***Мой тренерский подход в работе с детьми и молодёжью.***

Профессия тренера – это, прежде всего, призвание, определяемое добрым отношением и любовью к ученикам, желанием обучать и воспитывать их в духе моральной чистоты, духовного богатства, физического и спортивного совершенства. Что позвало меня на это нелёгкий, но благородный труд воспитания молодёжи? Отвечу так – любовь к вольной борьбе, к детям, возможность дарить им не только радость от достигнутых спортивных успехов, но и большое, ни с чем не сравнимое удовольствие от чувства силы, выносливости, ловкости, от приобретённого отличного здоровья и высокой работоспособности, от сознания развитой воли. Это основа моего тренерского подхода в работе с детьми и молодёжью.

Мастерство тренера базируется на трёх компонентах: знаниях, умениях и профессиональных качествах. Опираясь на эти компоненты, я стремлюсь в работе с детьми быть для них примером во всём. Чтобы они, воодушевлённые, с ещё большим удовольствием шли на тренировку, повышали спортивное мастерство. Повышение спортивного мастерства в моей работе с детьми обусловлено многими факторами. Это и развитие массовости, и поиск одарённой молодёжи, и организация специальной подготовки сильнейших спортсменов и многое другое. Но главную роль в этом играет система спортивной подготовки. Чем она совершеннее, тем эффективнее её применение, тем выше у спортсменов достижения. Поэтому с первых дней моей тренерской деятельности я веду работу над системой управления и контроля учебно-тренировочного процесса. Начал с планирования, так как планирование – это предвидение условий, средств и методов решения тех или иных задач, стоящих перед спортсменом для достижения предполагаемых спортивных результатов. Правильно спланированный процесс спортивной тренировки помогает тренеру и борцу определить конкретные задачи по овладению техническими и тактическими навыками, специальными физическими и психологическими качествами.

Основой для планирования учебных занятий является материал по овладению двигательными умениями и навыками и развитию соответствующих кондиционных и координационных способностей. Для сопряжённого воздействия на кондиционные и координационные способности применяю в различных сочетаниях общеразвивающие и специально-подготовительные упражнения. Для этого мною разработаны специальные карточки-задания для отдельных групп занимающихся с учётом темы занятия, изучения того или иного технического или тактического действия, уровня подготовки учащихся.

Нельзя управлять тренировкой без помощи средств и методов контроля. Смысл контроля состоит в оценке таких основных компонентов: объёма и характера выполняемых тренировочных нагрузок, функционального состояния спортсмена, техники выполнения упражнений, особенности поведения на соревнованиях, спортивных результатов. Делая анализ полученных результатов, я добиваюсь повышения эффективности процесса тренировки и развития физических качеств у своих учеников. Осуществляя контроль за уровнем подготовки занимающихся, я планирую контрольные упражнения, которые выполняются по ходу учебно-тренировочного занятия с целью корректировки обучения.

В процессе учебных тренировок даю конкретное представление о самостоятельных занятиях с целью улучшения физического развития и двигательной подготовленности учащихся, с учетом индивидуальных особенностей. Приобщение юношей к систематическим самостоятельным занятиям физической культурой и спортом способствует воспитанию здорового образа жизни, бережного отношения к своему здоровью, развитию физических качеств

Особое внимание при этом уделяю обучению самоконтролю, так как он является важной составной частью комплексного педагогического контроля и имеет большое значение в оптимизации процесса подготовки в спортивной борьбе.

В существующей практике спортивной тренировки значительная доля средств обучения и воспитания носит принудительный характер, и малая доля принадлежит использованию методов самоконтроля, самоорганизации, саморазвития и самообразования. Поэтому в своей работе с детьми я стремлюсь, чтобы потребность в творческом самовыражении, личностной самореализации в процессе спортивной деятельности постепенно становилась доминирующей ориентацией личности спортсмена. Способность к направленному, активному самоконтролю формирую на учебно-тренировочных занятиях.

Программа направленного обучения борцов необходимым умениям самоконтроля предполагает несколько этапов, с учётом возраста и квалификации спортсмена – это формирование у ребят установки на необходимость приобретения умений самоконтроля, непосредственное обучения приёмам самоконтроля (подсчёт пульса, контроль динамики ит.д.), выполнение заданий в зонах разной интенсивности. Такая целенаправленная работа позволяет моим воспитанникам добиваться не только спортивных побед, но и умения владеть собой в различных трудных ситуациях (не плакать после поражений, не позволять себе набирать лишний вес, если в этом есть необходимость, выполнить то или иное поручение, когда все играют ит.д.). С целью укрепления достигнутых результатов этой работы я широко привлекаю своих воспитанников к выполнению различных заданий: привлекаю старших юношей к организации занятий с начинающими спортсменами, к участию в показательных выступлениях, подготовке и проведению турниров и соревнований, судейству.

Результатом своей работы я считаю то, что за сравнительно короткий срок моей тренерской работы, я воспитал победителей и призёров районных, краевых и всероссийских соревнований.