

ŠIAULIŲ UNIVERSITETAS
EDUKOLOGIJOS FAKULTETAS
KŪNO KULTŪROS IR SPORTO EDUKOLOGIJOS KATEDRA

Inga Mikėnienė

Kūno kultūros ir sporto edukologijos
magistrantūros studentė

PLAUKIMO TRENERIŲ PROFESINĖS KOMPETENCIJOS RAIŠKOS YPATUMAI

Magistro darbas

Mokslinis vadovas
doc. dr. Eugenija Karbočienė

Šiauliai 2013

Darbas originalus Inga Mikėnienė

SANTRAUKA

PLAUKIMO TRENERIŲ PROFESINĖS KOMPETENCIJOS RAIŠKOS YPATUMAI

Magistro darbas

Tyrimo aktualumas. Trenerio veikla dirbant su įvairaus meistriškumo sportininkais pastaraisiais metais kito, tapo ypatingai daugialypė, kadangi rinkos ekonomikos sąlygos diktuoja naujus uždavinius. Lietuvoje, mažo krašto kultūroje, situacija yra tokia, kad treneriui neišvengiamai keliami specifiniai reikalavimai, todėl šiuo darbu bus stengiamasi atskleisti trenerio darbo aspektus, kurie duoda naudą sportiniams rezultatams.

Tyrimo objektas. Plaukimo trenerių profesinės kompetencijos raiška.

Tyrimo tikslas. Įvertinti plaukimo trenerių profesinės veiklos raišką, atsižvelgiant į jų darbo metodiką, principus, vertybines nuostatas.

Tyrimo metodai: literatūros šaltinių analizė, anketinė apklausa, matematinė statistika.

Tyrimo metodologija: tyrimo metodologinį pagrindą sudaro psichologiniai, humanizmo, ugdymo bei raidos esminiai pagrindai.

Tyrimo imtis: tyrime dalyvavo 110 respondentų, iš Kauno, Šiaulių bei Marijampolės miestų plaukimo mokyklų. Buvo apklausiami 44 plaukimo treneriai, bei 63 sportininkai iš skirtingo meistriškumo grupių.

Tyrimo rezultatai:

1. Išanalizavus gautus duomenis apie trenerių mokslinę-metodinę veiklą paaiškėjo, kad Nacionalinės kategorijos treneriai linkę ne į savęs tobulinimą, o orientuojasi į patirties perdavimą sportininkams. Sporto kategorijos treneriams būdinga savišvieta, jie prioritetą teikia mokslinei literatūrai bei praktinėms mokslinėms konferencijoms.

2. Paaiškėjo, kad geriausiai treniruočių procesą geba modeliuoti Nacionalinės kategorijos treneriai. Labiausiai vidine motyvacija paveikti sportininkus bando Lietuvos sporto kategorijos treneriai, o sporto kategorijos treneriai prioritetą teigia sportininkų charakterio formavimui ir išorinei motyvacijai.

3. Labiausiai trenerį bei jo gabumus vertina jauniausi vaikai, sportuojantys meistriškumo ugdymo grupėse. Silpniausias ryšys yra tarp trenerio ir didelio meistriškumo grupių sportininkų.

SUMMARY

THE PROFESSIONAL COMPETENCE'S RESOLUTION FEATURES OF SWIMMING COACHES

Master's graduation thesis

Relevance of the research. The practice of the coach working with athletes of varying skill in recent years changed, it became extremely multifaceted because the conditions of market economics dictate new challenges. In Lithuania, in the culture of small country, the situation is such that the specific requirements necessarily are raising for the coach. Therefore, this work will attempt to reveal aspects of the coach's work which bring benefits for athletic performance.

Object of the research. The professional competence's resolution of swimming coaches.

Aim of the research. To estimate the professional practice's resolution of swimming coaches according to their working methodology, principles and moral values.

Methods of the research: analysis of the literature sources, questionnaire survey, mathematical statistics.

Methodology of the research: the methodological framework for the research consists of psychological, humanism, education, and development essential basics.

110 respondents from swimming schools of Kaunas, Šiauliai and Marijampolė cities have participated in the research. 44 swimming coaches and 63 athletes from groups of the different skill have interviewed.

Results of the research:

1. From analysis of received data about scientific-methodical practice of coaches revealed that the coaches of National category tend not to self-improvement but orient on the transfer of experience for athletes. The coaches of sport category characterize by self-education, they give priority to scientific literature and practical scientific conferences.

2. Revealed that the best workout process is able to simulate the coaches of National category. The coaches of Lithuanian sport category try to affect the athletes with most intrinsic motivation and the coaches of sport category give priority to formation of athletes' character and extrinsic motivation.

3. The youngest children who sports in groups of skill's education most appreciate the coach and his talents. The weakest contact is between the coach and the high skill's groups of athletes.

TURINYS

SANTRAUKA	2
SUMMARY	3
ĮVADAS	5
1. LITERATŪROS APŽVALGA	7
1.1 Trenerio profesinė veikla ir jos bruožai.....	7
1.1.1 Trenerio profesinės sėkmės veiksniai.....	8
1.1.2 Aplinkos veiksniai, įtakoiantys sportininkų rengimą.....	12
1.2 Trenerio kompetencijos charakteristika.....	13
1.2.1 Trenerio kompetencija sportiniame rengime.....	14
1.3 Trenerio asmenybės bruožai – sėkmingo rezultatų siekimo veiksnys.....	19
1.4 Sportininkų ir trenerio sveikos ypatumai.....	23
1.4.1 Trenerio poveikis sportininkams bendravimo kontekste.....	24
1.4.2 Trenerio gebėjimo valdyti ugdymo procesą įtaka sportinei veiklai.....	27
2. TYRIMO METODOLOGIJA	31
3. TYRIMO REZULTATAI IR JŲ APTARIMAS	34
3.1 Trenerių mokslinės-metodinės veiklos aspektai.....	34
3.2 Trenerių psichometrinių savybių efektyvumo tyrimas.....	39
3.3 Sportininkų bendravimo ir požiūrio į plaukimo trenerius tyrimas.....	47
IŠVADOS	51
REKOMENDACIJOS	52
LITERATŪRA	53
PRIEDAI	58

IVADAS

Tyrimo aktualumas. Trenerio veikla dirbant su įvairaus meistriškumo sportininkais pastaraisiais metais kito, tapo ypatingai daugialypė, kadangi rinkos ekonomikos sąlygos diktuoja naujus uždavinius. Šiomis dienomis dažnai trenerio darbas reiškiasi labiau per psichologo, ar vadybininko, nei per fizinių ypatybių ugdytojo veiklą. Lietuvoje, mažo krašto kultūroje, situacija yra tokia, kad treneriui neišvengiamai keliami specifiniai reikalavimai, todėl šiuo darbu bus stengiamasi atskleisti trenerio darbo aspektus, kurie duoda naudą sportiniams rezultatams.

Profesionalus treneris privalo nuolat atnaujinti informaciją apie treniruotės technologiją, kiekybinius ir kokybinius treniruotės krūvius ir modelius, organizacinę valdymo strategiją, mokslinę – metodinę veiklą. Treniruodamas didelio meistriškumo sportininką, treneris privalo išmanyti ir vykdyti optimalaus treniruotės krūvio planavimą bei kontroliuoti sėkmingą ir kryptingą jo vyksmą. Visi šie komponentai ir nusako trenerio profesionalumą, o pastarasis kartu su kvalifikaciniu lygiu ir yra sėkmingo darbo pagrindas. Treneris turi siekti, kad nekompetencija virstų kompetencija, nes tik kompetentingas specialistas gali kelti savo veiklai realius pasiekimus ir tikslus (Gricius, 2010). Kompetencijos reikšmingumas, kai reikia savarankiškai priimti sprendimus, tampa ypatingai aktualus ir buvo nagrinėjamas daugelio mokslininkų darbuose (Gricius, 2010; Miškinis, 1998, 2006, 2009; Santos, Mesquita, Graca ir kt., 2010; Taraskevičius, 2008). Dauguma sporto mokslininkų atliekant tyrimus dažnai klausia, kokie elementai būtini treneriui, siekiančiam komandoje sukurti sveiką sportinę atmosferą, skatinti sportininkus siekti maksimalių sportinių rezultatų, ugdyti juos visapusiškai. K. Miškinis savo darbuose (1998; 2006; 2009) atskleidė, kad vienetai trenerių gali pasigirti turintys kompetenciją kokybiškam rezultatų siekimo užtikrinimui, geros atmosferos komandoje sukūrimui, jam pritariančių daugumos mokslininkų (Krogh & Roos, 1996, Стамбулова, 1999, Adams, 2002) nuomone, sporto pedagogas turi būti profesionalus ir kompetentingas perduodant savo žinias, patirtį, vertybes sportininkams ir taip daryti jiems tinkamą įtaką. Kiekvienas treneris turėtų siekti, kad jo vaidmuo motyvuotų sportininkus. Be to, per pastaruosius metus trenerio darbo metodika labai stipriai keitėsi – stiprėjant Vakarų šalių kultūros įtakai, didėjant varžybų mastams, keičiantis treniruočių metodikoms, trenerio darbas tapo daugialypiu profesinės veiklos rinkiniu. Treneris šiais laikais nėra vien kūrybinė asmenybė, kuri taikydama įvairiais treniravimo metodikas, išugdo aukšto meistriškumo sportininkus.

Atsižvelgiant į trenerių profesinės veiklos kompetencijos svarbą, šis darbo aktualumas grindžiamas tuo, kad Lietuvoje stokojama mokslininkų darbų apie plaukimo trenerių profesinę kompetenciją, tobulėjimo poreikį ir bendravimo ypatumus ugdymo kontekste.

Tyrimo problema Keičiantis pasaulio ekonominei bei rinkos situacijai, be to, augant sportiniams rezultatams, kyla klausimas – kaip treneriui sugebėti optimaliai fiziškai ugdyti komandą ir gebėti suvokti, kad trenerio darbe niekas nesireiškia momentiška – tai ilgas, nuoseklus procesas, kai einama nuo mažytės dalies iki visumos.

Tyrimo objektas. Plaukimo trenerių profesinės kompetencijos raiška.

Tyrimo tikslas. Įvertinti plaukimo trenerių profesinės veiklos raišką, atsižvelgiant į jų darbo metodiką, principus, vertybines nuostatas.

Tyrimo hipotezė. Tikėtina, kad trenerio veiklos rezultatai priklauso nuo turimos profesinės kompetencijos ir tinkamai sugrupuotų prioritetų.

Tyrimo uždaviniai:

1. Išanalizuoti ir apibendrinti trenerių profesinės kompetencijos ypatumus ir raišką teoriniame kontekste;
2. Įvertinti trenerio turimos kvalifikacinės kategorijos ir poreikio tobulėjimui sąsają;
3. Nustatyti skirtingos kvalifikacijos trenerių profesinės veiklos bei pasirinkto treniravimo specifiškumo kriterijus.
4. Atskleisti sportininkų požiūrį į trenerio asmenybę ir jo kompetenciją.

Darbo struktūra. Darbą sudaro įvadas, trys dalys, išvados, rekomendacijos, literatūros sąrašas ir priedai. Darbe pateikta 6 lentelės ir 25 paveikslai, 5 priedai. Darbo apimtis – 62 puslapiai. Panaudoti 85 literatūros šaltiniai, iš jų 43 užsienio autorių, 42 Lietuvos autorių publikacijos. Įvadui skirta 2 puslapiai, literatūros apžvalgai – 23, tyrimo metodams - 3, tyrimų rezultatų analizei ir apibendrinimams - 16, išvadoms – 1, rekomendacijoms – 1, darbo priedams 5 puslapiai.

LITERATŪROS APŽVALGA

1.1 Trenerio profesinė veikla ir jos bruožai

Kiekvieno asmens profesijos pasirinkimas priklauso nuo jo asmeninių gebėjimų bei polinkio į tam tikrą profesiją. K. Miškinis (1998) rašė, kad treniruodamas sportininkus treneris atlieka tiesiogines pareigas, tačiau darbe kiekvienas parodo savo individualų veiklos braižą, jam vienam būdingus veiksmų metodus bei būdus. Trenerio veiklos sėkmę lemia įvairūs veiksniai. Ypač svarbu išsiugdyti dorovinės brandos bruožus, nes jie į trenerio veiklos turinį įtraukia pažinimą, bendravimą, santykius. Dėl to reikalavimai treneriui, kaip darbo subjektui, yra ypatingi, apima ne tik specialias žinias, mokėjimus, įgūdžius, bet ir asmenybę apskritai.

Daugelis mokslininkų sutelkė dėmesį į esminius treniravimo elementus, efektyvaus treniravimo įgūdžius ir elgesį treniruojant, tačiau trenerio profesinės veiklos perspektyvoje matyti, kad treneris atlieka daug funkcijų, nesusijusių su tiesioginiu trenerio darbu. Atrodo, kad egzistuojančioje literatūroje prieinama vieninga nuomonė apie tai, kad treniruojant reikia sukurti komunikavimo, pasitikėjimo, įsipareigojimo darbo našumui atmosferą (Darraugh, 1990, Orth, ir kt. 1987). A. Ellinger ir kt. (2003) rašė apie reikiamus įgūdžius treniruojant, pavyzdžiui, įsiklausymo įgūdį, analitinį mąstymą, reikalingų klausimų iškėlimą, stebėjimą, gebėjimas gauti grįžtamąjį ryšį iš vykdomos veiklos, palankios atmosferos sukūrimą. D. Gričius (2010), Ch. Handy (1985) teigė, kad bruožų teorijos remiasi prielaida, kad egzistuoja tam tikrų asmenybės bruožų, kurių dėka galima sėkmingai vadovauti. Šiuo atveju komandos darbo sėkmė turėtų priklausyti nuo tinkamos trenerių atrankos. Daugelyje atliktų tyrimų dažniausiai minimi tokie bruožai:

- Intelektas - trenerio intelektas turėtų būti aukštesnis už vidutinį, tačiau genijumi gimti nebūtinai pakanka gebėjimo spręsti sudėtingas, abstrakčias problemas;
- Iniciatyvumas - treneris turi būti savarankiškas ir išradingas, sugebėti apsispręsti, kada ir kokių veiksmų imtis, kaip juos įgyvendinti.
- Tikėjimas savo galimybėmis - tai pasitikėjimas savimi, pakankamai aukštas kompetencijos ir aspiracijų lygis, užsibrėžtas siekis užimti aukštą profesinę padėtį visuomenėje;
- “Sraigtasparnio veiksnys”- tai bruožas, išskiriamas vėlesnėje literatūroje. Jis apibrėžiamas kaip sugebėjimas pakilti aukščiau už konkrečias situacines aplinkybes, platesnio problemos konteksto suvokimas;

- Manoma, kad vadovavimo sėkmei turi įtakos ir gera sveikata, socialinė ir ekonominė kilmė;
- Tarp kitų ypatybių kartais nurodomos ir tokios savybės kaip entuziazmas, socialumas, integruotumas, drąsa, vaizduotė, ryžtingumas, kryptingumas.

Labai gerų rezultatų siekimas, efektyvi treniruotės technologija, susijusi su pedagoginiu treniruotės vyksmo tobulinimu, kryptingai ugdant intelektualią sportininko asmenybę, išreiškiant judesių grožį, parodant technikos kokybę ir tobulumą, yra didelio meistriškumo sporto esmė (Karoblis, 2006).

K. Miškinis, (2006) rašydamas apie trenerio kultūringumą, etiką, minėjo, kad subtili elgesio kultūra, apimanti trenerio dvasinį vientisumą, jausmų ir intelekto darną, psichologinį ir estetinį nuovokumą, poelgių išraiškos tikslingumą ir grožį, laiduoja sėkmingus tarpusavio santykius, produktyvų darbą. Nekultūringumas, šiurkštumas, nemandagumas, neišsiauklėjimas, elementarių elgesio taisyklių nesilaikymas trenerį menkina kitų akyse, mažina jo poveikį kitiems. Žinoma, treneris privalo ne tik pats laikytis etiketo taisyklių, bet ir mokyti savo auklėtinius gražaus elgesio. Etiketo taisyklės sportininkams turi virsti įpročiu.

1.1.1 Trenerio profesinės sėkmės veiksniai

Kiekvienoje valstybėje, taip pat ir Lietuvoje, sporto mokslas, humanistinės sporto vertybės, jų vieta kultūroje tapo vienu svarbiausių diskusijos objektų. Pasaulio mokslininkai teigia, kad viena svarbiausių šiuolaikinio sporto mokslo krypčių yra elitinių trenerių veiklos organizacinės struktūros tyrimai ir vidinis organizacijos valdymas. Jie įrodo, kad šios sistemos veiksmingumas priklauso nuo trenerio profesionalumo ir kvalifikacijos lygio. Didžiausią poveikį sportinių rezultatų gerinimui daro sportininkų rengimo technologijos optimizavimas, konstruktyvios rengimo struktūros valdymas ir užpildymas visaverčiu turiniu. Elitinių sportininkų treneris turi būti treniruotės proceso architektas, eksperimentatorius, improvizatorius, išsiskiriantis moksline kompetencija (Stonkus, 2003; Unierzycky, 2005; Karoblis, 2007; Thomas ir kt., 2008). R. Malinauskas (1999), tirdamas būsimųjų pedagogų socialinės kompetencijos bruožus, nustatė, kad studentai reikšmingiausia savybe laikė sugebėjimą bendrauti, taip pat jie manė, kad jog socialinė kompetencija priklauso ne tik nuo aukštos dalykinės kvalifikacijos (mokėjimo perteikti žinias, intelekto), bet ir nuo sugebėjimo suprasti mokinį.

Apie trenerio profesijos svarbą rašė dauguma Lietuvos ir užsienio autorių, K. Miškinis (2006), nagrinėdamas trenerio saviugdros procesų svarbą, minėjo, kad aukštoji mokykla negali parengti ir išleisti trenerio, turinčio galutiniai susiformavusius pedagoginius, psichologinius ir metodinius mokėjimus, įgūdžius bei savimonę. Ir pradedantysis, ir patyręs

treneris susiduria su daugybe sunkumų, įvairiomis kliūtimis. Ir, pasak K. Miškinio, su tuo susidoroti padeda įvairios kvalifikacijos kėlimo grandys, tačiau svarbiausia jų – paties trenerio noras tapti savo darbo meistru, nuolat tobulintis. Treneris sugebės sėkmingai dirbti ir pasiekti gerų rezultatų tik tada, jeigu jis nuolat lavinsis, tobulins savo pedagoginį meistriškumą, keisis. Žinoma, kad viena iš svarbiausių sporto pedagogo užduočių yra skatinti fizinį aktyvumą. Tai ypatingos svarbos darbas šiame moderniaame pasaulyje, kuriame fizinės būklės ir sveikatingumo lygis vis mažėja. Keisti šią situaciją reikia plėtojant teigiamą jaunimo požiūrį į fizinį lavinimąsi (Zalech, 2011), taigi, sporto pedagogas turi nuolatos ugdyti tiek sportininkus, tiek save – tai yra nenutrūkstamas procesas, kurio dėka galima siekti aukščiausių rezultatų. L. Jovaiša (2001) teigė, kad ugdytojui pridera būti turiningu žmogumi. Toks jis tampa, kai jo veiklos motyvacija siejama su dvasinių vertybių poreikiu. Šis pasireiškia interesu filosofijai, mokslui, menui, dorinėms, socialinėms vertybėms. Profesinio ugdymo institucijose jo interesai labiau specializuojami – susitelkiama į kurią nors mokslo, technikos ar meno sritį. Jie turi tokią didelę galią, kad palaiko nuolatinės žmogaus pastangas domėtis naujovėmis, tuo, ką pateikia šiuolaikinė filosofija, mokslas, technikos išradimai, meno laimėjimai. Vadinasi, nuolatinis dvasinių vertybių poreikio tenkinimas lemia ugdytojo vidinį turtingumą.

Asmenybės puoselėjimas – svarbiausias švietimo tikslas, kurį kelia daugelis demokratinių šalių. Šiuo metu Lietuvoje vis labiau įsitvirtinant humanistinės psichologijos ir pedagogikos nuostatoms, pagrindinis tikslas sietinas su siekimu laiduoti kuo visapusiškesnę žmogaus fizinių, psichinių ir dvasinių galių plėtotę, sudaryti sąlygas atsiskleisti jo individualybei, pažadinti norą tobulėti, ugdyti savo asmenybę (Jackūnas, 1993). Kiekviename pedagoginiame sprendime treneriui reikalingas ryžtingas psichologinis žingsnis. Kitaip tariant, visas kompleksas pedagoginių sporto problemų (atranka, apmokymas, auklėjimas, vadovavimas) reikalauja rimtų psichologinių pagrindų (Giges, Petitpas, 2004). Tam, kad kažko pasiekti, treneris turi tapti pedagogu, o sportininkas – mokiniu. Treneris, kaip ir kiekvienas pedagogas, turi pastoviai kelti (tobulinti) savo erudiciją, suprasti, kas dedasi politikoje, ekonomikoje, moksle, literatūroje, kultūroje. Žmogui, kaip asmenybei, charakteringa ne tik nepakartojamumas, bet ir sugebėjimas kūrybiškai žiūrėti į aplinką, formuoti savas pozicijas, nuomonę apie jį supantį pasaulį. Kaip teigė P. Karoblis (2006), pirmiausia treneriu reikia gimti, bet kartu susieti gyvenimą su išsimokslinimu, o svarbiausia dirbti su meile. Būtina nuolat ieškoti naujovių ir sugebėti matyti ateitį, patvirtinti savo mintis ir požiūrį svariais argumentais. Treneris eina nepramintu, duobėtu keliu, jį ne visuomet lydi pergalės. Didžiausių sportinių rezultatų pasiekiami ne laikantis metodinių dogmų, o ieškant savo kelio, sutelkus visas jėgas – intelektualines, dvasines ir fizines.

Kadangi treneris yra komandos vadovas, jis turi spręsti daugybę problemų, diskutuoti, ginčytis ir savo autoritetu veikti auklėtinių mąstymą. Treneris turi būti artimiausias ir

patikimiausias auklėtinių draugas bei mokytojas, kurio autoritetas neginčijamas. Jis teikia auklėtiniams žinių, formuoja mokėjimus, įgūdžius, auklėja, visapusiškai ugdo. Savotišku trenerio fenomenu galima laikyti trenerį, kuris perduoda auklėtiniams tai, ką pats išgyveno, sužinojo, apmastė, patyrė. Padidėjus sportiniam meistriškumui ir atsiradus daugumai panašaus lygio komandų ar sportininkų, dažniausiai pergalę lemia ne tiek fizinis, taktinis ar techninis parengtumas, kiek aukštos kiekvieno sportininko moralinės savybės, pasiryžimas kovoti iki paskutinės sekundės, valios pastangos. Čia slypi ugdomojo darbo prasmė (Miškinis, 1998).

Treneriui būtina patirtis, intuityva, menas treniruoti ir kurti naujas technologijas. Svarbiausia save saugoti nuo sustabarėjimo, mintimis, mąstymu, idėjomis, sveiku protu ir apžvalgumu pakilti virš realios tikrovės, pradėti ją valdyti ir keisti. Kai į trenerio gyvenimą ateina naujovės, keičiasi ir jo darbai. Pati svarbiausia ir įdomiausia treniruotės dalis – moksliskai pagrįstas sporto treniruotės organizacinis valdymas, optimalaus treniruotės krūvio nustatymas, tinkamos strategijos, kuri kiekvieną sportininką atvestų į tikslą, numatymas (Raslanas, Karoblis ir kt., 2007).

Pedagogų profesinėje veikloje svarbu gebėti inovatyviai ir įdomiai perteikti žinias, ugdyti mokinių gebėjimus, mąstymą, lavinti patirtį ir kt. Visa tai reikalauja pedagogo emocinių, dvasinių ir fizinių pastangų, o nuolatinis skubėjimas, besikeičiantys reikalavimai ir mokytojo veiklos nepakankamas vertinimas neigiamai veikia mokytojų psichofizinę būklę (Karbočienė, Mikėlionienė, 2009). K. Miškinių (2007) teigimu, neteisinga spręsti apie trenerio darbą tik iš jo auklėtinių rezultatų. Pasitaiko, kad sportinių rezultatų siekiama ne geriausiais metodais, o skubant, netausojant auklėtinių sveikatos, nepaisant jų visapusiško ugdymo. Todėl vertinant trenerio darbą svarbu atsižvelgti ne tik į konkrečius auklėtinių rezultatus, bet ir į tai, kaip jie pasiekti. Pasitaiko, kad trenerio darbas kartais vertinamas tik pagal jo pastangas ir samprotavimus apie darbą, o yra ir darbščių trenerių, kurių auklėtinių rezultatai tik vidutiniai. Nevaisingos pastangos aiškinamos tuo, kad tokiems žmonėms trūksta tam tikrų gebėjimų, mokėjimo savarankiškai spręsti kylančias problemas, atkaklumo, kai kuriems – ir būtinų treneriui savybių. Taigi trenerio darbą visapusiškai vertinti – sudėtinga.

Dauguma rusų autorių (Деркач ir kt., 1981; Коломейцев, 1984; Ильин, 2000) savo atliktuose tyrimuose pastebėjo, kad intelektinės trenerio savybės stiprina jo didaktinius sugebėjimus, padėti jam rasti teisingus sprendimus pedagoginiame darbe ir nustatyti kūrybinės paieškos efektyvumą, veiksmingumą, padeda rasti naujus, neatrastus sportininkų švietimo ir mokymo takus. Šios savybės apima mąstymo aiškumą ir nuoseklumą, jo kritiškumą, vaizduotę, išradingumą, sąmojingumą. Ypatingas vaidmuo trenerio veikloje tenka mąstymo operatyvumui, charakterizuojančiam trenerio gebėjimą greitai rasti pedagoginių problemų, su kuriomis

susiduriama, optimalų sprendimą, ir ekstrapoliacijai, tai yra, gebėjimui numatyti pedagoginio poveikio sportininkams rezultatus.

R. Urmulevičiūtė (2002) tyrimo metu įvardijo trenerių profesinių žinių siekimo rodiklius. Jos teigimu, trenerio mokslumas rodo, kaip sparčiai treneris mokydamasis įgyja žinių, mokėjimų bei įgūdžių ir kokia to, ką įgyja, kokybė. 1 lentelėje parodyti tyrėjos gauto rezultatai, kurie atskleidė, kad treneriai per mažai bendravo su mokslininkais, dalinosi patirtimi pedagogikos ir valdymo srityje, vengė išsakyti savo nuomonę sportininkų rengimo ir kitais klausimais.

1 lentelė

Trenerių profesinių žinių siekimo rodikliai (Urmulevičiūtė, 2002)

Veikla, kurioje dalyvavo treneriai	Vertino		Nevertino	
	n	proc.	n	proc.
Mokslinėse konferencijose	18	60	12	40
Seminaruose	16	53	14	47
Sportininko atlikto darbo aptarimuose	17	57	13	43
Treniruočių planavimo aptarimuose	17	57	13	43
Sportininko treniruotumo kitimo aptarimuose	15	50	15	50
Pažintinėje veikloje, kurioje sportininkai įgyja žinių, mokėjimų ir įgūdžių	13	43	17	57

Viena svarbiausių detalių sportininkų ugdyme – trenerio gebėjimas motyvuoti siekti aukštų rezultatų, nepraleisti treniruočių, susikoncentruoti į savo darbo svarbą. Pasak R. Urmulevičiūtės (2002), motyvacijos valdymas šiandien yra bene pagrindinė pedagoginė problema. Mokymo srityje ji reiškia klausimu, kaip pasiekti, kad mokiniai norėtų mokytis, auklėjimo srityje – koku būdu pasiekti, kad socialinės vertybės taptų elgsenos vidiniais determinantais. Panašiai klausimą galima formuluoti ir sporto edukologijoje: kaip pažadinti ir plėtoti varomąsias jėgas, sąlygojančias sportininkų maksimalų pajėgumą (Bitinas, 1994), kadangi nei sportinis meistriškumas, nei kiekvienas atskirai paimtas jo komponentas be sportininko asmenybės nėra lemiamas.

Geriausių sportinių rezultatų siekimas – tai pirmiausia atsitraukimas nuo metodinių dogmų ir savo kelio ieškojimas, nes mokslininkas, treneris, ieškantis pagal pėdsakus, niekad nebus pirmas. Treniruotės vyksmo analizė ir sintezė yra viena iš kūrybingo trenerio mokslinio mąstymo operacijų, suteikiančių impulsą treneriui ir sportininkui tobulėti (Mester, 2003).

Trenerio autoritetas, mokslumas, teisingumas ir kūrybingumas – asmenybės bruožų visuma, daranti stiprų įspūdį bei poveikį kitiems ir liudijanti to žmogaus valią ir protą, sukianti visuotinį pasitikėjimą juo ir pagarbą (Miškinis, 2006; Karoblis, 2006).

1.1.2 Aplinkos ir socialiniai veiksniai, įtakoiantys sportininkų rengimą

Pasak Lenkijos mokslininkų Z. Zukowska, R. Zukowski (2012), mokymo aplinką sporte kuria daugybė žmonių: sportininkų, trenerių, vadybininkų, oficialių pareigūnų, gydytojų, teisėjų, žurnalistų, rėmėjų ir sirgalių. Autorių teigimu, treneris yra šios aplinkos centre. Jis yra artimiausias asmuo sportininkams ir geriausiai susigauja šiuolaikinių sporto varžybų kontekste; jis žino pergalės paslaptį ir pralaimėjimo skausmą. Jis vienintelis planuoja ir įgyvendina treniruotės procesą ir yra atsakingas už rezultatus, tačiau ne bet kokia kaina. Kiekvienas nori parodyti prisidėjęs prie sėkmės, tačiau tik treneris visada kaltinamas dėl pralaimėjimo.

Efektyviam trenerio darbui užtikrinti bei aukštiesiems rezultatams pasiekti, be abejo, reikalinga palanki terpė – aplinka, kurioje visos turimos sąlygos suteiktų galimybę orientuotis į puikių sportinių rezultatų siekimą. Pasak S. Sabaliausko, S. Poteliūnienės (2010), sportinio rengimo veiksmingumą ir sportinių rezultatų augimą riboja:

- Žemas konkurencijos lygis tarp sportininkų Lietuvoje – treneriai pripažįsta konkurencijos svarbą sportininkų tobulėjimui.
- Primityvios sporto bazės – Lietuvos sportininkų konkurencingumą nulemia trenerio gebėjimas taikant įvairias metodikas kuo veiksmingiau panaudoti turimas treniruotės sąlygas.
- Platus trenerio atliekamų funkcijų laukas: treneris turi būti ir gydytoju, ir vadybininku, ir masažuotoju, ir psichologu, ir net virėju viename asmenyje.
- Patiriamas visuomenės spaudimas – nuolatinis visuomenės dėmesys ir rezultato „reikalavimas“ sukelia didelę vidinę įtampą.

Trenerio motyvaciją darbui lemia ir materialiosios motyvavimo priemonės. Daugumai žmonių nepakankamai turtingose šalyse, prie kurių priklauso ir Lietuva, pagrindinis motyvas įtemptai dirbti yra už tą darbą gaunama pinigų suma, kurią galima iškeisti į kitų žmonių ir organizacijų teikiamą produkciją arba paslaugas (Zvilna, 2009).

Sportininko karjera didžiulę reikšmę turi rizikos veiksniai, atsirandantys rengiant sportininką, ugdant jo fizines ir psichines galias, dalyvaujant jam varžybose. Siekiant ypač didelio sportininko meistriškumo, nemažą įtaką turi treneris, jo kvalifikacija, organizaciniai ir pedagoginiai gebėjimai, išsimokslinimas ir profesinė kompetencija. Labai svarbūs biologiniai, socialiniai ir kiti aplinkos veiksniai, padedantys siekti sportinių rezultatų, bet ir didinantys tikimybę susirgti tam tikromis ligomis (Karoblis, 2005). Autorius nurodė kelis veiksnius, keliančius riziką

rezultatų prastėjimui, pavyzdžiui, širdies ir kraujagyslių ligų rizikos veiksniai yra žalingi įpročiai, netinkama mityba, antsvoris, padidėjęs kraujospūdis, nervinė įtampa, fizinio aktyvumo stygius. Prie rizikos veiksnių priklauso ir netinkamai planuojamas sportininko rengimas, neracionalūs ir per dideli krūviai, sportinės traumos, uždraustų preparatų vartojimas, sportininko priklausomybė nuo rėmėjų, paties sportininko pasaulėžiūra, psichikos ypatumai. Rūkymas, svaigiųjų gėrimų, narkotikų vartojimas, higienos reikalavimų nesilaikymas - šie rizikos veiksniai, kontroliuojami paties sportininko, priklauso nuo jo doros, elgsenos, išsilavinimo, gyvensenos.

1.2 Trenerio kompetencijos charakteristika

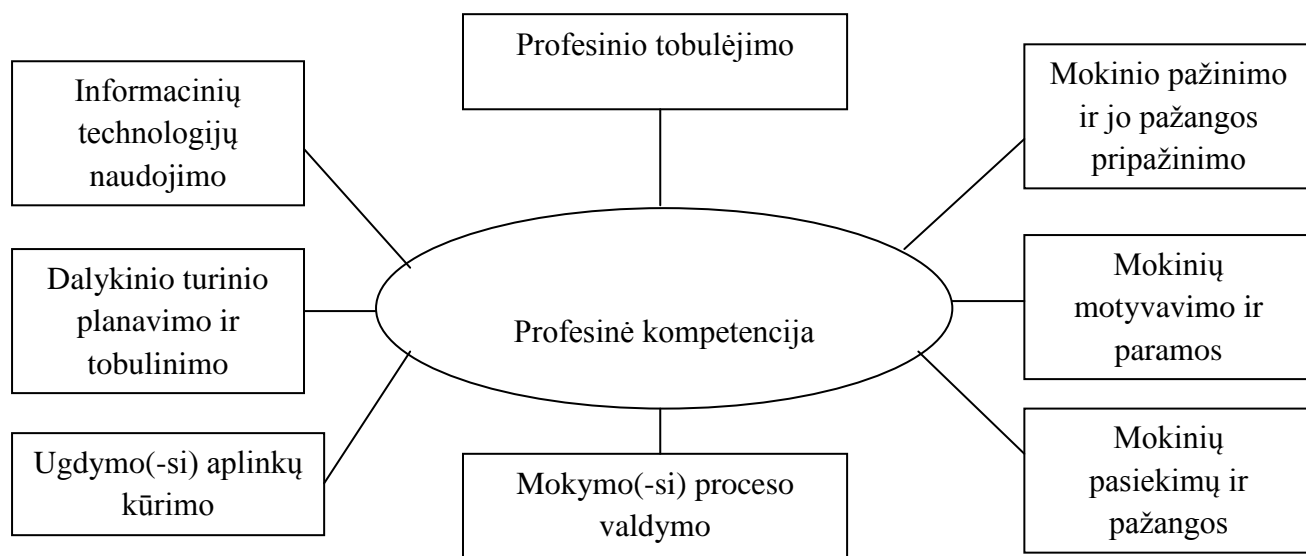
Kompetencijų terminas visų pirma siejamas su asmens kompetentingumu atlikti tam tikras veiklas profesinėje terpeje, dalyvauti profesinės bendruomenės diskusijose, atstovauti savo veiklos sričiai. Kaip sudėtinės kompetencijų dalys įvardijamos žinios, įgūdžiai, nuostatos, vertybės, elgsenos modeliai, kultūrinis ir pilietinis sąmoningumas. Pagal savo pobūdį kompetencijos skirstomos į specialiąsias ir bendrąsias (Jakubė, Juozaitis, 2012).

A. Džiuvė. G. Vilkelienė (2012), nagrinėdami mokslininkų darbus, nurodė, kad sporto pedagogas, fiksuodamas ir kaupdamas informaciją bei ją remdamasis, koreguoja jaunimo sportinį rengimą. Be to, pedagogas perteikdamas žinias, mokydamas įvairios sportinės veiklos, formuoja vertybių sistemą, kad sportuojantys mokiniai galėtų visur ir visada kuo sėkmingiau tobulėti ir reikštis kaip asmenybės. Kintantys gyvenimo tempai ir ugdymo procesui keliami reikalavimai reikalauja sistemingo, nuoseklaus paties pedagogo tobulėjimo, t. y. savo kompetencijų supratimo ir meistriškumo (Karoblis, Raslanas, Steponavičius, 2002).

Bendrųjų kompetencijų ugdymas glaudžiai siejasi su kitomis, pastaruoju metu plačiai diskutuojamomis ugdymo paradigmomis – mokymusi, orientuotu į studentą, metakognityvinėmis studijų strategijomis, holistiniu asmenybės ugdymu. Visas šias paradigmas sieja bendras tikslas – savarankiškos ir savivaldžios, sąmoningos, atsakingos ir nuolat tobulėjančios asmenybės formavimasis (Jakubė, Juozaitis, 2012). Reikiama kompetencija – geriausia trenerio gynyba. Trenerio kompetencija paremta daugeliu dalykų. Be specifinių įgūdžių, susijusių su sporto šakos specifika, egzistuoja ir pedagoginės normos bei gebėjimai, labai svarbūs etikos, moralės, prakseologijos, kūrybingumo, bendravimo, bendradarbiavimo ir kt. požiūriais.

Mokytojo profesinės kompetencijos apraše (2007) nurodyta aštuonios sudedamosios kompetencijos: profesinio tobulėjimo, mokinio pažinimo ir jo pažangos pripažinimo, mokinių motyvavimo ir paramos, mokinių pasiekimų ir pažangos, mokymo(-si) proceso valdymo, informacinių technologijų naudojimo, dalykinio turinio planavimo ir

tobulinimo, ugdymo(-si) aplinkų kūrimo. Taigi, matome, kad pedagogo veikla yra tikrai daugialypė, neapibrėžta viena kryptimi.



1 pav. Profesinės kompetencijos struktūra

A. Banduros (1977) socialinė–kognityvinė asmenybės teorija apibūdina kompetencijos suvokimą kaip kognityvinį procesą, kuriame individai padaro subjektyvius sprendimus apie jų gebėjimą susidoroti su tam tikrais reikalavimais, kylančiais iš aplinkos. Banduros nuomone, žmonės gali daug ko išmokti stebėdami kitų elgesį, kitaip sakant, modeliudami kitų asmenų veiksmus, elgesį. Jis manė, kad mokymasis stebint yra trumpesnis, o tai yra labai svarbus išlikimo ir vystymosi faktorius.

1.2.1 Trenerio kompetencija sportiniame rengime

Geras vadovas turi taip vadovauti ir perduoti nurodymus sportininkams, kad galėtų laiduoti visos komandos veiklos efektyvumą, o jam pačiam liktų tik bendras vadovavimas ir sportinės veiklos kontrolė. Sėkmingas, efektyvus trenerio vadovavimas neįmanomas be jo asmeninių gebėjimų ir profesinės kompetencijos. O su kompetencija dažniausiai susiduriama, priimant sprendimus ir bendraujant su sportininkais (Ramilienė, 2007).

S. Stonkus (2003), rašydamas apie krepšinininkų rengimą, išskyrė tris sportinio rengimo kryptis, tarpusavyje susijusias pagal rengimo tikslus ir uždavinius. Manome, kad galime pritaikyti šias kryptis ir plaukimo sporto šakoje, kadangi plaukikai taip pat yra lavinami įvairiais aspektais.

Bendrasis sportinis rengimas – visų fizinių ypatybių bei organizmo sistemų funkcijų, būtinų kryptingai žaidėjų veiklai ir turinčių teigiamą poveikį sportiniams rezultatams,

lavinimas, gražių judesių, veiksmų mokymas ir tobulinimas, sveikatos stiprinimas specialiomis ir ne visai būdingomis krepšiniui priemonėmis.

Kryptingasis sportinis rengimas - žaidėjo organizmo funkcinių galių, fizinių ypatybių ir kompleksinių gebėjimų, tiesiogiai veikiančių krepšinio technikos veiksmų ir jų derinių atlikimo kokybę, lavinimas.

Specialusis sportinis rengimas - žaidėjų organizmo funkcinių ir fizinių galių (žaidimo išvermės), technikos ir taktikos veiksmų, tiesiogiai susijusių su žaidėjo veikla žaidžiant, rungtyniaujant, lavinimas.

R. Malinauskas, G. Bukauskas ir kt. (2006) savo tyrimo metu atskleidė, kad individualiųjų ir komandinių sporto šakų atstovų bendravimo ypatumų tyrimo rezultatai skiriasi, stipresnė trenerio parama yra būdinga komandiniam sportui. Viena iš šio skirtumo priežasčių galėtų būti skirtingas komandinių ir individualiųjų sporto šakų atstovų skaičius. Individualiosios sporto šakos treneriai gali skirti daugiau laiko kiekvienam sportininkui atskirai, todėl jie gali mokyti ir detaliai instrukuoti prieš kiekvieną sportininko pasirodymą. Vis dėlto, remiantis tyrimo duomenimis, galima teigti, kad individualiųjų sporto šakų treneriai turėtų dažniau taikyti teigiamus komentarus ir akcentuoti sportininkų meistriškumą. Treneris taip pat turi turėti tokias moralines savybes, kaip principingumą, teisingumą, sąžiningumą, savikritiką, darbštumą. Vadovaujantis šiomis nuostatomis, neišvengiamai turime suprasti trenerio kompetencijos raiškos svarbą. Taigi, būtent treneriu, labai svarbią poziciją užima jo kompetencija. Įvairių mokslininkų darbuose ji yra apibrėžiama skirtingai. Profesionalo tam tikro srityje, šiuo atveju trenerio kompetencija gali priklausyti ir galėtų būti nagrinėjama išskiriant dvi dimensijas - sritį ir kokybę. Srities dimensija nusako kurioje srityje treneris yra kompetentingas t.y. rolės, užduotys, funkcijos ir t.t. Kokybės dimensija apibrėžia darbo kokybę, tam tikroje skalėje: pradedant darbuotoju, kuris yra ką tik pradėjęs dirbti ir nėra gerai susipažinęs su tam tikra sritimi ir baigiant ekspertu, kuris yra pripažintas kolegų kaip ypatingai gerai išmanantis tam tikrą sritį. Karjeros metu tarnautojų kompetencijos sritis keičiasi, jie gali vystyti savo gebėjimus kitose srityse, prisiimdami kitus vaidmenis organizacijoje (vadovo, mokytojo ir t.t.), tuo pačiu jie pastoviai tobulina savo darbo kokybę įvairiose srityse, nepriklausomai nuo kompetencijos lygio (Krogh & Roos, 1996). Kai kalbame apie individo kompetentingumą, nėra vieningos nuomonės apie tai, kas yra įgimta, o kas įgyta. Kai kurie autoriai pabrėžia, jog kompetencijos pagrindas yra biologinis, nors jie neneigia ir socialinio aspekto svarbos: neįmanoma suprasti žmogaus, nesuprantant jo socialinės aplinkos (Knowles, 1992). Kita vertus, vis tik dažniau sutinkama nuomonė, jog individai negimsta turėdami kompetenciją, o turi ją išsiugdyti, nors įgimti gabumai taip pat svarbūs. Kompetencijos sudedamosios dalys – mokėjimas ir įgūdžiai, elgsenos motyvai

ir socialiniai vaidmenys, pagal R. Boyatzį (1982), grupuojamos į penkis blokus. Kokios kompetencijos charakteristikos įeina į šiuos penkis blokus, parodyta 2 lentelėje.

2 lentelė

Trenerio kompetencinės charakteristikos blokai (R. Boyatzi, 1982)

KOMPETENCIJOS BLOKAI	KOMPETENCIJOS CHARAKTERISTIKOS
Tikslas ir veiksmai	<ul style="list-style-type: none"> • Loginis mąstymas (mokėjimas ir įgūdžiai, socialinis vaidmuo) • Suinteresuotumas įtaka (mokėjimas ir įgūdžiai, motyvai) • Diagnostinis koncepcijų panaudojimas (mokėjimas ir įgūdžiai, socialinis vaidmuo) • Orientacija į efektyvumą (mokėjimas ir įgūdžiai, motyvai, socialinis vaidmuo) • Proaktyvumas (mokėjimas ir įgūdžiai, socialinis vaidmuo)
Lyderystė	<ul style="list-style-type: none"> • Loginis mąstymas (mokėjimas ir įgūdžiai, socialinis vaidmuo) • Koncepcijų plėtojimas (mokėjimas ir įgūdžiai) • Pasitikėjimas savimi (mokėjimas ir įgūdžiai, socialinis vaidmuo) • Viešųjų kalbų panaudojimas (mokėjimas ir įgūdžiai, socialinis vaidmuo)
Žmogiškųjų išteklių valdymas	<ul style="list-style-type: none"> • Adekvatus savęs vertinimas (mokėjimas ir įgūdžiai) • Vadovavimas grupiniams procesams (mokėjimas ir įgūdžiai) • Pripažįstamos valdžios panaudojimas (mokėjimas ir įgūdžiai, socialinis vaidmuo)
Vadovavimas pavaldiniams	<ul style="list-style-type: none"> • Pozityvus dėmesys (mokėjimas ir įgūdžiai) • Kitų žmonių ugdyimas (mokėjimas ir įgūdžiai, socialinis vaidmuo) • Spontaniškumas (mokėjimas ir įgūdžiai) • Valdžios panaudojimas (mokėjimas ir įgūdžiai, socialinis vaidmuo)
Dėmesio skyrimas kitiems	<ul style="list-style-type: none"> • Objektyvus suvokimas (mokėjimas ir įgūdžiai) • Savikontrolė (charakterio savybė) • Ištvėringumas ir prisitaikymas (charakterio savybė)

Dalykinė kvalifikacija yra tam tikro dalyko išmanymas, žinios, specialieji gebėjimai bei įgyta patirtis (Scherz, 1999). Anot šio autoriaus, yra išskiriami šie kvalifikacijos tipai:

Mėgėjas

Žmogus pradžioje visiškai nenusimano kokioje nors srityje (Analfabetas), bet pradeda domėtis. Tam skiria savo laisvalaikį, kad galėtų gilintis į tam tikrą sritį, ją praktikuoti, užsiimti tam tikra veikla kaip pomėgiu (hobis); taip jis įgyja tam tikrų dalykinių žinių bei gebėjimų, vėliau tampa žinovu. Jei užsiiminėjama profesionalia veikla, neturint tam reikiamo pasirėngimo (diletantizmas), tokia veikla laikoma diletantiška (bendrinėje kalboje ši sąvoka vartojama ironiškai, su neigiamu atspalviu). Mėgėjas paprastai neturi jokio formalaus išsilavinimo, bet yra nebūtinai neišsilavinęs žmogus. Priešingai nei profesinė veikla užsiimantys žmonės, kurie iš to užsidirba pragyvenimui, mėgėjai tai daro, nes jie tai mėgsta, jiems patinka tai daryti. Mėgėjiška veikla gali būti suprantama neigiamai- kaip neprofesionali veikla, pabrėžiant kompetencijos stoką.

Asmuo, pasiekęs pirmąjį tam tikros kvalifikacijos lygmenį, kuris yra pripažįstamas oficialiai arba neoficialiai. Specialisto statusas labai priklauso nuo pripažinimą suteikusios institucijos autoriteto. Priklausomai nuo institucijos, pripažinimo vertė svyruoja nuo itin reikšmingos iki niekinės ir laikui bėgant kai kada labai keičiasi. Specialistu laikomas ir mokslo įstaigą baigęs, tačiau mažai arba jokio praktinio patyrimo neturintis asmuo. Kai kurioms profesijoms tai ne itin svarbu, tačiau kitais atvejais (mokslo tyrimuose, medicinoje) toks žmogus turi teisę dirbti tik prižiūrimas aukštesnę kvalifikaciją turinčio vadovo (Scherz, 1999).

Ekspertas

Asmuo, turintis solidžias, galias tam tikros srities žinias, tikras dalyko eruditas (kompetentingas kokioje nors sferoje). Ekspertas nebūtinai yra praktikuojantis specialistas. Ekspertais gali būti ir mokslininkai, teoretikai, dėstantys aukštojoje mokykloje arba atliekantys mokslinius tyrimus.

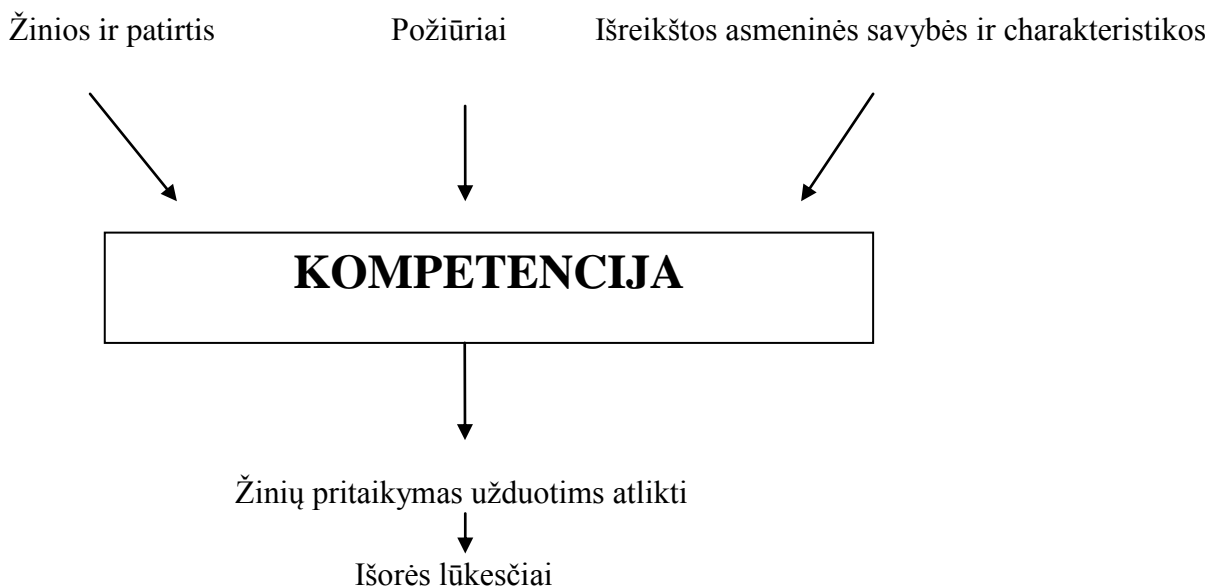
Veteranas

Specialistas, turintis solidžią, didelę patirtį tam tikroje srityje, joje išdirbęs daugelį metų, pasiekęs tam tikrą profesionalumo lygį. Veteranai nebūtinai yra profesionalai. Galima dirbti visą gyvenimą, bet nepasiekti aukšto lygio. Talentingi specialistai, išdirbę tam tikroje sferoje, kartais aplenkia netgi ir savo srities veteranus.

Profesionalas

Aukštos profesinės kvalifikacijos specialistas, turintis nepaprastų gebėjimų, dirbantis tam tikroje sferoje ir nepriekaištingai atliekantis aukštos kvalifikacijos reikalaujamą darbą. Profesionalais yra neoficialiai pripažįstami tam tikros srities praktikai (ekspertai, specialistai), įgiję autoritetą tarp kolegų, keliantys nuostabą ir susižavėjimą tarp klientų, užsakovų ir kitų asmenų, kuriems teikiamos aukščiausios kvalifikacijos paslaugos ar veiklos rezultatai. Publicistikoje iš kitų išsiskiriantys profesionalai gali būti vadinami korifėjais (korifėjas - tam tikros srities profesionalas, ekspertas, neprilygstamas autoritetas, pripažįstamas

tarp kolegų profesionalų, dažnai – srities pradininkas, jos atšakų pirmtakas, „ekspertų ekspertas“).



1 pav. Kompetencijos sąvoka, (Pearson, 1984).

Kompetencija turėtų apimti: žinias ir patirtį, požiūrius ir reikalingas asmenines savybes/charakteristikas, kuriomis remiantis treneris žino, kaip savo veiksmus paversti kompetetinga veikla (1 pav.) A. Pearson (1984) siūlo apibrėžti kompetenciją kaip tęstinę atkarpą, kuri prasideda tik žinojimu kaip „kažką“ atlikti ir baigiasi žinojimu kaip „kažką“ atlikti labai gerai, taigi sugebėjimas kažką atlikti kompetetingai būtų kažkur tarp šių dviejų atkarpos taškų.

Trenerio kompetencijos esminius bruožus nagrinėjęs A. Skarbalius (2007) rėmėsi treniravimo kompetencijos modeliu (3 lentelė). Joje išskirti trys bruožai atskleidžia pagrindinius trenerio veiklos tiklus bei kompetenciją.

3 lentelė

Treniravimo kompetencijos modelis (Skarbalius, 2007)

Veikla	Tikslai	Kompetencija
Trenerio veiklos pagrindiniai bruožai	Kiekvienos rūšies veiklos pagrindiniai tikslai	Būtinai gebėjimai siekiant veiksmingos veiklos
<ul style="list-style-type: none"> - Treniravimas: planuoti, organizuoti sportininkų rengimą varžyboms, analizuoti rengimo vyksmą, valdyti jį - Varžybos: planuoti, organizuoti, vykdyti varžybas, analizuoti ir įvertinti varžybas - Vadyba: vadovauti grupei - Išsimokslinimas: mokytis, 	<ul style="list-style-type: none"> - Planuoti: gebėti nuosekliai derinti rengimo vyksmą (treniruotes, daugiamečių rengimą) - Organizuoti: gebėti koordinuoti veiklą taip, kad tikslai būtų pasiekiami veiksmingiausiu būdu - Vadovavimas: gebėti 	<ul style="list-style-type: none"> - Žinios: taikyti sportininkų rengimo teorijas ir rengimo technologijų žinias, taip pat pačių sukauptas treniravimo patirtį - Igūdžiai: gebėti (žinau kaip) veikti/treniruoti, mokytis ir elgtis atitinkamoje socialinėje aplinkoje

instrukuoti ar patarti	sudaryti rengimo veiksmus ir juos įgyvendinti - Įvertinimas/analizavimas (veiklos) : gebėti studijuoti, analizuoti ir įvertinti veiklos kokybę ir veiksmingumą, vertybes – tyrinėti, analizuoti	- Asmenybė , profesionalus, etika: žinoti, kaip elgtis, specifinėse situacijose; puoselėti asmenines ir profesines vertybes - Pamatiniai bruožai : komunikavimas gimtąja ir užsienio kalba, matematikos, komunikavimo, informacinių technologijų vartojimo pagrindai, verslumo, ir kultūringumo pagrindai
------------------------	---	--

R. Jankauskienė, S. Pajaujienė (2013) rašė apie intervencinį modeliavimą. Intervencinis modeliavimas – tai yra planavimo būdas siekiant sukurti sveikatos ugdymo teorijomis paremtas ir įrodymais grįstas elgesio keitimo programas. Intervencinio modeliavimo procesas:

- 1 žingsnis: poreikių ir galimybių nustatymas ir įvertinimas;
- 2 žingsnis: Pokyčių tikslų nustatymas
- 3 žingsnis: Teorijomis grįstų metodų pasirinkimas ir intervencijos kūrimas
- 4 žingsnis: Programos sukūrimas
- 5 žingsnis: Programos įgyvendinimas
- 6 žingsnis: Įvertinimo plano parengimas.

1.3 Trenerio asmeniniai bruožai, gebėjimai – sėkmingo rezultatų siekimo veiksnys

Dinamiška aplinka, kasdieninės problemos, didelis noras paveikti sportininkus ir nukreipti juos tinkama linkme, verčia sporto pedagogus tapti socialiai kompetentinga asmenybe.

L. Jovaišos (2009) teigimu, asmenybę galima pažinti stebint išorinį jos aktyvumą ir ieškant ją lemiančių bei jai turinčių įtakos veiksnių. Asmenybės skatinamoji jėga yra įgimtas aktyvumas, atsiskleidžiantis sąveika su artimąja ir tolimąja aplinka. Viena vertus, asmenybė yra atvira ir dinamiška sistema, kita vertus, jai būdingas tam tikras uždarumas ir konstantiškumas. R. Lekavičienė (1999) atlikdama tyrimą teigė, kad dėl didėjančio gyvenimo tempo bei kasdien vykstančių socialinių permainų keliama didesni reikalavimai asmenybei: nesėkmę patiria nesugebantys tinkamai susiorientuoti sudėtingoje socialinėje situacijoje, tiksliai įvertinti žmonių tarpusavio santykių. Ši kriterijų galima pritaikyti ir trenerių veiklai – jis visada privalo dėti dideles pastangas, siekdamas profesinės sėkmės. Dabartinėje daugelio bendravimo formų ir kūrybingumo eroje, geras įvaizdis tapo svarbia informacijos terpe mokytojo ir mokinio

bendravime. Tai galima pripažinti kaip vieną iš elementų veiksmingai įgyvendinant teisingą mokymą bei auklėjimą (Zalech, 2011).

Ch. Dragon (2011), nagrinėdamas plaukimo trenerių patirtį treniruojant, atskleidė, kad kai kurie žmonės nori tapti treneriais, kadangi patys plaukimo sporte turėjo pasisekimą ir kai jie pradeda treniruoti, tai daro pagal tą modelį, kuriuo patys buvo treniruojami. Jie pradeda dirbti kaip naujokai ir baigia darbus kaip jų treneriai tai darė. Šitaip yra perduodamos idėjos ir šie treneriai gali perimti geras idėjas ir būdus, kaip treniruoti, bet kas, jei šis būdas nėra patikimas?

Trenerio profesijai ir jo asmenybės bruožams pastaruoju metu skiriama nepakankamai dėmesio, daugiau nagrinėjama tarpasmeninių santykių problemos, su kuriomis treneriai susiduria organizuodami bendrą veiklą, ugdydami komandos sutelktumą, įspėdami, arba nutraukdami konfliktus tarp sportininkų, užmegzdami sutartis su naujais komandos nariais (Aleksandravičiūtė, 2001). Taigi, treneriui tenkanti atsakomybė ne tik dėl rezultatų siekimo, bet ir dėl santykių su komanda, paskatino mus nagrinėti šios profesijos ypatumus platesne prasme.

K. Miškinis (2006) teigė, kad treneris turi keistis, kad patirtų asmenybės pokyčius:

- Palankiai pradeda vertinti save, gerai žino, ko siekia;
- Pradeda save matyti kitokį – brandesnį, kompetentingesnį;
- Tampa labiau savimi pasitikintis ir savarankiškesnis;
- Tampa panašesnis į tokį asmenį, koks norėtų būti;
- Jo suvokimas tampa lankstesnis, mažiau rigidiškas;
- Kelia sau realesnius tikslus, sugeba juos realizuoti;
- Brandžiau elgiasi, jo netrikdo pasitaikančios nesėkmės;
- Tampa pakantesnis kitiems, sugeba bendrauti;
- Tampa atviresnis tam, kas vyksta išoriniame pasaulyje ir viduje;
- Esminės jo asmenybės savybės konstruktyviai keičiasi;
- Nesilaiko tradicijų, tačiau vertina patirtį;
- Į savo darbą sugeba pažiūrėti kitų žmonių akimis;
- Sugeba geriau dirbti grupinį darbą;
- Visada renkasi integraciją, o ne atsiribojimą, unikalumą, o ne stereotipiškumą;
- Gyvena turtingą emocinį gyvenimą, atvirą naujiems pokyčiams.

Šie bruožai treneriui suteikia pranašumą prieš kitus ir gebėjimą sukurti gerą, darbingą atmosferą.

A. Деркач, А. Исаев (1981) teigė, kad ypatingas vaidmuo sporto pedagogui tenka tokiai jo savybei, kaip dėmesio paskirstymas. Treneris turi vienu metu savo darbe stebėti kelias

vietas ir akimirkas: medžiagos pateikimo turinį ir formą, rodomų pratimų kokybę ir duotų paaiškinimų aiškumą, savo laikyseną, eiseną, veido išraišką ir dar kartu stebėti visa sportininkų grupę. Taip pat jis turėtų jautriai reaguoti į auklėtinių būseną ir nuotaiką (sujaudinimas, apatija, nuovargis), suvokti – supranta ar ne sportininkai jo paaiškinimus, atkreipkite dėmesį į visus drausmės pažeidimus, nustatyti mokinių klaidas pratimų vykdymo metu. Nepatyręs treneris, susitelkęs dėmesį į savo kalbą, praranda auklėtinių kontrolę, o jei bando atidžiai stebėti mokinius, praranda dėstymo tolygiškumą, klysta ir sustoja demonstruojant pratimus. Be to, trenerių asmeniniai ir socialiniai gebėjimai sudaro galimybę bendrauti, mokytis ir būti atsakingu (Duffy, 2008), bei sudaro jų bendravimo su kitais sporto atstovais, kaip trenerio asistentai, pagrindą (Jones ir kt., 2002, Salmela, 1996).

K. Miškinis (2011) rašydamas apie auklėtinių pažinimą, teigė, kad treneris, kaip ir kiti pedagogai, atlieka ne tik mokymo, lavinimo ir švietimo funkcijas. Jis turi skirti daug dėmesio visapusiškam jauno žmogaus ugdymui, tačiau turi nepamiršti ir savo, kaip trenerio, pareigų, turi sugebėti save valdyti ir pritaikyti savo elgesį konkrečioms situacijoms. A. Žemaitytė (2011) savo darbe nagrinėjo trenerio elgesį varžybų metu ir pateikė rekomendacijas susiklosčius nesėkmingoms varžyboms, taigi, šioje vietoje, kaip minėjo autorė, treneriui svarbu pažinti save ir duoti sau laisvę bei sukurti tokia atmosferą komandoje, kad visas darbas būtų pagrįstas „Mes“ pojūčiu – per šią prizmę siekti pergalės.

Pagal L. Jovaišą (2007), pedagogas turi turėti tokias dorybes kaip: sąžiningumas (vidinis teisingumo kontrolierius ir reguliuotojas); atsakingumas (valios reikalaujanti dorybė, padedanti užtikrinti gerus veiklos ir elgesio rezultatus); pakantumas (dorybė, padedanti išspręsti prieštaravimus, konfliktines situacijas, kurių gausu pedagoginiame darbe).

Taip pat svarbus aspektas trenerio veikloje – sugebėjimas bendrauti su auklėtiniais, kiekvieną atskirai motyvuoti, suprasti jų savijautą. I. Girčytė, (2006) rašė, kad treneriui siekiant daugiau sužinoti apie savo sportininkus tikėtina, kad gerės tarpusavio santykiai, jis pelnys didesnę pasitikėjimą jų akyse. Treneris turi matyti ne tik kaip didėja sportininko fizinė jėga, greitumas ar ištvermė, bet ir pasitikėjimas savo jėgomis bei savigarba. O sportininkas tikrai įvertins tai, jog treneris vertina, supranta ir atsižvelgia į jo poreikius bei tikslus.

Pasak A. Taraskevičiaus (2008), eilinis treneris turėtų ir pats būti savotišku mokslininku, visą laiką gilintis į savos sporto šakos rengimo technologines subtilybes, studijuoti kitų trenerių patirtį ir įsidėmėti sporto mokslininkų išvadas bei rekomendacijas. Kiekvienas treneris turėtų ir pats eksperimentuoti, gvildinti savas kūrybines mintis, kaupti treniruotės mokomųjų praktikų banką.

Tyrimų metu atskleista, kad kiekvienas treneris priklausomai nuo savo, kaip lyderio, gebėjimų siekia sukurti tokį ryšį su komandos nariais, kad būtų pasiekti aukščiausi įmanomi laimėjimai (Turman, 2003).

Sėkmingai trenerio veiklai būtini šie gebėjimai:

1. *Specialūs profesiniai gebėjimai* – tai gebėjimai, kurie reikalingi ugdant savo sporto šakos sportininkus, rengiantis treniruotei ar varžyboms. Treneris turi gerai išmanyti savo sporto šakos technikos bei taktikos subtilybes, strategijos raidą, turi mokėti analizuoti varžybinę veiklą, mokėti organizuoti varžybas, joms vadovauti, teisėjauti ir t. t.

2. *Organizaciniai gebėjimai* – tai trenerio mokėjimas greitai ir veiksmingai taikyti organizacines žinias praktiškai, atsižvelgiant į turimą patirtį ir susidariusią padėtį. Šie gebėjimai – tai organizacinio darbo žinių visuma, veiklos tikslų, uždavinių supratimas, mokėjimas suburti auklėtinių kolektyvą, įkvėpti jį kryptingai siekti užsibrėžtų tikslų, sumaniai naudoti įvairius mokymo ir auklėjimo metodus, mokėti tinkamai tvarkyti ir kontroliuoti savo, taip pat ir auklėtinių darbą.

3. *Komunikaciniai gebėjimai* – tai mokėjimas bendrauti su sportininkais, jų artimaisiais, kolegomis, vadovais, mokėjimas prie jų priėti, užmegzti pedagogiškai tikslingus santykius, pedagoginis taktas. Trenerio ir jo auklėtinių santykiai mokymo ir auklėjimo procese yra svarbiausias sėkmingos veiklos veiksnys. Treneris, kuris nekreipia dėmesio į tarpusavio santykius, dažnai konfliktuoja, nenori ar nemoka suprasti savo auklėtinių, nesukuria gero psichologinio klimato, puikių darbo rezultatų gali nesitikėti.

4. *Ekspresiniai gebėjimai* – tai galėjimas valdyti žodį, mintį, jausmą, mokėjimas verbalinėmis (kalba, ginčo metu, klausymusi, humoru) bei neverbalinėmis priemonėmis (veido išraiška – mimika, akių kontaktu, gestais, kūno poza ir t. t.) aiškiai ir tiksliai reikšti savo mintis bei jausmus, įtaigiai parodyti savo išgyvenimus.

5. *Konstruktiniai gebėjimai* – tai mokėjimas projektuoti auklėtinio asmenybės ir kolektyvo lavėjimą, atrinkti ir planuoti sportinės pedagoginės veiklos turinį ir apimtį, ugdyti auklėtiniams būtinas savybes, numatyti savo ir auklėtinių veiklos rezultatus ir jų pokyčius, galimus sunkumus ir priemones jiems išvengti. Sportininkų mokymo, lavinimo ir auklėjimo uždavinių įgyvendinimo sėkmė priklauso nuo trenerio mokėjimo planuoti darbą (Miškinis, 2002).

Kompetentingas treneris turi susitelkti ir į lyčių skirtumų aspektus, jis turi gebėti suvokti, kad moterys sportininkės skiriasi nuo vyrų savo motyvais rezultatų siekimui. Treneris turi sudaryti sąlygas tiems motyvams įgyvendinti. J. Romar (1994) teigimu, treneris turi gebėti atpažinti ir suvokti lyčių skirtumus įvairiose treniravimo situacijose, suteikti skirtingų lyčių sportininkams galimybę suvokti savo dalyvavimą sporte teigiama linkme.

1.4 Sportininkų ir trenerio sąveikos ypatumai

Sportininkų rengime nei vienas procesas nevyksta be trenerio ir sportininkų sąveikos. Išlaikyti gerus tarpusavio santykius – sudėtingas procesas, reikalaujantis ypatingai daug trenerio išmonės, nuovokumo, kaip kurioje situacijoje pasielgti, savo ruožtu sportininkas turi gebėti prisitaikyti prie skirtingų situacijų, jausti trenerio nuotaiką ir gerbti ją. I. Tilindienė (1999) teigė, kad paauglio amžiuje apibendrinti savęs pažinimo rezultatai ir emocinis vertybinis požiūris į save įtvirtinami savivertės konstruktu, turinčiu įtakos tolesnei asmenybės saviraidai. Savivertės adekvatumas priklausomai nuo daugelio išorinių bei vidinių veiksnių. Vienas iš tokių – sportinė veikla. Ši veikla yra natūralus savęs įvertinimo būdas, nes sportinio rezultato siekimas – nuolatinė kova su varžovu, su laiku, svoriu, erdve, nuolatinis siekimas save pažinti, išreikšti, įtvirtinti. Remiantis šiuo Tilindienės teiginiu, suvokiame, kad treneris yra savotiškas sportininko savivertės formuotojas. Todėl trenerio darbas su auklėtiniais prisideda prie sėkmingo sportinės veiklos praktinių užduočių sprendimo. Esant sudėtingoms ir įtemptoms treniruotėms, varžybinei veiklai, treneris norėdamas, kad jo sportininkai pasiektų gerų sportinių rezultatų, turi gebėti sutelkti jų dvasines ir fizines jėgas. To gali pasiekti tik tas treneris, kuris yra savo darbo meistras ir skiria didelį dėmesį sportininkų auklėjimui (Miškinis, 2006).

Pedagogui svarbu suprasti auklėtinių požiūrį į ugdymo procesą, jam derėtų žinoti, kaip pagelbėti mokiniams kebliose pedagoginėse situacijose, padėti jiems tobulėti pamokose ir nepamokinėje veikloje. Savo ruožtu ugdytiniai turi aiškiai suprasti pedagogo geranoriškumą, jo nesavanaudišką siekį visur ir visada padėti moksleiviui (Vitkauskas, 2003).

M. Саян, (1997) įvardijo sporto psichologų rekomendacijas, kurias būtina įvertinti sportininkams ir treneriams, kuriant santykius varžybų procese:

1. Netikslinga per daug „išpūsti“ priešininko privalumus, negalima susierzinti dėl bet kokių technikos pažeidimų ar neįprasto elgesio.

2. Nereikia raminti sportininko tokiomis frazėmis, kaip: „Nesijaudink“, „Susiimk, juk esi sportininkas“. Jos gali būti tik paskatinti irzlų atsakymą. Geriau pasakyti: „Ramiai“ ar net „Jaudinkis“, priminus, kad saikingas jaudulys prieš startą – tai pagalba sportininkui.

3. Jei būtina duoti sportininkui nurodymus, įtakojančius jo veiksmus ar elgesį, sakinyse turėtų būti glaustas ir aiškus. Sumaištis, nepasitikėjimo akimirkomis, griežtas, autoritetingas nurodymas sportininkui atlikti tam tikrus veiksmus gali pasiteisinti, jei jis pasakytas taip, kad nelieka jokių abejonių dėl jų, o ne kitų veiksnių, teisėtumo ir būtinumo.

4. Įvertinti sportininko veiksmus būtina ramiu tonu. Geriau, jei kai tarp vertinimų dominuos teigiami vertinimai. Sportininkui, baigusiam savo pasirodymą blogai, reikia skirti

ypatingą dėmesį. Negalima reikšti nepasitenkinimą jo rezultatais, pabrėžiant jo sporto ateities beprasmiškumą. Daryti klaidų analizę geriau dieną ar dvi po įvykio, kai aistros atslūgs.

5. Varžybų metu treneris neturėtų būti susirūpinęs, pernelyg dėmesingu ar akylاندžiu, pernelyg besistengiančiu padėti sportininkui, ypač prieš miegą. Jokiu būdu nebandyti įtikinti jį užmigti greitai. Net „Laikas miegoti“ turėtų būti pakeisti žodžiais „laikas pailsėti“. Šios rekomendacijos – tik pavyzdžiai iš praktikos. Gerai, kai treneris renka rekomendacijas ir dar geriau, kai formuoja juos sau, be galo tikslinant jas, papildant, atnaujinant ir pridėdant per visą savo karjerą.

Įvairūs veiksniai gali turėti neigiamos įtakos trenerių ir sportininkų santykiams. Pedagogas neturėtų pasiduoti, kai mažėja jo autoritetas sportininkų akimis. Treneris turi gebėti išlaviruoti ir rasti tinkamą kelią paveikti sportininką. Bendravimas, geros atmosferos komandoje kūrimas, gebėjimas teikti sportininkams pagalbą, ir kurti sportininkų pasitikėjimą juo. P. Karoblis (2005) teigė, kad treneris sportininkui turi teikti informaciją apie įvairių stebėjimų, matavimų rezultatus, pratybas, teorines naujoves ir pan. Tarp trenerio ir sportininko užsimezge emociniai ryšiai gali turėti teigiamą arba neigiamą poveikį darbui. Kartais trenerio ir sportininko nesutarimo priežastis - požiūrių nesutapimas. Pavyzdžiui, trenerio nuomone, būtina didinti treniruotės krūvį, o sportininkas mano priešingai ir yra nenusiteikęs daug dirbti. Treneris nepastebimai turi priversti sportininką dirbti šiandien daugiau negu vakar, treniruotę padaryti įvairesnę, patrauklesnę, jį sudominti.

1.4.1 Trenerio poveikis sportininkams bendravimo kontekste

Priklausomai nuo mikroklimato komandoje, tarpasmeninių santykių ir kitų veiksnių, priklauso sportininkų motyvacija siekti rezultatų. Nagrinėdamas mokslininkų darbus, A. Štuikys (2005), pastebėjo, kad bendravime tarp trenerio ir sportininko svarbiausias asmuo yra treneris. Bendravimas, turintis teigiamo poveikio ir laiduojantis konkrečią pedagoginę pagalbą, priklauso nuo trenerio pedagoginio meistriškumo, jautrumo, dorovinės kultūros. Jeigu treneris žino auklėjimo klaidas bei tai, kaip jų išvengti, randa būdų, kaip teigiamai paveikti sportininkus, tai jis visuomet pasieks norimų rezultatų, sėkmingai valdys komandą, tobulės kaip asmenybė. Ar auklėtinis taps doru žmogumi, žymiu sportininku, priklauso nuo trenerio pastangų, žinių sportinėje veikloje bei atsidavimo, t. y. nuo jo profesinės kompetencijos.

Treneris daug bendrauja su savo auklėtiniais treniruotėse, mokymo-treniravimosi stovyklose, varžybose ir t.t. Tai turi teigiamą pusę, nes ji suteikia treneriui galimybę įvairiapusiškai sužinoti savo mokinius, plėsti švietimo poveikį. Tuo pačiu metu šis faktas kelia didelius reikalavimus treneriui: jam reikia rasti tinkamas santykių su savo auklėtiniais formas.

Sporto mokslininkai (Журавлев, 1979, Пораносич ir kt., 1977) savo darbuose atskleidė, kad daug kas trenerio ir sportininkų santykiuose priklauso nuo trenerio elgesio ir jo vadovavimo stiliaus. Trenerių ir jo mokinių „idealaus trenerio“ savybių sąvokos skiriasi. Pirmieji dėmesį akcentuoja, visų pirma, į dalykinius ir profesinius trenerio bruožus (erudicija, reiklumas, griežtumas, gebėjimas optimaliais būdais išspręsti sudėtingas situacijas). Jautrumas, komunikabilumas, palankumas treneriams taip pat pažymima, tačiau šioms savybėms nesuteikiama lemiama reikšmė. Sportininkai, priešingai, šias savybes pateikia į pirmą vietą. Iš pradžių sportininkai stebi, „koks jis yra žmogus“ ir tik paskui atkreipia dėmesį į tai, kaip treneris vykdo treniruotes. K. Miškinis, E. Skyrius (2005) teigė, kad trenerio ir jo auklėtinių santykių struktūra sudaro tam tikrą socialinių ryšių sistemą, kuri prasideda pačiu paprasčiausiu psichiniu ir socialiniu kontaktu ir baigiasi labai sudėtingais nuolatiniais tarpusavio ryšiais, kai auklėtiniai pasipasakoja savo išgyvenimus, prašo patarimų, kaip modeliuoti savo asmeninį gyvenimą, jais vadovaujasi ir pan. Glaudžiai bendraudamas su savo auklėtiniais, treneris daro jiems didelę įtaką. Iš tarpusavio santykių išryškėja sportininkų emocinių lūkesčių visuma, jų emocinis ir psichologinis nusiteikimas, interesai, pasitenkinimas ar nepasitenkinimas savo padėtimi. Treneris bendrauja ne tik su atskiru auklėtiniu, bet ir su kolektyvu (mokomąja grupe, komanda). Kolektyvas taip pat yra poveikio subjektas, kitų jo narių poveikio priemonė. Todėl trenerio veikla apima ir kolektyvo telkimo problemas, nes tvirtesniame, vieningesniame kolektyve yra palankesnės sąlygos atskirai asmenybei ugdyti. Treneris turi daug dirbti su auklėtinių tėvais, klasių vadovais, mokytojais, mokyklų vadovais, kai reikia, net ir su auklėtinių draugais (Miškinis, 2007).

Bendravimas, turintis teigiamo poveikio ir laiduojantis konkrečią pedagoginę pagalbą, priklauso nuo trenerio pedagoginio meistriškumo, jautrumo, dorovinės kultūros. Jeigu treneris žino auklėjimo klaidas bei tai, kaip jų išvengti, randa būdų, kaip teigiamai paveikti sportininkus, tai jis visuomet pasieks norimų rezultatų, sėkmingai valdys komandą, tobulės kaip asmenybė. Ar auklėtinis taps doru žmogumi, žymiu sportininku, priklauso nuo trenerio pastangų, žinių sportinėje veikloje bei atsidavimo, t. y. nuo jo profesinės kompetencijos (Sepra, 1995; Martens, 1999).

Daug kas trenerio ir sportininkų santykiuose priklauso nuo paties trenerio elgesio. „Idealaus trenerio“ sąvoka pas trenerius ir sportininkus skiriasi. Pirmieji akcentuoja dėmesį visų pirma į dalykines ir profesines savybes (erudicija, reiklumas, griežtumas, gebėjimas rasti sudėtingų situacijų sprendimų geriausius būdus) Jautrumas, atjautumas, komunikabilumas, palankumas taip pat pažymimi mokytojais, bet jų reikšmė nėra lemiama. Sportininkai, priešingai, šias savybes iškelia į pirmą vietą. Iš pradžių sportininkai žiūri “koks jis žmogus”, ir tada atkreipti dėmesį į tai, kaip treneris vykdo treniruotes (Вечер, 2000).

Daugelis tyrėjų (Turman, 2003; Miškinis, Skyrius, 2005) atskleidė, kad labai svarbūs sportininko ir trenerio sąveikos komponentai – tai trenerio supratingumas, teisingumas sportininkui ir konstruktyvus bendravimas. Visa tai stipriai veikia komandos sutelktumą ir psichologinį jos klimatą. Trenerio ir jo auklėtinių santykių struktūra sudaro tam tikrą socialinių ryšių sistemą, kuri prasideda pačiu paprasčiausiu psichiniu ir socialiniu kontaktu ir baigiasi labai sudėtingais nuolatiniais tarpusavio ryšiais, kai auklėtiniai pasipasakoja savo išgyvenimus, prašo patarimų, kaip modeliuoti savo asmeninį gyvenimą, jais vadovaujasi ir pan. Glaudžiai bendraudamas su savo auklėtiniais, treneris daro jiems didelę įtaką. Iš tarpusavio santykių išryškėja sportininkų emocinių lūkesčių visuma, jų emocinis ir psichologinis nusiteikimas, interesai, pasitenkinimas ar nepasitenkinimas savo padėtimi, taigi, treneris, skatindamas emocinį, socialinį ir psichinį sportininkų kontaktą su juo pačiu, gauna grįžtamąjį ryšį – ugdytiniai tampa lankstesni trenerio nurodymų atžvilgiu.

Treneris turi turėti pilną komplektą moralinių savybių: humanizmą, mandagumą, dorovę, reiklumą, optimizmą ir kt., nes moralinis auklėtinų ugdymas turi būti formuojamas ne tik veikiant sportininkus žodžiu, bet ir, pirmiausiai, rodant pavyzdį. Rodyti pavyzdį – geriausias pamokslas. Treneris privalo sekti savo elgesį, taikyti sau aukščiausius reikalavimus. Apie trenerio sugebėjimą perduoti savo patirtį bendraujant su auklėtiniais, rašė K. Miškinis (2009), jis teigia, kad bendravimas – labai svarbus pedagoginis mokėjimas, neatsiejama trenerio pedagoginio meistriškumo dalis. Bendraudamas su auklėtiniais treneris perduoda jiems, ką galvoja ir jaučia, padeda susivokti sudėtingose gyvenimiškose situacijose. Taigi, galima teigti, kad ugdant mokinių pagarbą darbui, negalima pačiam netinkamai vykdyti savo pareigų, vėluoti į treniruotes, atšaukti suplanuotos veiklos.

Trenerio ir sportininko santykiai varžybų metu skiriasi nuo jų santykių treniruočių metu (Бечер, 2000). Sporto varžybos pagal savo pobūdį – sudėtingas psichologinis procesas, čia sportininko ir trenerio emocijos vaidina didžiulį vaidmenį. Varžybų metu sportininkas dėl neįprastos emocinės būsenos kartais labai jautriai reaguoja į trenerio kritiką, pastabą ar komentarą, o treniruočių metu į tokias pastabas neįsižeisdavo. Dar labiau, kartais tokia kritika gali sutrikdyti sportininkas balansą ir tapti jo pralaimėjimo priežastimi. Tokioje situacijoje treneris privalo elgtis pedagogiškai, taktiškai, rasti tokią bendravimo su sportininku formą, kad nenukentėtų pastarojo ambicijos. Varžybų metu sportininkui padidėja jautrumas viskam, šiaip ar taip, susijęs su jo pasirodymu ir rezultatais, ypač į bet kurias trenerio apraiškas. Todėl jokiomis aplinkybėmis treneris neturėtų parodyti emocijų, abejonių dėl sportininko pasirodymų, svyravimų, dirglumo, nepagrįsto bruzdumo. Trenerio su sportininkais bendravimas varžybų metu turi būti įprastas arba net lengvesni. Tokiu metu būtina atidžiai kontroliuoti bendravimo su sportininku turinį ir formą.

1.4.2 Trenerio gebėjimo valdyti ugdymo procesą įtaka sportinei veiklai

Sportinis rezultatas – tai visų pirma asmenybės, o ne raumenų pasiekimas. Visi sportininkai skiriasi savo sugebėjimais, temperamentu, atskiromis psichinėmis savybėmis. Sportininko meistriškumo lygis daug kur priklauso nuo to, kaip išvystytos tos sportininko psichinės savybės, kurios reikalingos, siekiant sėkmės pasirinktoje sporto šakoje. Šiuolaikiniam sportui charakteringa tai, kad treniruotės ir varžybos vyksta emocijų, psichinių krūvių, įtemptos protinės veiklos fone, kurį lemia gyvenimo tempas, gausybė išorinių dirgiklių (LTSR valstybinis kūno kultūros ir sporto komitetas, 1986). Treneris, suvokiantis sportininką kaip asmenybę, o ne kaip atskirų fizinių galimybių plėtojimo objektą, gebės kokybiškai ugdyti aukšto sportinio meistriškumo bei visapusiškai harmoningą asmenybę. P. Karoblis (2005), perteikė N. Müllerio (1998) teiginį, kad svarbiausia - sportininko asmenybė, paskui - rezultatas. Mes džiaugiamės, kai sportininkai tampa olimpinių žaidynių čempionais, prizininkais, bet labiausiai džiaugiamės, kai jie baigia aukštąsias mokyklas ir suranda profesinę vietą gyvenime.

M. Mikulevičius (2011) rašė, kad šiuolaikinė pedagogo vadybinė kompetencija ir nuolatinis jos tobulinimas yra pagrindinis veiksnys, lemiantis pedagogo profesinį tobulėjimą ir kokybišką veiklą. Vadovaudamas ugdymo procesui treneris atlieka vadovo vaidmenį. Analizuodami vadovavimo ypatumus J. Kasiulis ir V. Barvydienė (2005) pažymėjo, kad tai tarpusavyje susiję vadovavimo metodai, elgesio normos, taisyklės, kuriuos vadovas naudoja savo darbe, skatindamas pavaldinį siekti užsibrėžtų tikslų. Tai vadovo poveikio pavaldiniams būdas. Vadovo darbo stilius individualus, nepakartojamas todėl, kad nepakartojamos jo asmeninės ir vadovaujamo kolektyvo savybės. Čia reikšmingą vaidmenį vaidina vadovo intelektas, kultūra, profesinis pasirengimas, charakteris ir temperamentas, jo vertybinė orientacija, sugebėjimas reaguoti į aplinkinių poreikius, pastebėti ir puoselėti gerąsias pavaldinių savybes. Vadovavimas kaip pagrindinė vadovo funkcija, neatsiejamas nuo planavimo ir organizavimo. Tačiau vadovavimas nebus efektyvus, jei jis nesirems lyderiavimu (Jucevičienė, 1996). Vadovavimas labiau atspindi vadovo formalaus statuso nusakomą funkciją, o lyderiavimas išreiškia grupėje pripažinto žmogaus – lyderio veiklą telkiant žmones užsibrėžtam tikslui pasiekti.

Trenerio sąveikai su sportininkais labai didelę reikšmę turi trenerio vadovavimo stilius. Daugelio metų darbo procese kiekvienam treneriui susidėlioja jam būdingas vadovavimo, komandos ar atskirų sportininkų valdymo stilius. Dėl daugelio veiksnių (kolektyvo kaitos, sportininkų meistriškumo didėjimo, asmenybės vystymosi ir t.t.) įtakos, jis gali kisti arba likti pastovus. Журавлев, А. (1979) išskyrė šiuos vadovavimo stilius:

- **Autoritarinio** (arba **direktyvinio**) trenerio darbo stilius charakterizuojasi jo visiška vienvaldyste, tai yra vienasmeniu sprendimų priėmimu (ir tik jo paties suformuluota), siekimas išsaugoti išimtinę teisę skatinti ir bausti. Visi trenerio autokrato direktyviniai nurodymai formuluojami įsakmiai, ultimatyviai, primygtinai reikalaujant. Galimi nukrypimai, klaidos juos vykdant, iniciatyvumas ir savarankiškumas sukelia tokią trenerio reakciją kaip baudos, papeikimai, privilegijų atėmimas t.t. Toks treneris atidžiai ir griežtai kontroliuoja sportininkų visus veiksmus ir elgesį, tačiau jo tikslas ne rūpintis jais, ne padėti jiems, o turint tik vieną troškimą – padaryti viską, kad nebūtų sužlugdytas jo, trenerio, užduočių įgyvendinimas.

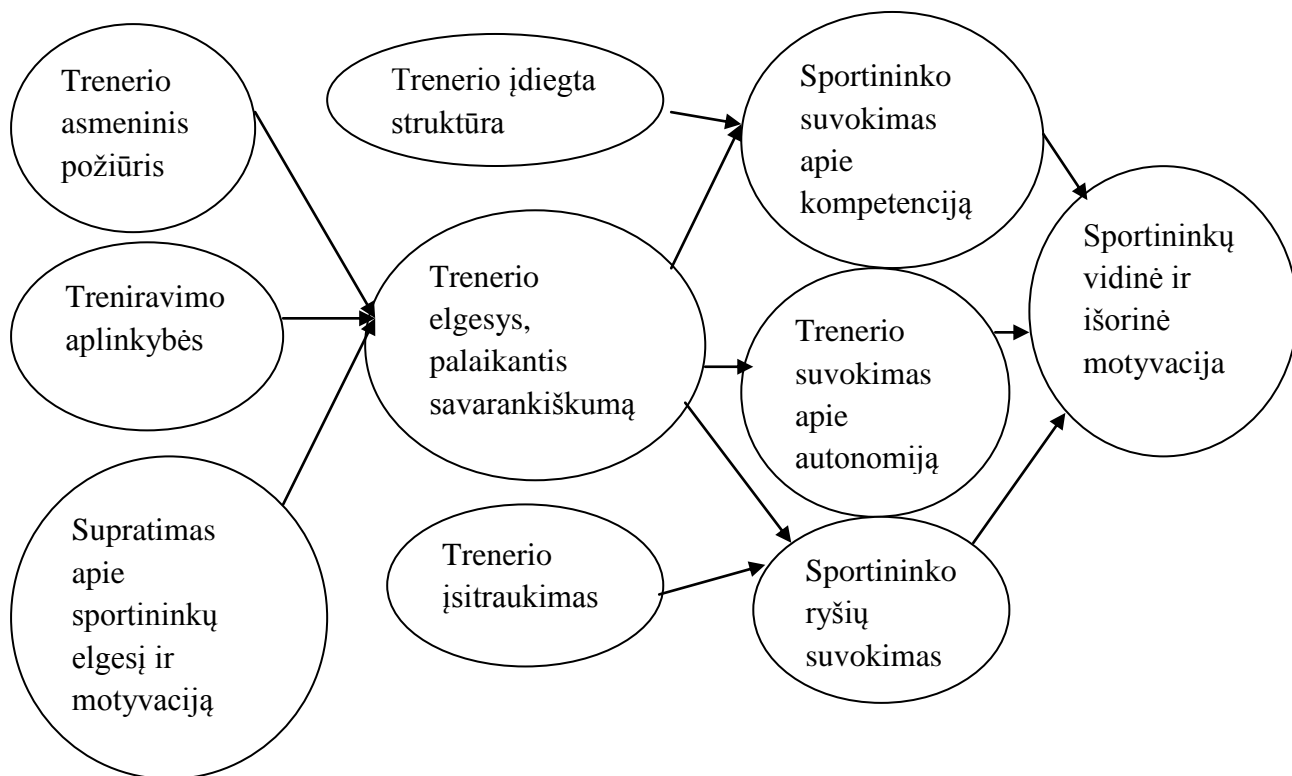
- **Demokratinis** (ar **kolegialus**) valdymo stilius pasižymi trenerio galių ir funkcijų perdavimu grupės nariams arba savo padėjėjams. Tam, kad būtų priimti tam tikri sprendimai, treneris-demokratas pritraukia visa komanda arba aktyvą, aptariant ir derinant su juo visus pasiūlymus. Vystant, plėtojant diskusijas ir aptariant klausimus, susijusius su komandos veikla, treneris plėtoja savo auklėtinių dalykinę asmeninę iniciatyvą ir savarankiškumą, bet nekertant linijos, už kurios jis tampa nebe vadovu. Bendrai aptariant įvairias problemas, treneris-demokratas tai daro ne vardan formos. Jis tikrai nori žinoti sportininkų nuomonę, atsižvelgia į ją, priimdama sprendimą. Tačiau atsakingus ir skubius darbus, reikalaujančius nedelsiant imtis veiksmų, treneris atlieka pats.

- **Liberalus** (laisvas arba **nuolaidžiaujantis**) vadovavimo stilius pasižymi minimalia trenerio intervencija į komandos valdymo procesą. Toks treneris yra tarsi nuošalyje nuo to, ką vykdo jo komandos nariai. Pavaldinių veiklos kontrolę jis vykdo laikas nuo laiko, pagrindinį savo tikslą jis supranta kaip informacijos tiekimą jiems ir tarpininkavimą tarp komandos ir kitų, o tai trukdo jam žinoti vidinius vidaus sąveikos procesus. Pas trenerį-liberalą, bendraujant su mokiniais, reikalavimų, patarimų, rekomendacijų nėra, juos pakeičia prašymai ir maldavimai. Bet kokius disciplinos pažeidimų, nusižengimų, užduočių nevykdymo paaiškinimus jis priima nekritiškai. Toks treneris yra labai abejingas auklėtinių ir kitų apie jį nuomonei, nevisuomeniškas, neiniciatyvus visose srityse, abejingas valdymo veikloje.

Gyvenime retai sutiksi trenerių, kurių veikla būtų aiškiai apibrėžta koku vienu valdymo stiliumi. Paprastai savo darbe treneris naudoja visus tris stilius, bet kiekvieno jų išraiška gali skirtis. Vieno ar dviejų iš jų dominavimas apibūdina tam tikrą trenerio individualų vadovavimo stilių.

Trenerio-sportininkų santykiuose ypatingos svarbos veiksniu tampa trenerio gebėjimas sportininkus motyvuoti. Skiriami du motyvacijos tipai: vidinis ir išorinis. Nors daugelis veiksnių gali turėti įtakos sportininkų vidinei ir išorinei motyvacijai, tačiau trenerio-sportininko santykiai yra viena iš svarbiausių įtakų sportininkų motyvacijai ir tolimesniam efektyviam rezultatų siekimui (Maggeau, Vallerand, 2003). Jų pasiūlytoje motyvacinėje sekoje

(3 pav.) matome sporto pedagogo asmeninės orientacijos į treniravimo kontekstą, per kurią jis veikia, bei jo požiūrį į savo sportininkų elgesį ir motyvacijos įtaką jų elgesiui treniruojantis.



3 pav. **Trenerio-sportininkų santykių motyvacija (Maggeau, Vallerand, 2003).**

Net treneriai su geriausiaisiais ketinimais, pernelyg bandydami padėti, patarti, tada, kai tai nereikalinga ir kai verčia savo sportininkus paklusti instrukcijoms, manoma, kad juos kontroliuoja. Jie kelia pavojų jų sportininkų motyvacijai, ribojant jų galimybes imtis iniciatyvos ir būti kūrybingiems. Šio tipo elgesys gali būti vadinamas „valdančiąja parama“. R. Eisenberger, J. Cameron, 1996; E. Deci ir kt., 1999 teigė, kad sportininkai, kurie sakėsi jaučiantys mažą vidinę motyvaciją, taip pat suvokė savo trenerių mažesnę palankumą jiems ir didesnę kontrolę, šitaip įtakodami neigiamas psichologinės kontrolės priemones, vidinę motyvaciją.

Pastaruoju metu tiriama nemažai atvejų, susijusių su sportininkų motyvacija sportuoti. Žinoma, šią motyvaciją skatina labai įvairūs veiksniai. S. Sabaliauskas, S. Poteliūnienė (2010) savo tyrime apibūdino tris motyvacijos kategorijas:

- **Vidinė motyvacija** skatina asmenį užsiimti veikla, kuri suteikia jam malonumą ir pasitenkinimą;
- **Išorinė motyvacija** skatinama išorinių aplinkos veiksnių (pvz. atlygio ar socialinio statuso) ir priešingai nei vidinė motyvacija siejama su galutiniu veiklos tikslu, o ne su malonumu, patiriamu veiklos metu.

- **Amotyvacija** siejama su bejėgiškumo būkle, kai sportininkas negali rasti sąryšio tarp savo elgesio ir veiklos rezultatų. Tokiu atveju sportininkas jaučiasi nekompetentingas, o veikla praranda prasmę.

Sportininkas ekstremaliomis sąlygomis parodo drąsą ir valią, jėgą, greitį išsvermę ir vikrumą. Tos slaptosios jėgos kartais yra netikėtos ir treneriui, ir pačiam sportininkui. Tai pasiekiami stipria tikslo motyvacija, didžiausiomis kovinėmis savybėmis. Didelis tikslas gimdo didžiules jėgas. Sportininkas turi pasižymėti kovingumu. Kovinė dvasia, tam tikras agresyvumas – tai ypatingos savybės, kurios atsiskleidžia varžybose, kai sportininkas visas jėgas atiduoda sportinei kovai ir pasiekia neįtikėtinų rezultatų (Karoblis, 2005).

Apibendrinus išnagrinėtus literatūros šaltinius matome, kad tiek Lietuvos, tiek užsienio autoriai yra pakankamai vieningos nuomonės dėl sportininkų rengimo – treneris turi visą gyvenimą „augti“, žengti žingsnis žingsniu su mokslo naujovėmis, ugdyti ne tik savo auklėtinius, tačiau ugdytis ir pats. Trenerio filosofija sportininkų rengime nesikeičia jau daug metų – jo akiratis turi nuolat plėstis ir net augantys uždaviniai neturėtų tapti kliūtimi darbą atlikti iki galo, atiduoti visą save. Dauguma autorių pripažįsta, kad treneriui tenkanti atsakomybė yra milžiniška, todėl kiekvieną dieną tenka žvelgti į savo darbą kaip į nenutrūkstantį tobulėjimo, grėsmių išvengimo bei santykių kūrimo su sportininkais bei aplinka, procesą.

2 TYRIMO METODOLOGIJA IR ORGANIZAVIMAS

1.1 Tyrimo metodologija

Tyrimo metodologinį pagrindą sudaro psichologiniai, humanizmo, ugdymo bei raidos esminiai pagrindai.

Tyrimas grindžiamas:

1. Trenerio pedagoginio meistriškumo, kaitos, nuolatinio tobulėjimo nuostatomis (Miškinis, 2006).
2. Dinaminių sistemų teorija, kuri keičia mūsų supratimą apie treniruotumo didėjimo mechanizmus, formuoja naują požiūrį į sportinę veiklą ir treniruotės metodus, skatina mokslininkus ir trenerius ieškoti sprendimų optimizuojant sporto treniruotės vyksmą (Torrents, 2006).
3. L. Jovaišos asmenybės koncepcija. Remiantis šia koncepcija siekėme suvokti, kad treneris kaip asmenybė yra savita individo psichinių struktūrų visuma, kur kiekvienas jos komponentas atlieka savo funkcijas.

2.2 Tyrimo metodai:

1. Literatūros šaltinių analizė
2. Anketinė apklausa
3. Matematinė statistika

2.3 Tyrimo organizavimas:

Literatūros šaltinių analizė. Buvo analizuojama pedagoginė, psichologinė, vadybinė, sportinė Lietuvos ir užsienio autorių literatūra, kurios analizė padėjo suprasti pagrindines nuostatas, kuriomis turi vadovautis treneris. Literatūros šaltinių analizė atskleidė autorių požiūrį į pagrindines trenerio vertybes, bendravimo su sportininkais ypatumus, kompetenciją.

Tiriamųjų imtis. Buvo apklausiami Lietuvos plaukimo treneriai iš kelių plaukimo mokyklų, esančių Kauno, Šiaulių bei Marijampolės miestuose (n= 44) bei sportininkai, lankantys plaukimo treniruotes (n=63). Norint išsiaiškinti kompetencijos priklausomybę nuo turimos kvalifikacijos, treneriai buvo suskirstyti pagal turimas kvalifikacines kategorijas: sporto trenerio (n=17), Lietuvos sporto trenerio (n=16), Nacionalinio sporto trenerio (n=11). Siekiant atsakymų objektyvumo, tiriamieji sportininkai buvo parinkti ir suskirstyti pagal meistriškumo lygį: meistriškumo ugdymo (n=20), meistriškumo tobulinimo (n=24), didelio meistriškumo (n=19) grupių. Tiriamųjų tarp trenerių tarpe, amžiaus vidurkis buvo 43,74 metai. Sportininkų tarpe, amžiaus vidurkis 15,19 metų. Iš visų apklausoje dalyvavusių trenerių sporto krypties aukštąjį išsilavinimą turi 36, o dirba pagal licenciją – 8 treneriai.

Anketinė apklausa. Tyrimas buvo atliekamas nuo 2013 metų sausio iki 2013 metų balandžio mėnesio. Anketas sudarė trys dalys:

1. Trenerių mokslinės – metodinės veiklos anketa, kurią sudarė šeši klausimai. Atsakymų variantai buvo „Taip“, „Ne“, „Iš dalies“. Sporto treniruotės teorijos ir metodikos problema, visada aktuali, ji tampa dar aktualesnė, kai sportininkas priartėja prie savo galimybių ribų. Norint išsiaiškinti trenerių nuomonę dėl mokslinių konferencijų rengimo naudos, naudojamos P. Karoblio., A. Raslano ir kt. (2008) sudaryta anketa, kurią pritaikėme mūsų atvejo tyrimui.
2. Psichometrinių savybių vertinimo skalės anketa pagal D. Feltz, M. Chase ir kt. (1999). Šia anketa siekta nustatyti treniravimo efektyvumą ir trenerių gebėjimą motyvuoti sportininkus rezultatų siekimui. Anketoje buvusius klausimus modifikavome pagal mūsų tyrimo aktualumą ir neaktualių tyrimui klausimus išėmėme. Šioje anketoje atsiskleidžia keli trenerio profesiniai gebėjimai: motyvacijos (3;7 klausimai), sportinės strategijos kūrimo(2;6;8;10;11;12 klausimai), sportininkų charakterio formavimo(1;4;5;9;13 klausimai). Tiriamieji turėjo pareikšti nuomonę pasirinkdami vieną iš atsakymo variantų: „Taip“, „Ne“ arba „Iš dalies“.
3. Testas T-S (treneris-sportininkas) pagal J. Chaniną (1980) ir B. Stambulovą (1999). Tiriamiesiems buvo pateikti 24 klausimai remiantis J. Chanino (Meidus, 2004) metodika „Sportininkas ir treneris“. Sportininkams reikėjo įvertinti trenerio bendravimą. Jeigu sportininkas manė, kad teiginys teisingas, jis turėjo atsakyti TAIP, jeigu klaidingas – NE. Metodika apibūdina teigiamą arba neigiamą sportininko požiūrį į bendravimą su treneriu. Vertinami trys sportininko ir trenerio bendravimo komponentai: gnostinis (informacinis), kai sportininkas vertina trenerio dalykinį bendravimą, jo, kaip specialisto, kompetenciją, jo profesinio meistriškumo lygį; emocinis, kai sportininkas vertina, kiek treneris reiklus sportininkui, kaip bendraudamas su sportininku reiškia savo jausmus, ar palaiko neformalius santykius; sąveikos (elgesio), kai vertinamas trenerio elgesys su sportininkais bendravimo metu (sportininkų požiūriu). Kiekvienam komponentui vertinti skiriama po aštuonis teiginius. Jei tiriamojo atsakymas sutampa su „raktu“, tai už jį skiriamas 1 vienas balas. Gnostiniai klausimai buvo šie: 1;4;7;10;13;16-;19;22, emociniai: 2-;5-;8;11;14;17;20-;23-, elgesio: 3;6;9-;12;15-;18;21-;24. Jei prie klausimo nėra „ – “ ženklų, atsakymas turėtų būti teigiamas, jei „ – “ ženklas yra, atsakymas turėtų būti neigiamas. Mes savo tyrime susumuotus balus pavertėme procentine išraiška, kad geriau atsiskleistų tiriamųjų atsakymų išraiška. Šis testas aiškina, kad trenerio sėkmė dirbant su individualių sporto šakų sportininkais, o ypač su žaidimų komandomis, priklauso nuo to, kaip jis sugeba derinti dalykinius ir asmeninius santykius su savo auklėtiniais. Pasitikėjimas

treneriu, jo autoriteto pripažinimas palengvina komandos valdymą, o patiems sportininkas padeda greičiau tobulėti. Šiuo testu įvertinsime tris parametrus, būdingus trenerio – sportininko santykiams:

1. Gnostinis – trenerio, kaip specialisto kompetencija, jo profesionalumo lygis;
2. Emocinis – neformalus trenerio ir sportininko santykiai, dėmesys, jo asmenybės įvertinimas;
3. Elgesio – trenerio elgesys ir bendravimas su auklėtiniais (sportininkų požiūriu).

Matematinė statistika. Gauti duomenys apskaičiuoti naudojant MS Excel 2007 programą.

TYRIMO REZULTATAI IR JŲ APTARIMAS

Trenerio veiklos sėkmę lemia tam tikrų esminių kompetencijų turėjimas. Atlikus tyrimą išaiškėjo, kad trenerius tikslinga suskirstyti pagal turimas kvalifikacines kategorijas, nes sporto pedagogai dirba skirtingomis metodikomis, kitaip vertina treniravimo filosofiją ir savo įnašą į rezultatų siekimą. 4 lentelėje parodytas plaukimo trenerių pasiskirstymas pagal turimą kvalifikacinę kategoriją. Daugiausia tyrime dalyvavo sporto trenerio kategoriją turinčių sporto pedagogų (n=17), šiek tiek mažiau – Lietuvos sporto trenerio kategorijos specialistų (n=16), mažiausiai respondentų buvo Nacionalinės sporto kategorijos (n=11).

4 lentelė

Trenerių pasiskirstymas pagal turimą kvalifikacinę kategoriją

Kategorija Lytis	Sporto treneris		Lietuvos sporto treneris		Nacionalinis sporto treneris	
	n	%	n	%	n	%
Moteris	10	22,72	11	25,00	6	13,63
Vyras	7	15,90	5	11,36	5	11,36

3.1 Trenerių mokslinės-metodinės veiklos aspektai

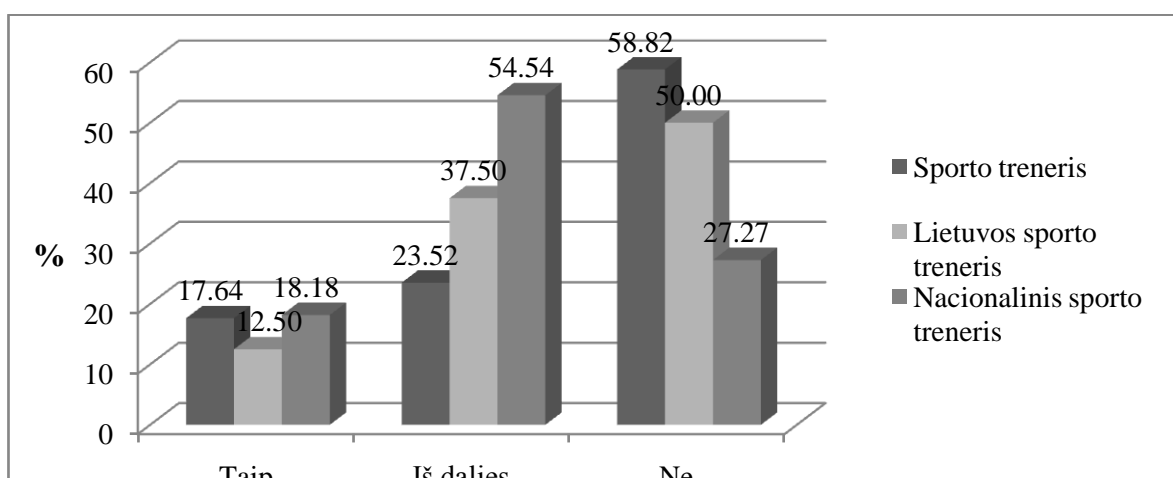
Analizuojant plaukimo trenerių mokslinės-metodinės veiklos gautus duomenis, klausiant, ar treneriai dalyvavo mokslinėje veikloje, paaiškėjo, kaip pasiskirstė nuomonė tarp trenerių, turinčių skirtingas kvalifikacines kategorijas. 5 lentelėje pateikiama trenerių atsakymai apie dalyvavimą mokslinėje-metodinėje veikloje.

5 lentelė

Trenerių atsakymai apie dalyvavimą mokslinėje-metodinėje veikloje (proc.)

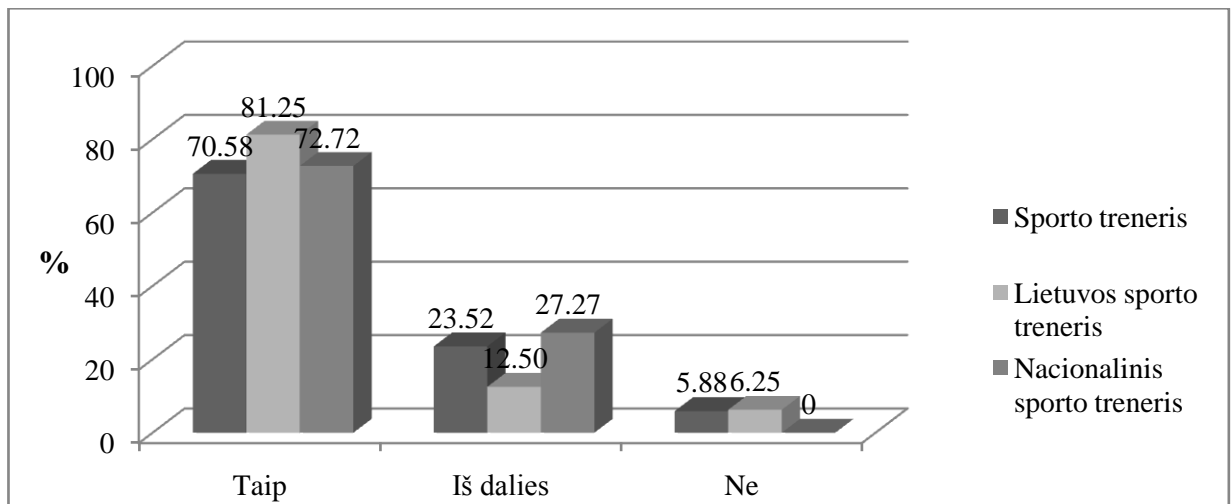
Respondentai Klausimai	Sporto treneriai			Lietuvos sporto treneriai			Nacionaliniai sporto treneriai		
	Taip	Iš dalies	Ne	Taip	Iš dalies	Ne	Taip	Iš dalies	Ne
1. Dalyvavimas moksl. veikloje	17,64	23,52	58,82	12,50	37,5	50,00	18,18	54,54	27,27
2. Dalyvavimas seminaruose	70,58	23,52	5,88	81,25	12,5	6,25	72,72	27,274	-
3. Dalyvavimas susirinkimuose	64,7	23,52	11,76	75,00	18,75	6,25	90,90	9,09	-
4. Moksl. literatūros naudojimas	64,7	35,29	-	56,25	37,5	6,25	54,54	45,45	-
5. Praktinių mokslinių konferencijų nauda	94,11	5,88	-	93,75	6,25	-	54,54	45,45	-
6. Teorinis rengimas	41,17	52,94	5,88	68,75	25,00	6,25	81,81	18,18	-

Gauti duomenys rodo, kad mokslinėje veikloje (4 pav.) dalyvauja maža dalis plaukimo trenerių, mažiau nei penktadalis visų kvalifikacinių kategorijų pedagogų dalyvauja šioje veikloje. 54,54% Nacionalinės kategorijos trenerių pasisakė, kad mokslinėje veikloje dalyvauja iš dalies. Šį variantą pasirinko ir šiek tiek daugiau nei trečdalis Lietuvos kategorijos trenerių. Daugiausiai nedalyvaujančių šioje veikloje – sporto kategorijos trenerių tarpe. Pusė respondentų Lietuvos kategorijos plaukimo trenerių tarpe taip pat į šį klausimą atsakė neigiamai. P. Karoblis (2005) rašė, kad kai kuriems treneriams atrodo, kad mokslininkai turi išvaduoti juos nuo rūpesčių pateikdamas gatavus receptus ir garantuodami auklėtinių geriausią sportinę formą atsakingose varžybose. Iš tikrųjų mokslininkas ir treneris turi sutarti telkti visas jėgas kūrybiniam darbui.



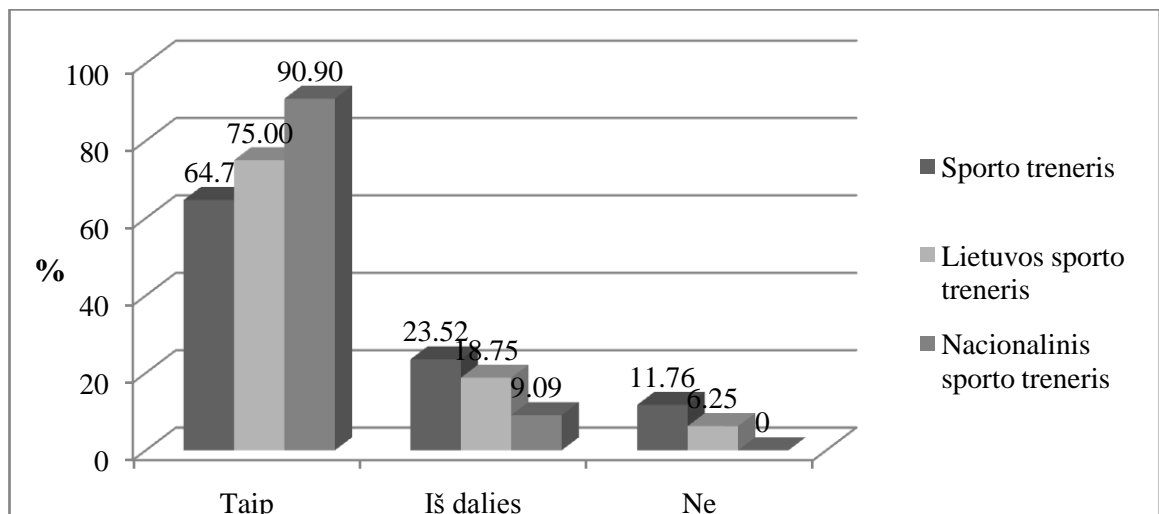
4 pav. Trenerių dalyvavimo mokslinėje veikloje procentinis skirstinys (N=44)

Plaukimo trenerių dalyvavimo seminaruose atsakymai (5 pav.) pradžiugino, kadangi didžioji dalis visų kvalifikacinių kategorijų trenerių atsakė, kad seminaruose dalyvauja. Aktyviausiai šioje veikloje reiškiasi Lietuvos sporto treneriai – 81,25% respondentų pasisakė dalyvaujantys ir tik 6,25% nedalyvauja seminaruose. Tarp Nacionalinės kvalifikacinės kategorijos trenerių nebuvo tokių, kurie apskritai nedalyvautų seminaruose. Sporto trenerių tarpe taip pat didžioji dalis (70,58%) pasisakė dalyvaujantys seminaruose. Galime teigti, kad dauguma plaukimo trenerių domisi inovacijomis sporto pasaulyje ir gilina žinias, tobulinasi seminarų metu.



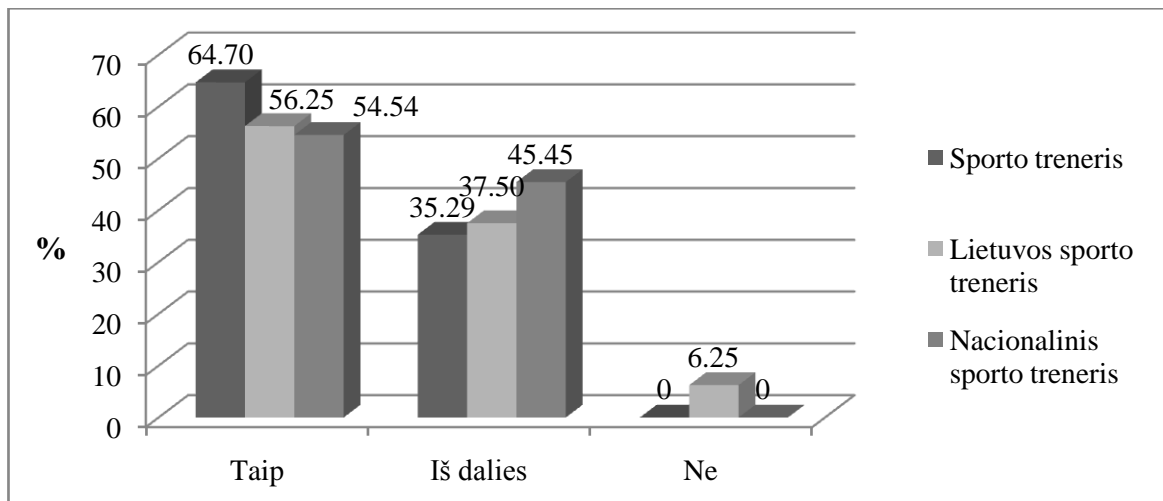
5 pav. Trenerių dalyvavimo seminaruose procentinis skirstinys (N=44)

6 paveiksle parodytas trenerių dalyvavimo aptarimuose/susirinkimuose nuomonių pasiskirstymas. Vėlgi matoma tendencija, kad plaukimo treneriai pakankamai aktyviai dalyvauja šioje veikloje. Nacionalinės kvalifikacinės kategorijos treneriai ypatingai aktyviai reiškiasi šioje srityje – net 90,90% jų dalyvauja susirinkimuose. Nedalyvaujančių šioje veikloje trenerių tarpe – labai maža dalis.



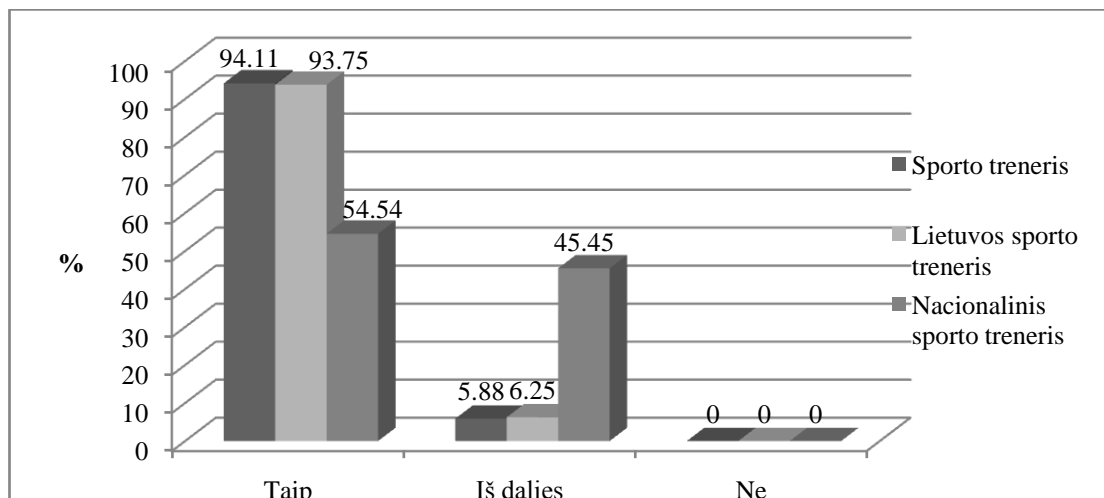
6 pav. Trenerių dalyvavimo aptarimuose/susirinkimuose procentinis skirstinys (N=44)

Į pateiktą klausimą dėl naudojimosi moksline literatūra, visų kategorijų treneriai atsakė pakankamai vieningai – daugiau nei pusė plaukimo trenerių naudojami moksline literatūra, šiek tiek mažiau nei pusė – naudojami iš dalies, o visiškai nesinaudoja tik 6,25% Lietuvos sporto kategorijos trenerių.



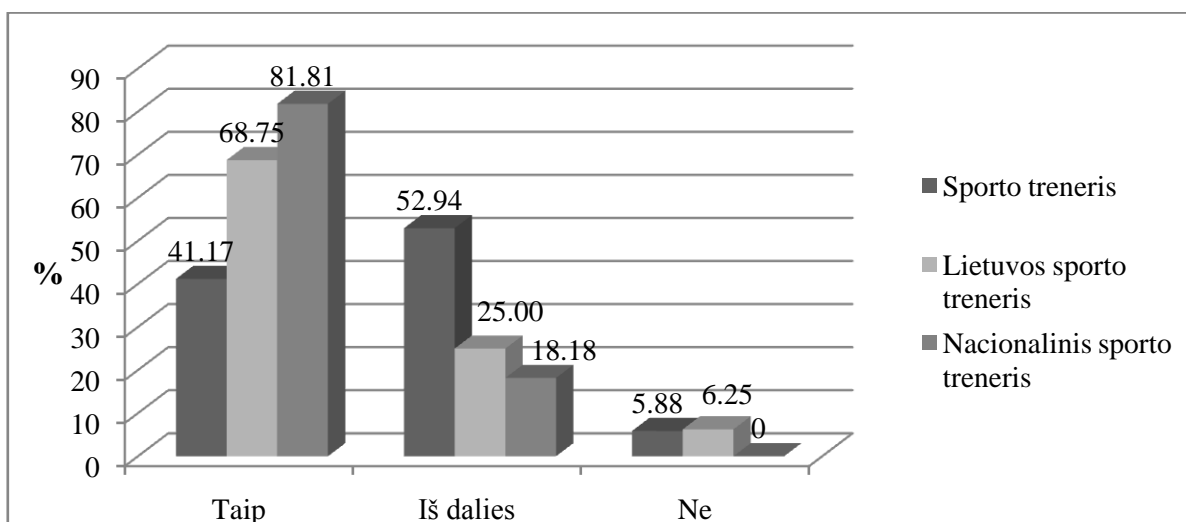
7 pav. Trenerių naudojimosi moksline literatūra procentinis skirstinys (N=44)

8 paveikslo gauti duomenys rodo, kad didelės dalies sporto trenerių ir Lietuvos sporto trenerių (atitinkamai 94,11% ir 93,75%) nuomone, praktinės mokslinės konferencijos yra reikalingos, tik mažesnė dalis – vos daugiau nei pusė Nacionalinės kategorijos trenerių pasisakė teigiamai, 45,45% šios kategorijos trenerių atsakė, kad šioms konferencijoms pritaria tik iš dalies.



8 pav. Trenerių nuomonės dėl praktinių mokslinių konferencijų naudos procentinis pasiskirstymas (N=44)

9 paveiksle matome, kaip pasiskirstė trenerių atsakymai apie teorinį sportininkų rengimą. 81,81% respondentų Nacionalinės kategorijos trenerių tarpe atsakė vykdantys teorinį sportininkų rengimą. 68,75% Lietuvos kvalifikacinės kategorijos trenerių taip pat atsakė teigiamai, tačiau mažiau nei pusė sporto kategorijos trenerių pasisakė vykdantys teorinį rengimą, didesnę dalį (52,94%) sporto trenerių teoriškai ruošia sportininkus tik iš dalies. Kas ketvirtas Lietuvos kategorijos treneris taip pat pasisakė rengiantis sportininkus teoriškai iš dalies.



9 pav. Trenerių atsakymų dėl teorinio sportininkų rengimo, procentinis skirstinys (N=44)

Apibendrinus duomenis, gautus treneriams atsakius į mokslinės-metodinės veiklos klausimus, matoma tendencija, kad vis dėlto labiau į savišvietą, tobulėjimą, mokslumą, linkę treneriai, turintys Nacionalinę kategoriją. Jie labai aiškiai pasireiškia dalyvaudami mokslinėje veikloje ir pripažįsta šios veiklos teikiamą naudą. Lietuvos sporto treneriai taip pat linkę labiau teigiamai vertinti šią veiklą, tačiau jiems gali trūkti motyvacijos siekiant saviugdos. Sporto kategorijos treneriai, labiau nei kiti, teikia prioritetą mokslinei literatūrai bei praktinėms mokslinėms konferencijoms. Galima daryti prielaidą, kad aukštesnės kvalifikacijos treneriai mano nebegausiantys naudos iš mokslinės literatūros, ar praktinių mokslinių konferencijų, o stengiasi daugiau tobulintis konferencijose ir mokslinėje veikloje. P. Karoblis, A. Raslanas, S. Poteliūnienė ir kt. (2008) teigė, kad trenerių mokslo žinių trūkumas – didžiausias pavojus sportui. Svarbiausia – trenerio edukacinis mokslumas, rodantis, kaip sparčiai sportininkas treniruodamasis įgauna žinių, mokėjimų, įgūdžių, kokia to, ką įgijo, kokybė. Šių autorių gautuose tiriamųjų – trenerių, ruošiančių sportininkus Olimpinėms žaidynėms, atsakymų dėl mokslinės-metodinės veiklos rezultatuose, nemaža dalis trenerių dalyvavo mokslinėse konferencijose (70%), seminaruose (78%), aptarimuose (80%), teorinį sportininkų rengimą vykdė 76% trenerių. Mūsų gauti rezultatai patvirtino aukštos kvalifikacijos trenerių dalyvavimo mokslinėje veikloje polinkį. S. Santos, I. Mesquita ir kt. (2010) atlikto tyrimo metu, gauti rezultatai dėl trenerių profesinės patirties parodė, kad mažiau patirties turintys treneriai save suvokia kaip mažai kompetentingus nei treneriai su didele patirtimi. Taip pat jie pabrėžė didesnį mokymosi poreikį, sprendžiant išskylančius klausimus, susijusius su praktika ir orientavimusi varžybose.

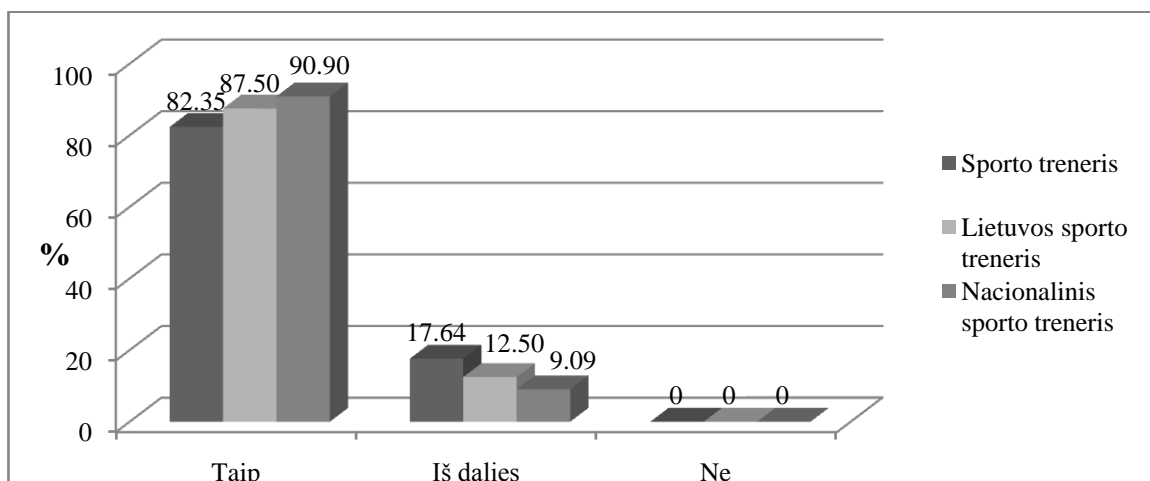
Manome, kad visi treneriai, nepriklausomai nuo to, kokio lygio jie yra, turėtų nenustoti tobulintis bet kurioje srityje – nereikėtų galvoti, kad mokslinė literatūra neduos naudos,

jei treneris jau yra pakankamai apskaitęs. Naudos sporto kryptių, metodikų tendencijos, įvairūs atradimai gali būti tam tikru akcentu, kuris padėtų treneriui dar labiau tobulinti treniruočių procesą, pasiruošimą varžyboms ir kt.

3.2 Plaukimo trenerių psichometrinių savybių raiška

Trenerio profesijoje svarbų vaidmenį vaidina jo paties, kaip asmenybės saviugda, tobulėjimas ir plati pasaulėžiūra, tačiau reikia neužmiršti, kad trenerio veiklai būdinga organizacinė, komunikacinė kompetencija bei gebėjimai teikti pagalbą, įtakoti sportininkus, motyvuoti juos ne tik sportiniams rezultatams, tačiau ir ugdyti kaip dorą, stiprią asmenybę. K. Miškinio (2006) nuomone, dabartiniam sportui reikia trenerio, orientuoto į visapusišką asmenybės ugdymą. Toks treneris vadovaujasi idėja, kad gerus rezultatus lemia ne tik kokybiškai organizuotas mokomasis treniruočių procesas, bet ir visavertė sportininkų motyvacija, jų dvasinių galių stiprinimas. Trenerio meistriškumą daugiausia lemia jo esamos savybės, kurios suteikia jo bendravimui su mokiniais savotiškumą, nustatyto skirtingų įgūdžių įvaldymo greitį ir laipsnį. Svarbiausiomis iš jų yra profesionaliai pagrindinės trenerio asmens savybės: filosofinės, pasaulėžiūros, moralinės, komunikacijų (įskaitant pedagoginį taktą), valios, intelektualios – įskaitant suvokimo, (dėmesio kokybės), mnemoninės (atminties kokybės), motorinės (psichomotorinės) (Бечер, 2000).

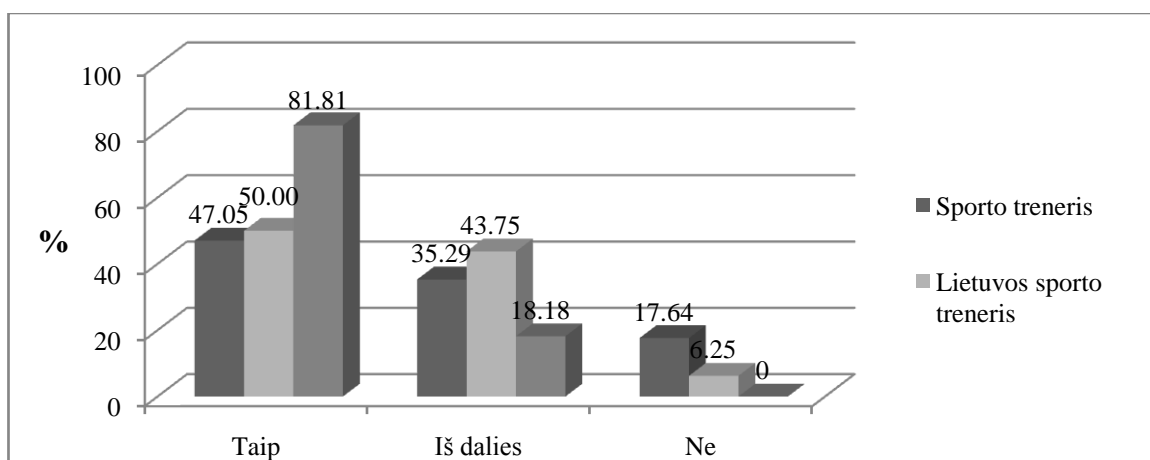
Komandos treneris turi mokėti: tikslingai bendrauti su auklėtiniais, valdyti auklėtinių tarpusavio santykius, sukurti tinkamą psichologinį mikroklimatą, naudoti pedagoginio poveikio būdus, organizuoti auklėtinių saviugdą, rinkti, analizuoti ir sisteminti informaciją, planuoti sportinio rengimo vyksmą, nustatyti asmenybės tipą, temperamentą, charakterį ir kt. (Gricius, 2010). Dėl aptartų priežasčių, nusprendėme sužinoti trenerių gebėjimą valdyti komandą ir kiekvieną sportininką atskirai. Treneriams atsakant į klausimą, ar jie sugeba išlaikyti



10 pav. Trenerių atsakymai dėl gebėjimo išlaikyti sportininkų pasitikėjimą (N=44)

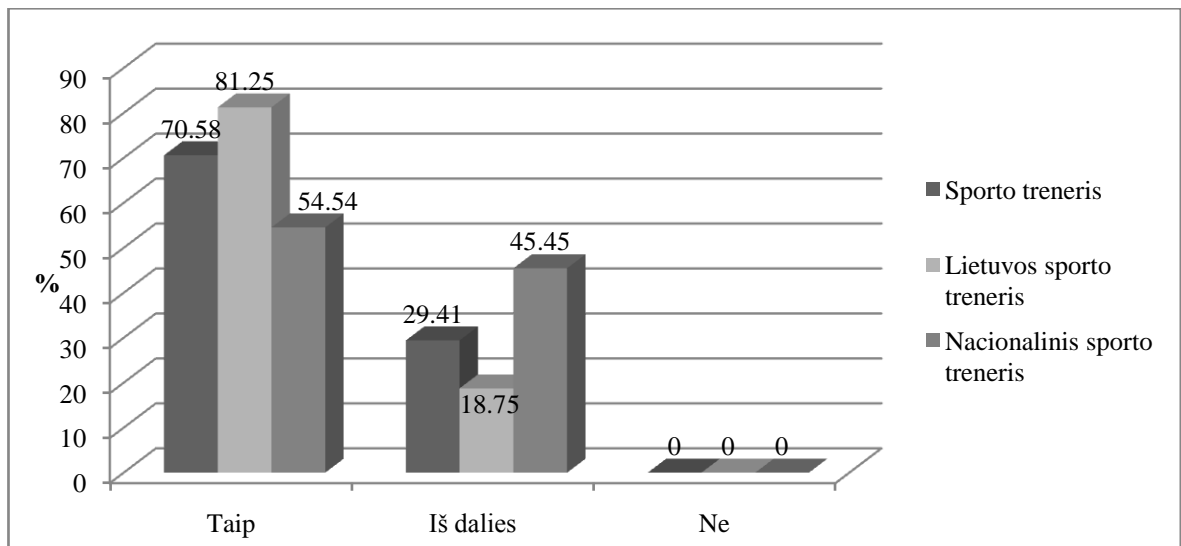
sportininkų pasitikėjimą jais (10 pav.), didžioji dalis pasirinko atsakymą „Taip“, mažiau nei pusė nei penktadalis visų kategorijų trenerių pasirinko atsakymo variantą „iš dalies“, neigiamai neatsakė nei vienas respondentas, vadinasi, praktiškai visi treneriai teigiamai vertina jų sportininkų pasitikėjimą jais.

11 paveiksle parodyta trenerių nuomonės pasiskirstymas dėl gebėjimo atpažinti priešininkų stipriąsias puses varžybų metu. Plaukimo treneriams tenka išmanyti daug įvairių taktinių ir techninių aspektų, keliančių grėsmę jų pačių sportininkams, todėl dažnai tenka sukti galvą, kokią metodiką parinkti, norint aukštų rezultatų. Priešininkų komandos sportininkų analizė varžybų metu gali duoti daug naudos ateityje, todėl svarbu pasitelkti priemones stipriųjų priešininkų komandos sportininkų technikos, taktikos analizei varžybų metu. Mūsų tirtų trenerių tarpe pusė apklaustų sporto bei Lietuvos sporto kategorijos trenerių atsakė, kad sugeba atpažinti stipriąsias priešininkų puses, tik didelė dalis (81,81%) Nacionalinės kategorijos trenerių atsakė teigiamai. Beveik pusė Lietuvos sporto kategorijos ir trečdalis sporto kategorijos trenerių pasirinko atsakymą „Iš dalies“.



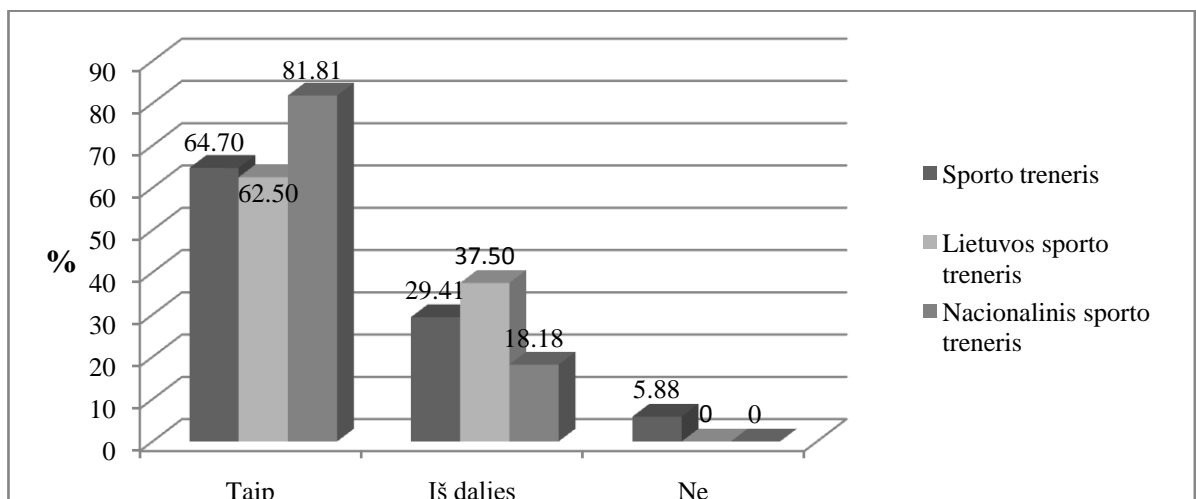
11 pav. Trenerių atsakymų dėl priešininkų stipriųjų pusių atpažinimo, skirstinys (N=44)

Apklausus trenerius dėl jų gebėjimo nuteikti sportininkus varžyboms morališkai (12 pav.), didžioji dalis (70,58%) sporto kategorijos trenerių bei Lietuvos kategorijos trenerių (81,25%) atsakė teigiamai. Nustebino, kad tik vis daugiau, nei pusė (54,54%) Nacionalinės kategorijos pasirinko teigiamą atsakymą. Kita dalis (45,45%) pastarosios kategorijos trenerių pasirinko atsakymą „iš dalies“. Neigiamo varianto nepasirinko nei vienas respondentas.



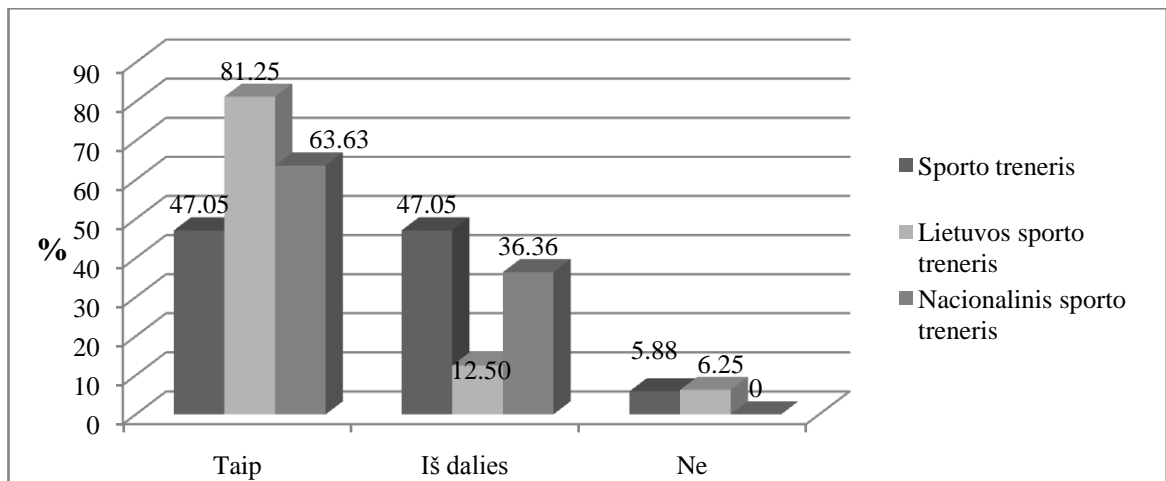
12 pav. Trenerių nuomonės dėl gebėjimo morališkai nuteikti sportininkus skirstinys (N=44)

13 paveiksle parodyta trenerių atsakymų į klausimą „Ar sugebate įskiepyti sportininkams geras moralines savybes“ pasiskirstymas. Daugiausiai teigiamų atsakymų buvo Nacionalinės kategorijos trenerių tarpe (81,81%). Daugiau nei pusė likusių kategorijų trenerių taip pat pasirinko šį atsakymo variantą. Maždaug trečdalis sporto kategorijos (29,41%) ir Lietuvos sporto kategorijos trenerių (37,50%) pasirinko atsakymo variantą „Iš dalies“.



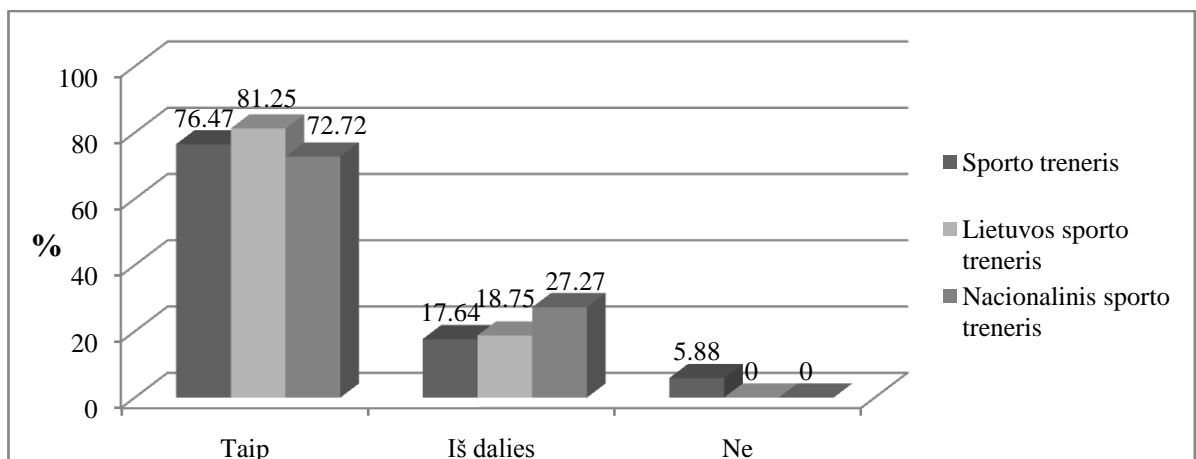
13 pav. Trenerių nuomonės pasiskirstymas dėl gerų moralinių savybių įskiepijimo (N=44)

Treneriams atsakant į klausimą apie sportininko savivarbos kūrimą (14 pav.), daugiausiai teigiamų variantų pažymėjo Lietuvos kategorijos trenerių (81.25%), tik šiek tiek daugiau nei pusė (63,63%) Nacionalinės kategorijos trenerių taip pat atsakė teigiamai. Mažiau nei pusė sporto kategorijos trenerių atsakė teigiamai, tokia pati dalis (47,05%) jų pasirinko variantą „iš dalies“. Trečdalis Nacionalinės kategorijos trenerių taip pat atsakė, kad sportininkų savivarbą kuria tik iš dalies.



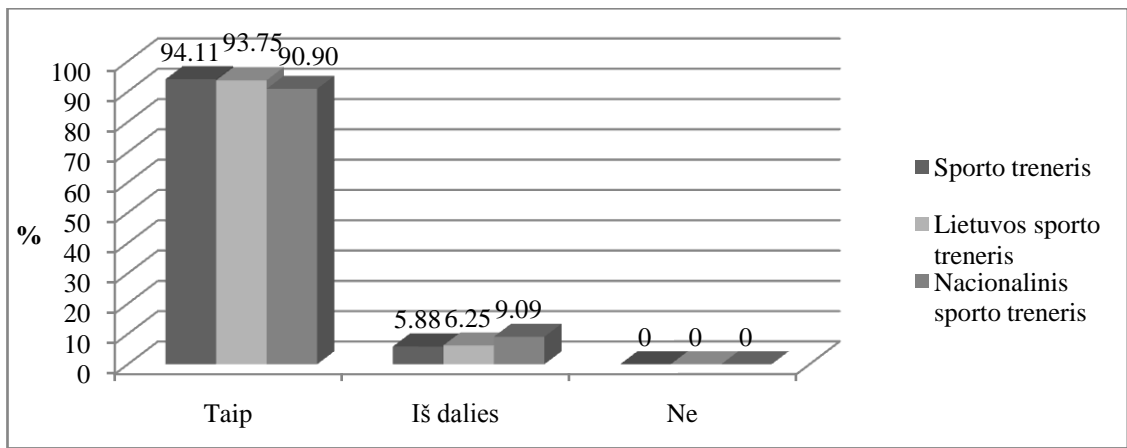
14 pav. Trenerių nuomonės dėl sportininkų savigarbos kūrimo pasiskirstymas (N=44)

Plaukimo sporto šakoje, varžybų metu pasitaiko, kad tenka pakeisti strategiją, pavyzdžiui, vienam iš sportininkų patyrus traumą, sumodeliuoti estafetiniam plaukimui stiprią komandą ir rasti kuo pakeisti prarastą komandos narį. Ištyrus trenerių atsakymus (15 pav.), pasirodo, kad prisitaikymas prie skirtingų varžybų situacijų plaukimo treneriams nėra sunki užduotis. Didesnė dalis visų kategorijų trenerių į šį klausimą atsakė teigiamai. Nacionalinės kategorijos trenerių tarpe 27,27% respondentų atsakė, kad prisitaikyti prie skirtingų varžybų situacijų sugeba iš dalies.



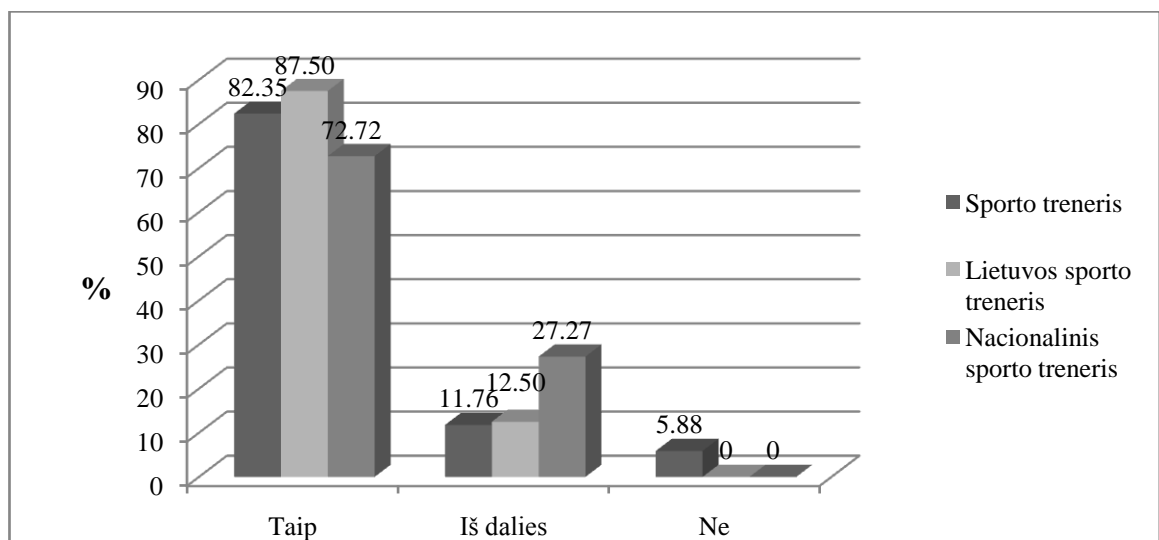
15 pav. Trenerių nuomonės dėl prisitaikymo prie skirtingų varžybų situacijų pasiskirstymas (N=44)

Tiriant atsakymus apie sportininkų motyvavimą (16 pav.), rezultatai parodė, kad beveik visi treneriai stengiasi motyvuoti savo sportininkus. 94,11% sporto kategorijos, 93,75% Lietuvos sporto kategorijos ir 90,90% Nacionalinės kategorijos trenerių į šį klausimą atsakė teigiamai. Šie rezultatai rodo aukštą kompetencijos lygį sportininkų valdyme.



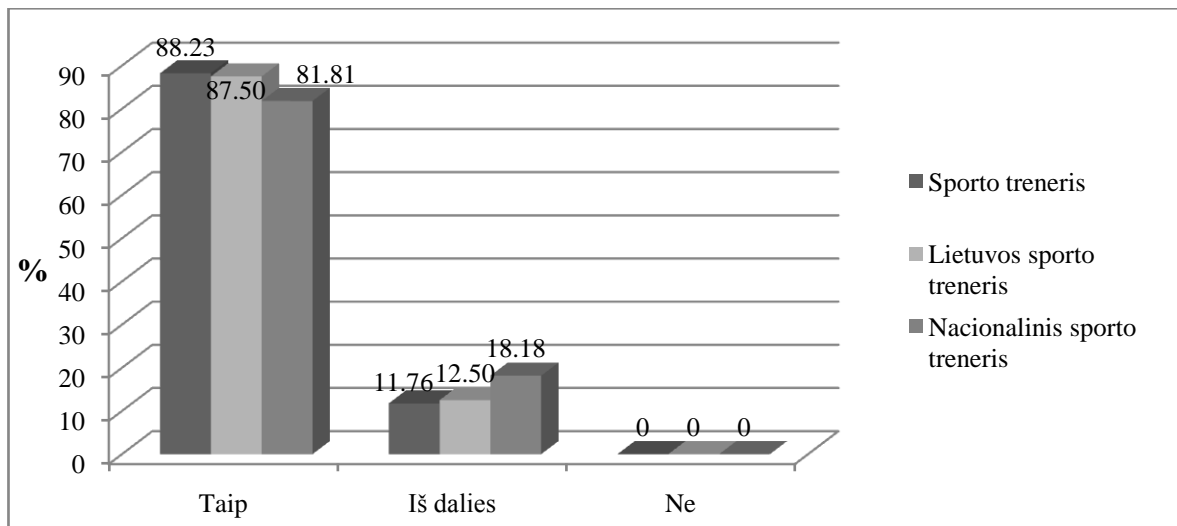
16 pav. Trenerių atsakymų apie sportininkų motyvavimą skirstinys (N=44)

17 paveiksle parodyti trenerių atsakymai dėl garbingos komandos kūrimo. Didelė dalis trenerių atsakė, kad stengiasi kurti garbingą komandą. Šis veiksnys labai svarbus visame treniravimo procese, kadangi stipri, garbinga komanda yra bene visas pagrindas geros ir darbingos atmosferos formavime. Nustebino, kad beveik trečdalis - 27,27% Nacionalinės kategorijos trenerių atsakė kuriantys garbingą komandą iš dalies.



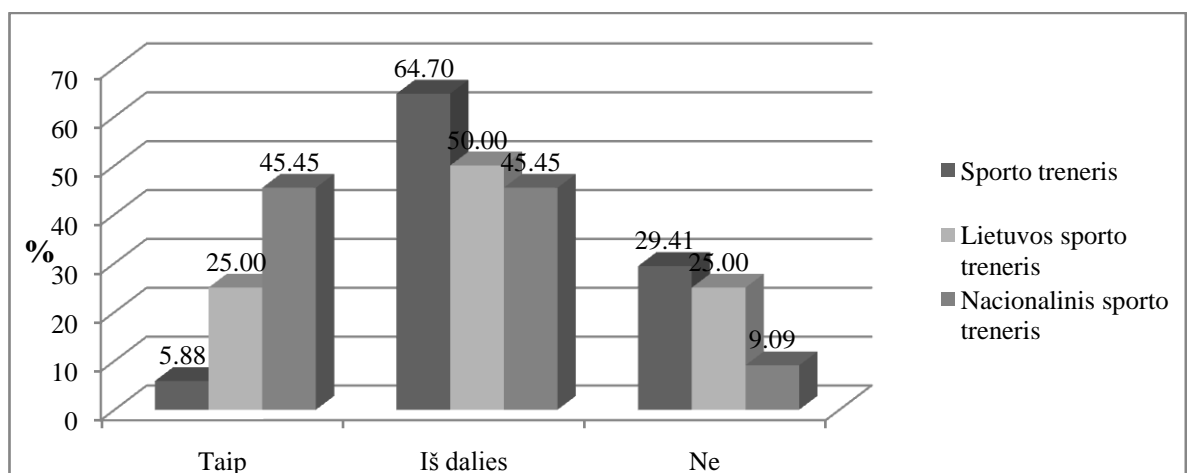
17 pav. Trenerių atsakymų dėl garbingos komandos kūrimo skirstinys (N=44)

Klausiant trenerių apie jų pastangas kuriant sportininkų pasitikėjimą savimi, daugiau nei 80% visų kategorijų trenerių atsakė teigiamai (18 pav.). 18,18% nacionalinės kategorijos trenerių atsakė kuriantys sportininkų pasitikėjimą savimi tik iš dalies. Neigiamai į šį klausimą atsakusių respondentų nebuvo. Šie atsakymai vėlgi parodė, kad treneriai yra kompetentingi darant įtaką ne tik sportiniams rezultatams, bet ir sportininkų asmenybėms.



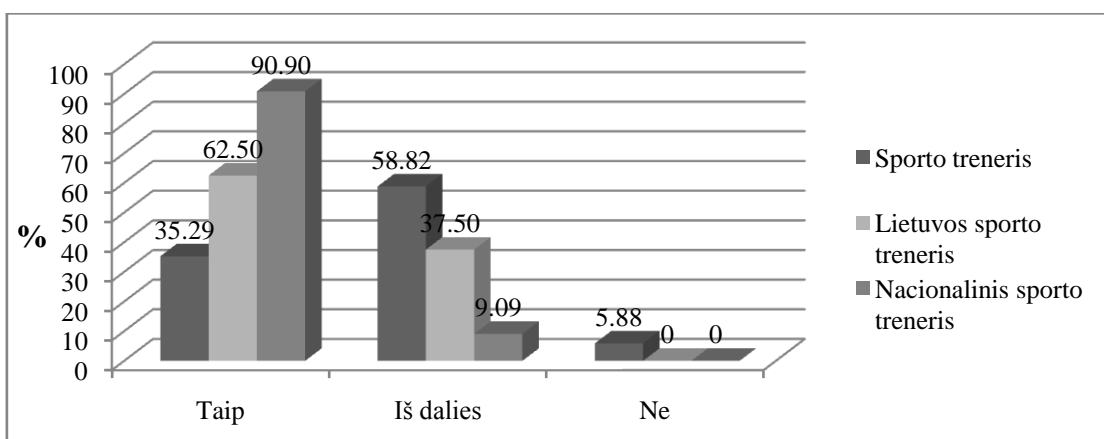
18 pav. Trenerių atsakymai apie sportininkų pasitikėjimo savimi kūrimą, skirstinys (N=44)

P. Karoblis (2006) rašė, kad rengiant sportininkus naudojamas abstrahavimas (išskiriamos esminės sportininko savybės). Taip pat jis, nagrinėdamas kitų mokslininkų tyrimus, padarė prielaidą, kad treneriui labai svarbu nustatyti dominuojančias sportininko ypatybes. Mūsų apklaustų trenerių nuomonės, atsakant į klausimą „Ar plėtojate tik sportininkų stipriąsias puses“, stipriai išsiskyrė (19 pav.). Sporto trenerių tarpe, vos 5,88% respondentų į šį klausimą atsakė teigiamai, didžioji dalis (64,70%) šios kategorijos trenerių pasirinko atsakymą „iš dalies“, neigiamai atsakė beveik trečdalis trenerių. Lietuvos sporto kategorijos trenerių tarpe pusė respondentų pasirinko atsakymą „iš dalies“, po ketvirtadalį trenerių atsakė teigiamai arba neigiamai. Nacionalinės kategorijos treneriai po lygiai (45,45%) pasirinko atsakymus „Taip“ ir „Iš dalies“, tik 9,09% trenerių atsakė neigiamai. Galima daryti prielaidą, kad aukštesnės kvalifikacinės kategorijos treneriai labiau orientuoti tik į stipriųjų sportininkų pusių ugdymą, o žemesnės kategorijos treneriai plėtoja sportininkus įvairiapusiškai.



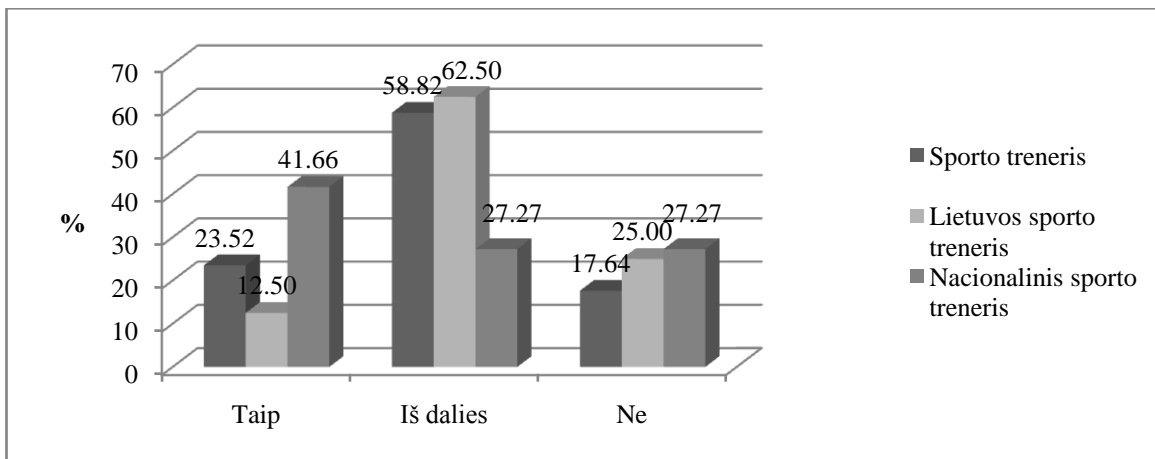
19 pav. Trenerių atsakymų apie sportininkų stipriųjų pusių plėtojimą, skirstinys (N=44)

20 paveiksle parodyta, kaip treneriai atsakė į klausimą apie talentingų sportininkų atpažinimą. Kaip ir galima buvo tikėtis, aukštesnės kvalifikacinės kategorijos treneriai mano labiau atpažįstantys talentingus sportininkus. 90,90% šios kategorijos trenerių į šį klausimą atsakė teigiamai. Daugiau nei pusė (62,50%) Lietuvos kvalifikacinės kategorijos trenerių taip pat pasirinko teigiamą atsaką į šį klausimą. Likusi dalis (37,50%) šios kategorijos trenerių atsakė, kad iš dalies atpažįsta talentingus sportininkus. Vos daugiau nei trečdalis sporto kategorijos trenerių pasirinko teigiamą atsakymą, Daugiau nei pusė (58,82%) trenerių pasirinko variantą „Iš dalies“. Galima daryti prielaidą, kad yra tiesioginė priklausomybė tarp kvalifikacinės trenerių kategorijos ir gebėjimo atpažinti talentingus sportininkus. S. Sabaliausko, S. Poteliūnienės (2010) tyrimo rezultatai apie sportininkų gabumų identifikavimą, atskleidė, kad identifikuodami sportininkų gabumus treneriai remiasi turima daugiamete patirtimi ir nuojauta. Tai iš dalies patvirtina mūsų gautą rezultatą – plaukimo treneriai, turintys aukščiausią kvalifikacinę kategoriją geriausiai geba atpažinti talentingus, gabius sportininkus.



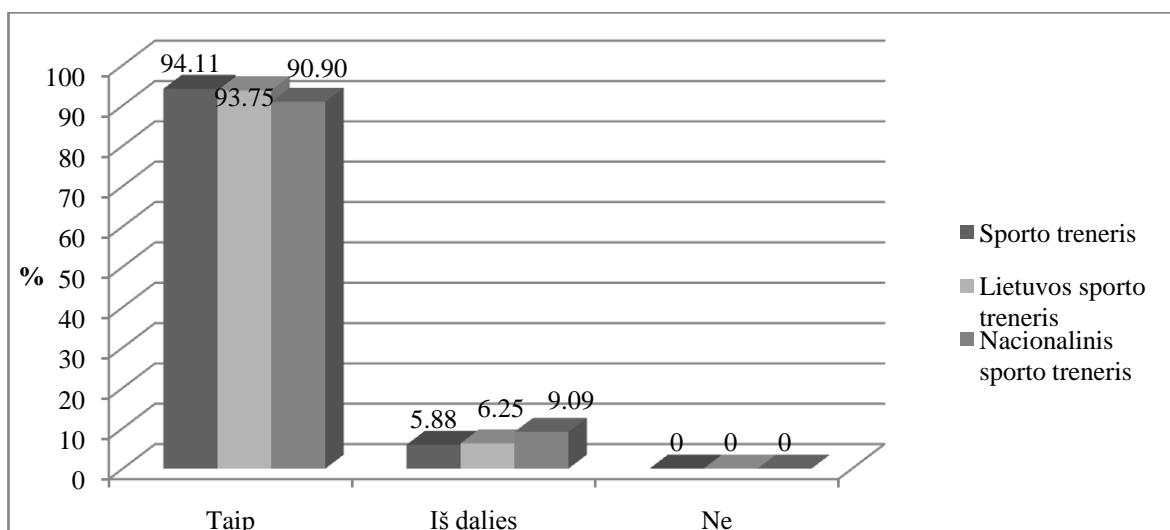
20 pav. Trenerių atsakymų apie talentingų sportininkų atpažinimą, skirstinys (N=44)

Atsakant į klausimą „Ar skatinate didelį meistriškumą netaalentingiems sportininkams“ trenerių nuomonės labai išsiskyrė. Sporto trenerių tarpe, daugiausiai respondentų pasirinko variantą „Iš dalies“ (58,82%), mažesnė dalis pasirinko teigiamą atsakymo variantą (23,52%), neigiamai atsakė 17,64%. Lietuvos kvalifikacinės kategorijos trenerių tarpe, daugiausia respondentų (62,50%) pasirinko teigiamą atsakymo variantą, tačiau ketvirtadalis trenerių atsakė neigiamai. Nacionalinės kategorijos trenerių tarpe, mažiau nei pusė trenerių pasirinko teigiamą variantą (41,66%), šiek tiek mažiau nei trečdalis šios kategorijos trenerių atsakė, kad skatina didelį meistriškumą netaalentingiems sportininkams iš dalies, arba visai jo neskatina.



21 pav. Trenerių atsakymų apie didelio meistriškumo skatinimą netalentingiems sportininkams, skirstinys (N=44)

22 paveiksle matoma, kad nesiskyrė trenerių nuomonės dėl sportininkų pagarbos kitiems skiepijimo. Didžioji dalis visų kategorijų trenerių pasirinko teigiamą atsakymą. Nei vienas respondentas nepasirinko neigiamo atsakymo.



22 pav. Trenerių atsakymų dėl pagarbos kitiems skiepijimo sportininkams, skirstinys (N=44)

Apibendrinus gautus duomenis apie trenerių psichometrinę veiklą matome, kad plėtoti sportinę veiklą geriausiai sekasi Nacionalinės kategorijos treneriams – jie geriau nei kiti, atpažįsta priešininkų stipriąsias puses, taip pat atpažįsta ir netalentingus sportininkus, vadina, geba optimaliai modeliuoti treniruočių procesą, atrinkdami naudingiausias komponentus, kurie padeda, o ne trukdo siekti gerų rezultatų. Labiausiai į sportininkų motyvavimą linkę Lietuvos sporto kategorijos treneriai – jie motyvuoja ir stengiasi morališkai nuteikti sportininkus varžyboms, taip pat šios kategorijos treneriai labiausiai linkę kurti sportininkų savigarbą. Galima

teigti, kad Lietuvos sporto kategorijos treneriai bando paveikti sportininkus vidinės motyvacijos kūrimu, o ne išoriniais veiksniais. Sporto kategorijos treneriai linkę plėtoti sportininkų charakterį. Bandytas paveikti sportininkus per komandinę veiklą, sportininkų „užsidegimą“, rodo, kad sporto kategorijos treneriai ieško tinkamo kelio aukšties rezultatams pasiekti, tačiau jų kompetencija nėra tinkamo lygio, kad atpažintų talentingus sportininkus, ar gebėtų modeliuoti tinkamą varžybų procesą.

Gauti rezultatai akivaizdžiai parodė, kad treneriai dirba skirtingomis metodikomis, jie nevienodai modeliuoja treniruočių bei varžybinį procesą, skirtingai interpretuoja sportininkų motyvaciją. Manome, kad skirtingų kategorijų treneriams reikia ieškoti metodų ir būdų, kaip savo darbą sintezuoti parenkant optimaliausius metodus, tačiau nepamiršti ir visų kitų detalių, galinčių bent minimaliai prisidėti prie aukšto meistriškumo. Žinoma, galime gerai vertinti faktą, kad kiekvienas treneris ieško savo kelio, o ne dirba pagal konkrečią kažkieno nustatytą metodiką, tačiau reikėtų neužmiršti bendrųjų parametrų, kuriai grįstas visas sportinis rengimas.

3.3 Sportininkų bendravimo ir požiūrio į plaukimo trenerius tyrimas

Kai kurie autoriai (Kenow, Williams, 1999), tirdami sportininko požiūrį į trenerį, rekomenduoja atsižvelgti į tokį kintamąjį kaip sportininko ir trenerio suderinamumas. Kelinama prielaida, kad kai sportininkų ir trenerio suderinamumas didesnis, tai ir tokių sportininkų požiūris į trenerį palankesnis. Šis aspektas mūsų tyrime yra svarbus veiksnys, lemiantis gerus trenerių ir sportininkų santykius. I. Bilbokaitės, R. Bilbokaitės (2010) teigimu, mokinių mintis ir jausmus labiausiai paveikia tokios pedagogų asmeninės savybės, kaip: empatija, pagarba, kantrybė bei pasiaukojimas. Pastarosios atliepia teigiamus mokinių įspūdžius apie ugdomąją aplinką, jos kūrėjus, švietimo ir ugdymo srities specialistus – mokytojus. Jų ugdomoji veikla liudija profesionalumą, suteikiant ugdytiniams ne tik bazinį išsilavinimą, bet visapusiškai parengiant juos ateities perspektyvoms. Tai atskleidžia pedagogų dalykines, profesines kompetencijas, ugdymo metodų valdymo kokybę.

Sėkmingas sportininkų ruošimas reikalauja, kad darbas su jais būtų individualizuotas, o tai iškelia daug reikalavimų kūno kultūros ir sporto specialistams įsisavinant psichologinio įvertinimo metodus. Šių uždavinių sprendimas ruošiant ir auklėjant sportininkus neįmanomas, jeigu mes nebūsime susipažinę su jų asmeninėmis savybėmis. Psichologinis įvertinimas padės gauti tokią informaciją, kuri atskleis neribotas galimybes atrenkant sportininkus į sporto šakas ir komplektuojant komandas (Meidus, 2004).

Trenerio ir sportininko santykiuose didelę reikšmę turi ir tai, kiek treneriui yra svarbi sportininko nuomonė apie treniruotes. Šis faktas yra itin svarbus, kai sportininkas turi

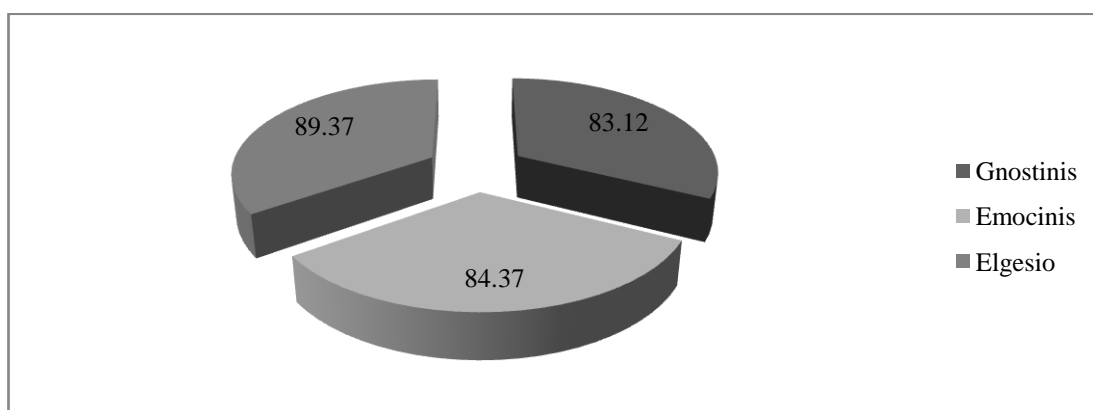
didelę patirtį ir aukštą meistriskumo lygį. Savo tyrime, susumavus gautus sportininkų atsakymų balus, sutampančius su atsakymų „raktais“, pavertėme juos objektyvesne – procentine išraiška.

6 lentelė

Tiriamųjų bendravimo su treneriu komponentų rodikliai

Meistriskumo lygis		Bendravimo komponentai					
		Gnostinis		Emocinis		Elgesio	
		%	n	%	n	%	n
Meistriskumo ugdymo	N=20	83,12		84,37		89,37	
Meistriskumo tobulinimo	N=24	82,81		82,29		84,81	
Didelio meistriskumo	N=19	76,30		74,99		84,20	

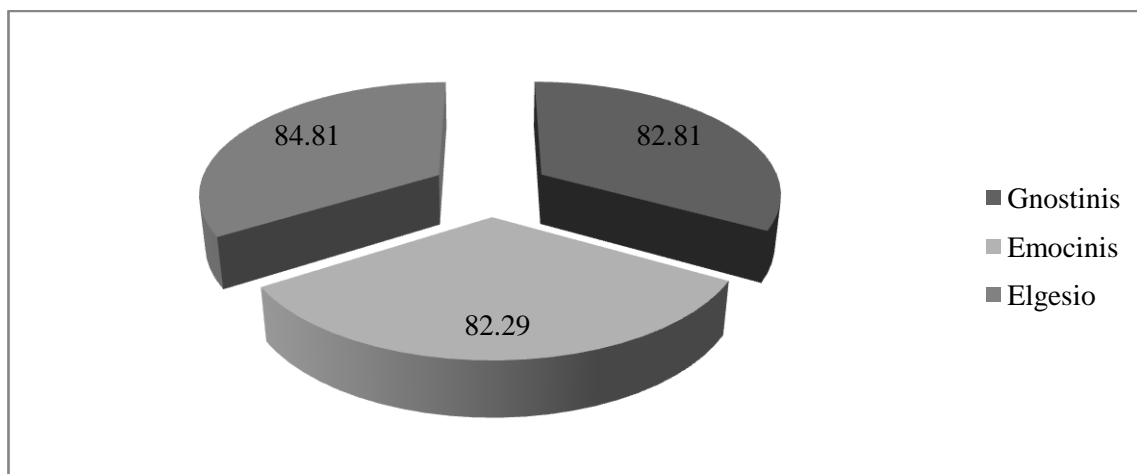
23 paveiksle pavaizduota plaukikų, sportuojančių meistriskumo ugdymo grupėse, požiūrio į trenerių rodikliai. Matome, kad sportininkų nuomone, stipriausias yra trenerio elgesio ryšys su jais (89,37%). Toliau seka emocinis ryšys (84,37%), mažiausiai sportininkai vertina trenerio kompetenciją (83,12%). Iš esmės, santykiai su treneriu yra pakankamai aukšto lygio visų trijų komponentų kontekste.



23 pav. Meistriskumo ugdymo grupių sportininkų santykių su treneriu rodikliai (N=20)

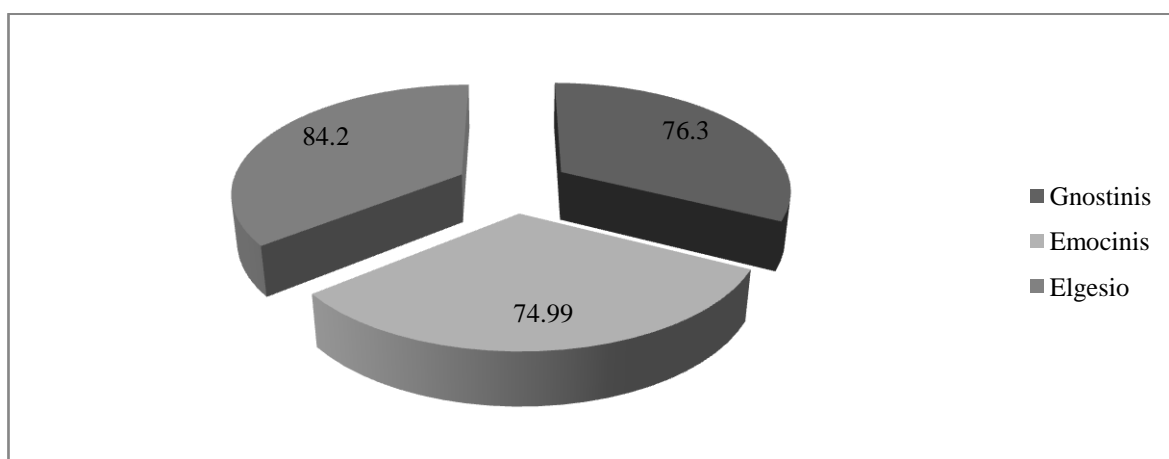
Meistriskumo tobulinimo grupių (24 pav.) sportininkų balsai pasiskirstė labai panašiai kiekvienam ryšiui su treneriu. Palankiausiai sportininkai įvertino trenerio elgesio ryšį su jais (84,81%). Antroje vietoje – gnostinis ryšys, sportininkai trenerį suvokia kaip pakankamai kompetentingą asmenybę, gebančią užtikrinti gerą meistriskumo lygį (82,81%). Mažiausiai balų sportininkai skyrė emociniam trenerio ryšiui su jais (82,29%). Apibendrinus sportininkų iš meistriskumo tobulinimo grupių atsakymus, galima teigti, kad apskritai sportininkai palankiai

vertina trenerio veiklą, kadangi mažiau, nei kas penktas sportininkas nejautė kažkurio iš trijų pateiktų parametų ryšio su treneriu.



24 pav. **Meistriškumo tobulinimo grupių sportininkų santykių su treneriu rodikliai (N=24)**

Labiausiai tarp visų grupių, skyrėsi didelio meistriškumo sportininkų santykių su treneriu ryšys (25 pav.). Palankiausiai sportininkai įvertino trenerio elgesio su jais ryšį (84,20%). Trenerio kompetenciją palankiai įvertino pakankamai nedidelė dalis sportininkų (76,30%). O emociniam ryšiui sportininkai skyrė dar mažiau balų (74,99%), kas ketvirtas sportininkas nepalankiai įvertino emocinį savo ryšį su treneriu. Vis dėlto šie rodikliai rodo, kad sportininkai pakankamai gerai vertina savo trenerius,



25 pav. **Didelio meistriškumo grupių sportininkų santykių su treneriu rodikliai (N=19)**

Apibendrinus duomenis, gautus visų meistriškumo lygio sportininkams atsakius į klausimus, galima teigti, kad palankiausiai trenerį vertina meistriškumo ugdymo sportininkai,

toliau sekė meistriškumo tobulinimo sportininkai, mažiausiai savo ryšį su treneriu vertina didelio meistriškumo sportininkai. Galima daryti prielaidą, kad dar nesusiformavus sportininko asmenybei, treneriui lengviau jį valdyti, paveikti ir pakreipti tinkama linkme. Vėlesniame amžiuje sportininkai ima mažiau vertinti trenerį, jo kompetenciją, elgesį su jais ir mažiau pasitiki treneriu. Jaunesni sportininkai labiau pasitiki ir vertina trenerį. Lyginant mūsų gautus duomenis su R. Malinausko, G. Bukausko ir kt. (2006) atlikto tyrimo su krepšininkais ir imtynininkais duomenimis, galime teigti, kad plaukikai daug palankiau vertina savo trenerius, nei imtynininkai ir šiek tiek labiau, nei krepšininkai.

Atsižvelgiant į tai, kad laikui bėgant plaukimo trenerių ir sportininkų ryšys silpnėja, manome, kad treneriams ugdant sportininkus, arba perimant juos iš kitų trenerių, reikia stengtis išlaikyti sportininkų pasitikėjimą, visada atsižvelgti į sportininkų nuomonę ir, konfliktų metu, bandyti rasti kompromisą, neužglaistant konflikto nuostata, kad treneris visada teisingas. Galima daryti prielaidą, kad jauni sportininkai trenerį laiko dideliu autoritetu ir visada klauso jo nuomonės, tačiau vėlesniame amžiuje, formuojantis sportininko asmenybei, treneris turi ieškoti kelio savo autoritetui išlaikyti ir gebėti visada argumentuotai pagrįsti savo nuomonę.

Apibendrinant gautus rezultatus, nagrinėjant plaukimo trenerių kompetenciją bendrai, galime teigti, kad mūsų hipotezė pasitvirtino iš dalies – treneriai ieško naujų kelių, bando atrasti sprendimus, padėsiančius jiems ir sportininkams pasiekti aukštų rezultatų, tačiau kiekvienas ieško sau tinkamo būdo. Atsižvelgiant į tai, kad sportininkai pakankamai gerai vertina savo trenerį, manome, jog plaukimo treneriai geba rasti sprendimus, užtikrinančius optimalų suderinamumą.

IŠVADOS

1. Nacionalinės kategorijos treneriai labiausiai vertina dalyvavimą susirinkimuose (90,90%), bei vykdo teorinį sportininkų rengimą (81,81%). Lietuvos kategorijos treneriai dalyvauja seminaruose (81,25%), bei palankiai vertina praktinių mokslinių konferencijų teikiamą naudą (93,75%). 70,58% sporto kategorijos trenerių taip pat palankiai vertina dalyvavimą seminaruose bei praktinėse mokslinėse konferencijose (94,11%).

2. Nacionalinės kategorijos treneriams geriausiai sekasi kurti sportinę strategiją – jie geba geriausiai modeliuoti treniruočių bei varžybų procesą. Lietuvos sporto kategorijos treneriai linkę į sportininkų motyvaciją, jie aukštų rezultatų tikisi pasiekti paveikdami sportininkus, ir iš dalies modeliuodami treniruočių procesą. Sporto kategorijos treneriai labiausiai linkę formuoti savo auklėtinių charakterį, tačiau jie mažiausiai kompetentingi atpažįstant talentingus sportininkus.

3. Įvertinus sportininkų požiūrį į trenerį, matyti, kad jauniausi – meistriškumo ugdymo grupėse sportuojantys plaukikai, jaučia stipriausią ryšį su treneriu. Silpniausias ryšį su treneriu jaučia didelio meistriškumo grupių sportininkai.

REKOMENDACIJOS

1. Manome, kad visi treneriai, nepriklausomai nuo to, kokio lygio jie yra, turėtų nenustoti tobulintis bet kurioje srityje – nereikėtų galvoti, kad mokslinė literatūra neduos naudos, jei treneris jau yra pakankamai apsiskaitęs. Naujos sporto kryptų, metodikų tendencijos, įvairūs atradimai gali būti tam tikru akcentu, kuris padėtų treneriui dar labiau tobulinti treniruočių procesą, pasiruošimą varžyboms ir kt.

2. Gauti rezultatai akivaizdžiai parodė, kad treneriai dirba skirtingomis metodikomis, jie nevienodai modeliuoja treniruočių bei varžybinį procesą, skirtingai interpretuoja sportininkų motyvaciją. Manome, kad skirtingų kategorijų treneriams reikia ieškoti metodų ir būdų, kaip savo darbą sintezuoti parenkant optimaliausius metodus, tačiau nepamiršti ir visų kitų detalių, galinčių bent minimaliai prisidėti prie aukšto meistriskumo. Žinoma, galime gerai vertinti faktą, kad kiekvienas treneris ieško savo kelio, o ne dirba pagal konkrečią kažkieno nustatytą metodiką, tačiau reikėtų neužmiršti bendrųjų parametru, kuriai grįstas visas sportinis rengimas.

3. Atsižvelgiant į tai, kad laikui bėgant plaukimo trenerių ir sportininkų ryšys silpnėja, manome, kad treneriams ugdant sportininkus, arba perimant juos iš kitų trenerių, reikia stengtis išlaikyti sportininkų pasitikėjimą, visada atsižvelgti į sportininkų nuomonę ir, konfliktų metu, bandyti rasti kompromisą, neužglaistant konflikto nuostata, kad treneris visada teisingas. Galima daryti prielaidą, kad jauni sportininkai trenerį laiko dideliu autoritetu ir visada klauso jo nuomonės, tačiau vėlesniame amžiuje, formuojantis sportininko asmenybei, treneris turi ieškoti kelio savo autoritetui išlaikyti ir gebėti visada argumentuotai pagrįsti savo nuomonę.

LITERATŪRA

1. Aleksandravičiūtė B. (2001). Sporto komandos tarpasmeninių santykių ypatumų įvertinimas ir jų optimizavimas: daktaro disertacija. Kaunas: LKKA.
2. Bandura A. (1977) *Social Learning Theory*. General Learning Press, New York.
3. Bitinas B. (1994) Mikrosocialinė aplinka ir vaikas // Dora. Šeima. Mokykla: konferencijos medžiaga. Šiauliai.
4. Boyatzis R. E. (1982). *The Competent Manager*. New York, NY: Wiley.
5. Darraugh B. (1990). *Infoline: Coaching and feedback*. Alexandria. VA: ASTD.
6. Deci E.L., Koestner R., Ryan R.M. (1999). A metaanalytic review of experiments examining the effects of extrinsic rewards on intrinsic motivation. *Psychological Bulletin*, 125, p. 627–668.
7. Dragon Ch. (2011). Myth Busting: Challenging received opinion in swimming coaching. *American swimming*, 4 (24). p. 11
8. Duffy P. (2008) Implementation of the Bologna Process and Model Curriculum Development in Coaching. In: Higher Education in Sport in Europe. From labour market demand to training supply. Eds: Petry, K., Froberg, K., Madella, A. and Tokarsky, W. Maidenhead: Meyer & Meyer Sport. 80-108.
9. Džiuvė, A., Vilkelienė, G. (2012). Sporto pedagogų bendrųjų kompetencijų praktinė samprata ir vertinimas. Jaunųjų mokslininkų darbai. 5 (38). p 22-28.
10. Eisenberger, R. and Cameron, J. (1996). Detrimental effects of reward: reality or myth? *American Psychologist*, 51, p. 1153– 1166.
11. Ellinger, A. D., Ellinger, A. E., & Keller, S. B. (2003). Supervisory coaching behavior, employee satisfaction, and warehouse employee performance: A dyadic perspective in the distribution industry. *Human Resource Development Quarterly*, 14(4), p.435-458.
12. Feltz, D. L., Chase, M. A., Moritz, S. E. Ir kt.(1999). Development of the multidimensional coaching efficacy scale. *Journal of Educational Psychology*, 91,
13. Giges, B., Petitpas, A. (2004). Helping coaches meet their own needs: Challenges for the sport psychology consultant. *The sport psychologist*, 18, 430–444.
14. Girčytė, I. (2006). Supraskime savo sportininkus. *Treneris*. 2, p.7–9.
15. Gričius, D. (2010). Vadybinės kompetencijos aspektai trenerio veikloje. *Magistro baigiamasis darbas*. Kaunas.
16. Handy, Ch. (1985). Understanding Organizations. *Pen-guin Books, Harmondsworth, Middx*; 3rd edn.
17. Jackūnas Ž. (1993). Lietuvos plėtotė Europos edukacinių nuostatų kontekste. *Lietuvos švietimo reformos gairės*. Vilnius.

18. Jakubė, A., Juozaitis, A., M. (2012), Bendrųjų kompetencijų ugdymas aukštojoje mokykloje. Metodinės rekomendacijos. Vilnius.
19. Jones, R., Armour, K., Potrac, P. (2002) Understanding the coaching process: A framework for social analysis. *Quest* 54(1), 34-48.
20. Jovaiša L. (2001). Ugdymo mokslas ir praktika. Vilnius: Agora.
21. Jovaiša, L. (2007). *Enciklopedinis edukologijos žodynas*. Vilnius. Gimtasis žodis.
22. Jovaiša L. Profesinio orientavimo ir konsultavimo psichologija. Vilnius: Agora, 2009.
23. Karoblis P., Raslanas A., Steponavičius (2002). *Didelio meistriškumo sportininkų rengimas*. Vilnius.
24. Karoblis P. (2005). *Sportinio rengimo teorija ir didaktika*. Vilnius. Info raštas.
25. Karoblis P. (2006). Mokslo žinių trūkumas – didžiausias pavojus trenerio profesijai. *Sporto mokslas*, 1, p.8–13.
26. Karoblis, P. (2007). Kokio sporto mokslo reikia Lietuvai. *Sporto mokslas*, 2(48), p.3–8.
27. Karoblis P., Raslanas B., Poteliūnienė S. ir kt.(2008). Rengimasis Pekino olimpinėms žaidynėms: olimpinės rinktinės trenerių veiklos 2007 metų analizė. *Sporto mokslas*. 1 (51). p. 8-16.
28. Kasiulis J., Barvydienė V. (2001). Vadovavimo psichologija. Kaunas. Technologija.
29. Kenow, L., Williams, J. M. (1999). Coach-athlete compatibility and athlete's perceptions of coaching behaviors. *Journal of Sport Behaviors*, 22 (2), p. 251—260.
30. Knowles, R., T. (1992). Clarification of an integrated theory of moral development: A dialogue with White's concept of competence. In Knowles, R.T. & McLean, G.F. (Eds.). Psychological foundations or moral education and character development: an integrated theory of moral development. Cultural heritage and contemporary change. Series VI. *Foundations of moral education*, 2, p. 251–266. Washington.
- 31.. Krogh ,G., Roos , J,(1996). *Managing Knowledge*. – University Press.
32. Kučinskas V., Kučinskienė R. (2000). *Socialinis darbas švietimo sistemoje: teoriniai aspektai: studijų knyga*. Klaipėda, p. 205.
33. Kvieskienė G. (2003). *Socializacija ir vaiko gerovė*. Vilnius. p. 225.
34. Laužackas R. (2005). *Profesinio rengimo terminų aiškinamasis žodynas*. p. 48 Kaunas.
35. Lekavičienė, R. (1999). Socialinis intelektas: sampratų įvairovė ir pagrindiniai kriterijai. *Ugdymo psichologija*. 2(1). p. 23–29.
36. Lietuvos Respublikos švietimo ir mokslo ministro 2007 m. sausio 15 d. įsakymas Nr. ISAK-56 „Dėl mokytojo profesinės kompetencijos aprašo patvirtinimo“ (Žin, 2007, Nr. 12-511).
37. LTSR Valstybinis kūno kultūros ir sporto komitetas (1986). Individualių sporto šakų sportininkų psichologinis ruošimas (metodinės rekomendacijos). Vilnius.

38. Mageau, G., A., Vallerand, R., J. (2003). The coach-athlete relationship: a motivational model. *Journal of Sport Sciences*. 21. p. 883–904.
39. Malinauskas, R., Bukauskas, G., Ivaškienė, V. (2006). Trenerio bendravimo su sportininkais ypatumai (15-18 metų krepšininkų ir imtynininkų akimis). *Sporto mokslas*. 1(43). p.19–23.
40. Martens, R. (1999). *Sporto psichologijos vadovas treneriui*. Vilnius.
41. Meidus, L (2004). Sporto psichologijos tyrimų metodai (metodinė priemonė). Vilnius,
- 42.. Mester, J. (2003). Information management in elite sport: concepts and technologies between measurements and education. *8th Annual Congress European College of Sport Science. Abstract book* p. 180.
43. Mikulevičius, M. (2011). Kulkinio šaudymo sporto trenerių ir jų ugdomų 15 – 18 metų paauglių tarpasmeninių santykių ypatumai. Magistro baigiamasis darbas. LKKA.
44. Miškinis, K. (1998). *Trenerio etika*. Kaunas: Šviesa.
45. Miškinis, K. (2002). *Sporto pedagogikos pagrindai*. Kaunas: LKKA.
46. Miškinis, K., Skyrius, E. (2005). *Trenerio veiklos optimizavimas*. Vilnius: LSIC.
47. Miškinis, K. (2006). Besimokantis treneris. *Treneris*. 1. p. 2-9.
48. Miškinis, K. (2006). Sporto mokslas, koks jis? *Olimpinė panorama*, 1, 44–45.
49. Miškinis, K. (2009). Treneriui apie bendravimo darną lemiančius veiksnius. *Treneris*. 3-4. p. 3-7.
50. Orth, C. D., Wilkinson, H. E., & Benfari, R. C. (1987). The manager's role as coach and mentor. *Organizational Dynamics*, p.66-74.
51. Pearson, A.(1984). Ploteus – a search portal for study possibilities in europe. *Journal of sociology education*.1/1, p.22-34.
52. Raslanas, A., Karoblis, P., Poteliūnienė, S, ir kt. (2007). Lietuvos olimpinės rinktinės trenerių metinio ciklo (2006 m) veiklos sociologiniai tyrimai. *Sporto mokslas*. 1(47) p.3–12.
53. Roman, J., E. (1994). Adolescent athletes' perceived sport competence and motives for individual sports. *Physical educator*. 51. p. 114-118.
54. Salmela, J. (1996) Great Job Coach! Getting the edge from proven winners. *Potentium*, Ottawa.
55. Sabaliauskas, S. Poteliūnienė S. (2010). Skirtingo meistriškumo sportininkų motyvacijos sportuoti ypatumai.
56. Santos, S., Mesquita, I., Graca, A., ir kt. (2010). Coaches' perceptions of competence and acknowledgement of training needs related to professional competences. *Journal of Sports Science and Medicine*. (9). p. 62–70.
57. Scherz, T.(1999). Psichikos treniravimas. *Vadovavimo psichologija* . Alma littera,2005p.

58. Sepra, S. (1995). Relationship coach – athlete: understanding trends in European research. *Ixth European Congress on Sport Psychology*. Brussels.
59. Skarbalius, A. (2007). Europos sąjungos trenerių kvalifikacinių kategorijų modelis. *Treneris*. (3). p. 39-49.
60. Stonkus, S. (1996). Sporto terminų žodynas. Kaunas. LKKI. p.680
61. Stonkus, S. (2002). Sporto terminų žodynas. Kaunas. LKKA.
62. Stonkus, S. (2003). *Krepšinis. Istorija, teorija, didaktika*. Kaunas: LKKA.
63. Štuikys A. (2005). Socialinės sąveikos kliūčių ypatumai trenerio darbe. *Magistro baigiamasis darbas*. Kaunas. LKKA.
64. Taraskevičius, A. (2008). Trenerių dalykinės kompetencijos svarba ir rankininkų rengimo programiniai ypatumai. *Treneris*. 1. p. 18-33.
65. Tilindienė, I. (1999). Sporto didaktika. Jaunųjų sportininkų ugdymas. Sportinės veiklos rezultatyvumas kaip paauglio savivertės raidos sąlyga. *Sporto mokslas*. 2. p. 28.
66. Thomas, L., Mujika, I., Busso, T. (2008). A model study of optimal training reduction during prevent taper in elite swimmers. *Sport Sciences*, 26(6), p.643–658.
67. Torrents, C., Ballague, N. (2006). Dynamic system theory and sports training. *Ugdymas. Kūno kultūra. Sportas*. 1(60). p.72–83.
68. Turman, P.D., (2003). Coaches and Cohesion: The impact of coaching techniques on team coesion in small group sport setting. *Journal of Sport Behaviors*, 1, p.86–105.
69. Umerzycky, P. (2005). Practical Approach talent Identification: Tennis Experience. *The 46th ICHPF.SD Anniversary World Congress: New Vision, New Strategies. Congress proceedings* p. 47.
72. Urmulevičiūtė, R. (2002). Lietuvos individualiųjų šakų sportininkų ir jų trenerių rengimosi Sidnėjaus ir Atėnų Olimpinėms žaidynėms pedagoginiai veiksniai ir psichologinė charakteristika. *Daktaro disertacija*. VPU.
73. Vitkauskas, R. (2003). Muzikos mokytojo empatiškumas – jo profesinės savirealizacijos problema. *Pedagogy Studies*, 71, 74 – 77.
74. Zukowska, Z., Zukowski, R. (2012), KRONIKA. Apmąstymai apie etišką profesinį sporto trenerio elgesį. *Sporto mokslas*. 1(67). p. 70-72.
75. Zvilna E. (2009). Vilniaus apskrities sporto mokyklų trenerių motyvavimo vertinimas ir gerinimas. *Magistro baigiamasis darbas*. Šiauliai.
76. Žemaitytė, A. (2011). Pakilti pergalei. *Treneris*. 3. p. 12-15.
77. Вечер Л.С. (2000). Поведение руководителя: Практ. Пособие. – Мн.: Новое знание, р. 208.

78. Деркач, А.А., Исаев А.А., (1981). Педагогическое мастерство тренера / Предисл. Н., В. Кузьминой, А.Ц., Пуни, А.В. Тарасова. – М.: *Физкультура и спорт*, р. 375.
79. Журавлев, А.Л. (1979). Стиль руководства для управления социально-психологическим климатом производственного коллектива. В сб.: Социально-психологический климат коллектива. – М., Наука.
80. Ильин Е.Л.,(2000). Психология физического воспитания: Учебник для институтов и факультетов физической культуры: 2-е изд., испр. р. 486.
81. Коломейцев Ю.А.(1984). Взаимоотношения в спортивной команде. – М.: *Физкультура и спорт*, р. 128. (Наука – спорту; Психология).
82. Пораносич, В., Лазаревич, Л.(1977). Психодинамика спортивной группы.- М., ФиС.р.16-21.
83. Саная, М.В. (1997), психологические особенности деятельности и личности тренера: Лекции для студентов. – М., РГАФК/РГАФК.ВООК, р. 27.
84. Стамбулова, В.А. (1999). Психология спортивной карьеры. Санкт-Петербург.
85. Ханин, Ю. Л. (1980). Психология общения в спорте. М.: Фис.

TRENERIŲ MOKSLINĖS–METODINĖS VEIKLOS ANKETA

Gerbiamas treneri,

Šiose anketose pateikti klausimai padės atskleisti Jūsų kompetencines savybes ir tobulėjimo poreikį. Anketos yra anoniminės. Prašome atidžiai perskaityti klausimus ir pažymėti Jums tinkamą variantą. Tikimės Jūsų nuoširdumo padedant mums atskleisti trenerių esminių kompetencijų turėjimą.

JŪSŲ LYTIS moteris vyras

JŪSŲ AMŽIUS

TURIMA KVALIFIKACINĖ KATEGORIJA:

- Sporto treneris
 Lietuvos sporto treneris
 Nacionalinis sporto treneris

Mokslinės – metodinės veiklos anketa. Kiekviename klausime pažymėkite po vieną atsakymą.

Atsakymai	Taip	Iš dalies	Ne
Teiginiai			
1. Ar dalyvaujate mokslinėje veikloje?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
2. Ar dalyvaujate seminaruose?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
3. Ar dalyvaujate aptarimuose/susirinkimuose?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
4. Ar naudojate mokslinę literatūrą?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
5. Ar manote, kad tikslinga vesti praktines mokslines konferencijas?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
6. Ar vykdate teorinį sportininkų rengimą?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

Treniravimo efektyvumo skalės pagal psichometrinių savybių vertinimą anketa.

Teiginiai \ Atsakymai	Taip	Iš dalies	Ne
1. Ar sugebate išlaikyti savo sportininkų pasitikėjimą jumis?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
2. Ar atpažįstate priešininkų stipriąsias puses varžybų metu?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
3. Ar sugebate morališkai nuteikti sportininkus varžyboms?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
4. Ar mokate įskiepyti sportininkams gerų moralinių savybių poziciją?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
5. Ar mokate kurti sportininkų savigarbą?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
6. Ar gebate prisitaikyti prie skirtingų varžybų situacijų?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
7. Ar motyvuojate savo sportininkus?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
8. Ar mokate kurti garbingą komandą?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
9. Ar kuriate savo sportininkų pasitikėjimą savimi?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
10. Ar plėtojate tik sportininkų stipriąsias puses?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
11. Ar atpažįstate talentingus sportininkus?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
12. Ar skatinate didelį meistriškumą netalelingiems sportininkams?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
13. Ar skiepijate sportininkams pagarbos kitiems jausmą?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

Ačiū už atsakymus!

Mielas sportininke,

Perskaitykite žemiau pateiktus teiginius ir pažymėkite Jums tinkamą variantą. Prašome įsiskaityti į kiekvieną klausimą ir apibraukti vieną atsakymą.

TESTAS TRENERIS-SPORTININKAS

1. Treneris moka tiksliai numatyti savo auklėtinių rezultatus	Taip	Ne
2. Man sunku sutarti su treneriu	Taip	Ne
3. Treneris – sąžiningas žmogus	Taip	Ne
4. Treneris puikiai paruošia mane	Taip	Ne
5. Treneriui labai trūksta jautrumo	Taip	Ne
6. Trenerio žodis man – įsakymas	Taip	Ne
7. Treneris kruopščiai planuoja su manimi treniruotes	Taip	Ne
8. Aš patenkintas treneriu	Taip	Ne
9. Treneris nepakankamai reiklus man	Taip	Ne
10. Treneris visada gali duoti protingą patarimą	Taip	Ne
11. Aš pasitikiu treneriu	Taip	Ne
12. Trenerio įvertinimas man labai svarbus	Taip	Ne
13. Treneris treniruoja šabloniškai	Taip	Ne
14. Dirbti su treneriu vienas malonumas	Taip	Ne
15. Treneris man skiria mažai dėmesio	Taip	Ne
16. Treneris neįvertina mano individualių ypatumų	Taip	Ne
17. Treneris nejaučia mano nuotaikos	Taip	Ne
18. Treneris visada išklauso mano nuomonės	Taip	Ne
19. Aš neabejoju, kad treneris naudoja tinkamus treniruočių metodus ir priemones	Taip	Ne
20. Aš niekada nesidalinu su treneriu savo slaptomis mintimis	Taip	Ne
21. Treneris baudžia mane už mažiausią pražangą	Taip	Ne
22. Treneris gerai žino mano stiprias ir silpnas puses	Taip	Ne
23. Aš norėčiau tapti panašiu į trenerį	Taip	Ne
24. Pas mus su treneriu tik dalykiniai santykiai	Taip	Ne

Jūsų amžius

Ačiū už atsakymus!

Tiriamųjų sportininkų nuomonės dėl santykių su treneriu pasiskirstymas (%)

Meistriškumo grupė Teiginiai	Pradinio rengimo		Meistriškumo ugdymo		Meistriškumo tobulinimo	
	Taip	Ne	Taip	Ne	Taip	Ne
1. Treneris moka tiksliai numatyti savo auklėtinių rezultatus	100	-	90	10	100	-
2. Man sunku sutarti su treneriu	-	100	10	90	-	100
3. Treneris – sąžiningas žmogus	100	-	100	-	100	-
4. Treneris puikiai paruošia mane	100	-	100	-	100	-
5. Treneriui labai trūksta jautrumo	-	100	10	90	14,29	85,71
6. Trenerio žodis man – įsakymas	100	-	80	20	42,86	57,14
7. Treneris kruopščiai planuoja su manimi treniruotes	71,42	28,58	40	60	28,58	71,42
8. Aš patenkintas treneriu	100	-	100	-	100	-
9. Treneris nepakankamai reiklus man	-	100	-	100	-	100
10. Treneris visada gali duoti protingą patarimą	100	-	100	-	100	-
11. Aš pasitikiu treneriu	100	-	100	-	100	-
12. Trenerio įvertinimas man labai svarbus	100	-	100	-	85,71	14,29
13. Treneris treniruoja šabloniškai	14,29	85,71	30	70	14,29	85,71
14. Dirbti su treneriu vienas malonumas	100	-	100	-	71,42	28,58
15. Treneris man skiria mažai dėmesio	-	100	-	100	-	100
16. Treneris neįvertina mano individualių ypatumų	-	100	-	100	14,29	85,71
17. Treneris nejaučia mano nuotaikos	-	100	30	70	42,86	57,14
18. Treneris visada išklauso mano nuomonės	100	-	100	-	85,71	14,29
19. Aš neabejoju, kad treneris naudoja tinkamus treniruočių metodus ir priemones	100	-	100	-	100	-
20. Aš niekada nesidalinu su treneriu savo slaptomis mintimis	57,14	42,86	60	40	42,86	57,14
21. Treneris baudžia mane už mažiausią pražangą	-	100	20	80	-	100
22. Treneris gerai žino mano stiprias ir silpnas puses	85,71	14,29	90	10	100	-
23. Aš norėčiau tapti panašiu į trenerį	85,71	14,29	70	30	42,86	57,14
24. Pas mus su treneriu tik dalykiniai santykiai	42,86	57,14	80	20	71,42	28,58

Tiriamųjų trenerių psichometrinių savybių tyrimo atsakymų pasiskirstymas (%)

Eil. Nr.	Atsakymai Teiginiai	Sporto treneris			Lietuvos sporto treneris			Nacionalinis sp. treneris		
		Taip	Iš dalies	Ne	Taip	Iš dalies	Ne	Taip	Iš dalies	Ne
1	1. Ar sugebate išlaikyti savo sportininkų pasitikėjimą jumis?	82,35	17,64	0	87,5	12,5	0	90,9	9,09	0
2	2. Ar atpažįstate priešininkų stipriąsias puses varžybų metu?	47,05	35,29	17,64	50	43,75	6,25	81,81	18,18	0
3	3. Ar sugebate morališkai nuteikti sportininkus varžyboms?	70,58	29,41	0	81,25	18,75	0	54,54	45,45	0
4	4. Ar mokate įskiepyti sportininkams gerų moralinių savybių poziciją?	64,70	29,41	5,88	62,5	37,5	0	81,81	18,18	0
5	5. Ar mokate kurti sportininkų savigarbą?	47,05	47,05	5,88	81,25	12,5	6,25	63,63	36,36	0
6	6. Ar gebate prisitaikyti prie skirtingų varžybų situacijų?	76,47	17,64	5,88	81,25	18,75	0	72,72	27,27	0
7	7. Ar motyvuojate savo sportininkus?	94,11	5,88	0	93,75	6,25	0	9,09	90,09	0
8	8. Ar mokate kurti garbingą komandą?	82,35	11,76	5,88	87,5	12,5	0	72,72	27,27	0
9	9. Ar kuriate savo sportininkų pasitikėjimą savimi?	88,23	11,76	0	87,5	12,5	0	81,81	18,18	0
10	10. Ar plėtojate tik sportininkų stipriąsias puses?	5,88	64,7	29,41	25	50	25	45,45	45,45	90,09
11	11. Ar atpažįstate talentingus sportininkus?	35,29	58,82	5,88	62,5	37,5	0	90,9	9,09	0
12	12. Ar skatinate didelį meistriškumą netalentingiems sportininkams?	23,52	58,82	17,64	12,5	62,5	25	41,66	27,27	27,27
13	13. Ar skiepijate sportininkams pagarbos kitiems jausmą?	94,11	5,88	0	93,75	6,25	0	90,9	9,09	0