MURABBIY-O‘QITUVCHINING JISMONIY TARBIYADAGI ROLI: SPORTCHI-SHOGIRD O‘RTASIDAGI O‘ZARO MUNOSABATLAR PSIXOLOGIYASI

Zakirova Renata Rinatovna

M.V. Lomonosov nomidagi Moskva davlat universitetining
Toshkent shahridagi filiali, katta o‘qituvchi
renik_zaki@mail.ru
https://doi.org/10.5281/zenodo.18978715

ANNOTATSIYA

Maqolada murabbiy-o‘qituvchining sport faoliyati tizimidagi asosiy shaxs sifatidagi roli va uning talaba-sportchi shaxsni shakllantirishdagi ahamiyati o‘rganiladi. “Murabbiy-o‘qituvchi-sportchi-shogird” diadasidagi o‘zaro ta'sirning psixologik jihatlariga va shaxslararo munosabatlarning motivatsiya, hissiy barqarorlik va sport natijalariga ta'siriga alohida e'tibor qaratiladi.

KALIT SO‘ZLAR

murabbiy, o‘qituvchi, talaba, sportchi, sport psixologiyasi, motivatsiya, ishonch, hissiy qo‘llab-quvvatlash, sport faoliyati.

THE ROLE OF THE COACH-TEACHER IN PHYSICAL EDUCATION: THE PSYCHOLOGY OF ATHLETE-STUDENT INTERACTIONS

Zakirova Renata Rinatovna

Tashkent Branch of Lomonosov Moscow State University, Senior Lecturer

ABSTRACT

The article examines the role of a coach-teacher as a key figure in the system of sports activities and its importance in the formation of personality student-athlete. Particular attention is paid to the psychological aspects of interaction in the "coach-teacher-athlete-student" dyad, and the influence of interpersonal relationships on motivation, emotional stability, and athletic performance.

KEYWORDS

coach, teacher, student, athlete, sports psychology, motivation, trust, emotional support, sports activities.

РОЛЬ ТРЕНЕРА-ПРЕПОДАВАТЕЛЯ В ФИЗИЧЕСКОМ ВОСПИТАНИИ: ПСИХОЛОГИЯ ВЗАИМОДЕЙСТВИЯ СО СТУДЕНТОМ-СПОРТСМЕНОМ

Закирова Рената Ринатовна

Филиал МГУ им. М.В. Ломоносова в г.Ташкенте,
старший преподаватель

АННОТАЦИЯ

В статье рассматривается роль тренера-преподавателя как ключевой фигуры в системе спортивной деятельности и его значение в формировании личности студента-спортсмена. Особое внимание уделяется психологическим аспектам

КЛЮЧЕВЫЕ СЛОВА

тренер, преподаватель, студент, спортсмен, спортивная психология, мотивация, доверие, эмоциональная

взаимодействия в диаде «тренер–преподаватель-спортсмен-студент», влиянию межличностных отношений на мотивацию, эмоциональную устойчивость и спортивные результаты.

поддержка, спортивная деятельность.

Граждане Республики Узбекистан имеют право заниматься любительским, массовым, индивидуальным, женским и профессиональным спортом в качестве спортсмена, студента, тренера или судьи.

Порядок создания и условия функционирования предприятий учреждений и организаций в области профессионального спорта определяются законодательством.

Квалификационные требования к профессиям студента, спортсмена, тренера и судьи по виду спорта определяются уполномоченным органом государственного управления физической культурой и спортом. Любительский и профессиональный спорт условиях высокой соревновательной напряжённости и ориентации на достижение максимальных результатов особое значение приобретает качество взаимодействия между тренером, преподавателем, спортсменом и студентом. В современном спорте тренер-преподаватель выступает одной из ключевых и наиболее ответственных фигур, определяющей стратегию спортивного развития, формирующей устойчивую мотивацию и оказывающей существенное влияние на становление личности спортсмена, студетнта. Уровень профессиональной компетентности и личностные особенности тренера-педагога во многом определяют не только успешность спортивной деятельности, но и психологическое благополучие спортсмена.

Межличностные отношения в системе «тренер-преподаватель–спортсмен-студент» оказывают значимое влияние на эмоциональное состояние и динамику личностного развития. Поддерживающее взаимодействие способствует формированию эмоциональной устойчивости, развитию навыков саморегуляции, укреплению внутренней мотивации к достижению целей, а также становлению гармоничной и зрелой личности в целом. Таким образом, тренер-преподаватель выполняет не только функцию технического наставника, но и становится важным агентом социализации и психологической поддержки.

Профессиональная деятельность тренера-преподавателя достаточно чётко определена - обладание специализированными знаниями и навыками, необходимыми для воспитания спортсмена-студента и его подготовки к соревновательной деятельности — это сложный, длительный и многоплановый педагогический процесс, который включает в себя планомерное развитие физических способностей, формирование волевых качеств, регулирование эмоциональной сферы и стимулирование интеллектуального роста спортсмена. Фактически, тренер создаёт условия для всестороннего развития личности спортсмена-студента, направляя его как в физической, спортивной культуре, так и в психологической сфере. Благодаря этому взаимодействие преподавателя-тренера и спортсмена-студента выступает одним из ключевых факторов успешности в спортивной деятельности, определяющим устойчивость к стрессу, способность к преодолению трудностей и достижению высоких результатов.

Работа специалиста требует не только глубоких специализированных знаний в области теории и методики спорта, физической культуры, физического воспитания, физиологии, психологии, педагогики, но и развитых коммуникативных навыков, способности к эмпатии, гибкости, самоконтролю и высокой ответственности. Современный тренер-преподаватель выступает не просто наставником, психологом, мотиватором, стратегом, способным создавать условия для раскрытия потенциала каждого учащегося.

Выделяется ряд психологических особенностей тренерско-педагогической деятельности, которые отличают ее от других педагогических профессий:

1. Работа специалиста предполагает постоянное, систематическое взаимодействие со спортсменами-студентами на учебно-тренировочных занятиях, соревнованиях. Тем самым, это создаёт условия для глубокого изучения индивидуально-психологических особенностей и систематического воспитательного воздействия, накладывает значительную ответственность за физическое и личностное развитие.

2. Тренерская-педагогическая деятельность сопряжена с выраженным «профессиональным риском»: высоких результатов нередко приходится ждать годами, не имея гарантий на их достижение. Это требует терпения, устойчивой мотивации и нравственной ответственности перед спортсменами.

3. Стрессогенность периода соревнований.

Тренеру также необходимо поддерживать коммуникацию с широким кругом лиц, участвующих в обеспечении учебно-

тренировочного процесса - родителями спортсменов-студентов, администрацией, судьями, журналистами, медицинскими специалистами. Это требует развитых коммуникативных навыков и сильной эмоциональной выдержки.

Дополнительной психологической особенностью является неизбежность колебаний профессионального статуса: периоды успехов сменяются недочётами, что создает ощущение нестабильности и неопределённости.

Рассмотрим межличностные отношения между тренером-преподавателем и спортсменом-студентом, опираясь на фундаментальное понимание роли специалиста в сфере спортивной деятельности. Эффективное взаимодействие между ними играет ключевую роль в формировании успешной спортивной и разноплановой карьеры. Оптимальные отношения строятся на взаимном доверии, уважении и поддержке, что позволяет спортсмену раскрывать свой потенциал, а тренеру-педагогу - целенаправленно и гибко выстраивать процесс подготовки. Такие отношения предполагают не только совместное постановление целей и контроль их выполнения, но и обеспечение психологической поддержки, конструктивной обратной связи, умение сочетать требовательность с заботой. Гармоничное взаимопонимание между тренером и спортсменом становится психологическим фундаментом стабильного прогресса и достижения высоких результатов.

Тренер и спортсмен являются единой комплектацией, одним механизмом, это относится не только к спортивным единоборствам, но и к спортивным командным играм. Утверждение «старательно заслужить доверие и его поддерживать» отражает ключевую психологическую особенность успешного спортивного взаимодействия: доверие и взаимоуважение являются фундаментом отношений «спортсмен–тренер». Взаимосвязь тренера и спортсмена как динамическая система, основанная на взаимодействии чувств, мыслей и поведенческих проявлений обеих сторон представляет собой всеобъемлющую концепцию, которая описывает природу этих отношений. Психологическая эффективность сотрудничества формируется посредством ряда взаимодополняющих компонентов.

Первым элементом модели является эффективная составляющая, описывающая уровень эмоциональной поддержки между тренером и спортсменом. Она включает в себя такие аспекты как поддержка, доверие и взаимное уважение. Эта часть взаимодействия отражает качество эмоционального контакта, который становится основой для формирования устойчивых отношений.

Второй компонент – приверженность, «совместная работа как единое целое», сотрудничество, развитие партнёрских отношений и сохранение стабильности взаимодействия на протяжении определённого времени. Приверженность тесно связана с когнитивными представлениями спортсмена и тренера друг о друге и с тем, насколько осознанно они воспринимают ценность совместной работы.

Третий компонент — комплементарность, которая описывает поведенческий аспект взаимодействия. Она проявляется в умении сторон эффективно координировать совместные действия, поддерживать рабочий ритм учебно-тренировочного процесса, демонстрировать отзывчивость, инициативность готовность сотрудничать. Элемент отражает согласованность поведения и уровень межличностной адаптации.

Другой важный компонент — совместная ориентация. Эта модель обозначает степень согласованности взглядов тренера-преподавателя и спортсмена-студента на цели, стиль взаимодействия и на то, каким образом стороны видят качество своих отношений.

Исследования показывают, что высокий уровень развития всех перечисленных компонентов связан с большей удовлетворённостью спортсменов-студентов взаимодействием с преподавателем-тренером а также высоким уровнем командной сплочённости и формированием гармоничной, а не навязчивой спортивной мотивации. Успешные атлеты характеризуются именно теми типами взаимодействия, в которых присутствуют социальная поддержка, доверие, взаимопонимание и устойчивое чувство партнёрства.

В нациальной спортивной психологии, роль и отношения «тренер–спортсмен» рассматриваются как многогранная и личностная система взаимодействия. Спортивная подготовка не ограничивается техническими или физическими аспектами: её эффективность определяется качеством психологического и социально-педагогического партнёрства между тренером и спортсменом. Такое партнёрство предполагает взаимное доверие, уважение, поддерживающую коммуникацию и эмоциональную включённость обеих сторон, что значительно расширяет роль тренера-преподавателя в подготовительном процессе.

Формирование личности студента-спортсмена происходит не только под влиянием тренировочных нагрузок, но и в результате целенаправленного психологического сопровождения. Особое значение придается развитию мотивации, волевых качеств, эмоциональной устойчивости и способности к саморегуляции — тех характеристик, которые обеспечивают студенту возможность эффективно справляться с профессиональными трудностями и стрессовыми ситуациями, связанными с соревнованиями и высокими ожиданиями.

Психологическая совместимость тренера и спортсмена служит фундаментом для гармоничного развития студента-спортсмена, укрепления его мотивационной сферы и повышения эффективности тренировок. Такой подход полностью соответствует традициям отечественной психологической школы, ориентированной на целостное развитие личности и тесное соединение педагогических и психологических методов воздействия.

Для того чтобы лучше понять, как строятся отношения между спортсменом-студентом и тренером-преподавателем, выделим следующие компоненты: контакт, ко-ориентацию и комплементарность.

Эмоциональный аспект взаимоотношений - когда спортсмен чувствует, что тренер в него верит, ему легче раскрывать свой потенциал, делиться переживаниями и принимать трудные решения.

Ко-ориентация демонстрирует и определяет то, насколько спортсмен и тренер «смотрят в одну сторону». Она содержит общие цели, согласованные представления о тренировочном процессе, ценности и подходы. Открытое общение помогает лучше понимать друг друга, согласовывать ожидания и обсуждать проблемы, что делает совместную работу более продуктивной.

Комплементарность описывает распределение ролей и то, насколько стороны дополняют друг друга. Тренер-преподаватель предоставляет знания, опыт и стратегии, которых нет у спортсмена, а спортсмен реализует их на практике, проявляя дисциплину, усилия и мотивацию. Чем лучше согласованы эти роли, тем эффективнее тренировочный процесс.

Когда один или несколько компонентов отсутствуют, отношения становятся напряжёнными: возникают недоверие, расхождение целей, конфликты или недопонимание, что снижает качество взаимодействия и отражается на спортивных результатах.

В итоге профессиональная деятельность тренера-преподавателя представляет собой сложную динамическую систему, где психологические, педагогические и социальные аспекты тесно переплетены. Эффективность спортивной подготовки определяется не только физическими и техническими параметрами, но и качеством межличностного взаимодействия, уровнем эмоциональной поддержки и способностью тренера строить доверительные, конструктивные и мотивирующие отношения со спортсменами-студентами. Поэтому подготовка специалистов должна включать не только освоение методики спорта, физиологии и педагогики, но и обучение психологии, навыкам коммуникации, эмоциональной регуляции и стратегическому планированию межличностных отношений.

Заключение. Отношение «тренер–преподаватель-спортсмен» выступают фундаментом успешного развития спорта как профессионала, так и личности. Качество определяет эффективность учебно-тренировочного процесса, психоэмоциональное благополучие, мотивацию и устойчивость к стрессу, а также формирует условия для достижения высоких спортивных результатов и гармоничного личностного роста. Взаимодействие, построенное на доверии, уважении и взаимопомощи, становится ключевым ресурсом, позволяющим спортсмену-студенту раскрывать потенциал, тренеру-преподавателю — эффективно управлять процессом подготовки и поддерживать высокий уровень профессионализма.

ИСПОЛЬЗОВАННАЯ ЛИТЕРАТУРА

1. Закон Республики Узбекистан «О физической культуре и спорте», 2000г.
2. Ильина Н. Л. Психология тренера: учеб. пособие. — СПб.: Изд-во С.-Петерб. 2016.
3. Brett Bartolomew, Conscious Coaching: The Art and Science of Building Buy-In, 2017
4. Jowett, S.& Cockerill, I. M. (2003). Olympic medalists’ perspective of the athlete– coach relationship. Psychology of Sport and Exercise.
5. Коломейцев Ю.А. Исследование влияния межличностных отношений на эффективность спортивной деятельности:

Автореф. Дисс. …канд. психол. наук. Тарту, 1974.
6. Родионов А.В. Влияние психологических факторов на спортивный результат. – М.: Физкультура и спорт, 1987.
7. Физическая культура студента. /Под редакцией В. И. Ильинича.- М.: Гардарики, 2000г.

SCIENCE & EDUCATION
IN THE 21ST CENTURY