

ОСОБЛИВОСТІ ТРЕНЕРСЬКОЇ РОБОТИ В НАВЧАЛЬНО-ВИХОВНОМУ ПРОЦЕСІ СПОРТСМЕНА-ХОРТИНГІСТА

Постановка проблеми. Хортинг – як комплексний вид бойового мистецтва народжений в Україні несе в собі як філософські так і психологічні важелі у вихованні дітей та юнаків, який базується на принципах спортивної підготовки як багаторічний, цілорічний, спеціально організований навчально-тренувальний процес всебічного розвитку, навчання та морально-етичного виховання спортсменів. Сучасний рівень розвитку масового спорту пред'являє все більш зростаючі вимоги до особистості керівника спортивного колективу – тренера, його майстерності. Проблема педагогічної майстерності тренера – одна з центральних у теорії і практиці педагогіки спорту. Важливою складовою майстерності тренера є його майстерність у формуванні особистості юного спортсмена з хортингу. Процес формування особистості можна представити як функціонування складної динамічної системи, взаємодія елементів якої обумовлено ведучою роллю й авторитетом тренера, впливом зовнішнього середовища, станом підлітка. Тому майстерність тренера в даному процесі треба розглядати як цілеспрямовану систему властивостей особистості, регуляції відносин, обумовлених основними формами життєдіяльності підлітка, виявлення змін у становленні його особистості та визначення оптимальних способів впливу на неї.

Аналіз останніх досліджень і публікацій. Про розвиток хортингу висвітлюють у своїх працях небагато авторів, що пояснюється відносною „молодістю“ та національним характером розвитку цього виду спорту. Серед вітчизняних авторів, що в своїх дослідженнях писали про хортинг, найвідомішими є З. Діхтяренко, Е. Єрмоєнко, М. Зубалій, В. Івашковський, О. Остапенко, С. Присяжнюк, Л. Пустолякова, О. Семігал, С. Сичов, А. Хатько та інші.

Мета статті – розкрити особливості тренерської роботи в навчально-виховному процесі спортсмена-хортингіста з огляду на проблему педагогічної майстерності тренера як ключового фактору впливу на становлення особистості.

Виклад основного матеріалу дослідження. Психологія спорту в цілому та хортингу, зокрема, дуже важлива й досить мало вивчена на сьогодні. В основному, процес психологічної підтримки хортингістів „лягає“ на плечі тренерів. Проте, не кожен тренер у змозі забезпечити повноцінний психологічний та фізіологічний розвиток хортингіста з точки зору його підготовки до вищих досягнень із національного виду спорту України – хортинг. Професійний тренер, який має досвід роботи в сфері спорту, зможе реалізувати якісну підготовку хортингістів до фізичних навантажень, які будуть постійно збільшуватися, допоможе в складних ситуаціях, які виникають як під час тренувань, так і під час змагань, а також допоможе спортсмену отримати найголовніше – психологічну стійкість перед, під час та після закінчення поєдинку.

Спорт покликаний на забезпечення зміцнення здоров'я, виховання високих моральних якостей, підвищення авторитету держави у світовому співтоваристві. Провідне місце в спорті належить тренерам, які здійснюють відбір і підготовку спортсменів, забезпечують їх участь у змаганнях. Тренер у своїй спортивній діяльності виявляє ряд важливих педагогічно-виховних недоліків у вихованні, насамперед, справжньої людини, а згодом – спортсмена. Отже, це робота не проста та вимагає великої віддачі. Рівень знань та вмінь багатьох молодих тренерів здебільшого не відповідає сучасним вимогам. До того ж, відсутні сучасні теоретичні та практичні об'єктивні важелі впливу на тренерів для постійного підвищення їх кваліфікації, а система їх атестації не позбавлена формалізму. Значного оновлення потребує післядипломна освіта. Повільно впроваджуються в практику підготовки спортсменів передові технології, досягнення спортивної науки. Стримуючим фактором у роботі тренерів є нестача спортивних споруд і їх невідповідність сучасним вимогам, відсутність спеціального інвентарю та обладнання.

Тренер із хортингу у вихованні дітей, юнаків і дорослих спортсменів має враховувати всі важелі комплексного виду бойового мистецтва народженого в Україні. Майстерність тренера у вихованні та навчанні юних спортсменів вимагає від нього високий ступінь розвитку педагогічних

знань, умінь і навичок [2]. Якщо який-небудь компонент у структурі педагогічної діяльності тренера розвинутий недостатньо, то це означає, що педагогічні впливи виявляються малоефективними. Важливе значення має досвід і знання тренера не тільки у спортивному вихованні та підготовці спортсменів, але й знання історії України, історію та основи різних бойових систем. Тренер зможе виконувати свої функції в педагогічній системі, маючи достатній рівень професійних знань, умінь та навичок, а також морально-вольові якості особистості. Для діяльності тренера високого рівня майстерності характерно стійке позитивне відношення до своєї роботи, інтерес до справи, визначена її система: здорове чеснотлюбство, бажання досягти результатів із хортингу, виховати чемпіона; терпіння у тренувальному процесі вимагає довгих років підготовки; цілеспрямованість і самоконтроль для об'єктивної оцінки своїх успіхів і промахів; готовність підвищувати кваліфікацію, самоудосконалюватися; справедливість (особливо у процесі роботи з дітьми). Тренер має ясно розуміти значення оздоровчих, освітніх та виховних завдань, уміти визначити шляхи їхнього вирішення та побачити кінцевий результат роботи; враховувати особливості віку, статі, стану здоров'я, фізичного розвитку та фізичної підготовленості підлітків; знати досконало свій вид спорту та успішно формувати у дітей стійкий інтерес до нього; вміти яскраво та захоплююче розкривати перспективи систематичних навчально-тренувальних занять, переносити на тренування з юними спортсменами принципи технічної та тактичної підготовки сучасного виду спорту – хортинг; організувати суспільну активність підлітків, формуючи в них визначені національні та моральні уявлення, поняття, прагнучи, щоб ці ідеї ставали мотивами, що спонукають і направляють юних спортсменів. Суспільно-політична робота з юними хортингістами завжди повинна бути в центрі уваги тренера, який має багату уяву, ініціативний, з гарними педагогічними здібностями. При організації спортивно-масової роботи з хортингу обґрунтовувати необхідність участі юних спортсменів у тому або іншому виді діяльності, активно керувати тренуванням, сполучаючи роботу із сильними, слабкими і середніми спортсменами, виявляють творчу ініціативу в конкретизації вправ, розробляти їхні нові варіанти. Сучасний, всебічно підготовлений тренер хортингу вміє: самокритично оцінює результати своєї роботи; піклується не про зовнішній ефект, а про виховну доцільність кожного заходу; вміє контролювати; вчасно направляти та заохочувати вихованців; об'єктивно оцінювати діяльність, не впадати у відчай при невдачах; не зазнаватися при удачах і перемогах; легко оперувати специфічними формами та методами діяльності юних спортсменів; мати тісний контакт із батьками та громадськістю; знати родинне положення в сім'ях вихованців, їхні інтереси, запити і нестатки. Тренеру необхідно постійно бути в курсі нових досліджень в області теорії та методики фізичного виховання і спорту, психології, педагогіки, охоче удосконалювати навчальну та виховну роботу в команді та індивідуально, що передбачено в хортингу [1; 3; 4]. Мета спортивного тренування з хортингу – це забезпечити високий рівень здоров'я спортсменів, оволодіння спортивною технікою, виховання моральних і вольових рис характеру, розвиток фізичних якостей (сила, швидкість, витривалість, спритність і т.д.) і на цій основі – досягнення високих показників у обраному виді спорту. Все це обов'язково має передбачати навчання й тренування спортсменів будь-якої підготовленості – від новачка до майстра спорту. Всебічний фізичний розвиток у юні роки сприятиме забезпеченню міцного здоров'я, працездатності, високі спортивні результати в зрілому віці. Прийшовши до клубу, початківці, особливо ті, що відвідували дитячий садок, не відразу звикають до того, як тренер ставиться до них. Лише з часом, тривалість якого здебільшого залежить від особистих якостей дітей і тренера, між ними встановлюються нові та водночас довірливі стосунки. У процесі тренувань із дітьми, які виявили бажання займатись хортингом, тренер має притримуватися принципу індивідуального підходу до кожного спортсмена загалом і орієнтуватися на всіх відразу. Тому головне завдання тренера – спрямувати зацікавленість спортсменів і створити атмосферу клубної команди, щоб діти переймали найкращий приклад у старших талановитих бійців клубу. Для зміцнення позитивного ставлення дітей до занять із хортингу важливо зважати на індивідуальні відмінності дітей, пам'ятаючи, що серед них є впевнені та невпевнені в своїх силах, що є діти, які намагаються проявляти активність, демонструючи цим ставлення до клубу й тренера, але є і такі, які прагнуть бути непоміченими та чітко не виражають своє ставлення до клубу. Проте, через деякий час ставлення окремих дітей до занять із хортингу змінюється. У неправильному підході тренера до виховного процесу з хортингу значна частина учнів клубу

через три-чотири місяці починає виявляти байдужість до занять, небажання відвідувати секції з хортингу. Основною причиною цих негативних явищ є недосконалість організації навчально-виховного процесу, яка виявляється в недостатній активізації учбової діяльності з хортингу у дітей, зокрема їх мисленні, у надмірному захопленні вправами, спрямованими на формування різних навичок. Важливе значення в навчанні з хортингу має і ставлення дітей до тренера, це у першу чергу дисципліна і поведінка самого тренера до занять. Здібні до навчання діти, як правило, легко засвоюють знання, уміння й навички. Звернемо увагу, що в 6–7 років діти не виявляють критичного ставлення до тренера, вони виконують всі його вимоги, люблять і поважають за те, що він навчає їх. Вимогливість і стриманість тренера діти пов'язують із серйозністю нового для них виду діяльності – занять хортингом. Критичне ставлення з'являється у вихованців 8-ми років, якщо педагог допускає помилки у навчально-виховному процесі занять хортингом. Діти цього віку перестають бути егоцентричними та велику увагу звертають на навколишній світ, їм подобається спілкуватися з іншими дітьми, але вони хотіли б займати у середовищі своїх однолітків власне місце. Більшість дітей залюбки допомагають своїм батькам у господарстві, виявляють інтерес до молодших за себе та до старших. Найважливішим на першому етапі юних спортсменів (6–8 років) – це індивідуальний підхід тренера до кожної дитини і виявлення здібних учнів та їх попередній відбір для занять хортингом, виховання зацікавленості до занять спортом, працьовитості та дисциплінованості [5, с. 71–72].

Особисто як тренер з хортингу, особливу увагу дітей спрямовую на домашні завдання, які учні отримують після кожного тренування (згідно фізичного розвитку спортсмена). Міцність засвоєних знань і навичок лежить в основі принципу – повторності та фізіологічному положенні про необхідність повторень, щоб домогтись відповідних змін у перебудові органів і систем організму під впливом тренувань. Систематичне багаторазове повторення вправи, яка вивчається, сприяє міцному її закріпленню. Тренування з хортингу починається з опитування учнів про виконане домашнє завдання, яке кожний отримав індивідуально, тобто згідно власних спортивних досягнень. Якщо дорослі спортсмени займаються на тренуванні та виконують домашні завдання по спеціальним програмам із хортингу, то діти віком 6–7 років потребують домашні завдання у ігровій формі. Висока результативність домашніх завдань залежить від впливу сім'ї. Таким чином, якщо у сім'ї займаються з дитиною, спільно виконують домашні завдання – тоді й вихованець всебічно розвивається швидше та досягає більш високих результатів із хортингу. Кожен юний спортсмен є членом цілого ряду колективів (формального та вільного спілкування) і перебуває під виховним впливом кожного з них. У цих умовах координація зусиль усіх дорослих, працюючих із юними спортсменами, регулювання зв'язків і відносин підлітків із зовнішнім середовищем і спортивним колективом складає одну з головних завдань тренера. Слід пам'ятати, що прогнозування спортивного та педагогічного результату носить імовірнісний характер і вимагає від тренера вміння швидко орієнтуватися відповідно до конкретної ситуації, оперативно змінювати характер і зміст діяльності. Другий фактор про який повинен знати, пам'ятати та звертати особливу увагу тренер – пубертатний період статевого дозрівання, тинейджерством, перехідним періодом і т.д. Кожна з назв, в принципі, відбиває його особливості. Ділиться він на дві фази: негативну (критичну, 11–13 років) і позитивну (13–16 років). До старшого підліткового віку розставляння пріоритетів міняється, до 13–15 років людина стає дорослішою та відповідальнішою. Передусім, треба відмітити, що вік цей складний не лише тому, що „гормони грають“. Підліток „вийшов“ із того віку, коли усе було зрозуміло та стійко: він був дитиною, у нього були улюблені іграшки та ігри, поведінка й статус залежної від батьків особи, точніше, ще не зовсім особи в повному розумінні цього слова. У процесі переходу в пубертатний вік підліток „розгублюється“. Він відчуває, що щось змінилося, але не розуміє, що конкретно. У цей момент хочеться знайти нові інтереси, нових знайомих, і цей постійний безперервний пошук штовхає підлітка поділитися цим із найближчими людьми, він хоче розповісти всьому світу, який він неповторний, єдиний, унікальний. Та так воно, загалом, і є. Саме у підлітковому віці виникає „пубертатна криза“. Процес гормональної перебудови організму супроводжується поступовими змінами фізичного вигляду та психічної сфери. Найважливіша ознака перехідного віку – встановлення регулярної активності статевих залоз, що проявляється у дівчат менструаціями, а у юнаків - еяколяціями, а також фазовими змінами темпів росту, формуванням властивих підліткові пропорцій тіла та його вторинних статевих ознак. Віковий перехідний період, упродовж якого в

організмі людини відбувається складна фізіологічна перебудова, завершується досягненням статевої зрілості. Основною особливістю цього віку є різкі якісні зміни – фізіологічний розвиток. Процес фізіологічної перебудови є фоном, на якому протікає психологічна криза. Збільшуються ріст і вага дитини, у хлопчиків у середньому пік „стрибка росту“ доводиться на 13 і закінчується після 15 років (іноді до 18), а у дівчаток „стрибок“ зазвичай починається і, відповідно, закінчується на два роки раніше (подальший плавніший ріст може тривати ще декілька років). Зміна росту та ваги супроводжується зміною пропорцій тіла загалом. Інтенсивний ріст кісток скелета, що досягає 6 см в рік, випереджає розвиток мускулатури. Усе це призводить до деякої непропорційності тіла, підліткової незграбності та частих скарг на болі в ділянці серця й грудної клітки (але від них, звичайно, ні в якому разі не можна відмахуватися, адже не завжди болю в ділянці серця можна списати на пубертатний вік). Діти відчувають себе в цей час незграбними, невмілими. Вправи, спрямовані на вдосконалення функціонального стану, підвищення фізичної працездатності та спеціальної витривалості мають бути вираженими, зміни в інтелектуальній сфері призводять до розвитку здатності самостійно справлятися з тренувальною програмою. В той же час багато підлітків зазнають труднощі в процесі тренувань, яке відходить на другий (у кращому разі) план. Це буває викликано бажанням, щоб усі – і дорослі, і однолітки відносилися до нього не як до дитини, а як до дорослої людини. Він претендує на рівноправ'я в стосунках із старшими і йде на конфлікти, відстоюючи свою дорослу позицію. Тому в цей період тренувань тренер має притримуватися надалі принципу індивідуального підходу до кожного спортсмена. Новий віковий період – рання юність (16–17 років) – вважають третім світом, що існує між дитинством та дорослістю. У цей час учень-спортсмен опиняється на порозі реального дорослого життя та дивиться на теперішнє з позиції майбутнього, шукає сенс свого життя. Якщо розглядати розвиток тільки як зміну психічних функцій, то всі основні новоутворення вже закінчились у підлітковому віці, закріплюючись та удосконалюючись у спортсмена. Але розглядати розвиток учня-спортсмена таким чином було б помилково. Кожен віковий період важливий сам по собі у житті окремої людини. Незалежно від зв'язку з іншими віковими періодами. Адже тільки з притаманною цьому віку соціальною ситуацією розвитку відбуваються досить істотні зміни особистості. Нова соціальна позиція учня-спортсмена з хортингу змінює для нього значущість тренування. У порівнянні з підлітками інтерес до тренування у них підвищується. Це пов'язано з тим, що складається нова мотиваційна структура учіння. Домінуюче місце займають мотиви, пов'язані з самовизначенням і підготовкою до самостійного життя. Ці мотиви отримують особистісний сенс і стають дійовими. Учні-спортсмени цього віку, для яких головною є навчально-тренувальна діяльність, починають розглядати навчання як необхідну базу, передумову майбутньої професійної діяльності у виду спорту хортинг. Саме у старшому віці проявляється свідоме позитивне відношення до тренування, їх цікавлять переважно ті досягнення, які будуть потрібні у подальшому житті, їх знову починає хвилювати успішність тренування. Поняття „психологічної готовності“ передбачає у даному випадку наявність потреб і здібностей, що дозволяють спортсмену найповніше реалізувати себе у професійній діяльності, громадському житті, майбутньому сімейному житті. Передусім, це потреба у спілкуванні з іншими людьми та здатність творчо працювати; по-друге, вміння теоретично мислити, орієнтуватися у різноманітних подіях, що відбуваються у сучасному світі та виступають у формі наукового та теоретико-практичного світогляду; по-третє, наявність розвиненої рефлексії, за допомогою якої забезпечується свідоме та критичне ставлення до себе. Головною ознакою цього періоду є потреба молоді „зайняти“ внутрішню позицію дорослої людини, вибрати професію, усвідомити себе членом суспільства, виробити світогляд, вибрати свій життєвий шлях. Тільки реалізована, сформована ідентичність особистості (довіра до світу, самостійність, ініціативність, компетентність) дозволяє молоді вирішити, головне завдання, яке ставить перед ним суспільство – завдання самовизначення, вміння розробити свій життєвий план, а отже, головне завдання тренера – допомогти у визначенні вибору життєвого шляху учня-спортсмена.

ВИСНОВКИ

Зважаючи на те, що хортинг – це не тільки спорт, але й патріотичне виховання та глибока національна філософія, тільки тренер, який систематично удосконалює свої теоретичні та практичні вміння та навички, щоб бути завжди професіоналом із досвідом роботи в сфері спорту, зможе реалізувати повноцінну підготовку хортингіста до психологічних і фізичних навантажень.

Таким чином, постійно збільшуючи навантаження, тренер допоможе в складних ситуаціях самому спортсменові під час тренувань, змагань та отримати найголовніше – психологічну та фізіологічну стійкість у процесі виховання й підготовки його до досягнення найвищого рівня самодосконалості.

Перспективи подальшого дослідження будуть пов'язані з узагальненням літературних джерел щодо впливу темпераменту спортсмена-хортингіста на виховний процес під час тренувань.

СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ

1. Електронний фонд бази даних Української Національної Федерації Хортингу. Федерація твоєї Батьківщини. Витоки і подальший розвиток хортингу [Електронний ресурс]. – Режим доступу : <http://horting.org.ua/node/40238>.
2. Єршоменко Е. А. Навчальна програма гурткової (секційної) роботи „Хортинг“ для учнів 1–11 класів загальноосвітніх навчальних закладів : навч. вид. / Е. А. Єршоменко. – К. : Паливода А. В., 2012. – 268 с.
3. Електронний фонд бази даних Української Національної Федерації Хортингу. Федерація твоєї Батьківщини. Інформаційна довідка: ВИД СПОРТУ – ХОРТИНГ [Електронний ресурс]. – Режим доступу : <http://www.horting.org.ua/node/1100>.
4. Електронний фонд бази даних Української Національної Федерації Хортингу. Федерація твоєї Батьківщини [Електронний ресурс]. – Режим доступу : <http://www.horting.org.ua>.
5. Семененко І. Врахування психологічних та фізіологічних вікових властивостей у процесі комплексного виховання спортсменів-хортингістів / І. Семененко, М. Куцкір // Теорія і методика хортингу: зб. наук. праць / [ред. кол.: Бех І. Д. (голова) та ін.]. – К. : Паливода А. В., 2014. – Вип. 2. – С. 70–75.

REFERENCES

1. *Elektronnyi fond bazy danykh Ukrainskoi Natsionalnoi Federatsii Khortynhu. Federatsiia tvoiei Batkivshchyny. Vytoky i podalshyi rozvytok khortynhu* [Electronic fund of database of Ukrainian horting federation. Federation of your homeland. Origins and subsequent development of horting]. Retrieved from <http://horting.org.ua/node/40238>.
2. Yeromenko, E. A. (2012). *Navchalna prohrama hurtkovoї (seksiynoi) roboty „Khortynh“ dlia uchniv 1–11 klasiv zahalnoosvitnikh navchalnykh zakladiv* [The training program of circle (sectional) work „Horting“ for pupils 1–11 grades of secondary schools]. Kyiv: Palyvoda A. V.
3. *Elektronnyi fond bazy danykh Ukrainskoi Natsionalnoi Federatsii Khortynhu. Federatsiia tvoiei Batkivshchyny. Informatsiina dovidka: vyd sporty khortynh* [Electronic fund of database of Ukrainian horting federation. Federation of your homeland. Background: kind of sport is horting]. Retrieved from <http://www.horting.org.ua/node/1100>.
4. *Elektronnyi fond bazy danykh Ukrainskoi Natsionalnoi Federatsii Khortynhu. Federatsiia tvoiei Batkivshchyny* [Electronic fund of database of Ukrainian horting federation. Federation of your homeland]. Retrieved from <http://www.horting.org.ua>.
5. Semenenko, I., & Kutskir, M. *Vrakhuvannia psykhologichnykh ta fiziologichnykh vikovykh vlastyvostei u protsesi kompleksnoho vykhovannia sportsmeniv-khortynhistiv* [Taking into account the psychological and physiological age features in the integrated education of athletes hortynhistiv] In Bekh, I. D. al. (Eds.). *Teoriia i metodyka hortynhu: Issue 2* (pp. 70–75). Kyiv: Palyvoda A. V.

Ігор Семененко, Михайло Куцкір.

Особливості тренерської роботи в навчально-виховному процесі спортсмена-хортингіста.

У статті „Особливості тренерської роботи в навчально-виховному процесі спортсмена-хортингіста“ автори теоретично розкривають особливості тренерської роботи в навчально-виховному процесі з спортсменами-хортингістами. Звертається увага на педагогічну майстерність тренера як ключового фактору впливу на становлення особистості хортингістів. Зважаючи на те, що хортинг – це не тільки спорт, але й

патріотичне виховання та глибока національна філософія, тільки тренер, який систематично удосконалює свої теоретичні та практичні вміння та навички, щоб бути завжди професіоналом із досвідом роботи в сфері спорту, зможе реалізувати повноцінну підготовку хортингіста до психологічних і фізичних навантажень. Отже, постійно збільшуючи навантаження, тренер допоможе в складних ситуаціях самому спортсменові під час тренувань, змагань та отримати найголовніше – психологічну та фізіологічну стійкість у процесі виховання й підготовки його до досягнення найвищого рівня самодосконалості.

Ключові слова: хортинг, життєвий шлях, самовизначення, педагогічна майстерність, тренер, педагогічна робота, змагання, тренування, спортсмени-хортингісти, психологічне та фізичне навантаження, виховання особистості.

Igor Semenenko, Mykhaylo Kutskir.

Trans Carpathian Regional Center for Socioeconomic and Humane Studies of the NAS of Ukraine; President of the local community of the UFH NGO in Uzhhorod (Universytetska Str. 21, Uzhhorod, Ukraine).

Peculiarities of a coach's work in the educational process with Horting athletes.

In the article „Peculiarities of a coach's work in the educational process with Horting athletes“ the authors show theoretically the peculiarities of coaching in the educational process with Horting athletes.

Attention is drawn to the pedagogical skills of the coach as a key factor influencing the formation of personality of Horting athletes. Despite the fact that Horting is not only a sport, but also a Patriotic education and national deep philosophy, only the coach, who systematically improves his theoretical and practical skills for being always a professional with enough experience in the field of sports, will be able to realise a complete training of a Horting athlete to psychological and physical stresses. Therefore, constantly increasing the loads, the coach will help the athlete to receive the main objective in difficult situations and competitions that is psychological and physiological persistence in the educational process and trainings for achievement of the highest level of self-perfection.

Key words: Horting, way of life, self-determination, teaching skills, coach, educational work, competitions, trainings, Horting athletes, psychological and physical activity, education of the individual.

Игорь Семененко, Михаил Куцкир.

Особенности тренерской работы в учебно-воспитательном процессе спортсмена-хортингиста.

В статье „Особенности тренерской работы в учебно-воспитательном процессе спортсмена-хортингиста“ авторы теоретически раскрывают особенности тренерской работы в учебно-воспитательном процессе со спортсменами-хортингистами. Обращается внимание на педагогическое мастерство тренера как ключевого фактора влияния на становление личности хортингистів. Несмотря на то, что хортинг – это не только спорт, но и патриотическое воспитание и глубокая национальная философия, только тренер, который систематически совершенствует свои теоретические и практические умения и навыки, чтобы быть всегда профессионалом с опытом работы в сфере спорта, сможет реализовать полноценную подготовку хортингиста до психологических и физических нагрузок. Следовательно, постоянно увеличивая нагрузку, тренер поможет в сложных ситуациях самому спортсмену во время тренировок, соревнований и получить самое главное – психологическую и физиологическую устойчивость в процессе воспитания и подготовки его к достижению наивысшего уровня самосовершенства.

Ключевые слова: хортинг, жизненный путь, самоопределение, педагогическое мастерство, тренер, педагогическая работа, соревнования, тренировки, спортсмены-хортингисты, психологическая и физическая нагрузка, воспитание личности.