

УТВЕРЖДАЮ  
Директор ГБУ ДО РО «СПОР № 22»

« 09 » 09 2023 г.  
А.М. Сурженко



## Памятка тренера-преподавателя по общению со спортсменами

### 1. Роль общения тренера-преподавателя со спортсменами

По времени общения тренера со спортсменами уступает только общению спортсменов с членами семьи (а иногда и превосходит). Именно через него происходят обучение, передача знаний, воспитание учеников. Поэтому процессу общения тренер должен уделять большое внимание.

Тренер должен не только сам уметь общаться со спортсменами, но и требовать во время тренировочных занятий (соревнований) внутригруппового общения от своих спортсменов.

### 2. Факторы, обуславливающие эффективность общения тренера-преподавателя со спортсменами

Эффективность общения определяется многими факторами: одни из них управляемы и поэтому могут специально организовываться для того, чтобы цель общения была достигнута с наибольшей вероятностью; другие неуправляемы, по крайней мере, в момент общения, и поэтому должны лишь учитываться тренером при построении стратегии и тактики общения.

Внешние факторы общения.

К внешним факторам общения относятся: ситуация, в которой проходит общение, обстановка общения, личность спортсмена и социально-психологические особенности спортивного коллектива, отношение учеников к тренеру.

Ситуация общения во многом определяет и характер, и эффективность общения. Одно дело общаться в спокойной ситуации, другое дело - в напряженной соревновательной или конфликтной ситуации. В последнем случае меньше возможностей реализовать цель общения, так как тренер сталкивается с внутренним сопротивлением спортсмена. В конфликтной ситуации усиливается роль психологических установок, предвзятости мнений, логические доводы воспринимаются плохо. С другой стороны, в напряженной ситуации, вызванной отсутствием информации для достижения значимой цели, общение тренера со спортсменами может быть облегчено, поскольку последние ждут помощи извне, чтобы выйти из тупика.

Обстановка общения. Эффективность общения во многом зависит от того, в какой обстановке оно проходит. При этом в зависимости от целей общения тренера со спортсменами обстановка должна меняться. Разговор по душам предполагает некоторую интимность обстановки. Для проведения деловых совещаний, обсуждения проведения ученика и т.д. необходима строго официальная обстановка.

Личностные особенности спортсменов, значимые для общения.

Эффективность общения тренера со спортсменами зависит от личностных качеств последних, важнейшими из которых являются: социальный статус в спортивной команде, психологические установки спортсменов, их возрастные и половые характеристики, моральный облик (убеждения, мировоззрение, идеалы, мотивы занятий спортом), уровень интеллектуального развития, интересы, склонности, степень внушаемости, коммуникабельность (то есть легкость установления контактов с другими людьми). Рассмотрим наиболее важные из них.

Социальный статус спортсмена по отношению к тренеру ниже, что придает процессу их общения субординационную окраску. Тренер обладает правом не только убеждения, но и приказа, распоряжения, принуждения. Однако это не может служить основанием для проявления им высокомерия. Общение свысока создает психологический барьер между тренером и спортсменами.

При неприятностях в школе, институте, спортивной команде, в отношениях с товарищами любое упоминание о "большом" вопросе, даже нечаянный намек на неприятные события, может вызвать у спортсмена либо замкнутость, либо вспышку отрицательных эмоций. В таких случаях надо дать ему возможность успокоиться или излить душу собеседнику. Без понимания состояния спортсмена вместо психологического контакта возникает эмоциональный барьер отчужденности.

Поведение тренера.

Эффективность общения тренера с учениками во многом зависит от поведения самого тренера, от его манеры держаться. Важен внешний вид тренера. Он должен быть аккуратно одет, причесан. Он не должен показывать, что чем-то расстроен, озабочен, наоборот, нужно демонстрировать сосредоточенность, уверенность, целеустремленность.

**Применение методов физического и/или психического насилия тренера-преподавателя по отношению к учащимся не допускается.**

**Запрещается применение таких мер воздействия, как:  
удаление с тренировочного занятия.**

### **3. Психологический такт**

Эффективность общения во многом зависит от самого тренера, от того, как он себя держит с учениками. Психологический такт - это качество, присущее тренеру-мастеру, тренеру-интеллекту. К.Д. Ушинский писал, что так

называемый педагогический такт, без которого воспитатель, как бы ни изучил теорию педагогики, никогда не будет хорошим воспитателем-практиком, есть по существу не более, чем такт психологический. Наличие у тренера психологического такта особенно важно при общении с юными спортсменами и спортсменками.

Психологический такт базируется на многих качествах, называемых в обиходе душевными: доброжелательности, чуткости, отзывчивости, искренности. Тактичный тренер может быстро и безошибочно разобраться в возникшей ситуации, понять трудности общения для того или иного ученика, определить его состояние и с учетом этого найти единственно правильное решение, подобрать подходящую форму воздействия, найти верные слова, интонацию, чтобы не поставить учащегося в неловкое положение.

Соблюдение психологического такта требует постоянного контроля над своими мыслями, действиями. Неумение контролировать поступки и слова может поставить окружающих в затруднительное положение, привести к конфликту.

Отличают тактичность от нетактичности следующие психологические особенности личности педагога:

- естественность и простота обращения без фамильярности;
- доверие без попустительства;
- серьезность тона без натянутости;
- ирония и юмор без насмешливости;
- требовательность без мелочной придирчивости, грубости;
- доброжелательность без заласкивания;
- деловой тон без раздражительности;
- своевременность воспитательного воздействия без поспешности;
- принципиальность и настойчивость без упрямства;
- внимательность и чуткость к учащимся без подчеркивания этого;
- отдача распоряжений без упрощения;
- обучение без подчеркивания своего превосходства в знаниях и умениях;
- выслушивание без выражения безразличия.

#### **4. Культура речи тренера**

Одним из слагаемых коммуникативного мастерства тренера является культура речи. Кто владеет культурой речи, тот при прочих равных условиях - уровне знаний и методическом мастерстве - достигает большего авторитета и больших успехов в воспитательной работе.

Компонентами культуры речи тренера являются:

- 1) грамотность построения фраз;
- 2) простота и ясность изложения;
- 3) выразительность:
  - интонация и тональность;
  - темп речи, паузы;
  - динамика звучания голоса;
  - словарное богатство;
  - образность речи;
  - дикция;
- 4) грамотное произношение слов из быденной речи:
  - правильное ударение в словах;
  - исключение диалектных слов;
- 5) правильное использование специальной терминологии:
  - исключение режущих слух устойчивых выражений;
  - исключение лишних слов в командах;
  - исключение жаргонных и модных словечек;
- 6) немногословие;
- 7) речедвигательная координация.