

4. Стандарт вищої освіти: другий (магістерський) рівень вищої освіти, галузь знань 01 Освіта/Педагогіка, спеціальність 017 Фізична культура і спорт. 2012. 12 с.

## **ЕВОЛЮЦІЯ ПРОФЕСІЙНИХ КОМПЕТЕНЦІЙ ТРЕНЕРА В ДИТЯЧОМУ СПОРТІ В СУЧАСНИХ УМОВАХ**

**Еделєв О. С.**

*кандидат наук з фізичного виховання і спорту, доцент,  
доцент кафедри олімпійського та професійного спорту  
Херсонського державного університету*

**Єременко О. А.**

*кандидат наук з фізичного виховання і спорту, доцент,  
доцент кафедри історії та методики олімпійського спорту  
Національного університету фізичного виховання і спорту України*

**Щербашин Я. С.**

*кандидат наук з фізичного виховання і спорту, доцент,  
доцент кафедри історії та методики олімпійського спорту  
Національного університету фізичного виховання і спорту України*

Реалії останніх 3–5 років суттєво вплинули на форму та зміст діяльності тренера, включаючи пошук нових засобів, форм та методів роботи [2, с. 54; 3, с. 402]. Слід зазначити, що основні професійні компетенції спортивного тренера, який працює з дітьми, залишились без змін: це знання основних принципів розвитку фізичних та психологічних здібностей дітей; розуміння психологічних та фізіологічних особливостей розвитку дітей різного віку та рівня фізичної підготовки, вміння створювати та планувати тренувальні програми з урахуванням особливостей розвитку дітей; уміння адаптувати тренувальні програми під індивідуальні потреби та можливості кожної дитини; знання техніки та правил виконання спортивних вправ, коректний підбір вправ для розвитку фізичних здібностей дітей, вміння мотивувати дітей до досягнення спортивних результатів та до постійного розвитку своїх здібностей; знання та дотримання правил та стандартів безпеки під час проведення тренувань; уміння працювати в команді з іншими тренерами та спортивними фахівцями з метою досягнення спільних цілей; знання та використання сучасних методик та засобів для виявлення та вдосконалення фізичних та психологічних здібностей дітей; вміння планувати та проводити спортивні змагання та інші заходи з метою сприяння розвитку дітей не лише як спортсменів, а й як особистостей [1, с. 63,65; 4, с. 233; 6, с. 215-220].

Спостереження, опитування та дослідження сучасної діяльності дитячого тренера свідчать, що залежно від конкретної спортивної галузі, може бути корисним, а навіть необхідним, щоб дитячий тренер мав навички використання сучасних інформаційних технологій та гаджетів і розумів, як працювати в Інтернеті [5, с. 231; 7, с. 515].

Коректно і доцільно працювати в з інструментами диджиталізації важливо тому, що: використання гаджетів, таких як планшети та смартфони, може допомогти тренеру ефективніше планувати тренування, вести облік прогресу дітей та організувати комунікацію з батьками (організаційна функція); використання електронної пошти, соціальних мереж та інших інтернет-інструментів для зв'язку зі своїми вихованцями та їх батьками – це зручно і оперативно (комунікативна функція); використання Інтернету може допомогти тренеру знайти нові ідеї для тренувань, матеріали для навчання та інші корисні ресурси (пізнавальна функція); використання спеціальних додатків або програм може допомогти тренеру відстежувати та аналізувати дані про фізичну підготовку дітей, зберігати інформацію про їхні досягнення та стежити за прогресом (інформативна функція) [1, с. 62; 7, с. 522].

Вдосконалюючи свої знання та навички роботи в мережі, тренер, може вирішувати наступні задачі:

1. Підвищення ефективності тренувань: тренер може знайти нові вправи, техніки та методики, які допоможуть підвищити ефективність тренувань.

2. Підвищення якості підготовки: тренер може вивчати нові наукові дослідження та знання з області фізичної підготовки, що дозволить підвищити якість підготовки своїх вихованців.

3. Розвиток власної кар'єри: тренер може використовувати мережу для взаємодії з іншими тренерами та фахівцями у своїй галузі, щоб навчитися новим навичкам та знанням.

4. Комунікація з учнями та їх батьками: тренер може використовувати соціальні мережі та електронну пошту для зв'язку зі своїми вихованцями та їх батьками, що дозволить більш ефективно вирішувати різноманітні питання.

5. Продаж послуг: якщо тренер працює власником свого бізнесу, то він може використовувати мережу для продажу своїх послуг та просування свого бренду.

В сучасних умовах дитячому тренеру потрібно розвивати навички дистанційної роботи, оскільки у сучасному світі це стає все більш популярним та необхідним [1, с. 63; 5, с. 234].

Умовах війни та пандемія COVID-19 значно змінили професійну діяльність багатьох тренерів, оскільки багато тренувань перенесено в онлайн-формат і дистанційну роботу. Більше того, віддалена робота забезпечує можливість тренувати дітей з інших міст та країн, що розширює можливості реалізувати себе, як фахівець.

Розвиваючи навички дистанційної роботи, дитячий тренер може забезпечити ефективну організацію онлайн-тренувань, використовуючи спеціалізовані платформи, інтерактивні матеріали, відеоконференції тощо. Він також може використовувати соціальні мережі та електронну пошту для комунікації з вихованцями та їх батьками.

Розвиток навичок дистанційної роботи може допомогти дитячому тренеру підтримувати зв'язок з вихованцями навіть у випадку, якщо тренування не можуть відбуватися особисто через непередбачувані обставини. Крім того, це може збільшити ефективність роботи тренера та забезпечити йому конкурентні переваги.

Таким чином, розширення професійних компетенцій тренера в дитячому спорті щодо використання сучасних інформаційних технологій та інструментів в сучасних умовах, дозволяє забезпечити високу якість роботи та конкурентну перевагу.

#### ЛІТЕРАТУРА

1. Бордовська Н. Розвиток професійних компетенцій тренера у сфері фізичної культури та спорту. *Науковий вісник Чернівецького університету*. 2020. С. 61–64.
2. Гальченко О., Луценко Ю., Ярошенко І. Особливості роботи тренера з дітьми у віці 5-10 років. *Молода спортивна наука України*. № 24(1). 2020. С. 54–59.
3. Краснова Ю. А. Оптимизация профессиональных компетенций тренера в детском спорте в контексте цифровой экономики. *Физическое воспитание студентов*. № 24(6). 2020. С. 401–404.
4. Bolon D., Seiler D., McCarville R. E. Coaching children in physical activities: A systematic review of practitioner knowledge and skills. *Journal of Physical Activity and Health*. № 16(3). 2019. P. 232–243.
5. Graf J., Schilling J. Digital media in sports coaching. Current issues and future perspectives. *Journal of Teaching in Physical Education* № 40(2). 2021. P. 227–235.
6. Kavussanu M., Boardley I. D., Ring C. Coaching children: A systematic review of the research literature. *International Review of Sport and Exercise Psychology*. № 11(1). 2018. P. 215–241.
7. Tsuda E., Zhang J. J. Effects of a coach education program on knowledge, attitudes, and self-efficacy for coaching children. *Physical Education and Sport Pedagogy*. № 24(5). 2019. P. 513–527.

### ВПЛИВ ПЛІОМЕТРИЧНИХ ТРЕНУВАНЬ НА ВИБУХОВУ СИЛУ НІГ БІГУНІВ-СПРИНТЕРІВ

**Єременко О. А.**

*кандидат наук з фізичного виховання і спорту, доцент,  
доцент кафедри історії та методики олімпійського спорту  
Національного університету фізичного виховання і спорту України*

**Чжан Фенмін**

*здобувач третього (освітньо-наукового) рівня вищої освіти  
кафедри історії та методики олімпійського спорту  
Національного університету фізичного виховання і спорту України*

Фахівцями відзначається, що комплексний підхід при розвитку швидкісно-силових здібностей кваліфікованих спринтерів може сприяти підвищенню ефективності тренування та результативності змагальної діяльності спринтерів [1; 2; 7].

Комплексний підхід потребує високо кваліфікованого тренерського персоналу та доступності необхідного обладнання та матеріальних ресурсів, що може бути проблемою для більшості тренерів та спортсменів [3; 4].