**Тренер как звено в деятельности спортивной жизни спортсменов.**

*Составил:*

*инструктор – методист*

*МБУ ДО ФСН «Озёры»*

*Скопинцева А.В.*

Тренер является основным звеном в деятельности нашего учреждения. Работа квалифицированного тренера необходима для развития любого вида спорта - это очевидный факт. Тренер, работающий в учреждении физкультурно – спортивной направленности, играет ключевую роль в выявлении, мотивации и развитии спортсменов, которые затем в результате долгой спортивной жизни достигают своего потенциала. Один из великих сказал, что «мы стоим на плечах гигантов». Это означает - следуем за теми пионерами и лидерами, которые были до нас. Такие гиганты - это тренеры, ученые, исследователи и спортсмены, которые добивались высоких результатов. Работая тренером, специалист всегда должен пытаться понять, почему во время тренировочного процесса он делает что-то так, а не иначе. Он интуитивно экспериментирует (не во вред спортсменам) - в поисках как немедленных, так и долгосрочных результатов. Затем пытается найти объяснения этим результатам, если они были. Одна из наиболее общих и распространенных проблем состоит в том, что тренеры, работающие с новичками, пытаются во многом подражать работе своих коллег, тренирующих высококвалифицированных спортсменов. На самом деле лучший тренер не тот, кто слепо копирует именитых наставников, а тот, кто работает творчески, учитывая особенности своих воспитанников. Тот, кто тренирует юных спортсменов, не должен забывать, что профессия тренера - это огромная ответственность. Тренер-педагог имеет много возможностей для воспитания спортсмена как личности. От поступков тренера во многом зависит судьба молодого спортсмена. Среди разнообразных методов воспитания особое значение имеет личный пример тренера, ибо все остальные могут быть эффективны в случае, если тренер-преподаватель пользуется авторитетом. Необходимо, чтобы тренер пользовался авторитетом. Конечно, не каждый тренер сразу может приобрести авторитет, но нельзя забывать, что авторитет специалиста, даже молодого, во многом зависит от того, как он себя ведет. Опытным тренерам следует внимательнее относиться к мнению своих коллег. Игнорирование указаний тренера часто приводит к тому, что спортсмен заявляет о бесполезности занятий. Не способствуют созданию и сохранению авторитета частые и порой необоснованные перестановки тренеров при неудачах воспитанников.

Существуют тренеры, характеризующиеся отсутствием знания методики организации и руководства. Вследствие этих недостатков появляются просчеты в обучении спортсменов, ошибочные оценки, что ведет к потере авторитета тренера в коллективе. Для примера можно привести молодых неопытных тренеров. Замечено, что для этой категории очень сложно абстрагироваться от «недавнего прошлого» и утвердиться в роли руководителя, требовательного и достаточно жесткого, как того требует современный спортивный уровень. Встречаются тренеры, которые вместе с ними проводят свободное время. Отношения между тренером и коллективом представляются не конфликтными, а, напротив, товарищескими, отсутствие авторитета и уважения отразится неблагоприятно во время соревнований, поскольку спортсмен уже не верит в возможности своего тренера. Подготовка спортсмена охватывает направленное использование всей совокупности таких факторов, как средства, методы, условия, с помощью которых обеспечивается повышение готовности спортсмена к спортивным достижениям. При анализе совокупности педагогических средств их условно можно выделить три компонента подготовки:

**Первый компонент** - система соревнований. Соревнования в системе подготовки спортсменов являются средством контроля за уровнем подготовленности, способом выявления победителя, важнейшим средством повышения тренированности, совершенствования спортивного мастерства. При этом соревнования классифицируются на: подготовительные, контрольные, подводящие (модельные), отборочные и главные. В современной соревновательной практике можно наблюдать три **методических подхода**. **Первый** - связан со стремлением спортсменов стартовать, возможно чаще, добиваясь высоких результатов в каждом соревновании.

**Второй** - предполагает малоинтенсивную соревновательную практику, где основное внимание обращено на подготовку к главным соревнованиям сезона.

**Третий** - соревновательная деятельность должна быть широкой, но строго дифференцированной: подготовительные и контрольные соревнования используются лишь как средство подготовки. Задача, достигнуть высокий результат в них не ставится - вся система подготовки концентрируется на необходимости достижения высоких результатов в соревнованиях. Данный подход считают специалисты наиболее плодотворным . Очень важно, чтобы при планировании соревнований в течение года учитывалось единство тренировочной и соревновательной деятельности спортсменов в системе их подготовки.

**Второй компонент** - система спортивной тренировки. Она представляет в системе подготовки спортсменов основную (практическую) ее часть. Спортивная тренировка охватывает в определенной мере все виды подготовки спортсмена, хотя и не исчерпывает их. Наиболее полно в ней представлена физическая подготовка, а также практические разделы технической, тактической и психологической подготовки. Соревнования возникают, когда у человека появляется как минимум установка «сделать что-то лучше, чем кто-то» и превзойти кого-либо в каком-либо отношении. Более полноценным является вариант, когда все соперники осознают соревновательность своих действий и одновременно имеют установку на выигрыш друг у друга. Особый статус имеет «рекордный» вариант соревновательного проявления, когда спортсмен имеет установку «сделать что-то лучше всех» в прошлом, настоящем и будущем. Соревнование как неотъемлемый атрибут спорта имеет свои специфические особенности, отличающие от других элементов спорта.

Цель спортивной тренировки: развитие личности спортсмена и на этом фоне достижение высоких спортивных результатов.

Основные задачи спортивной тренировки: развитие психических и физических качеств (общих и специальных), приобретение практических и теоретических знаний по специализации, гигиене, самоконтролю и т. д.

Спортивная тренировка строится согласно закономерностям спортивной специализации и этим отличается от других видов физической культуры. При характеристике суммарного эффекта системы тренировки и под­готовки спортсменов пользуются следующими понятиями:

а) тренированность: степень биологической приспособленности организма к определенной работе (координация деятельности органов и систем со стороны ЦНС); выделяют общую и специальную тренированность;

б) подготовленность: это понятие более емкое, чем тренированность: физическая, техническая, тактическая и психологическая подготовленность;

в) спортивная форма: оптимальная (наилучшая) готовность к спортивным достижениям для данного конкретного цикла тренировки.

Все эти понятия означают определенное состояние спортсмена.

**Третий компонент** - система факторов, дополняющих тренировку и соревнования и оптимизирующих их эффект. Она включает в себя факторы общего режима жизни, специализированное питание, специальные средства и методы восстановления после тренировочных и соревновательных нагрузок, а также внетренировочные формы воспитания и самовоспитания спортсмена. Только объединенные в целостную систему все перечисленные компоненты могут обеспечить наивысший рост спортивных результатов и общий положительный эффект спортивной деятельности. При этом педагог (тренер) должен искать новое, свое.

Спорт немыслим без соревнований и состязаний, которые включены в саму его природу. Само по себе соревнование свойственно не только спорту, но и другим видам человеческой деятельности. Однако исключение состязательного момента из этих видов деятельности не разрушит их существа, поскольку он не является их специфической основой. Спортивная же деятельность без своего главного составного элемента - соревнования полностью утрачивает свой смысл и свою специфику. На современном этапе, обретение тренером собственного стиля общения со спортсменами, остается нерешенной проблема. Верно найденный стиль общения, соответствующий индивидуальности тренера создаёт атмосферу эмоционального благополучия в коллективе, которая во многом определяет результативность учебно- тренировочной и воспитательной деятельности, повышает эффективность такой важнейшей функции педагогического общения тренера, как передача информации. Таким образом, воспитание спортсменов является первой и главнейшей задачей любого тренера, задачей, которая должна решаться на всех этапах спортивной подготовки от новичка до тренировки высококвалифицированного спортсмена.