

*Ботвинова Кристина Сергеевна,  
студент,  
Белгородский государственный университет,  
РФ, г. Белгород*

## **ОСОБЕННОСТИ ВЗАИМООТНОШЕНИЙ ТРЕНЕРА И СПОРТСМЕНА В СПОРТИВНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ**

***Аннотация:** В данной статье раскрываются особенности взаимоотношений в спортивной деятельности между тренером и спортсменом, которые влекут за собой различные изменения как в спортивной деятельности, так и в обычной жизни подопечных. Так как взаимоотношения являются важной составляющей в жизни спортсменов и тренеров, остро встал вопрос о раскрытии данной темы. Поэтому в статье рассматриваются психологические и педагогические аспекты, а также этические, которые в совокупности влияют на тренировочный процесс и его результаты в целом. Тренер и спортсмен являются главными объектами, которые мы будем изучать и анализировать ниже.*

***Ключевые слова:** взаимоотношения, поддержка, тренер, спортивная деятельность, профессиональный спорт, изменения.*

***Annotation:** This article explores the specifics of coach-athlete relationships in sports, which entail various changes both in sports activities and in the daily lives of their athletes. Since relationships are an important component in the lives of athletes and coaches, the need to address this topic has become pressing. Therefore, the article examines psychological, pedagogical, and ethical aspects, which collectively influence the training process and its overall results. The coach and athlete are the primary subjects we will study and analyze below.*

***Keywords:** relationships, support, coach, sports activities, professional sports, changes.*

В настоящее время актуальным вопросом является проблема взаимоотношений тренера и спортсмена в профессиональной спортивной деятельности. Как и во все другие времена эта тема волнует многих людей, связанных тем или иным образом с профессиональным спортом. Так, взаимоотношения тренера и спортсмена – одна из самых важных составляющих в спортивной деятельности. Данный фактор влияет не только на достижение каких-либо спортивных результатов, но и на воспитание спортсменов, как достойных и хороших людей прежде всего [1, с. 15]. Актуальностью данной статьи является оценка особенностей взаимоотношений тренера и спортсмена в спортивной профессиональной деятельности.

Целью является поиск и выявление особенностей, различных факторов, которые оказывают влияние на эффективность взаимоотношений между тренером и спортсменом в течение спортивной деятельности.

В современных реалиях поднимается тема взаимоотношений тренера и спортсмена довольно-таки часто. Очень много спортсменов и тренеров не могут выстроить профессиональные и в тоже время гармоничные, доверительные взаимоотношения, что в результате приводит к переходу спортсмена к другому тренеру. Создание взаимоотношений – это сложный многогранный процесс, который требует времени, сил как со стороны тренера, так и со стороны спортсмена [2, с. 34]. Роль тренера в спорте очень велика и многозадачна. Это не только про достижение результата спортсменами, улучшение физической формы, выход на высокий профессиональный уровень, но и прежде всего выстраивание правильных взаимоотношений, которые будут сказывать положительно на всех остальных составляющих. Так, например, чтобы достичь результата в каком-

либо виде спорта важна не только физическая подготовка спортсмена, но и основной составляющей будут отношения между тренером и спортсменом.

Взаимоотношения тренера и спортсмена – это не только про общение, тренировки, это создание доверительной связи, где спортсмен будет чувствовать себя уверенно, комфортно и знать, что тренер – это не просто человек, который составляет тебе тренировочный план и тренирует, а еще и может поддержать, дать совет, помочь и подсказать при необходимости [4, с. 89].

Так, опытные тренеры уже могут сразу увидеть, что не так с их спортсменами вовремя и до тренировочного процесса, что в итоге приводит к изменениям в тренировочном плане. Что касается молодых тренеров, здесь немного иначе, в силу небольшого опыта, они не сразу могут понять, что что-то не так. Поэтому тренер, как человек должен обладать такими качествами как: чуткость, наблюдательность, внимательность. Без них будет сложнее заметить, что со спортсменом что-то не так, ведь кто-то без доверительных взаимоотношений ничего и не скажет тренеру. Поэтому, тренер должен уметь находить подход к своим воспитанникам. Порой сделать это – очень сложно, так как на это могут повлиять различные факторы, такие как: переходный возраст, в этот период подростки, как правильно, становятся более эмоциональными, уязвимыми, могут воспринимать какую-либо критику близко к сердцу; особое влияние могут оказывать сверстники. При этом, очень важно найти подход к каждому спортсмену, так как все разные, поэтому с одним спортсменом выстроить взаимоотношения будет легко, а с другим спортсменом уже сложнее. Очень важно к каждому спортсмену найти индивидуальный подход, чтобы в результате построить доверительные, профессиональные взаимоотношения.

Проблема взаимоотношений во все времена интересовала как ученых, так и самих тренеров. Но особое внимание данной теме стали уделять в XX веке. Так, ученые считают, что взаимоотношения являются основой

формирования социальных и психологических аспектов в коллективе, что тоже является важной составляющей [3, с. 25].

Стоит отметить, что важным моментом является не только выстраивание взаимоотношений между тренером и спортсменом, но и соблюдение границ. Очень часто эти границы стираются, что приводит к неприятным последствиям. Да, тренер обязан прислушиваться к подопечным, а они к нему, но не переходить дозволенное. В большинстве случаев, когда нарушается данная граница, не соблюдаются нормы, начинает происходить уменьшение влияния тренера, потеря смысла в данном слове, что в совокупности сказывается на тренировочном процессе, а также взаимоотношениях. Но, у всех разное мнение на этот счет, поэтому каждый тренер выбирает себе такую позицию, которую он считает нужной и наиболее эффективной.

Так, к особенностям взаимоотношений тренера и спортсмена относятся:

1. **Многорольная функция:** Тренер должен быть не только методистом, но и другом, вторым родителем, мотиватором, примером для своих подопечных.

2. **Психологическая функция:** тренер должен создавать благоприятную психологическую среду, в которой спортсменам будет комфортно, что в результате будет сказываться на результатах, взаимоотношениях.

3. **Рольные ожидания и взаимопонимание:** Эффективность определяется тем, насколько верно спортсмены и тренер понимают свои роли и ожидания друг от друга, что требует согласования.

4. **Индивидуальный подход:** Тренер должен учитывать личностные особенности спортсмена и адаптировать свои методы.

5. **Доверительные отношения:** Доверие со стороны спортсмена к тренеру и признание его авторитета являются фундаментом для продуктивной работы.

Все эти составляющие являются ключом на путь к доверительным взаимоотношениям между тренером и спортсменом. Без какой-либо составляющей будет очень тяжело выстроить нормальные, здоровые взаимоотношения.

Хотелось бы отметить, что не только тренер должен стараться найти этот баланс в общении. Спортсмен тоже должен прикладывать усилия для выстраивания доверительных взаимоотношений. Иначе, одному с этим справиться невозможно, так как оба объекта должны хотеть вместе выстроить общение так, чтобы это было максимально эффективно и менее психологически трудно как для спортсмена, так и для тренера. В результате, очень важно выстроенные взаимоотношения не ухудшить, а сохранить, поддерживать на протяжении спортивной карьеры, а также и после неё.

Подводя итоги, можно сделать вывод, что выстраивание доверительных взаимоотношений между тренером и спортсменом – это сложный и многоуровневый процесс, который требует огромного труда и сил, как со стороны тренера, так и со стороны спортсмена, чтобы не только достичь поставленного результата, но и воспитать достойного человека и спортсмена. Данная тема в спорте будет актуальна и будет набирать популярность во все времена.

#### **Использованные источники:**

1. Горбунов В. И. Психология физической активности и спорта. — СПб.: Питер, 2007. — 15 с.
2. Гуськов С. И. Психология спортивной деятельности. — М.: Физкультура и спорт, 1990. — 34 с.

3. Захаров А. В. Психология спортивного лидерства и стиль руководства. // Теория и практика физической культуры. — 2015. — № 8. — 25 с.
4. Ильин Е. П. Психология спорта. — СПб.: Питер, 2008. — 89 с.