

УДК 378.147:796.071.4

DOI <https://doi.org/10.32840/1992-5786.2020.73-1.8>**Н. А. Башавець**

доктор педагогічних наук, професор,  
завідувач кафедри теорії і методики фізичної культури та спортивних дисциплін  
Південноукраїнського національного педагогічного університету імені К. Д. Ушинського

**Б. М. Кіндзер**

кандидат наук з фізичного виховання і спорту, доцент,  
доцент кафедри фехтування, боксу та національних одноборств  
Львівського державного університету фізичної культури імені Івана Боберського,  
президент  
Західно-Українського центру Кіокушинкай карате,  
віцепрезидент  
Національної федерації Кіокушінкай Карате Унія України

**Ю. С. Таймасов**

кандидат педагогічних наук,  
старший викладач навчального пункту аварійно-рятувального загону спеціального призначення  
Головного управління Державної служби України з надзвичайних ситуацій України  
в Харківській області

**О. В. Зуб**

кандидат сільськогосподарських наук, доцент,  
доцент кафедри фундаментальних дисциплін  
Національної академії Національної гвардії України

**В. В. Артеменко**

старший викладач кафедри фізичного виховання і спорту  
Таврійського державного агротехнологічного університету імені Дмитра Моторного

## УДОСКОНАЛЕННЯ ПРОФЕСІЙНИХ КОМПЕТЕНТНОСТЕЙ ТРЕНЕРІВ З ОДНОБОРСТВ

*Прикладні професійні компетентності тренерів з одноборств є важливою сутнісною характеристикою, від якої залежить спортивна кваліфікація атлетів, що забезпечує їхню готовність до змагальної діяльності в різних умовах. Крім цього, нині важливе вдосконалення професійних компетентностей тренерів з одноборств та інших видів спорту в напрямі використання ними сучасних педагогічних технологій під час самостійної роботи (самоосвіти) та в системі їхньої професійної підготовки (підвищення кваліфікації), що якісним чином інтенсифікує формування професійних компетентностей в одноборстві. Зазначене вище підкреслює актуальність обраного напрямку наукової розвідки та практичну складову частину очікуваних результатів дослідження. Незважаючи на значну кількість робіт обраного нами напрямку дослідження, серед них праць, присвячених проблематиці вдосконалення професійних компетентностей тренерів з одноборств у системі самоосвіти (професійна підготовка та підвищення кваліфікації) із використанням новітніх педагогічних моделей, нами не виявлено, що потребує подальших наукових розвідок та підкреслює важливість практичної складової частини предмета й об'єкта дослідження.*

*Головною метою дослідження є розроблення й апробація педагогічної моделі вдосконалення професійних компетентностей тренерів із боротьби самбо під час самостійної роботи (самоосвіти).*

*Під час дослідження членами науково-дослідної групи використовувалися такі методи дослідження, як: аналіз і узагальнення результатів науково-методичної літератури, спеціальної навчально-методичної і відповідних напрямку дослідження інтернет-джерел, інструментальні методи дослідження, експертна оцінка, біомеханічний аналіз, відеоаналіз, сучасні методики математико-статистичної обробки даних тощо.*

*З метою апробації розробленої нами педагогічної моделі проведено педагогічний експеримент, у якому взяли участь тренери Харківської обласної федерації самбо (n = 11 осіб) та Львівської обласної федерації самбо (n = 9 осіб). Результати, отримані наприкінці педагогічного експерименту, а також показники експертного оцінювання рівня сформованості професійних компетентностей у досліджуваних тренерів із боротьби самбо (експериментальна група, спортивний та бойовий розділи) упродовж педагогічного експерименту свідчать про високу ефективність розробленої нами педагогічної моделі (з технічними засобами навчання), яка забезпечує готовність тренерів до якісної організації*

системи багаторічної підготовки одноборців (самбісти різних вікових груп) з урахуванням їхніх індивідуально-типологічних особливостей.

Перспективи подальших досліджень у зазначеному напрямі передбачають удосконалення теоретичних знань та практичних умінь (професійні компетентності) тренерів із боротьби самбо в напрямі фармакологічного забезпечення системи багаторічної підготовки самбістів до змагань різних рангів з урахуванням міжнародних антидопінгових нормативно-правових документів.

**Ключові слова:** боротьба самбо, бойове самбо, професійні компетентності, тренери, самоосвіта, самостійна робота, етапи багаторічної підготовки, одноборці, тренувальний процес, педагогічна модель.

**Постановка проблеми.** Результати виступу українських спортсменів різних вікових груп на змаганнях вищих рангів свідчать про необхідність удосконалення системи їхньої багаторічної підготовки, особливо в одноборствах (дзюдо, греко-римська боротьба, вільна боротьба, рукопашний бій, кікбоксинг, боротьба самбо й інші повноконтактні одноборства). Відповідно до вищезначеного, простежується важливість тренерської ролі, особливо на етапах початкової підготовки одноборців. Неправильну, помилкову та недовершену техніко-тактичну підготовленість, закладену в атлетів на початковому етапі багаторічної їх підготовки, важко виправити на подальших етапах (підготовка до вищих досягнень; максимальна реалізація індивідуальних можливостей; збереження вищої спортивної майстерності) [1; 2]. Зазначений негативізм призводить до зменшення результативності спортсменів та збільшення часу на їх техніко-тактичну підготовку.

Прикладні професійні компетентності тренерів з одноборств є важливою сутнісною характеристикою, від якої залежить спортивна кваліфікація одноборців, що, безсумнівно, забезпечує їхню готовність до змагальної діяльності в різних умовах. Крім цього, нині важливе вдосконалення професійних компетентностей тренерів з одноборств та інших видів спорту в напрямі використання ними сучасних педагогічних технологій під час самостійної роботи (самоосвіти) та в системі їхньої професійної підготовки (підвищення кваліфікації), що якісним чином інтенсифікує формування професійних компетентностей в одноборців. Зазначене вище підкреслює актуальність обраного напрямку наукової розвідки та практичну складову частину очікуваних результатів дослідження.

Дослідження виконано відповідно до планів науково-дослідної роботи і дослідно-конструкторських робіт кафедри теорії і методики фізичної культури та спортивних дисциплін Державного закладу «Південноукраїнський національний педагогічний університет імені К.Д. Ушинського та кафедри фехтування, боксу та національних одноборств Львівського державного університету фізичної культури імені Івана Боберського (2019–2020 рр.).

**Аналіз останніх досліджень і публікацій.** Аналіз науково-методичної та спеціальної літе-

ратури, інтернет-джерел (1 блок 1 етапу дослідження, серпень 2019 р.) у напрямі організації системи професійної освіти майбутніх тренерів з одноборств дозволив нам визначити низку науковців: О.Р. Задорожну, Ю.А. Бріскіна, М.П. Пітина [3], А.В. Сватьєва [4], Є.О. Павлюка [5], Б.М. Кіндзера [6], інших учених і практиків: М.С. Буренка, О.В. Котова, В.І. Левківа, В.В. Назаренка, Д.О. Перепляотчикова, В.А. Фрицюка, К.В. Царенка, Т.В. Чопика, А.М. Чуха). Напрацювання зазначених вище вчених і практиків є корисними для впровадження в систему професійної підготовки (підвищення кваліфікації й удосконалення професійних компетентностей) діючих тренерів з одноборств.

На думку членів науково-дослідної групи, цікавими за своєю сутнісною характеристикою та змістовою частиною є наукові праці Б.М. Кіндзера [7], К.В. Ананченка [8], В.П. Бізіна, Д.О. Миргород, О.В. Хацаюка [9], А.П. Коноха [10], інших учених і практиків: О.В. Аніщенко, С.А. Карасевича, Р.П. Карпюка, І.Ю. Кузнецова, Є.О. Павлюка, С.О. Сисоева, С.П. Червоної, А.В. Цюся, у яких розкриваються методологічні особливості використання ефективних педагогічних технологій у системі професійної освіти майбутніх тренерів із національних, традиційних та східних одноборств.

Під час подальшого аналізу спеціальної науково-методичної літератури нашу увагу привернули роботи А.С. Сіцінського [11], І.В. Гавриша [12], С.А. Божка [13], О.М. Ставицького [14], інших учених і практиків: Н.А. Башавець, О.Є. Грибанова, О.В. Зуб, О.В. Керкеша-Попова, Ю.М. Козловського, С.Г. Кравця, Ю.І. Медвідь, М.Л. Росток, Л.Г. Солодовникова, Ю.С. Таймасова, О.О. Туриці, О.В. Хацаюка, у яких висвітлені актуальні питання використання сучасних педагогічних моделей (технологій), які сприяють формуванню професійних компетентностей у представників різних груп населення.

Незважаючи на значну кількість робіт обраного нами напрямку дослідження, присвячених проблематиці вдосконалення професійних компетентностей тренерів з одноборств у системі самоосвіти (професійна підготовка та підвищення кваліфікації) із використанням новітніх педагогічних моделей, нами не виявлено, що потребує подальших наукових розвідок та підкреслює важливість практичної складової частини предмета й об'єкта дослідження.

**Мета статті.** Головною метою цієї роботи є розроблення й апробація педагогічної моделі вдосконалення професійних компетентностей тренерів із боротьби самбо під час самостійної роботи / самоосвіти.

Для досягнення мети дослідження планувався вирішити такі завдання:

- провести аналіз науково-методичної та спеціальної літератури, інтернет-джерел у напрямі організації системи професійної освіти майбутніх тренерів з одноборств;
- визначити ефективні педагогічні технології (методики), які використовуються під час професійної освіти майбутніх тренерів із національних, традиційних та східних одноборств;
- дослідити основні ефективні педагогічні моделі (технології), які сприяють формуванню професійних компетентностей у представників різних груп населення;
- розробити й апробувати змістово-функціональну модель удосконалення професійних компетентностей тренерів з одноборств (на прикладі тренерів із боротьби самбо) у системі їхньої самоосвіти.

Методи дослідження: аналіз і узагальнення результатів науково-методичної літератури та спеціальної навчально-методичної, відповідних напрямку дослідження інтернет-джерел, інструментальні методи дослідження, експертна оцінка, біомеханічний аналіз, відеоаналіз, сучасні методики математико-статистичної обробки даних тощо.

**Виклад основного матеріалу.** Дослідження організовано в період 2019–2020 рр., на базі провідних спортивних клубів (секцій): Харківської обласної федерації самбо Національної федерації самбо України та Львівської обласної федерації самбо Національної федерації самбо України. З метою якісної організації дослідження було створено науково-дослідну групу, до складу якої увійшли провідні вчені та практики зазначеного напрямку наукової розвідки: Б.М. Кіндзер, Н.А. Башавець, Ю.С. Таймасов, О.В. Зуб, В.В. Артеменко.

Надалі членами науково-дослідної групи (1 етап 2 блока дослідження, вересень 2019 р.) шляхом експертного оцінювання та на підставі врахування наявних звітів про спортивні результати виступу одноборців різних вікових груп на змаганнях різних рангів зазначених вище спортивних клубів (секцій) Харківської та Львівської областей із боротьби самбо встановлені такі суперечності між:

- достатніми рівнем розвитку теоретичних знань та практичних навичок тренерського складу (рівень розвитку їхніх професійних компетентностей) в організації тренувального процесу самбістів різних вікових груп та ігноруванням тренерами основних теоретико-методичних положень щодо організації системи багаторічного тренування

одноборців різних вікових груп під час практичної діяльності;

- наявністю високих показників у змагальній діяльності окремих самбістів та недостатнім рівнем використання сучасних педагогічних технологій (методик) у системі їх багаторічної підготовки;
- наявністю необхідного професійно-прикладного комплексу методичного забезпечення в напрямі всебічної підготовки одноборців у системі їх багаторічної підготовки та не використання його дієвого арсеналу у тренерській діяльності;
- достатнім рівнем методичної та практичної підготовленості в організації окремого тренувального заняття та недотриманням тренерами алгоритмізації та відповідної прикладної термінології під час окремого тренування.

Крім зазначених вище суперечностей, членами науково-дослідної групи встановлено, що під час підготовчої частини тренувального заняття окремими тренерами ігнорується послідовність (алгоритм) її проведення, що може призвести до травмування спортсменів під час відпрацювання навчальних питань, передбачених основною частиною тренувального заняття. Зазначений негативізм потребує відповідної корекції та контролю з боку посадових осіб, які безпосередньо відповідають за дотриманням заходів попередження травматизму (техніка безпеки) під час тренувального процесу одноборців.

Відповідно до вищевикладеного та результатів аналізу науково-методичної та спеціальної літератури (інтернет-ресурси), членами науково-дослідної групи (2 етап дослідження, жовтень 2019 р. – жовтень 2020 р.) було розроблено й апробовано педагогічну модель удосконалення професійних компетентностей тренерів із боротьби самбо (спортивний та бойовий розділи) під час самостійної роботи (самоосвіти, рис. 1).

З метою апробації зазначеної вище педагогічної моделі в системі багаторічного тренування одноборців (самбісти різних вікових груп) членами науково-дослідної групи організовано педагогічний експеримент, у якому взяли участь тренери Харківської обласної федерації самбо НФСУ (n = 11 осіб) та Львівської обласної федерації самбо НФСУ (n = 9 осіб).

До початку педагогічного експерименту тренери з боротьби самбо (спортивний та бойовий розділи) за рівнем сформованості професійних компетентностей (рівнем професійної підготовленості) достовірно не відрізнялися ( $P \geq 0,05$ ). Педагогічний експеримент організовано з урахуванням загальноприйнятих світових етичних норм, яких варто дотримуватися вченим під час проведення різного роду наукових досліджень. Усі досліджувані тренери контрольної й експериментальної груп, а також члени науково-дослідної групи дали згоду на участь у педагогічному експерименті.

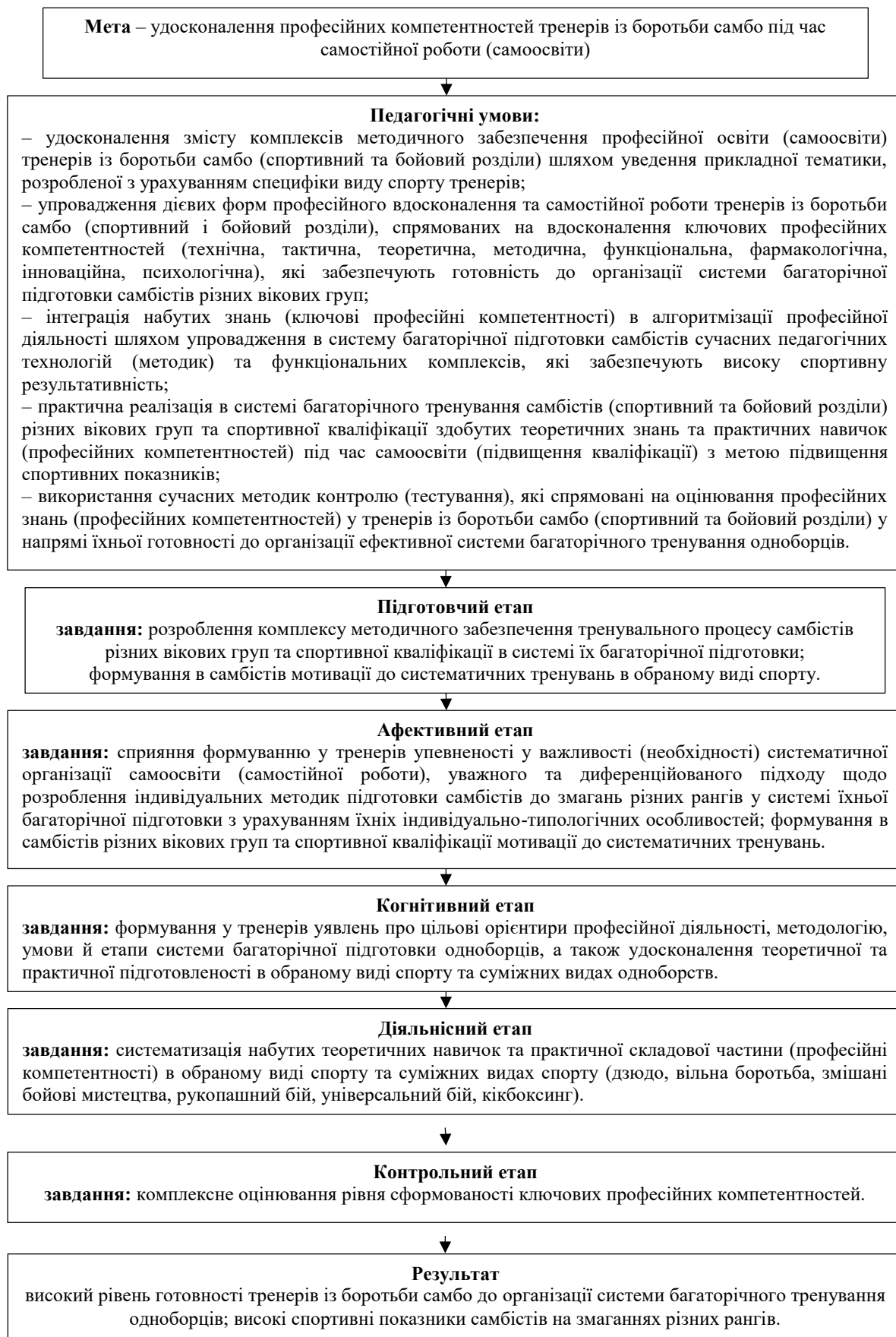


Рис. 1. Модель удосконалення професійних компетентностей тренерів із боротьби самбо під час самостійної роботи (самоосвіти)

Досліджуваних тренерів було розподілено на контрольну групу (далі – Кг) (n = 10 осіб, серед них 5 осіб – тренери Харківської обласної федерації самбо, 5 осіб – тренери Львівської обласної федерації самбо) та експериментальну групу (далі – Ег) (n = 10 осіб, серед них 6 осіб – тренери Харківської обласної федерації самбо, 4 особи – тренери Львівської обласної федерації самбо). Середній вік досліджуваних – 34 роки (чоловіки) (n = 12 осіб) та 29 років (жінки) (n = 8 осіб).

Під час педагогічного експерименту досліджувані тренери Кг удосконалювали свої професійні компетентності, тренерську кваліфікацію, за індивідуальним планом та планами річного професійного вдосконалення, затвердженими керівництвом спортивних клубів (ДЮСШ). Досліджувані тренери з боротьби самбо Ег додатково використовували розроблену нами зазначену вище (рис. 1) педагогічну модель, а також сучасні технічні засоби навчання [6; 9, с. 36–42], що сприяло стійкому й ефективному вдосконаленню важливих професійних компетентностей, а саме ключових компетентностей: технічної, тактичної, теоретичної, методичної, функціональної, фармакологічної, інноваційної, психологічної.

Розроблена нами педагогічна модель, а також сучасний науковий інструментарій використовувалися тричі на тиждень упродовж зазначеного періоду педагогічного експерименту (під час самостійної роботи тренерів Ег), що привело до позитивних змін у технічній, тактичній, теоретичній та функціональній підготовленості досліджуваних самбістів різних вікових груп. Порівнянням показників до та після використання запропонованої нами педагогічної моделі встановлено, що резуль-

тати (рис. 2), отримані наприкінці педагогічного експерименту в досліджуваних групах, суттєво підвищилися порівняно з вихідними даними, ці відмінності в основному достовірні (Ег,  $P \leq 0,05$ ).

Визначення якісної характеристики рівня вдосконалення професійних компетентностей (професійної підготовленості) у досліджуваних тренерів Кг та Ег здійснено шляхом експертної оцінки за чотирибальною шкалою оцінювання, де «5» – максимальний бал, а «2» – мінімальний. До складу експертної групи було залучено провідних учених і тренерів, заслужених тренерів України з боротьби самбо.

**Висновки і пропозиції.** Отже, у результаті дослідження членами науково-дослідної групи розроблено й апробовано педагогічну модель удосконалення професійних компетентностей тренерів із боротьби самбо (спортивний та бойовий розділи) під час самостійної роботи (самоосвіти). Результати, отримані наприкінці педагогічного експерименту, а також показники експертного оцінювання рівня сформованості професійних компетентностей у досліджуваних тренерів із боротьби самбо (Ег, спортивний та бойовий розділи) упродовж педагогічного експерименту свідчать про високу ефективність розробленої нами педагогічної моделі (з технічними засобами навчання), яка забезпечує готовність тренерів до якісної організації системи багаторічної підготовки одноборців, самбістів різних вікових груп, з урахуванням їхніх індивідуально-типологічних особливостей.

Основними компонентами змісту розробленої членами науково-дослідної групи педагогічної моделі є вдосконалення ключових компетентностей тренерів: технічної, тактичної, теоретичної,

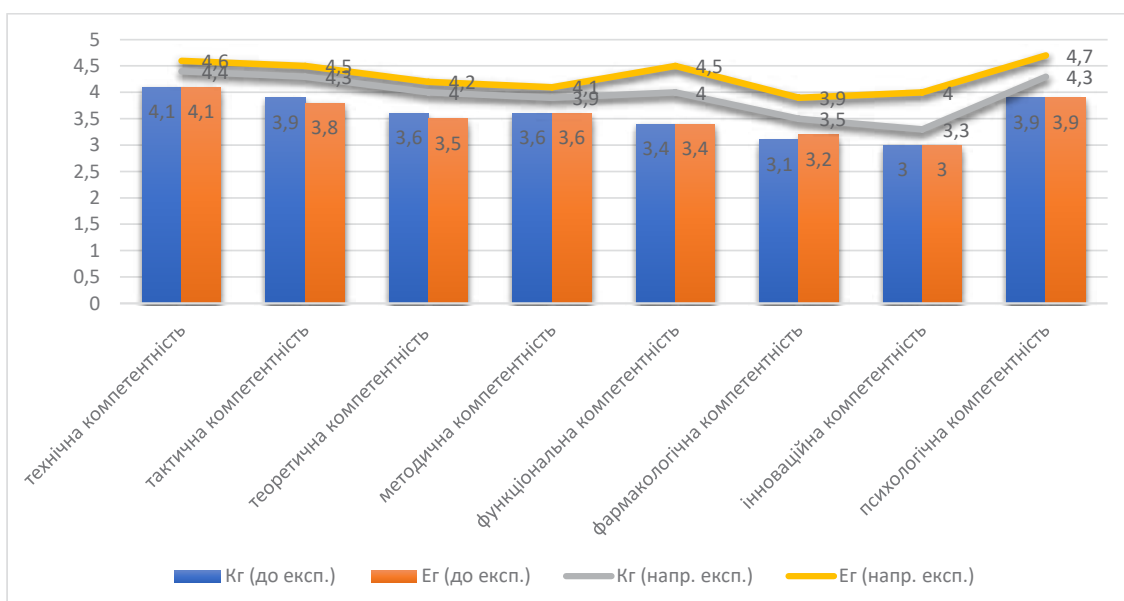


Рис. 2. Результати експертного оцінювання рівня сформованості професійних компетентностей у досліджуваних тренерів із боротьби самбо (Кг і Ег, спортивний та бойовий розділи) упродовж педагогічного експерименту

методичної, функціональної, фармакологічної, інноваційної, психологічної тощо, технічний арсенал боротьби самбо (спортивний та бойовий розділи), що забезпечує високі спортивні показники самбістів під час участі у змаганнях різних рангів.

Членами науково-дослідної групи пропонується вдосконалити алгоритми проведення підготовчої та заключної частин тренувальних занять із боротьби самбо (спортивний та бойові розділи), що мінімізує отримання травм атлетами під час відпрацювання навчальних питань, передбачених основною частиною тренування, та прискорить процеси відновлення наприкінці тренування (заклучна частина заняття).

Перспективи подальших досліджень у зазначеному напрямі передбачають удосконалення теоретичних знань і практичних умінь (професійні компетентності) у тренерів із боротьби самбо (бойовий розділ) у напрямі фармакологічного забезпечення системи багаторічної підготовки самбістів до змагань різних рангів з урахуванням міжнародних антидопінгових нормативно-правових документів.

#### Список використаної літератури:

1. Платонов В.Н. Система подготовки спортсменов в олимпийском спорте. *Общая теория и ее практические приложения* : учебное пособие. Киев : Олимпийская литература, 2004. 808 с.
2. Матвеев Л.П. Общая теория спорта и ее прикладные аспекты. Москва, 2001. 334 с.
3. Задорожна О.Р., Бріскін Ю.А., Пітин М.П. Формування професійної підготовленості майбутніх тренерів зі спортивних єдиноборств з використанням тренажерних пристроїв. *Єдиноборства*. Харків, 2020. № 3 (17). С. 13–24.
4. Сватъев А.В. Теоретичні і методичні засади підготовки майбутнього тренера викладача до професійної діяльності : автореф. дис. ... канд. пед. наук: 13.00.04. Запоріжжя, 2013. 26 с.
5. Павлюк Є.О. Концепція підготовки майбутніх тренерів-викладачів у вищих навчальних закладах. *Збірник наукових праць Хмельницького інституту соціальних технологій Університету «Україна»*. 2013. № 2 (8). С. 187–193.
6. Кіндзер Б.М. Використання сучасних комп'ютерних та цифрових технологій у навчальній (тренерській), викладацькій та змагальній діяльності у східних єдиноборствах (на прикладі Кіокушин карате). *Теорія та методика фізичного виховання*. Львів, 2007. № 8. С. 41–44.
7. Кіндзер Б.М. Ефективність застосування комп'ютерного програмно-апаратного комплексу «Омега-С» у тренувальному процесі по підготовці висококваліфікованих спортсменів в Кіокушинкай карате до змагань. *Проблеми та перспективи розвитку науки на початку третього тисячоліття у країнах Європи та Азії*. Переяслав-Хмельницький, 2015. № 1. С. 356–358.
8. Ананченко К.В., Хацаюк О.В. Новий методичний підхід для оцінки відеоматеріалу, що використовується при підготовці дзюдоїстів. *Слобожанський науково-спортивний вісник*. Харків, 2016. № 4 (54). С. 11–16.
9. Бизин В.П., Миргород Д.А., Хацаюк А.В. Технические средства обучения двигательным действиям : научное пособие. *Lambert Academic Publishing*. Берлин (Германия), 2014. С. 36–42.
10. Конох А.П. Особливості підготовки майбутніх тренерів-викладачів східних єдиноборств до професійної діяльності в дитячо-юнацькій спортивній школі. *Інноваційна педагогіка*. Одеса, 2019. № 17. Т. 1. С. 81–84.
11. Сіцінський А.С. Формування готовності майбутніх офіцерів до професійної діяльності засобами інформаційних технологій : автореф. дис. ... канд. пед. наук: 20.02.02. Хмельницький, 2002. 19 с.
12. Гавриш І.В. Теоретико-методологічні основи формування готовності майбутніх учителів до інноваційної професійної діяльності : дис. ... докт. пед. наук: 13.00.04. Харків, 2006. 542 с.
13. Божко С.А. Технологія формування професійно значущих умінь майбутніх офіцерів в процесі спеціальної фізичної підготовки : автореф. дис. ... канд. пед. наук: 13.00.04. Хмельницький, 2013. 21 с.
14. Ставицький О.М. Теоретичні та методичні засади професійного виховання майбутніх офіцерів – прикордонників : автореф. дис. ... канд. пед. наук: 13.00.07. Старобільськ, 2015. 39 с.

#### **Bashavets N., Kindzer B., Taimasov Yu., Zub O., Artemenko V. Improving the professional competencies of martial arts trainers**

*Applied Professional Competencies of martial arts coaches are an important essential characteristic on which the sports qualification of athletes depends, which undoubtedly ensures their readiness for competitive activities in different conditions. In addition, today it is important to improve the Professional Competencies of coaches in martial arts and other sports in the direction of their use of modern pedagogical technologies in independent work (Self-education) and in the system of their training (training), which qualitatively intensifies the formation of Professional Competencies. The above emphasizes the relevance of the chosen direction of scientific research and the practical component of the expected results of the study. Despite the significant number of works of our chosen direction of research, the problem of improving the Professional Competencies of martial arts coaches in the system of Self-education (training and retraining) using the latest*

---

*Pedagogical Models, we did not find that requires further research and emphasizes the importance of practical subject matter and object of study.*

*The main purpose of the study is to develop and test a Pedagogical Model of improving the Professional Competencies of coaches in Sambo Wrestling during independent work (Self-education).*

*During the study, members of the research group used the following research methods: analysis and generalization of the results of scientific and methodological literature and special educational and methodological and relevant areas of research Internet sources, instrumental research methods, expert evaluation, biomechanical analysis, video analysis, modern mathematical methods. statistical data processing.*

*In order to test the Pedagogical Model developed by us, a pedagogical experiment was conducted, in which coaches of the Kharkiv Regional Sambo Federation (n = 11 people) and the Lviv Regional Sambo Federation (n=9 people) took part. The results obtained at the end of the pedagogical experiment, as well as indicators of expert assessment of the level of Professional Competencies of the studied coaches in Sambo (Eg, sports and Combat sections) during the pedagogical experiment indicate the high efficiency of our developed Pedagogical Model (with technical teaching aids) trainers to the qualitative organization of the system of long-term training of wrestlers (Sambo wrestlers of different age groups) taking into account their individual-typological features.*

*Prospects for further research in this area include improving theoretical knowledge and practical skills (Professional Competencies) of Sambo trainers in the direction of pharmacological support of long-term training of Sambo wrestlers to compete in various ranks, considering international anti-doping regulations.*

**Key words:** *Sambo Wrestling, Combat Sambo, Professional Competencies, coaches, Self-education, independent work, stages of long-term training, wrestlers, training process, Pedagogical Model.*