



## Wrestlers' Perceptions of the Professional Skills of Their Coaches

Mahmut Açak

To cite this article: Mahmut Açak (2014) Wrestlers' Perceptions of the Professional Skills of Their Coaches, International Journal of Wrestling Science, 4:1, 65-78, DOI: [10.1080/21615667.2014.10879002](https://doi.org/10.1080/21615667.2014.10879002)

To link to this article: <https://doi.org/10.1080/21615667.2014.10879002>



Published online: 15 Oct 2014.



Submit your article to this journal [↗](#)



Article views: 7



View related articles [↗](#)



View Crossmark data [↗](#)

# WRESTLERS' PERCEPTIONS OF THE PROFESSIONAL SKILLS OF THEIR COACHES

Mahmut Aak

İnönü University Physical Education Department, Malatya/Turkey

E-mail: m.acak@hotmail.com

## ABSTRACT

Purpose of this research is to determine the patterns of wrestlers in their perceptions of the professional skills of their coaches, as well as identify their positive and negative behaviors. The subjects of the study consisted of 69 voluntary athletes between the ages 16 and 34, who were active wrestlers from various provinces in Turkey. Data was collected through face-to-face interviews. Results of this research reveal that the less experienced athletes evaluate their coaches more positively. Statistically significant differences were found in their perceptions of technical development, competition and social sub-dimensions of their coaches according to the experience of the wrestlers. More negative evaluations were also observed in the technical and competition dimensions as years of experience increases. It was determined that students receiving education in a university evaluates their coaches more negatively. Athletes participating in the study stated that they were pleased with their coaches in many ways. However, it was determined that coaches often lack a long-term written program of special preparation in order to develop correct technique; and that coaches are not always proficient in analyzing the opposing competitors.

**Key Words:** Wrestling, Coaching Skills, Coach Athlete Relationship.

## INTRODUCTION

Athletes may evaluate their relations with their coaches as good or bad as a result of their expectations of their coaches. Some factors such as trusting in the technical knowledge of the coach, or his conduct of relations with the athletes result from these expectations. It is observed that the coach is viewed as empathetic, social and well-liked when the training environment is good. Variables such as the coach's training of athletes, teaching techniques and tactics, communicating and understanding the athlete's social psychologies, all influence the relationship between the coach and athlete. When all factors are adequate, it is expected from the coach to guide the team and athletes. Every behavior and decision of the coach should primarily be based on the care of the athletes, and then on increasing the opportunity for the athletes of the team to win (1).

Woodman (1993), stated that qualifications of a coach are as important as those of the athletes when the coach-athlete relationship is considered (2,3). It has been established that there are effective coaching strategies concerning athletes and coaches. According to Weinberg and Gould; athletes are expecting praise and encouraging words from their coaches when they perform an action or technique in an accurate way. They argue that coaches should use praise frequently in order to develop an effective coaching style. They indicated that merely flashing a friendly smile to athletes as a reward, gives confidence to the athlete (4). These results demonstrate that psychological factors have significance in the coach-athlete relationship, and that coaches should have a good understanding of their own personal characteristics, in order to establish a coherent interaction with their athletes (5).

Athletes expect the coach to have the skill for organization, and that he/she will organize the athletes in the best way for training and competitions. Zhang, Wall, Smith (2000), indicate that appropriateness of the competition program, variables concerning the day, hour of the match, weather conditions, spectators are all connected with the performance of athletes in a positive way (6). Athletes expect their coach to organize social events, excursions, certain leisure time activities, sport supplies and equipment, and to assign their roommates appropriately in environments such as camps, competitions. Athletes also feel that the coach is responsible for the selection of training areas which are easy to access without consuming much time (7).

Athletes compete under intense pressures and they are heavily influenced by the competition environment. Athletes may experience stress and discomfort before, during and after the competition, depending on the features of the competition. The person who must teach methods for coping with such pressures is their coach. Besides the efforts to improve the physical fitness of the athletes (endurance, strength, speed, flexibility, coordination), coaches must provide instruction to his or her athletes in the subjects of nutrition, motivation and periodization of training.

Personality traits, as well as social and psychological needs, differ from person to person. Athletes expect their coach to be empathetic and patient in this development process (8). A comprehensive analysis the athlete is needed to provide for the development of performance. Determining the level of motoric, technical and tactical qualifications possessed by the athlete, the identification of specific reasons for failure and adjusting the training accordingly necessitate a systematic analysis (9). Coach should be capable of discovering the talents of the athletes. He/she should be able to deal with psychological problems encountered by the athletes, each of whom can have different personalities. Patience, determination and deliberate approaches can lead the coaches to success (10). While performing all these, the coach should act fairly towards all athletes without prejudice and preconditions.

Success of coaches is generally evaluated by the success of the athletes. However, when asked of the athletes, we see that behaviors of coaches come into prominence. We aim to examine wrestlers' manner of perceiving the success of their coaches in relation to how they exhibit their professional and social skills.

## **METHODS**

The subjects of the study consisted of 69 voluntary athletes between the ages 16 and 34, who were active wrestlers from various provinces in Turkey. In the first stage, we sought the answer to the question, "what are the expectations that wrestlers have from their coaches?" This information was needed in order to determine the criteria for evaluation of wrestlers and coaches. With this purpose, the "Coach Assessment Scale for Wrestlers" (11) was used. This scale consists of two sections in which there are 20 questions related to the personal information and behaviors of the coaches.

In the second stage of the study, 20 questions were used to determine evaluation criteria by conducting interviews with the athletes. Athletes were not only asked to fill out the scale, but the contributions of coaches to the personal development of athletes were examined. 20 questions were asked under 4 main categories:

1. Evaluation of coaches in terms of technical development,
2. Evaluation of coaches in terms of physique and condition,
3. Evaluation of coaches in terms of preparing for a competition and during competitions,
4. Evaluation of coaches in terms of social aspects.

The content of the categories was expanded in order to enable athletes to make better comments, and they were asked to evaluate their coaches within these sub-titles.

### **1. Evaluation of coaches in terms of technical development of the athletes:**

To demonstrate the techniques correctly, to correct the faults, to enhance with specific exercises in order to acquire the correct technique, to teach the tactics of the technique, to provide the opportunity and time to develop a style specific to the athlete are subjects that are examined under this category.

### **2. Evaluation of coaches in terms of development of the athletes physique and condition:**

In this category, athletes were asked to make comments in line with the following questions: Physical condition program is applied in which I feel secure. A conditioning program by which we can cope with our competitors is implemented. A comprehensive physical condition program is applied. A comprehensive plan is implemented for my physical readiness throughout the year.

### **3. Evaluation of coaches in terms of preparing for a competition and during competitions:**

In this category, athletes were asked to make comments in response to the following questions: Our competitors are well scouted and analyzed. We are prepared for various situations that we may encounter during matches. He/she gives recommendations on how I shall use my skills in matches. He/she gives recommendations on how I am going to concentrate during matches. Tactics given during matches are understandable and achievable. He/she has a coherent attitudes and behavior.

### **4. Evaluation of coaches in terms of social aspects:**

In this category, athletes were asked to make comments in response to the following questions: My coach is a good listener. Besides my sports life, he/she is interested in the other aspects of my life. I can share my personal problems with him/her confidently. He/she organizes social activities. He/she is patient during all exercises.

Evaluations were generalized and developed in light of the replies given by the athletes. This study is a qualitative and quantitative study.

## **ANALYSIS OF DATA**

Statistical analyses of the survey data obtained from the 69 participating wrestlers in the study were made by utilizing SPSS (17.0) package program.

1. Frequency and percentage calculations are made with the aim to establish the distribution of the sample according to the demographic variables.
2. Kruskal-Wallis (KW) analysis was used to evaluate differentiation level of points received from the scale according to the independent variables, and the Mann Whitney U test was utilized to determine the source of the difference. Statistical significance level was accepted as  $p < 0.05$ .

## RESULTS

**Table 1.** Wrestler's Age, Education and Experience

Variable	n	%
<b>Age</b>		
16-20	19	27.5
21-25	24	34.8
26-30	15	21.8
31-above	11	15.9
<b>Educational Status</b>		
Secondary School	7	10.1
High School	27	42.1
In University	33	47.8
<b>Wrestling Experience (years)</b>		
1-3 years	2	3
4-6 years	11	16
7-9 years	24	35
10 years and above	32	46

### **Evaluation of coaches in terms of technical development of the athletes:**

To demonstrate the techniques correctly, to correct the faults, to enhance with specific exercises in order to acquire the correct technique, to teach the tactics of the technique, to provide the opportunity and time to develop a style specific to the athlete are subjects that are examined under this category.

It was determined that there is no problem in demonstrating the technique, correcting faults and providing the opportunity and time to develop a style specific to the athlete. However, it is the perception of the wrestlers that our coaches are not effective in providing specific exercises in order to better acquire the correct technique; and in the teaching the tactics of the technique.

### **Evaluation of coaches in terms of development of the athletes physique and condition:**

In this category, athletes were asked to make comments in line with the following questions: Physical condition program is applied by which I feel secure. A conditioning program by which we can cope with our competitors is implemented. A comprehensive physical condition program is applied. A comprehensive plan is implemented for my physical readiness throughout the year.

Our athletes have declared that such exercises are made when there is short time to matches. They especially stated that there is no long-term written program and that no program is applied regularly.

### **Evaluation of coaches in terms of preparing for a competition and during competitions:**

In this category, athletes were asked to make comments in response to the following questions: Our competitors are well scouted and analyzed. We are prepared for various situations that we may encounter during matches. He/she gives recommendations on how I shall use my skills in matches. He/she gives recommendations on how I am going to concentrate during matches. Tactics given during matches are understandable and achievable. He/she has a coherent attitudes and behavior.

Replies of the athletes contained some contradictions with the earlier identified expectations. The authors observed that athletes have made evaluations in a coarse manner, and they weren't very considerate. They stated that simple analyses are made when evaluating their competitors. Tactics given during the match are generally not heard and they are not comprehensible.

### Evaluation of coaches in terms of social aspects.

In this category, athletes were asked to make comments in response to the following questions: My coach is a good listener. Besides my sports life, he/she is interested in the other aspects of my life. I can share my personal problems with him/her confidently. He/she organizes social activities. He/she is patient during all exercises.

It was determined that the coach's attribute that is the most influential on the athletes is their social aspects. Most of the athletes participating in the study expressed that they are pleased with social aspects of the coaches who are training them. However, they expressed that none of the coaches celebrated their birthday and few gave presents to their athletes because of their success.

Analysis results of evaluations of study group are given below according to certain variables.

**Table 2.** Analysis results of the study group according to the age variable

Scale dimension	Age	N	$\bar{X}$	Ss	$\chi^2$	p	Difference (U test)
<b>Physique and condition</b>	(a) 16-20	19	2.60	.59	5.447	.142	
	(b) 21-25	24	2.71	.50			
	(c) 26-30	15	2.66	.54			
	(d) 31 +	11	2.27	.45			
<b>Technical development</b>	(a) 16-20	19	2.19	.26	9.998	.019*	a-b a-c
	(b) 21-25	24	1.93	.34			
	(c) 26-30	15	1.93	.25			
	(d) 31 +	11	2.03	.33			
<b>Competition</b>	(a) 16-20	19	3.55	.43	20.280	.000*	a-b a-c a-d
	(b) 21-25	24	2.88	.40			
	(c) 26-30	15	2.96	.45			
	(d) 31 +	11	3.00	.28			
<b>Social</b>	(a) 16-20	19	3.88	.44	5.758	.124	
	(b) 21-25	24	3.93	.38			
	(c) 26-30	15	3.86	.48			
	(d) 31 +	11	4.21	.31			

\*p<0.05

Statistical differences were determined for the 16-20 age group of the study group for the technical development and competition sub-dimensions. It is seen that athletes at a lower age is evaluating their coach more positively in comparison to the other age groups.

**Table 3.** Analysis results of the study group according to the sporting age variable

Scale dimensions	Sporting age	N	$\bar{X}$	Ss	$\chi^2$	p	Difference (U test)
<b>Physique and condition</b>	(a) 1-3	3	2.16	.28	7.154	.067	
	(b) 4-6	11	2.47	.56			
	(c) 7-9	24	2.83	.55			
	(d) 10 +	31	2.51	.49			
<b>Technical development</b>	(a) 1-3	3	2.13	.11	9.750	.021*	b-c b-d
	(b) 4-6	11	2.26	.25			
	(c) 7-9	24	1.98	.35			
	(d) 10 +	31	1.94	.28			
<b>Competition</b>	(a) 1-3	3	3.72	.25	16.423	.001*	a-c a-d b-d
	(b) 4-6	11	3.50	.48			
	(c) 7-9	24	3.11	.43			
	(d) 10 +	31	2.89	.41			
<b>Social</b>	(a) 1-3	3	3.86	.23	9.328	.025*	b-c b-d
	(b) 4-6	11	3.65	.34			
	(c) 7-9	24	4.05	.42			
	(d) 10 +	31	3.98	.43			

\*p&lt;0.05

Statistically significant differences are determined between groups according to the sporting age, when study group evaluated their coaches in terms of the technical development, competition and social sub-dimensions. It is observed that evaluation of coaches is more negative for technical development and competition dimensions as the sporting age increases.

**Table 4.** Analysis results of the study group according to the educational status variable

Scale dimensions	Educational status	N	$\bar{X}$	Ss	$\chi^2$	p	Difference (U test)
<b>Physique and condition</b>	(a) Secondary Sc.	6	2.29	.29	4.105	.128	
	(b) High School	30	2.54	.58			
	(c) University	33	2.71	.51			
<b>Technical development</b>	(a) Secondary Sc.	6	2.09	.27	7.974	.019*	b-c
	(b) High School	30	2.12	.31			
	(c) University	33	1.91	.30			
<b>Competition</b>	(a) Secondary Sc.	6	3.08	.60	8.485	.014*	b-c
	(b) High School	30	3.30	.49			
	(c) University	33	2.92	.39			
<b>Social</b>	(a) Secondary Sc.	6	3.83	.15	.894	.639	
	(b) High School	30	3.97	.44			
	(c) University	33	3.95	.44			

\*p&lt;0.05

Statistically important differences are specified between groups when study group evaluated their coaches according to the education status variable. It is determined that this difference resulted from students receiving education in university, and students studying in university have evaluated their coaches more negatively.

## DISCUSSION

In this study, opinions of wrestlers about their style of perceiving professional skills of the coaches are examined. With this purpose, scale filled out by the athletes and results of interviews made after filling out the scale are evaluated together.

72.5% of the participants being at age 21 and older expressed confidence that the replies given to the questions are given with their own free will without any prejudice, thus the replies are correct. It was determined that 42.1%

and 47.8% of the participants are receiving education, respectively in high school and university, thus athletes with whom interviews are made are educated. However, it is established that students studying in the university are evaluating their coaches more negatively. Thus, 81% of the athletes interviewed having at least 7 years of sports background is an indication that they have the necessary perspective to carry out an evaluation.

In the evaluation of coaches by the athletes participating in the study in terms of technical development; no problem is detected on the subjects of displaying the techniques, correction of faults and giving opportunity and time for the formation of a style specific to the athlete. However, coaches are found inefficient in enhancing with specific exercises in order to develop the correct technique and teaching the tactic of the technique. Thomas and Lee (1991) have stated that a relation based on trust should be established between coach and athlete, and they both should work toward the improvement of their relationship (12).

United Kingdom Coaching Strategy Association (2002) has defined the coach as informative, assessor, advisor, researcher, instructor, supervisor, organizer, helper and motivator; and specified some of the skills that he/she should have to fulfill these roles. Some examples are: He/she should comprehend learning process and training principles well, be able to detect skills of the young generation, plan training programs satisfying requirements of each athlete, and should lend assistance to athletes to acquire new skills (13). Additionally, the American National Youth Sports Coaches Association (2003) has indicated in their code of conduct that a coach should improve himself/herself continuously in order to have the infrastructure required to teach the skills, strategies of instruction and evaluation techniques related to their sport (14).

As a result of statistical analysis, it is seen that athletes at a younger age are evaluating their coaches more positively in comparison to other age groups. This situation is detected as athletes at younger ages do not have the required experience to make comparison between coaches.

When athletes evaluated their coaches in terms of developing the athlete's physique and condition, they declared that such exercises are applied when there is only a short time until matches. They especially stated that there is no long-term written program and that no program is applied regularly. Preparing a training program is one of the main purposes of sports organizations in some countries. For example, the United States National Olympic Committee expresses that a coach should prepare efficient and required training programs (15).

Responses of the athletes to questions related with their evaluations of coaches in terms of preparing for competitions and during competitions contained some contradictions. It is observed that athletes have made evaluations on a coarse basis, and they weren't very considerate. They stated that simple analyses are made when evaluating their competitors, but it is not detailed. They stated that tactics given during the match are most often not heard, and they are not comprehensible. Aak and Aak (2001) recommended that brief instructions should be given in the short time available during competitions. For example, instructions like "perform the technique quicker" or "raise your head" can be given; instructions other than these can confuse the athletes (16).

The results of statistical analysis draws attention to the fact that coach evaluations are more negative in the technical development and competition dimensions as the sporting age increases. Aak and Aak (2001) recommend that the coach should plan and utilize tactical exercises before the competition, and should work in coordination with the athletes. The athlete should believe and rely on his/her coach. However, this is not always the case. It has been observed that top-level athletes attach more importance to the tactical suggestions from persons on whom they rely, while coaches of national teams have expressed that they plan tactical exercises in general, and that they leave the decision of competition tactics to the individual athlete (16).

This study has shown that the athletes perceive the most influential attribute of the coach to be the social aspect. Most of the athletes participating in the study have expressed that they are generally pleased with social aspects of the coaches who are training them. However, they expressed that none of the coaches celebrated their birthday and few gave presents to their athletes because of their success. Wampbell and Jones (1994) indicate that rewarding the athletes is the most effective factor among the motivating factors. Coaches should be careful about the punishments and rewards they give. They expressed that rewards and punishments given wrongly may influence performances of the athletes in a negative way (17). It is considered that participant athletes wrestle crudely, they do not go into detail, they are far from certain terms and they perceive wrestling different from socialization or being social. Thus this consideration is seen as the obstacle that prevents them to make detailed evaluations.

These results show that not all coaches have the required professional skills to train athletes who aspire to be champions in world and Olympic competition. The most glaring shortcoming in some coaches is their failure to make long-term athlete training plans. It is important to test the professional skills of all wrestling coaches and to correct their shortcomings by means of a continuous training model. It then follows that the assignment of coaches should be made according to their knowledge and skills.

## REFERENCES

1. Martens, R. (1998). Successful Coaching, Translation: (Tuncer, B.) Beyaz Publications, Istanbul. p. 6.
2. Woodman, L.(1993). An Art, An Emerging Profession. Sport Science Review,(111) Champaign. Human Kinetics.
3. Weinberg, R. S., Gould, D. (1995). Foundations Of Sport and Exercise Psychology, Human Kinetics.
4. Weinberg, R. S., Gould, D. (1999). Foundations of Sport and Exercise Psychology. Champaign, IL: Human Kinetics.
5. Çakıroğlu, T. (1987). Trainer-Athlete Relationships and Importance of Sports Psychology in Achievement, Master's Thesis, Gazi University, Institute of Social Sciences. Ankara.
6. Zhang, J.J., Wall, K.A., Smith, D.W. (2000). To Go Or Not? Relationship Of Selected Variables To Game Attendance Of Professional Basketball Season Ticket Holders. International Journal of Sport Management. 1. s.200-226.
7. Konter, E . (1995). Motivation in Sports, Saray Medical Publications, Izmir. p. 167-169.
8. Kanbir, O. (2006). Performance Criteria in Sports, Bursa Provincial Directorate of Youth and Sports, Panel of Association of Athlete Training, Health and Research. Pp. 40- 45.
9. Eniseler, N. (1995). Systematic Competition Analysis in Football, Hacettepe University J. Football Science and Technology, Publication no: 4. pp. 24-26.
10. Singer, N. R. (1972). Coaching Athletics And Psychology, (Tran: N. Öztan), Florida. p. 359.
11. Aak M., Karademir T., Aak M. (2012).A Coach Assessment Scale For Wrestlers. International Journal Of Wrestling Science. Volume 2, Issue 2 July- 2012. pp.24-34.
12. Thomas, Jerry. R., A. M. Lee. (1991). Physical Education for Children. U.S.A Human Kinetics Books. s.16.
13. United Kingdom Coaching Strategy Association (2002, April). Sport Coach, Coaching. Retrieved April 26, 2002, web,<http://www.brainmac.demon.co.uk/coaching.htm>.
14. American National Youth Sports Coaches Association. (2003). Coaches' Code of Ethics. Retrieved March, 22, 2004.
15. American Psychological Association (1992). Ethical Principles of Psychologists and Code of Conduct .December. Vol, 47 No, 12.
16. Aak, M., Aak, M. (2001). I am Learning Wrestling. Kubbealtı Publications. Malatya. p. 145-243.
17. Wampbell, E., and Jones. E. (1994). "Psychological Well-being in Wheelchair Sport Participants and Nonparticipants." Adapted Physical Activity Quarterly 11. s. 404-415.

# ВОСПРИЯТИЕ БОРЦАМИ ПРОФЕССИОНАЛЬНЫХ НАВЫКОВ ИХ ТРЕНЕРОВ

Mahmut Aak  
İnönü University Physical Education Department, Malatya/Turkey  
E-mail: m.acak@hotmail.com

## АННОТАЦИЯ

Целью данного исследования является определение типов борцов по их восприятию профессиональных навыков своих тренеров, а также определение их положительных и отрицательных действий. Субъектами исследования были 69 спортсменов-добровольцев в возрасте от 16 до 34 лет, которые являлись активными борцами из различных регионов Турции. Данные были собраны с помощью личного интервью. Результаты данного исследования показывают, что менее опытные спортсмены оценивают своих тренеров более позитивно. Статистически значимые различия были обнаружены в их восприятиях технического развития, конкуренции и социальных субсферах своих тренеров, согласно опыту борцов. Более негативные оценки также были обнаружены в технических и соревновательных сферах по мере увеличения опыта. Было выявлено, что студенты, получающие образование в университете, оценивают своих тренеров более негативно. Спортсмены, участвующие в исследовании, заявили, что они довольны своими тренерами во многих отношениях. Однако было установлено, что тренерам часто не хватает долгосрочной письменной программы специальной подготовки с целью развития правильной техники; и что тренеры не всегда компетентны в анализе противопоставляемых конкурентов.

**Ключевые слова:** борьба, тренерские навыки, взаимоотношение тренера и спортсмена.

## ВВЕДЕНИЕ

Спортсмены могут оценить свои отношения с тренерами как хорошие или плохие как результат своих ожиданий от тренеров. Некоторые факторы, такие как вера в технические знания тренера или его поведение во взаимоотношениях со спортсменами обуславливают данные ожидания. По наблюдениям, тренер рассматривается как чуткий, социальный и всеми любимый, если условия тренировки благоприятные. Переменные факторы такие как, подготовка тренером спортсменов, методы обучения и тактики, общение и понимание социальной психологии спортсмена, все это влияет на взаимоотношение между тренером и спортсменом. Если все факторы отвечают требованиям, от тренера ожидают того, что он будет управлять командой и спортсменами. Каждое действие и решение тренера должно в первую очередь основываться на заботе о спортсменах, а затем на увеличении возможности спортсменов команды выиграть (1).

Woodman (1993) заявил, что при рассмотрении взаимоотношений тренер-спортсмен, квалификации тренеров также важны, как и квалификации спортсменов (2,3). Было установлено, что существуют эффективные тренерские методы, рассматривающие спортсменов и тренеров. Согласно Weinberg и Gould, спортсмены ожидают похвалы и ободряющих слов со стороны их тренеров при точном выполнении действия или приёма. Они утверждают, что тренеры должны часто использовать похвалу для разработки эффективного тренерского стиля. Они указали, что всего лишь доброжелательная улыбка спортсменам в качестве награды придает им уверенности(4). Эти результаты показывают, что во взаимоотношениях тренера и спортсмена имеют значение психологические факторы, и что тренеры должны иметь хорошее представление о своих собственных личных характеристиках в целях создания согласованного взаимодействия со спортсменами (5).

Атлеты ожидают, что тренер будет иметь организаторские навыки, и что он/она наилучшим образом организует спортсменов для тренировки и соревнований. Zhang, Wall, Smith (2000) указали, что целесообразность соревновательной программы, переменные факторы, касающиеся дня, времени матча, погодные условия, зрители все это связано с положительной результативностью спортсменов (6). Спортсмены ожидают, что их тренер организует социальные события, экскурсии, определенный досуг, позаботится о спортивных принадлежностях и оборудовании и определит их соседей по комнате в соответствии с окружающей обстановкой лагеря или соревнования. Спортсмены также чувствуют, что тренер несет ответственность за выбор районов для тренировок, до которых легко добраться, не затрачивая много времени (7).

Спортсмены тренируются под сильным давлением и находятся под сильным влиянием конкурентной среды. Они могут испытывать стресс и дискомфорт до, во время и после соревнования, в зависимости от

особенностей соревнования. Человеком, который должен научить методам борьбы с таким давлением, является их тренер. Помимо усилий по улучшению физической подготовки спортсменов (выносливость, сила, скорость, гибкость, координация), тренеры должны обеспечить своих атлетов инструкциями по вопросам питания, мотивации и периодичности тренировок.

Черты характера, а также социальные и психологические потребности у разных людей различны. Спортсмены ожидают от своего тренера чуткости и терпения в данном процессе развития (8). Для обеспечения развития результативности необходим всесторонний анализ спортсмена. Определение уровня моторных, технических и тактических характеристик, которыми обладает спортсмен, выявление конкретных причин неудачи и корректировка обучения, в соответствии с необходимостью системного анализа (9). Тренер должен обладать способностью раскрывать таланты спортсменов. Он/она должен быть в состоянии иметь дело с психологическими проблемами, с которыми сталкиваются атлеты, каждый из которых может иметь различные индивидуальные особенности. Терпение, целеустремленность и обдуманные подходы могут привести тренеров к успеху (10). При выполнении всего этого тренер должен действовать справедливо по отношению ко всем спортсменам без предвзятости и предположений.

Успех тренеров в целом оценивается успехом спортсменов. Однако при опросе спортсменов мы видим, что действия тренеров приобретают известность. Мы нацелены изучить способ восприятия борцами успеха их тренеров по отношению к тому, как они проявляют свои профессиональные и социальные навыки.

## **МЕТОДЫ**

В исследовании принимали участие 69 спортсменов-добровольцев в возрасте от 16 до 34 лет, которые являлись активными борцами из различных регионов Турции. На первом этапе мы искали ответ на вопрос “каковы ожидания борцов от своих тренеров?” Данная информация была необходима для определения критериев оценки борцов и тренеров. С этой целью использовали “Шкалу оценки тренеров для борцов” (11). Данная шкала состоит из двух разделов с 20 вопросами в каждом, связанных с личной информацией и действиями тренеров.

На втором этапе исследования использовалось 20 вопросов для определения критериев оценки путем проведения интервью со спортсменами. Спортсменов попросили не только заполнить шкалу, но и проверили участие тренеров в личном развитии спортсменов. Было задано 20 вопросов в 4 основных категориях:

5. Оценка тренеров в плане технического развития,
6. Оценка тренеров в плане физической формы и состояния,
7. Оценка тренеров в плане подготовки к соревнованию и во время соревнований,
8. Оценка тренеров в плане социальных особенностей.

Содержание категорий было расширено с тем, чтобы атлеты смогли лучше прокомментировать их, и спортсменов попросили оценить своих тренеров в соответствии с данными подзаголовками.

### **5. Оценка тренеров в плане технического развития атлетов:**

В данной категории рассматриваются такие вопросы: правильно продемонстрировать приемы, исправить недочеты, улучшить специфические упражнения для достижения правильной техники, обучить тактикам техники, обеспечить возможность и время для развития стиля, характерного для спортсмена.

### **6. Оценка тренеров в плане развития физической формы и состояния спортсменов:**

В данной категории спортсменов попросили прокомментировать ответы на следующие вопросы: Применяется физическая программа, в которой я чувствую себя в безопасности. Реализуется программа общей физической подготовки, с помощью которой мы можем справиться с нашими соперниками. Применяется комплексная программа физической подготовки. Комплексный план для моей физической подготовки реализуется в течение всего года.

### **7. Оценка тренеров в плане подготовки к соревнованию и во время соревнований:**

В данной категории спортсменов попросили прокомментировать ответы на следующие вопросы: Мы тщательно наблюдаем за соперниками и анализируем их. Мы подготовлены к различным ситуациям, с которыми мы можем столкнуться во время матча. Он/она дает рекомендации, как я должен использовать свои навыки в матчах. Он/она дает рекомендации о том, как мне сконцентрироваться во время матчей. Тактика действий, полученная во время матчей, понятна и достижима. Он/она имеет правильные отношения и поведение.

#### 8. Оценка тренеров в плане социальных особенностей:

В данной категории спортсменов попросили прокомментировать ответы на следующие вопросы: Мой тренер – хороший слушатель. Помимо спортивной жизни он/она интересуется другими аспектами моей жизни. Я могу с полным доверием поделиться своими личными проблемами с ним/с ней. Он/она организует общественные мероприятия. Он/она проявляет терпение во время всех тренировок.

Оценки обобщили и развернули в свете ответов, данных атлетами. Данное исследование является качественным и количественным исследованием.

#### АНАЛИЗ ДАННЫХ

Статистический анализ данных опроса, полученных от 69 борцов, участвовавших в исследовании, был выполнен с использованием комплексной программы SPSS (Пакет программ обработки статистических данных общественных наук) (17.0):

1. Частота и процентные расчеты были произведены с целью установления распределения образца в соответствии с демографическими переменными.
2. Тест Краскела-Уоллиса (KW) использовался для оценки уровня дифференциации точек, полученных со шкалы в соответствии с независимыми переменными, а U-критерий Манна-Уитни использовался для определения источника различия. Статистический уровень значимости был принят в качестве  $p < 0,05$ .

#### РЕЗУЛЬТАТЫ

Таблица 1. Возраст, образование и опыт борца

Величина	n	%
<b>Возраст</b>		
16-20	19	27,5
21-25	24	34,8
26-30	15	21,8
31-выше	11	15,9
<b>Уровень образования</b>		
Средняя школа	7	10,1
Старшая школа	27	42,1
В университете	33	47,8
<b>Опыт борьбы (лет)</b>		
1-3 лет	2	3
4-6 лет	11	16
7-9 лет	24	35
10 лет и выше	32	46

#### Оценка тренеров в плане технического развития спортсменов:

В данной категории рассматриваются такие вопросы: Правильно продемонстрировать приемы, исправить недочеты, улучшить специфические упражнения для достижения правильной техники, обучить тактикам техники, обеспечить возможность и время для развития стиля, характерного для спортсмена.

Было определено, что нет никаких проблем в демонстрации приемов, исправлении недочетов и обеспечении возможности и времени для развития стиля, характерного для спортсмена. Однако у борцов создается впечатление, что наши тренеры неэффективны в предоставлении специальных тренировок по улучшению правильного выполнения техники, а также в обучении тактики техники.

#### Оценка тренеров в плане развития физической формы и состояния спортсменов:

В данной категории спортсменов попросили прокомментировать ответы на следующие вопросы: Применяется физическая программа, в которой я чувствую себя в безопасности. Реализуется программа общей физической подготовки, с помощью которой мы можем справиться со своими соперниками. Применяется комплексная программа физической подготовки. Комплексный план для моей физической подготовки реализуется в течение всего года.

Наши спортсмены заявили, что такие тренировки проводятся, когда есть короткий промежуток времени до матчей. Они особенно отметили, что отсутствует долговременная письменная программа, и что нет программы, применяемой регулярно.

#### **Оценка тренеров в плане подготовки к соревнованию и во время соревнований:**

В данной категории спортсменов попросили прокомментировать ответы на следующие вопросы: Мы тщательно наблюдаем за соперниками и анализируем их. Мы подготовлены к различным ситуациям, с которыми мы можем столкнуться во время матча. Он/она дает рекомендации, как я должен использовать свои навыки в матчах. Он/она дает рекомендации о том, как мне сконцентрироваться во время матчей. Тактика действий, полученная во время матчей, понятна и достижима. Он/она имеет правильные отношения и поведение.

Ответы атлетов несколько противоречили ранее выявленным ожиданиям. Авторы отметили, что спортсмены сделали оценки в грубой манере, и что они не были очень внимательны. Они заявили, что при оценке их соперников были сделаны простые анализы. Тактика действий, полученная во время матча, в целом не была услышана и она не была доступна для восприятия.

#### **Оценка тренеров в плане социальных особенностей:**

В данной категории спортсменов попросили прокомментировать ответы на следующие вопросы: Мой тренер – хороший слушатель. Помимо спортивной жизни он/она интересуется другими аспектами моей жизни. Я могу с полным доверием поделиться моими личными проблемами с ним/с ней. Он/она организует общественные мероприятия. Он/она проявляет терпение во время всех тренировок.

Было установлено, что к качествам тренера, оказывающим наибольшее влияние на спортсменов, относятся социальные особенности. Большинство из спортсменов, участвующих в исследовании, заявили, что они довольны социальными особенностями тренеров, которые их тренируют. Однако они заявили, что ни один из тренеров не праздновал свой день рождения и почти никто не дарил подарков своим атлетам по поводу их успехов.

Анализ результатов оценок группы исследования приведен ниже в соответствии с определенными переменными.

**Таблица 2.** Результаты анализа исследовательской группы согласно возрастной переменной

Величина шкалы	Возраст	N	$\bar{X}$	Ss	$\chi^2$	p	Отличие (U тест)
<b>Физическая форма и состояние</b>	(a) 16-20	19	2,60	.59	5,447	.142	
	(b) 21-25	24	2,71	.50			
	(c) 26-30	15	2,66	.54			
	(d) 31 +	11	2,27	.45			
<b>Техническое развитие</b>	(a) 16-20	19	2,19	.26	9,998	.019*	a-b a-c
	(b) 21-25	24	1,93	.34			
	(c) 26-30	15	1,93	.25			
	(d) 31 +	11	2,03	.33			
<b>Конкуренция</b>	(a) 16-20	19	3,55	.43	20,280	.000*	a-b a-c a-d
	(b) 21-25	24	2,88	.40			
	(c) 26-30	15	2,96	.45			
	(d) 31 +	11	3,00	.28			
<b>Социальные особенности</b>	(a) 16-20	19	3,88	.44	5,758	.124	
	(b) 21-25	24	3,93	.38			
	(c) 26-30	15	3,86	.48			
	(d) 31 +	11	4,21	.31			

\*p<0,05

Статистические различия были определены для возрастной группы 16-20 лет исследовательской группы в плане технического развития и конкурентных субсфер. Видно, что спортсмены более молодого возраста оценивают своего тренера более позитивно по сравнению с другими возрастными группами.

**Таблица 3.** Результаты анализа исследовательской группы в соответствии с переменной спортивного возраста

Величина шкалы	Спортивный возраст	N	$\bar{X}$	Ss	$\chi^2$	p	Отличие (U тест)
Физическая форма и состояние	(a) 1-3	3	2,16	.28	7,154	.067	
	(b) 4-6	11	2,47	.56			
	(c) 7-9	24	2,83	.55			
	(d) 10 +	31	2,51	.49			
Техническое развитие	(a) 1-3	3	2,13	.11	9,750	.021*	b-c b-d
	(b) 4-6	11	2,26	.25			
	(c) 7-9	24	1,98	.35			
	(d) 10 +	31	1,94	.28			
Конкуренция	(a) 1-3	3	3,72	.25	16,423	.001*	a-c a-d b-d
	(b) 4-6	11	3,50	.48			
	(c) 7-9	24	3,11	.43			
	(d) 10 +	31	2,89	.41			
Социальные особенности	(a) 1-3	3	3,86	.23	9,328	.025*	b-c b-d
	(b) 4-6	11	3,65	.34			
	(c) 7-9	24	4,05	.42			
	(d) 10 +	31	3,98	.43			

\*p<0,05

Статистически существенные различия определяются между группами в соответствии со спортивным возрастом, когда исследовательская группа оценила своих тренеров в плане технического развития, конкуренции и социальных субсфер. Было отмечено, что с увеличением спортивного возраста оценка тренеров в плане технического развития и измерениях конкуренции становится более негативной.

**Таблица 4.** Результаты анализа исследовательской группы в соответствии с переменной уровня образования

Величина шкалы	Уровень образования	N	$\bar{X}$	Ss	$\chi^2$	p	Отличие (U тест)
Физическая форма и состояние	(a) Средняя школа	6	2,29	.29	4,105	.128	
	(b) Старшая школа	30	2,54	.58			
	(c) Университет	33	2,71	.51			
Техническое развитие	(a) Средняя школа	6	2,09	.27	7,974	.019*	b-c
	(b) Старшая школа	30	2,12	.31			
	(c) Университет	33	1,91	.30			
Конкуренция	(a) Средняя школа	6	3,08	.60	8,485	.014*	b-c
	(b) Старшая школа	30	3,30	.49			
	(c) Университет	33	2,92	.39			
Социальные особенности	(a) Средняя школа	6	3,83	.15	.894	.639	
	(b) Старшая школа	30	3,97	.44			
	(c) Университет	33	3,95	.44			

\*p<0,05

Статистически существенные различия определяются между группами, когда исследовательская группа оценивала своих тренеров в соответствии с переменной уровня образования. Было установлено, что студенты, получающие образование в университете, и студенты, обучающиеся в университете, оценили своих тренеров более негативно.

## ОБСУЖДЕНИЕ

В данном исследовании рассматривались мнения борцов по поводу их стиля восприятия профессиональных качеств тренеров. С этой целью спортсмены заполнили шкалу, и результаты интервью, сделанных после заполнения шкалы, были оценены вместе.

72,5% участников в возрасте 21 год и старше выразили уверенность в том, что ответы, данные на вопросы, были предоставлены по своей собственной воле, без какой-либо предвзятости, таким образом, ответы верны. Было установлено, что 42,1% и 47,8% участников получают образование в старшей школе и университете соответственно, таким образом, спортсмены, у которых брали интервью, получают образование. Однако было установлено, что студенты, получающие образование в университете, оценивают своих тренеров более негативно. Таким образом, 81% проинтервьюированных спортсменов, имеющих, по меньшей мере, 7 лет спортивного опыта, является признаком того, что у них есть необходимый опыт для осуществления оценки.

При оценке тренеров со стороны спортсменов, принимающих участие в исследовании, в плане технического развития, никаких проблем по вопросам отображения техники, исправления недочетов и предоставлении возможности и времени для формирования стиля, характерного для спортсмена, обнаружено не было. Однако была выявлена неэффективность тренеров в увеличении специфических тренировок с целью развития правильной техники и обучения тактике техники. Thomas и Lee (1991) заявил, что между тренером и атлетом должно быть установлено отношение, основанное на доверии, и что они оба должны работать в направлении улучшения своих взаимоотношений (12).

Ассоциация тренерской стратегии Великобритании (2002) определила тренера как информативного эксперта, консультанта, исследователя, инструктора, руководителя, организатора, помощника и мотиватора, и указала некоторые навыки, которыми он/она должен обладать для выполнения данных ролей. Некоторые примеры: он/она должен хорошо понимать процесс обучения и принципы тренировки, быть в состоянии раскрыть навыки молодого поколения, планировать программы тренировки, удовлетворяя требования каждого атлета, и должен оказывать помощь спортсменам в приобретении новых качеств (13). Кроме того, Американская национальная ассоциация молодежных спортивных тренеров (2003) указала в своем кодексе поведения, что тренер должен постоянно совершенствоваться для того, чтобы иметь структурную базу, необходимую для обучения навыкам, методам обучения и оценки техник, связанных с их видами спорта (14).

В результате статистического анализа видно, что спортсмены младшего возраста оценивают своих тренеров более позитивно по сравнению с другими возрастными группами. Данная ситуация объясняется тем, что спортсмены более молодого возраста не имеют необходимого опыта для сравнения тренеров.

Когда спортсмены оценивали своих тренеров в плане развития физической формы и состояния спортсменов они заявили, что данные тренировки используются только в тех случаях, когда есть короткий промежуток времени между матчами. Они особенно отметили, что отсутствует долгосрочная письменная программа, а также нет программы, которая бы использовалась регулярно. Подготовка учебной программы является одной из основных целей спортивных организаций в некоторых странах. Например, Национальный Олимпийский комитет США выражает мнение, что тренер должен подготовить соответствующие эффективные учебные программы (15).

Ответы атлетов на вопросы, касающиеся их оценок тренеров в плане подготовки к соревнованиям и во время соревнований, содержали некоторые противоречия. Было отмечено, что спортсмены сделали оценки достаточно грубо и были не очень внимательны. Они заявили, что при оценке своих соперников были выполнены простые анализы, а не подробные. Они указали, что тактика действий, полученная во время матча, часто не была услышана и не была доступна для восприятия. Aşak и Aşak (2001) рекомендовали, чтобы короткие инструкции были даны в короткий промежуток времени, доступный в ходе соревнований. Например, могут быть даны инструкции как "выполняй прием быстрее" или "подними голову"; другие инструкции могут запутать спортсменов (16).

Результаты статистического анализа обращают внимание на тот факт, что с увеличением спортивного возраста оценки тренеров становятся более негативными в плане технического развития и измерений конкуренции. Аşак и Аşак (2001) советуют, что тренер должен планировать и использовать тактические тренировки перед соревнованием, и должен работать, взаимодействуя со спортсменами. Спортсмены должны верить и полагаться на своего тренера. Однако это не всегда так. Было отмечено, что спортсмены более высокого уровня уделяют больше внимания тактическим предложениям тех лиц, на которых они полагаются, в то время как тренеры национальных сборных выразили мнение, что они планируют тактические тренировки в целом и возлагают решение соревновательных тактик на каждого атлета в отдельности (16).

Данное исследование показало, что к качествам тренера, оказывающим наибольшее влияние на спортсменов, относятся социальные особенности. Большинство атлетов, участвующих в исследовании, выразили мнение, что они, в целом, довольны социальными особенностями тренеров, которые их тренируют. Однако они сообщили, что ни один из тренеров не праздновал свой день рождения и почти никто не дарил подарки своим спортсменам по случаю их успеха. Wampbell и Jones (1994) указали, что награждение спортсменов является самым эффективным среди мотивирующих факторов. Тренеры должны быть осторожны с наказаниями и поощрениями. Они выразили мнение, что ошибочные поощрения и наказания могут оказать негативное влияние на результативность спортсменов (17). Считается, что спортсмены-участники борются грубо, они не вдаются в детали, они далеки от некоторых терминов и воспринимают борьбу иначе, нежели установление межличностных отношений. Таким образом, эта точка зрения рассматривается как препятствие, не позволяющее им сделать подробные оценки.

Данные результаты показывают, что не все тренеры имеют необходимые профессиональные навыки для тренировки атлетов, которые стремятся стать чемпионами мира и олимпийскими чемпионами. Самым существенным недостатком некоторых тренеров является их неспособность создания долгосрочных планов подготовки спортсменов. Важно проверять профессиональные качества всех тренеров, тренирующих борцов и исправлять их недостатки с помощью модели непрерывного обучения. Отсюда следует вывод, что назначение тренеров должно делаться согласно их знаниям и навыкам.

## ССЫЛКИ

1. Martens, R. (1998). *Successful Coaching*, Translation: (Tuncer, B.) Beyaz Publications, Istanbul. p. 6.
2. Woodman, L.(1993). An Art, An Emerging Profession. *Sport Science Review*,(111) Champaign. Human Kinetics.
3. Weinberg, R. S., Gould, D. (1995). *Foundations Of Sport and Exercise Psychology*, Human Kinetics.
4. Weinberg, R. S., Gould, D. (1999). *Foundations of Sport and Exercise Psychology*. Champaign, IL: Human Kinetics.
5. Çakıroğlu, T. (1987). *Trainer-Athlete Relationships and Importance of Sports Psychology in Achievement*, Master's Thesis, Gazi University, Institute of Social Sciences. Ankara.
6. Zhang, J.J., Wall, K.A., Smith, D.W. (2000). To Go Or Not? Relationship Of Selected Variables To Game Attendance Of Professional Basketball Season Ticket Holders. *International Journal of Sport Management*. 1. s.200-226.
7. Konter, E . (1995). *Motivation in Sports*, Saray Medical Publications, Izmir. p. 167-169.
8. Kanbir, O. (2006). *Performance Criteria in Sports*, Bursa Provincial Directorate of Youth and Sports, Panel of Association of Athlete Training, Health and Research. Pp. 40- 45.
9. Eniseler, N. (1995). *Systematic Competition Analysis in Football*, Hacettepe University J. Football Science and Technology, Publication no: 4. pp. 24-26.
10. Singer, N. R. (1972). *Coaching Athletics And Psychology*, (Tran: N. Öztan), Florida. p. 359.
11. Aşak M., Karademir T., Aşak M. (2012).A Coach Assessment Scale For Wrestlers. *International Journal Of Wrestling Science*. Volume 2, Issue 2 July- 2012. pp.24-34.
12. Thomas, Jerry. R., A. M. Lee. (1991). *Physical Education for Children*. U.S.A Human Kinetics Books. s.16.
13. United Kingdom Coaching Strategy Association (2002, April). *Sport Coach, Coaching*. Retrieved April 26, 2002, web,<http://www.brainmac.demon.co.uk/coaching.htm>.
14. American National Youth Sports Coaches Association. (2003). *Coaches' Code of Ethics*. Retrieved March, 22, 2004.
15. American Psychological Association (1992). *Ethical Principles of Psychologists and Code of Conduct* .December. Vol, 47 No, 12.
16. Aşak, M., Aşak, M. (2001). *I am Learning Wrestling*. Kubbealtı Publications. Malatya. p. 145-243.
17. Wampbell, E., and Jones. E. (1994). "Psychological Well-being in Wheelchair Sport Participants and Nonparticipants." *Adapted Physical Activity Quarterly* 11. s. 404-415.