

11. Gonciaruc S., Busuioc S. *Formarea competenței didactice în procesul stagiului de practică psihopedagogică*. În: Teoria și arta educației fizice în școală, nr. 3, Chișinău, 2011, p.5-15.

12. *Regulamentul-cadru privind stagiile de practică în învățământul superior* (Anexa la Ordinul Ministerului Educației al Republicii Moldova nr.203 din 19.03.2014). 12 p.

DIN PERSPECTIVA PREGĂTIRII PROFESIONALE A SPECIALISTULUI-ANTRENOR: TENDINȚE, PRINCIPII, LEGITĂȚI

Buftea Victor,

Universitatea de Stat de Educație Fizică și Sport a Republicii Moldova

***Key words:** professional training, specialist-trainer, sport, development tendencies, didactic principles, reorganization, efficiency.*

***Abstract.** In this article are described some professional training aspects of the specialist-trainer in modern Olympic sport. Depending on the increasing level of the competition on the international arena, the elite gymnast's training level requires new strategic and methodological approaches. In turn, this determines the modern sport tendencies that dictates all the dimensions of the gymnasts' macro-training, based on some concrete principles. All these can be possible when the most important character – the trainer-specialist – that trains the gymnast, will know the new requirements of the sportive industry at the actual moment. In the article are described the most important tendencies, principles and laws, based on which, being known in details, the trainer can build a multiannual training process with a high level of efficiency.*

Actualitatea și importanța temei abordate. Sporirea concurenței pe arena sportivă internațională, comercializarea și profesionalizarea multor probe, precum și alți factori, impune specificului de pregătire a antrenorilor la momentul actual abordări sistemice cu un înalt grad de eficacitate. Cercetările efectuate în teoria și practica antrenamentului sportiv datează că pentru obținerea performanțelor înalte în orice probă este necesară interdependența pregătirii profesionale înalte a specialistului (antrenorului) cu evidențierea capacităților bio-psiho-motrice ale fiecărui sportiv prin aplicarea anumitor tehnici și instrumente de lucru [1, 5, 8, 9].

În acest context politicile pregătirii antrenorilor la toate probele sportului olimpic sunt focusate pe asigurarea calității procesului de antrenament unde, rolul primordial și de responsabilitate majoră în acest proces se datorează capitalului de competențe profesionale a specialistului-antrenor.

Pregătirea profesională a antrenorului contemporan vizează un proces pedagogic complex, care are loc într-o formă planificată, se desfășoară sistematic și gradat, urmărind formarea ansamblului de competențe în vederea aplicării acestora în practica procesului de antrenament pentru pregătirea sportivilor de înaltă performanță [2, 4, 7].

În șir de prevederi referitoare la conceptul „pregătirea profesională a specialistului antrenor” atestă reevaluarea informațiilor pe care trebuie să le însușească specialistul pentru o bună desfășurare a procesului de antrenament cu sportivii.

Totodată, reieșind din anumite considerente precum sunt: modificări în programele competiționale la majoritatea probelor de sport; modificări în planurile structurale și de conținut (ca drept urmare a modificărilor regulamentelor și programelor competiționale); modificări în sistemul de arbitraj, în codurile de punctaj, „feminizarea” multor probe etc., pregătirea profesională înaltă a viitorilor specialiști-antrenori ai domeniului denotă/condiționează sintetizarea informațiilor sub semnul diferențierii anumitor tendințe, tehnologii, concepte, legități și principii cu un grad înalt de coincidență, caracteristice specificului de pregătire a antrenorului la momentul actual [3, 6, 7, 8].

Astfel abordările teoretico-conceptuale și metodologice care influențează spectrul structural al aspectului formativ al antrenorului poate fi determinat de un șir de elemente constituente, care pot sta la baza procesului de pregătire și formare profesională înaltă a specialiștilor și care, condiționează monitorizarea și dirijarea calitativă a procesului de antrenament la toate treptele de pregătire a sportivilor. Aceasta reprezintă **scopul și interesul** major al investigației de față.

Drept **obiective** de cercetare sunt conturate :

- **studiul** teoretico-documentar care vizează procesul de formare a competențelor profesionale ale viitorilor antrenori în diverse probe de sport;
- **determinarea tendințelor actuale** spre care este orientată întreaga „industrie” a pregătirii sportivilor cu un înalt grad de măiestrie;
- **consemnarea legităților și principiilor** pe baza cărora poate fi construit un proces coerent de formare profesională a specialistului antrenor care, la rândul lui, să fie în măsură să monitorizeze și să dirijeze cu pregătirea de calitate a sportivilor;
- **argumentarea** în extensiune a anumitor **tendințe, legități și principii** pe baza cărora pot fi formate competențele profesionale înalte la antrenori reieșind din prevederile sportului olimpic la momentul actual.

Studiul întreprins relevă un șir de informații, care pot servi puncte de reper pentru acțiuni de reorganizare a pregătirii profesionale a specialiștilor antrenori,

desemnate de spectru tendințelor, principiilor și legităților, pe baza cărora este necesar de a construi un proces eficient de antrenament cu sportivii.

Astfel, pregătirea profesională a specialistului antrenor se dovedește a fi influențată în mod direct de dezvoltarea sportului olimpic la momentul actual și vizează următoarele **tendințe**:

– **promovarea** politicilor de modernizare a sistemului de predare – antrenare bazat pe gradul de experiență avansată a antrenorilor care să condiționeze modificări inovatorii în sistemul de planificare multianuală în vederea determinării conținutului actual al macro pregătirii sportivilor pe durata mai multor cicluri olimpice;

– **reactualizarea** tehnologiei de prognozare a rezultatelor reieșind din perspectivele bio–psihomotrice ale sportivilor, precum și a selecției acestora pentru parcurgerea treptelor spre un înalt nivel de măiestrie tehnico – tactică în probele respective de sport;

– **necesitatea** de eficientizare a procesului de predare – învățare – antrenare – însușire, ceea ce se datorează sporirii concurenței pe arena sportivă internațională;

– **descoperirea** rezervelor neepuizate ale organismului sportivilor în vederea programării cu coincidență maximală a eforturilor de antrenament, a sistemului de refacere și de recuperare în strânsă legătură cu aspectele morfo–funcționale, care să asigure în deplină măsură obținerea performanțelor și rezultatelor înalte la diverse etape, perioade și trepte de pregătire;

– **orientarea** procesului de antrenament pentru crearea unui mediu mult mai academic, utilizând toate formele multispectuale și multilaterale de pregătire a sportivilor de pe cele mai posibile poziții, caracteristice modulelor teoretico–metodologice și practice a disciplinelor de studiu pe bază de interdisciplinaritate;

– **fundamentarea** științifică a forțării pregătirii sportivilor către participarea în diverse concursuri și competiții conform prevederilor planurilor competiționale calendaristice (anuale, multianuale), și care condiționează în mod direct întreg procesul multianual de antrenament;

– **asigurarea** pe vector de creștere a condițiilor în care se desfășoară procesul de pregătire a sportivilor cu luare în calcul a completării echipei de specialiști (a staff-ului tehnic) a stării materiale a sălilor și terenurilor de sport, a laturii financiare etc., de care depind premisele obținerii unui nivel înalt al măiestriei sportive;

– **fundamentarea** științifică a vârstei scăzute de la care începe procesul multianual de antrenament aproximativ în toate probele sportive care, la rândul lor, condiționează atât structura și conținutul probei respective la anumite etape

de antrenare, precum și latura psiho-motrică și funcțională a organismului copilului intrat devreme în sala de sport;

– **crearea** și determinarea cu orientare ulterioară a modelelor etalon a sportivilor spre care trebuie să tindă întreaga activitate de antrenament, începând cu etapele de inițiere, a pregătirii de bază și, inclusiv a măiestriei avansate.

Aceste tendințe, precum și altele dictează cu întreg sistemul de pregătire a sportivilor la momentul actual la toate probele sportului olimpic.

La rândul lor, aceste tendințe determină ansamblul **legităților și principiilor**, pe baza cărora poate fi creat un proces bine chibzuit de formare a specialiștilor antrenori cu cele mai relevante competențe profesionale în vederea desfășurării cu eficiență a tuturor scenariilor de antrenament cu sportivii.

Este de menționat că pentru activizarea pregătirii profesionale și sportive (a antrenorilor și sportivilor) în vederea realizării cerințelor tendințelor respective se argumentează oportunitatea aplicării la baza procesului de antrenament a principiilor și legităților specifice și anume:

1. **Principiul caracterului științific**, care impune ca orice activitate (acțiune) de predare-antrenare să fie fundamentată științific. Acest principiu se poziționează la baza planificării materialului, promovând rezultatele și recomandările exacte obținute de cercetători pe bază de investigații fundamentate experimental și, totodată exacte, în vederea cunoașterii multilaterale a subiectelor instructive.

2. **Principiul abordării sistemice** impune valorificarea eficientă a tuturor resurselor, unde elementele de intrare sunt transformate în elemente de ieșire printr-un sistem coerent de activitate specifică, acesta condiționând intrarea (preluarea, prelungirea) procesului (ori etapei, fazei, modulului) următor.

3. **Principiul abordării integrale** în vederea pregătirii profesionale a antrenorului contemporan cuprinde domeniile esențiale ale formării profesionale cu caracterul său integralist, urmărind motivarea și obținerea unei acme profesionale înalte. Abordarea integrală conturează traseul de formare profesională în vederea atingerii unui nivel înalt al culturii intelectuale, a ansamblului de competențe profesionale, a responsabilității și autorealizării, până la un nivel suficient al autoîmplinirii profesionale.

4. **Principiul conștientizării** prevede de a promova ideile de atitudini conștiințioase în vederea impunerii cu oportunitate de a studia, cerceta, analiza, determina, crea etc., în pofida factorilor derutabili. Pe baza autoanalizei și autoaprecierii, atât cadrul didactic, precum și sportivul sunt în măsură să recunoască propriile nivele de pregătire, iar în urma acestui fapt să poată spori coeficientul de utilitate al tuturor acțiunilor instructive și de pregătire.

5. **Principiul interconexiunii**. Elementele de formare profesională a antrenorului sunt interdependente, se condiționează reciproc și constituie o

unitate specifică, deoarece poziția antrenorului este la intersecția mai multor discipline (medico–biologice, anatomo–fiziologice, psihologo–pedagogice, biomecanice, cinetice, matematice etc.), iar acestea impune procesului de formare profesională inter-relaționalizarea, având ca finalitate asigurarea unei dezvoltări ample, mult aspectuale și multilaterale a cadrului didactic, capabil de o performanță profesională superioară.

6. **Principiul sinergic** solicită interacțiunea pozitivă și cooperarea specialiștilor implicați în pregătirea sportivului (antrenori, profesori, metodiști, instructori, manageri, kinetoterapeuți, nutriționiști, psihologi, medici, designeri etc.), care să asigure conjugarea eforturilor în vederea oferirii unui nivel înalt de calitate pentru pregătirea multilaterală a sportivului.

7. **Principiul valoric** impune formarea competențelor profesionale cu luare în calcul a sistemului de valori și a ierarhiei acestora, începând cu formularea și determinarea scopului, a obiectivelor și continuând cu întreaga gamă a dimensiunilor procesuale specifice (metodologii, mecanisme, mijloace), ordinea cărora să satisfacă nevoile profesionale a cadrului didactic și să răspundă pozitiv la progresele formării competențelor profesionale.

8. **Principiul motivării autentice** răspunde de caracterul de cointeresare și semnificație a tuturor cerințelor și sistemului de valori care stau în fața unui proces multianual de formare profesională și pregătire sportivă. Acest principiu solicită analiza variabilelor organizaționale, de planificare, evidență, diagnosticare, dezvoltare etc., necătînd la gradul de dificultate al materialului de studiu. Se susține evoluția motivelor de formare profesională superioară reieșind și din motivele dezvoltării sportului olimpic la momentul de față.

9. **Principiul promovării profesionalismului și a performanței în activitate** asigură formarea, perfecționarea și autoperfecționarea continuă și permanentă în vederea realizării obiectivelor care reiese din scopul general și servește, în același timp, drept condiție solicitată de spectrul larg al transformărilor și modificărilor programelor competiționale, a regulamentelor și codurilor de punctaj în vederea modernizării permanente a sportului olimpic. Acest principiu este constituit dintr-un set de atitudini care să promoveze și să transfere pozitiv ansamblul competențelor, priceperilor, deprinderilor și a altor valori de la etapă la etapă și de la generație la generație.

10. **Principiul eficacității și efectivității** reprezintă unitatea de măsură, în care formarea profesională în vederea pregătirii sportivului de performanță este bazată pe calitatea produselor astfel, încît rezultatele prevăzute prealabil să fie în coincidență cu caracterul etalonat al performanțelor spre care trebuie să tindă orice sportiv, și pe baza căruia trebuie să fie construit orice proces de instruire și antrenament.

Eficacitatea și efectivitatea se manifestă prin gradul adecvat al pregătirii raportat la obiectivele vizate de către subiectul de studiu.

11. **Principiul responsabilității organizaționale** pentru specialistul antrenor este relevant prin faptul că acesta poate fi implicat în rezolvarea tuturor proceselor și relațiilor de manager, indiferent de complexitatea lor. Pe baza acestui principiu cadrul didactic poate fi încurajat spre manifestarea inițiativei proprii, spre demonstrarea autonomiei morale proprii, celei intelectuale, creative, interdependența cărora poate să redea nivelul posedării competențelor profesionale.

12. **Principiul flexibilității** în formarea profesională a antrenorului contemporan relevă necesitatea adaptării continue la schimbările rapide care au loc în mediul competițional de care depinde în mare măsură sistemul organizatoric al procesului de pregătire, precum și la schimbările care apar prompt în diverse situații de lucru și unde apare necesitatea ameliorării viziunii manageriale prin promovarea unor politici compensatorii, continuând valorificarea strategiei de antrenare adoptate.

De rând cu principiile identificate mai sus, pregătirea profesională înaltă a specialistului antrenor poate fi ajustată și la cerințele altor principii, precum sunt:

– *principiul autoreglării și îmbunătățirii continue*, care necesită analiza și estimarea în permanență a rezultatelor obținute;

– *principiul optimizării actului managerial*, prin intermediul căruia antrenorul va fi în măsură să stimuleze activitatea sportivilor, căutând noi unghiuri de vedere și surse noi de informare:

– *principiul individualizării și diferențierii* care solicită valorificarea individualizată fiecărui sportiv cu o entitate de sine stătătoare și cu potențial unic, caracteristic doar sportivului respectiv:

– *principiul activizării*: care impune formarea caracterului activ în vederea însușirii de către sportiv a noilor mișcări tehnico-tactice:

– *principiul accesibilității*, pe baza căruia materialul instructiv poate fi algoritmat astfel, încât să fie posibil de a fi însușit la orice etapă de antrenare, perioadă (mai cu seamă cea senzitivă), precum și la diferită vârstă a sportivului, unde pot interveni modificări asupra capacității de efort, volumului, intensității etc.;

– *principiul concentric de instruire și pregătire*, cel care relevă însușirea detaliată și perfectă a materialului de pe toate pozițiile care în caracterizează, și unde, trecerea de la o verigă instructivă la alta se efectuează doar cu condiția însușirii verigii precedente, la nivelul cerințelor impuse.

De asemenea în formarea profesională de excepție a antrenorului contemporan totalitatea de competențe, atitudini, aptitudini, valori și alte

elemente constituente ale profesiogramei acestuia se datorează unui șir imens de *legități*, cunoașterea, recunoașterea, precum și respectarea evidentă a acestora, condiționează, subordonează și influențează organizarea și desfășurarea cu eficiență a procesului de antrenament, oferind posibilitatea obținerii celor mai înalte rezultate.

Spectrul *legităților* consemnate de formarea profesională de excepție a antrenorului vizează:

– *respectarea*, aplicarea și implementarea prin cunoaștere a fundamentelor teoretico-științifice ale antrenamentului sportiv prin prisma analizei și sintezei informațiilor tuturor dimensiunilor care caracterizează procesul de antrenament la momentul actual;

– *cunoașterea* și identificarea formelor de pregătire și a esenței acestora, inclusiv: pregătirea cognitivă; fizică generală; fizică specială pe probe de sport; pregătirea tactică, psihologică, funcțională; pregătirea conjugată (dintre două ori mai multe forme și calități); precompetițională, competițională, de tranziție (pe probe de sport); centralizată, farmaceutică, în condiții montane etc.;

– *actualizarea* politicilor determinate de factorii care condiționează modificări și schimbări în structura și conținutul probelor de sport care, la rândul lor, pot reactualiza planurile și programele de pregătire multianuale a sportivilor reieșind din modificările pe care le efectuează federațiile internaționale (pe probe de sport);

– *formarea* competențelor profesionale privind elaborarea noilor strategii, tehnologii și metodologii de predare, antrenare și pregătire a sportivilor reieșind din tendințele actuale ale dezvoltării sportului olimpic;

– *eșalonarea* prevederilor documentare privind pregătirea sportivilor pe baza unei planificări de lungă durată, de durată medie și de scurtă durată, elaborată cu rigurozitate și coincidență maximală cu prognozele făcute preventiv și care, la rândul lor, ordonează procesul de antrenament multianual în succesiune logică și cursivă de însușire a materiei de antrenare a sportivilor;

– *elaborarea* caracteristicilor model a sportivului de elită spre care trebuie să tindă fiecare sportiv, ceea ce poate condiționa aspectele specifice de pregătire;

– *stabilirea*, concretizarea și perfecționarea formelor eficiente de pregătire, interacțiunea cărora să vină cu exponente pozitive, operative și calitative în vederea însușirii materiei de antrenament, și care să constituie, în același timp, un sistem ultramodern de pregătire;

– *optimizarea*, ajustarea și reorganizarea structurii și conținutului procesului de antrenament prin stabilirea legăturii și formei dependente de calendarul competițional al Federațiilor Internaționale și Naționale (pe probe de sport), acționând aici cu scheme superficiale de dirijare a procesului de antrenament, a metodologiei aplicării mărimilor de efort (a intensității,

volumului și mijloacelor specifice), precum și a altor decupaje tehnologice în vederea sporirii rezultatelor;

– **evidențierea** celor mai relevante forme de control și diagnosticare a tuturor stărilor bio-psiho-motrice a sportivilor, în rezultatul cărora pot fi stabilite cu mare exactitate (și recunoscute pe interior) toate nivelele de pregătire atât pentru buna desfășurare a procesului de antrenament, precum și pentru constituirea loturilor naționale (ori a echipelor) pentru participare în concursurile sportive;

– **dezvoltarea** simultană a calităților psiho-motrice în cele mai favorabile perioade care acceptă educarea acestora la sportivi în dependență de vârsta biologică și posibilitățile individuale ale fiecărui sportiv fiind asigurate de către echipa de specialiști (experți, antrenori, medici, psihologi, kinetoterapeuți, cercetători etc.) pe întreaga perioadă de pregătire multianuală.

Atât aceste legități, precum și alte reguli educaționale trebuie să fie în coincidență deplină cu etica profesională a antrenorului și cu nivelul de pregătire multilaterală a acestuia în vederea transpunerii în practica pregătirii sportivilor a celor mai relevante idei și scenarii de acționare, toate conducând la sporirea măiestriei sportive.

În perspectivă, interconexiunea dintre **tendințe, principii și legități** impune cercetarea profundă a diferitor subiecte orientate la pregătirea profesională a specialistului antrenor în coincidență cu cerințele timpului, crearea mediului motivant de activitate, proiectarea noilor strategii și metodologii de antrenare etc., care, raportate la standardele de calitate în vederea pregătirii sportivilor la momentul actual să ofere rezultate la cote superioare de performanță.

Bibliografie

1. Bufta, V. *Aspecte acmeologice în pregătirea specialistului de educație fizică și sport prin prisma relațiilor interdisciplinare*. În: Problemele acmeologice în domeniul culturii fizice: (Proiect instituțional): Mater. Conf. Științ. Internaț. Chișinău: S.n., 2015 (Tipogr. "Valinex" SRL), p. 20-25.
2. Bufta, V. *Pregătirea profesională a specialiștilor către activitatea de antrenorat în gimnastica artistică*. În: Probleme actuale în domeniul culturii fizice: Mater. conf. științ. internaț. Ediția II, Chișinău, 2016, p.13-21.
3. Cîrstea, Gh. *Orientări și tendințe în educația fizică și sport*. București: Stadion, 1991. p.156-183.
4. Dorgan, V. *Principii și mecanisme ale reglării masei corporale în sportul de performanță*. Îndrumar științifico-metodic, Chișinău, 2009, Valinex, 79 p.
5. Manolachi, V. *Modernizarea structurii și conținutului procesului de antrenament feminin*. Știința culturii fizice,- USEFS, 2011, p. 33-38
6. Tüdös, Ș. *Criterii psihologice în fundamentarea și structurarea pregătirii sportive*. Bucharest: Paideia, 2000. 104 p.
7. Гамалий, В. *Проблемы и перспективы совершенствования технической подготовки спортсменов*. В: Наука в олимпийском спорте, 2015, №2, с. 67-72.