

## PROFILUL PSIHOLOGIC ȘI PROFESIONAL AL ANTRENORULUI DE SPORT: IMPACTUL ACESTUIA ASUPRA PROCESULUI EDUCAȚIONAL

*Cojocaru Ion, masterand*

*Calugher Viorica, dr., conf. univ., Universitatea de Stat de Educație Fizică și Sport, Chișinău*

**Abstract.** *The highest degree of appreciation of the coach's activity is carried out only in the framework of the certification process, which allows authorities to check the teaching skills needed to test the professional level. It is regrettable that, as a result of this succession of actions, the psycho-pedagogical competences of coaches, which are intended to transmit, and to give life not only to knowledge, but also to qualities worthy of taking over, remain in the shadow. The great depth and scale of the coach function impose complex tasks related to his training and work. The specialist training must be complemented by a rich general culture, knowledge from different fields of art, science and technology. Practice shows that the achievement of high performance in most types of sport at this stage is largely determined by the coach's personality, his attitude toward the athlete. The professionalism of the coach, together with other factors such as the practical application of sport training theory, the scientific guidance of the training process, providing the appropriate material basis, contribute substantially to increasing national and international performance.*

**Keywords:** *sports coach, psychological profile, professional profile.*

**Introducere** Preocuparea pentru procesul de formare a antrenorilor de sport ca specialiști cu capacități profesionale adecvate pentru pregătirea sportivilor în vederea obținerii rezultatelor, este în continua creștere. În acest context, menționăm cercetările realizate de către Crăciun M. [3], Bompa T.[2], Niculescu M., [7], Holdevici I. [5], Muraru A. [6], Волкова И.П. [9], Платонов В. [10] care abordează problema particularităților personalității antrenorilor sportivi și impactul acestora asupra procesului de educație și antrenament al tinerilor. Aceste studii relevă că, cu cât cunoștințele, priceperile și personalitatea antrenorilor vor fi mai elevate, la toate nivelurile de formare și educație ale sportivilor, cu atât performanțele vor fi mai înalte. Lucrarea de față prezintă sinteza unor investigații prezentate în literatura de specialitate privind particularitățile personalității antrenorilor de sport, precum și rezultatele unei cercetări empirice, prin care ne-am propus studiul personalității antrenorilor sportivi din punct de vedere al structurii personalității și al influenței acestora asupra eficienței procesului de antrenament și, respectiv, asupra evoluției sportivilor în diferite probe de sport. Așa cum au arătat numeroși autori efectele personalității antrenorului se resimt la toate nivelele pregătirii sportivilor [1,4,8].

**Sarcinile cercetării** constau în investigarea trăsăturilor de personalitate ale antrenorului, a competențelor și rolurilor acestuia în traseul performanțial al unor sportivi cu vârsta cuprinsă între 16-18 ani.

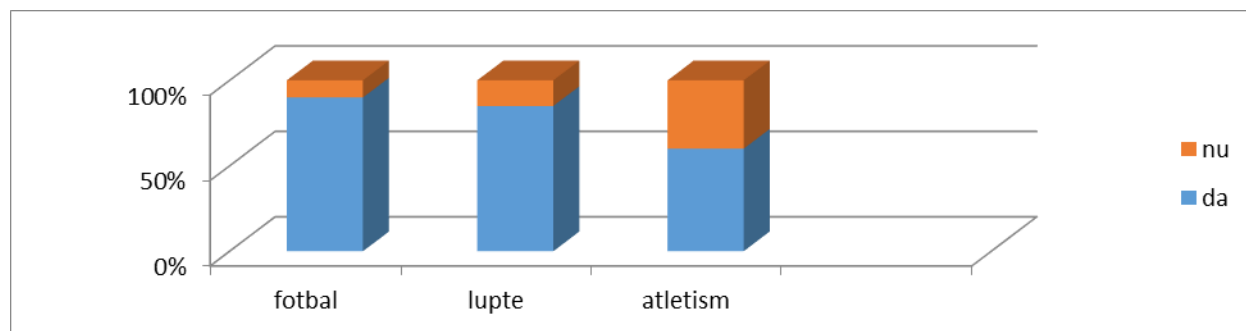
**Metodele cercetării** sunt următoarele: metoda analizei și sintezei, metoda generalizării teoretice, ancheta pe bază de chestionar, metoda statistico-matematică pentru prelucrarea și interpretarea datelor. Metodologia de selecție a subiecților: cei 30 de subiecți incluși în cercetare sunt sportivi de performanță (juniori), elevi ai Liceului Internat Republican cu Profil Sportiv și Liceul Internat Municipal cu Profil Sportiv, cu vârste cuprinse între 16 și 18 ani. Trei ramuri sportive diferite sunt egal reprezentate în lotul cercetării: fotbal (10 subiecți), lupte (10 subiecți),

atletism (10 subiecți). Am considerat necesar ca lotul de cercetare să includă atât practicanți ai sporturilor de echipă, cât și ai sporturilor individuale, deoarece percepțiile acestora asupra caracteristicilor antrenorului pot fi diferite.

**Instrumente utilizate în cercetare** Cercetarea a constat într-o anchetă, realizată prin intermediul unui chestionar construit, cu variante de răspuns „da” sau „nu”. Acesta cuprinde 10 itemi, care încearcă să surprindă: claritatea explicațiilor pe care antrenorul le formulează în timpul antrenamentului; corectitudinea antrenorului; natura manierei de reflecție a acestuia (gândire pozitivă/negativă); aplicarea coerentă de către antrenor a unei filosofii de viață; nivelul motivației antrenorului; dorința de perfecționare a antrenorului; deprinderile de autocontrol ale antrenorului; prezența/absența unui simț al umorului dezvoltat; flexibilitatea antrenorului; interesul antrenorului pentru dezvoltarea personală a sportivilor de performanță.

**Rezultatele cercetării** În urma analizei răspunsurilor obținute, vom prezenta rezultatele la pentru itemii aplicați în chestionar, după cum urmează:

**Itemul nr. 1:** Antrenorul Dvs. vă explică cu claritate aspectele legate de sarcinile din cadrul antrenamentului?

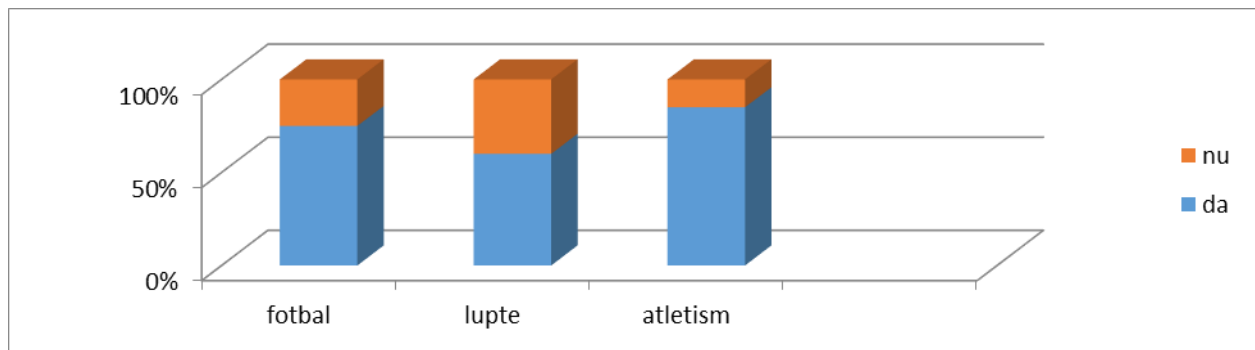


**Figura 1. Distribuția răspunsurilor cu privire la itemul nr. 1, în funcție de sportul practicat**

La acest item, elevii care practică fotbalul au răspuns afirmativ în proporție de 90%, urmați de luptători cu 85%, iar în final, de atleți, care au avut un procentaj mult mai mic - 60%.

**Itemul nr. 2:** Antrenorul este cinstit și corect cu sportivii săi, nearătând favoritism? La acest item, sportivii atleți au răspuns afirmativ în proporție de 95%, demonstrând o relație mai specială, mai personalizată cu antrenorul, prin prisma faptului că aceștia practică un sport individual și nu unul de echipă. Răspunsuri afirmative în mărime de 80% au dat elevii specializați la fotbal. Totodată, luptătorii au răspuns afirmativ doar în proporție de 55%, ceea ce ne arată că în cadrul acestor relații au mai existat unele neînțelegeri, iar antrenorul a demonstrat de câteva ori existența anumitor simpatii și a unor favoritisme.

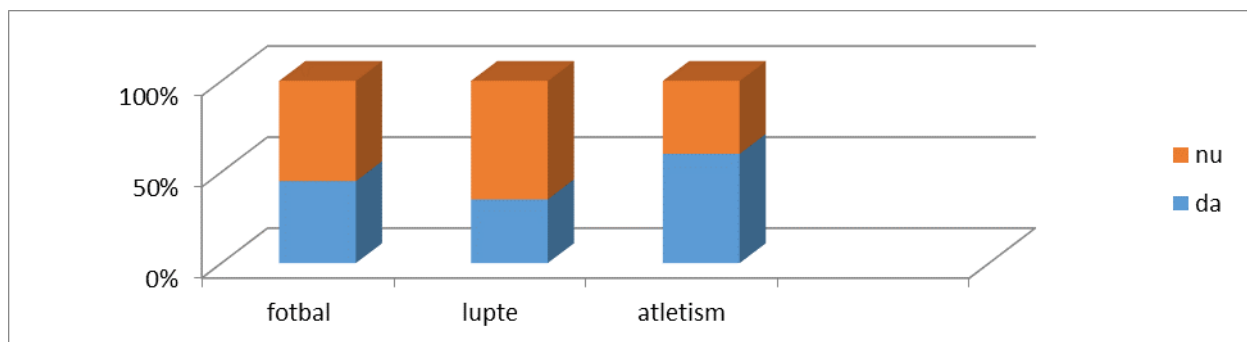
**Itemul nr. 3:** Antrenorul Dvs. are o gândire pozitivă (este optimist, entuziast), își laudă, sprijină și încurajează mult sportivii?



**Figura 2. Distribuția răspunsurilor cu privire la itemul nr. 3, în funcție de sportul practicat**

Răspunsurile afirmative s-au centrat în jurul procentajului de 85% pentru atleți, fapt care ne arată că antrenorul folosește mult încurajările, fiind mai optimist și dă dovadă de o gândire pozitivă. Următorii sunt fotbaliștii, cu un procent de 75%, iar luptătorii - cu un procent de 60%. Raportându-ne la luptători, putem spune că, în anumite momente importante, sportivii au resimțit nevoia unor încurajări și a unor aspecte pozitive din partea antrenorului, care să le redea încrederea în ei, dar acestea nu s-au produs.

**Itemul nr. 4:** Filosofia de viață a antrenorului Dvs. este transpusă și în activitatea de conducere a antrenamentelor și competițiilor?



**Figura 3. Distribuția răspunsurilor cu privire la itemul nr. 4, în funcție de sportul practicat**

La acest item, răspunsurile afirmative au fost foarte puține, astfel încât, cel mai înalt procentaj l-au înregistrat atleții cu 60%, urmați de fotbaliști - cu 45% și de luptători cu doar 35%. Aceste cifre ne demonstrează faptul că antrenorii acestor sportivi nu au conturată o filozofie a vieții sau chiar, dacă posedă așa ceva, nu au reușit să o transpună cu succes și în activitatea sportivă de pregătire și în cea competițională.

**Itemul nr. 5:** Antrenorul Dvs. este puternic motivat, participativ, angajat, implicat în ceea ce face? Ca și la itemul anterior, procentajele de răspuns afirmativ sunt foarte mici: 60% pentru atleți, 45% pentru fotbaliști și 35% pentru luptători. Încercând să explicăm aceste rezultate, putem spune că antrenorul are o motivație atât interioară, cât și exterioară pentru activitatea sa. Totuși există anumite aspecte care îl rețin să se implice mai mult sau care îl împiedică să se angajeze mai mult în ceea ce face. Poate fi vorba de niște limite și lipsuri, pe care s-ar putea să le resimtă un număr cât mai mare de antrenori și anume: o insuficiență a dezvoltării bazei materiale adecvate performanței, un buget mic oferit de minister, neefectuarea unor

cantonamente de pregătire eficiente, un salariu mic al antrenorului, numărul mic al copiilor care se mai orientează către practicarea unui sport etc.

După părerea noastră, toate aceste aspecte își pun amprenta asupra nivelului de implicare și asupra motivației antrenorului și implicit, a sportivului.

**Itemul nr. 6:** Antrenorul Dvs. are o mare dorință de perfecționare: urmărește să dobândească noi cunoștințe, ia parte la cursurile de antrenori, se autoevaluează? La acest item, atleții au răspuns afirmativ în proporție de 85%, fotbaliștii - 70%, iar luptătorii - 55%. Altfel spus, unii antrenori manifestă un interes mai mare pentru perfecționare, pentru a realiza o autoevaluare corectă, în timp ce alții au un interes mai scăzut în această direcție.

**Itemul nr. 7:** Deprinderile de autocontrol ale antrenorului Dvs. sunt bune: dovedește cumpătare, stăpânire de sine, control emotional? Cei care au răspuns afirmativ în cel mai înalt procentaj – 75% au fost atleții, urmați de luptători cu 70%, fotbaliștii situându-se ultimii, cu doar 45%. Procentul mic de răspuns al sportivilor fotbaliști se poate explica prin faptul că fotbalul este un joc sportiv foarte răspândit, foarte dinamic, având implicații foarte mari în zona economicului, politicului, socialului. Experiența demonstrează că, antrenorii de fotbal sunt mai temperamentalii, mai explozivi decât alți antrenorii la alte ramuri sportive.

**Itemul nr. 8:** Antrenorul manifestă un dezvoltat simț al umorului, știind să creeze și să mențină o atmosferă degajată? Pentru acest item, răspunsurile pozitive au fost mai joase la toate categoriile: luptătorii au răspuns afirmativ în proporție de 45%, urmați de atleți - cu 40% și de fotbaliști - cu 30%. Aceste procente ne demonstrează faptul, că antrenorii care au fost vizați de către sportivi în cadrul acestui experiment nu au simțul umorului suficient de bine dezvoltat, neștiind - în multe cazuri - să mențină o atmosferă degajată.

Sportivii simt nevoia, ca uneori, în perioada lor de pregătire să existe și momente vesele, care creează bună dispoziție și care reușesc să construiască un climat mai degajat de lucru.

**Itemul nr. 9:** Întotdeauna antrenorul Dvs. este flexibil, reușind să țină cont de sugestiile jucătorilor și ale colaboratorilor? La acest item, au răspuns afirmativ atleții în proporție de 55%, apoi luptătorii - cu 40% și în final, fotbaliștii - cu 30%. În urma acestor rezultate, putem spune că acești antrenori nu sunt suficient de flexibili și de deschiși la sugestiile altor colaboratori, mai ales cei de la fotbal. Altfel spus, nu s-a conturat o relație clară de colaborare în acest sens între antrenor și sportiv.

**Itemul nr. 10:** Antrenorul Dvs. manifestă un veritabil interes față de fiecare jucător în parte, demonstrează cunoaștere și interes față de viața lor extrașcolară? La acest item, procentul răspunsurilor afirmative a fost înalt, și anume: 95% - pentru atleți, 90% - pentru luptători și 55% pentru fotbaliști. Aceasta se explică prin faptul că antrenorii evaluați prin acest chestionar sunt și profesori diriginți în cadrul Liceelor implicate în sondaj. În mod inevitabil, fiind în același liceu, ei se implică și sunt interesați de viața școlară și de cea extrașcolară a fiecărui sportiv în parte.

În **concluzie**, putem menționa că instrumentul utilizat în cercetare s-a dovedit a fi eficient în vederea atingerii obiectivelor. Astfel, am constatat că antrenorul reprezintă un model pentru sportiv, chiar dacă anumite aspecte ale comportamentului acestuia s-au modificat în funcție de cerințele și evoluția sportului respectiv. Responsabilitățile specifice antrenorului s-au multiplicat, devenind din ce în ce mai complexe. De asemenea, antrenorul, alături de sportiv și de eforturile acestuia, este un factor determinant al performanței sportive. În acest context, antrenorul este responsabil de o serie din factorii exogeni (ambientali) și anume: de calitatea procesului de antrenament, a mijloacelor și metodelor alese pentru pregătire, de modalitatea de conducere a sportivilor în competiții, de nivelul pregătirii psihologice și în special, a cultivării unei motivații adecvate obținerii succesului, de mijloacele de refacere etc. Pentru o activitate eficientă și de succes, antrenorul trebuie să țină cont de problemele psihopedagogice ce implică dirijarea și conducerea sportivilor în antrenamente și competiții, de faptul că aceștia au nevoie de un proces de asistență psihopedagogică specializată.

#### **Referințe bibliografice**

1. Allport G. W., Structura și dezvoltarea personalității (trad.), București: Didactică și Pedagogică, 1991, p. 6-7.
2. Bompa T., Totul despre pregătirea tinerilor campioni, București: Ponto, 2003, p. 45-78.
3. Crăciun M., Asistență psihologică în sportul de performanță, Cluj-Napoca: Dacia, 2010.
4. Dragnea C. A. Mate-Teodorescu S., Teoria sportului, București: Editura FEST, 2002, 187 p. Romanian
5. Holdevici I., Psihologia succesului, București: Ceres, 1993, p.47.
6. Muraru A., Manualul antrenorului, Ex Ponto. 2002.
7. Niculescu M., Personalitatea sportivului de performanță, București: Didactică și Pedagogică, 2000, p.29.
8. Teodorescu S., Antrenament și competiție, București: Alpha MDN. 2009. p. 59-60
9. Волкова И.П.. Спортивная психология, Москва, 2005.
10. Платонов В., Система подготовки спортсменов в олимпийском спорте, Олимпийская литература, Киев, 2009, с.39.