища освіта України у контексті інтеграції до європейського освітнього простору. Київ : Гнозис, 2011. С. 84-93.

11. Гузій Н. В. Категорія професіоналізму в теорії і практиці підготовки майбутнього педагога : дис. ... доктора пед. наук : 13.00.04. Київ, 2007. 568 с.
12. Деркач А.А., Ісаєв А.А. Педагогічна майстерність тренера. - М.: ФиС, 1981. - 375 с.
13. Долгова Е. В. Педагогические условия формирования профессиональной компетентности студентов АФК: на примере специализации гребной спорт: дис. ...канд. пед. наук: 13.00.04. Москва, 2001. 135 с.
14. Зорин С. Д. Управление многолетней тренировкой учащихся детско-юношеских спортивных школ на основе применения бригадных форм работы тренеров : дис. ... канд. пед. наук : 13.00.04. Чебоксары, 2005. 159 с.
15. Комарова І. Показники і рівні сформованості культури педагогічного спілкування. Професійна освіта. 2005. № 12. С.43–46.
16. Комплекс нормативних документів для розробки складових системи стандартів вищої освіти. Додаток 1 до наказу МОН України від 11.10.2007 р. № 897 «Про створення робочих груп з розроблення галузевих стандартів вищої освіти». URL : <http://elib.crimea.edu/zakon/list484.pdf> 246
17. Качалов В., Лукіна Т. Проблеми якості освіти: навч. посіб. Київ: Знання, 2007. 358 с.
18. Корюкаєв М. М., Соболенко А. І., Мартинов Ю. О. Особливості навчання техніко-тактичних дій на секційних заняттях з дзюдо. Науковий часопис Національного педагогічного університету імені М.П. Драгоманова. Серія N15 Науково-педагогічні проблеми фізичної культури (фізична культура і спорт): зб. наукових праць / За ред. О.В. Тимошенка. – Київ: Видавництво НПУ імені М.П. Драгоманова, 2020. Випуск 2(122) 20. – С.74-77.
19. Кузнецова І. Ю. Зміст і структура поняття «готовність тренера зі східних одноборств до професійної діяльності». Педагогічні інновації: ідеї, реалії, перспективи. Київ: Інститут обдарованої дитини НАПН України, 2018. Вип. 1 (20). С. 80-87.

20. Кузнецова І. Ю. Зміст професійно-педагогічної діяльності тренера з таеквондо. Педагогіка формування творчої особистості у вищій і загальноосвітній школах. Запоріжжя: КПУ, 2018. Вип. 60. С. 85-89. 248 37.
21. Кузнецова І. Ю. Компоненти готовності майбутнього тренера зі східних единоборств до професійної діяльності. Актуальні питання гуманітарних наук: міжвузівський збірник наукових праць молодих вчених Дрогобицького державного педагогічного університету імені Івана Франка. Дрогобич: Видавничий дім «Гельветика», 2019. Вип. 23. Т. 2. С. 139-143.
22. Кузнецова І. Ю. Модель реалізації педагогічних умов формування готовності майбутніх тренерів зі східних единоборств до професійної діяльності у дитячо-юнацьких спортивних школах. *Virtus Scientific Journal*. 2018. № 29. С. 42-46
23. Кузнецова І. Ю. Можливості східних единоборств для збереження здоров'я молоді. Сучасні проблеми гуманітарної науки і практики: філософський, психологічний та соціальний виміри: матеріали VI Міжнародної наук.-практ. конф. (м. Сєверодонецьк, 25-26 грудня 2017 р.) Сєверодонецьк: Східноукраїнський національний університет імені Володимира Даля. С. 206-209
24. Кузнецова І. Ю. Напрями психологічної підготовки спортсмена зі східних единоборств. *Inovatívny výskum oblasti vzdelávania a sociálnej práce. Medzinárodná vedecko-praktická konferencia* (Sládkovičovo, 10-11 marca 2017). Slovenska republika: Vysoka škola Danubius Fakulta sociálnych štúdií, 2017. С. 135-138.
25. Кузнецова І. Ю. Особливості професійної діяльності тренера зі східних единоборств. Актуальні питання теорії та практики психологопедагогічної підготовки фахівців в умовах сучасного освітнього простору: матеріали III наук.-практ. конф. (м. Харків, 21 квітня 2017 р.). Харків: Харківська державна академія фізичної культури, 2017. С. 105-109.
26. Кузнецова І. Ю. Структура професійної готовності тренера зі східних единоборств до педагогічної діяльності. Психолого-педагогічні проблеми соціалізації особистості в сучасних умовах: матеріали Міжнародної науково-практичної конференції (м. Київ, 1 березня 2019 р.). Київ: Таврійський національний університет імені В.І. Вернадського, 2019. С. 73-76.

27. Кузьмина Н. В. Очерки психологии труда учителя. Ленинград : ЛГУ, 1967. 184 с.
28. Коротаєва Н.В., Мільштейн О.А., Тишлер Д.А. Взаємовідносини тренера і спортсмена в єдиноборствах: Метод. розробок. для студ., слухаті. ВШТ і ФПК РГАФК. М., 1997. - 20 с.
29. Літманович А.В., Штучна Є.Б. Структура професійної підготовленості фахівця з східним єдиноборствам // Теорія і практика фізичної культури-2000 .- № 12.
30. Лаврентьєв О.М. Оптимізація професійної підготовки у правоохоронних органах України. Науковий Часопис серія 15. Науково-педагогічні проблеми фізичної культури / фізична культура і спорт / випуск 3(97)18 – Київ: видавництво НПУ імені М.П. Драгоманова, 2018. С. 57-61.
31. Лаврентьєв О.М., Крупеня С.В., Малинський І.Й. Формування моделі професійної підготовки тренера з обраного виду спорту. Науковий часопис Національного педагогічного університету імені М.П. Драгоманова. Серія N15 Науково-педагогічні проблеми фізичної культури (фізична культура і спорт): зб. наукових праць / За ред. О.В. Тимошенка. – Київ: Видавництво НПУ імені М.П. Драгоманова, 2021. Випуск 5(136) 21. – С.58-61
32. Макаренко Л. П. Структура педагогической деятельности тренера ДЮСШ по плаванию. Теория и практика физической культуры. 1985. № 3. С. 23-25.
33. Малинський І.Й., Вдосконалення рівня фізичної підготовленості різних груп населення/ І.Й. Малинський, Ю.П. Сергієнко, В.С. Гулай, О.М. Лаврентьєв// Науковий Часопис серія 15. Науково-педагогічні проблеми фізичної культури / фізична культура і спорт / випуск 12 (39) – Київ: видавництво НПУ імені М.П. Драгоманова, 2013. – С 84-90.
34. Максименко С.Д. Технологія спілкування (комунікативна компетентність учителя: сутність і шляхи формування) / С.Д. Максименко, М.М. Заброцький. - Київ: Главник, 2005. - 112 с. - (Серія «Психол. інструментарій»). Психология: словарь / под ред. А.В. Петровского и М.Г. Ярошевского. - М.: Педагогика, 1990. - 458 с.

35. Мартиненко Т. В. Крупеня С. В. Реалізація педагогічних умов формування готовності майбутніх тренерів зі східних одноборств до професійної діяльності в дитячо-юнацьких спортивних школах с. 82, круглий стіл з міжнародною участю «Підвищення фізичної працездатності різних груп населення в процесі занять фізичною культурою і спортом» (в умовах воєнного стану), Ірпінь 2022р.
36. Платонов В.Н. Система подготовки спортсменов в олимпийском спорте / Платонов В.Н. – Киев, Олимпийская литература. 2004. - 806 с. – (Общая теория и ее практические приложения).
37. Пономарьов В. О. Формування професійно-педагогічної компетентності майбутнього тренера з атлетичної гімнастики у процесі фахової підготовки : автореф. дис. ...канд. пед. наук : 13.00.04. Запоріжжя, 2010. 20 с.
38. Практикум по общей, экспериментальной и прикладной психологии / под ред. А. А. Крылова, С. А. Маничева. Санкт-Петербург : Питер, 2000. 560 с.
39. Про затвердження Положення про дитячо-юнацьку спортивну школу : Постанова Кабінету Міністрів України від 5 листоп. 2008 р. № 993. URL: <https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/ru/993-2008-%D0%BF/ed20170101>
40. Подоляка В.П., Подоляка М.В. Специфіка професійної підготовки тренера зі східних єдиноборств // Гаудеамус. 2019. № 1. С. 123–127.
41. Соломченко М.А., Алдошин П.Ю. Протиріччя між тренерами та вимогам до поведінки спортсменів // Наука–2020. 2016. № 5 (11). С. 120–125.