

**МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ
НАЦІОНАЛЬНИЙ УНІВЕРСИТЕТ КОРАБЛЕБУДУВАННЯ
ІМЕНІ АДМІРАЛА МАКАРОВА
НАВЧАЛЬНО-НАУКОВИЙ ГУМАНІТАРНИЙ ІНСТИТУТ**

кафедра Теоретичних основ олімпійського та професійного спорту

Освітній ступень: магістр

Спеціальність: 017 “Фізична культура і спорт”.

Форма навчання денна

КВАЛІФІКАЦІЙНА РОБОТА МАГІСТРА

УДК 769.12

**МЕТОДИКА ФОРМУВАННЯ ЕКІПАЖІВ НА ЕТАПІ ПОПЕРЕДНЬОЇ
БАЗОВОЇ ПІДГОТОВКИ У ВЕСЛУВАЛЬНИКІВ**

Магістранта групи 6541м

Галяна Дмитра Миколайовича

Науковий керівник:

канд. наук з фіз. вих., доцент

Тарасова Ганна Костянтинівна

Рецензент:

канд. мед. наук, доцент

Марцінковський Ігор Богданович

“Рекомендувати до захисту”

Завідувач кафедри ТООПС _____

Проректор з навчальної роботи _____

Миколаїв – 2019

ЗМІСТ

ВСТУП.....	4
РОЗДІЛ 1. ТЕОРЕТИЧНИЙ ОГЛЯД ПИТАНЬ ФОРМУВАННЯ ВЕСЛУВАЛЬНИХ ЕКИПАЖІВ	6
1.1. Академічне веслування як вид спорту.....	6
1.2. Веслувальний спорт в класифікації видів спорту по характеру спільної діяльності	7
1.3. Феномен спільної діяльності в спорті.....	11
1.4. Спортивний колектив як форма групових стосунків.....	13
1.4.1. Веслувальний екіпаж як різновид спортивної команди.....	17
1.4.2. Принципи формування веслувальних екіпажів.....	19
1.4.3. Поняття комплектування та формування екіпажів у спортивному веслуванні.....	29
1.4.4. Етапи і критерії комплектування веслувальних екіпажів.....	30
1.5. Особливості етапу попередньої базової підготовки у академічному веслуванні у зв'язку з комплектуванням екіпажів.....	40
Висновки до першого розділу.....	44
РОЗДІЛ 2. ОРГАНІЗАЦІЯ ТА МЕТОДИ ДОСЛІДЖЕНЬ.....	46
2.1. Організація дослідження.....	46
2.2. Методи досліджень.....	46
2.2.1. Аналіз науково-методичної літератури.....	47
2.2.2. Педагогічні спостереження.....	47
2.2.3 Контрольно-педагогічне тестування.....	48
2.2.4. Соціометричні дослідження (опитування).....	49
2.2.5. Педагогічний експеримент.....	50
2.2.6. Статистична обробка результатів дослідження.....	53
РОЗДІЛ 3. РЕЗУЛЬТАТИ АПРОБАЦІЇ ЗАХОДІВ З ФОРМУВАННЯ ВЕСЛУВАЛЬНИХ ЕКИПАЖІВ НА ЕТАПІ ПОПЕРЕДНЬОЇ БАЗОВОЇ ПІДГОТОВКИ.....	56

Висновки до третього розділу.....	67
ВИСНОВКИ.....	70
ПРАКТИЧНІ РЕКОМЕНДАЦІЇ.....	71

ВСТУП

Актуальність. Постійне зростання конкуренції на змагальній арені висуває до тренерів додаткові вимоги щодо підготовки та комплектування команд в гребному спорті. Поряд з пошуками оптимальних методів технічної та фізичної підготовки, зросла необхідність пошуку способів підвищення ефективності взаємодії спортсменів у екіпажі.

Незважаючи на те, що сьогодні багато досліджень присвячено питанням формування команд в командних видах спорту, з цієї точки зору особливий інтерес у фахівців викликають питання їх утворення у веслуванні. Багато фахівців однак стверджують, що «командність» у веслуванні має низку специфічних особливостей [2, 3, 4, 6, 33, 34, 39, 44 та ін.], які разом з існуючими відмінностями в командній техніці веслування, залишають нерозкритим поняття «командний весляр».

У деяких літературних джерелах відмічається, що «командність» у веслуванні абсолютно особлива, оскільки вона відрізняється від команд в ігрових видах спорту (деяку паралель можна провести лише з велогонками на тандемі). Через те що веслярі включені в єдину систему рухів, майже неможливо оцінити ефективність діяльності одного весляра ізольовано від команди [14, С. 219 – 225].

Виходячи із запитів сучасної практики спортивного тренування у веслуванні, особливо важливою ця проблема бачиться вже на початку спортивної підготовки. Тож, як вказує практика проблема формування екіпажів у веслуванні залишається недостатньо вивченою, а це означає, й актуальною, а відповідно потребує більш детального дослідження.

Таким чином, **метою** нашого дослідження стало обґрунтувати підходи до формування екіпажів у веслуванні академічному на етапі попередньої базової підготовки.

Означену мету ми конкретизували у наступних **завданнях** дослідження:

1. Узагальнити дані спеціальної літератури з проблеми комплектування екіпажів у веслуванні та проаналізувати характеристики і способи їх формування.

2. Обґрунтувати критерії комплектування командних човнів на етапі попередньої базової підготовки.

3. Експериментально перевірити методику формування команд, здатних ефективно вирішувати основні навчально-тренувальні завдання

Таким чином, у якості **гіпотези**, ми висловили припущення, що використання розроблених нами способів комплектування екіпажів у веслуванні дозволить більш правильно формувати склади команд, сприяти більш швидкому зростанню спортивних результатів у цьому виді спорту.

В якості **об'єкту** дослідження виступив процес формування екіпажів в гребному спорті.

Предметом дослідження стали екіпажі веслярів-початківців.

Наукова новизна дослідження полягає у розробці алгоритму формування веслувальних екіпажів та визначенні факторів, що впливають на створення командності у човні, аналізі психологічних складових комплектування екіпажу човна.

Теоретична значимість дослідження визначається:

- розробкою та обґрунтуванням теоретичної положень формування екіпажів веслувальників;

- виявленням особливостей побудови навчально-тренувального процесу на етапі попередньої базової підготовки.

Практична значущість кваліфікаційного дослідження полягає у можливості використання отриманих у роботі результатів практиками в галузі спортивного веслування, а також можуть бути рекомендовані студентам, що навчаються за спеціальністю 017 – «Фізична культура і спорт».

РОЗДІЛ 1

ТЕОРЕТИЧНИЙ ОГЛЯД ПИТАНЬ ФОРМУВАННЯ ВЕСЛУВАЛЬНИХ ЕКИПАЖІВ

1.5. Академічне веслування як вид спорту

Веслування є особливим видом фізичних вправ, що одночасно відбувається у двох середовищах. Веслувальна локомоція відбувається одночасно в аеро- і гідродинамічній середовищах, на природних водоймах й у мінливих погодних умовах, що потребує від спортсменів як психологічної, так і фізичної стійкості.

До особливостей академічного веслування відноситься одночасність дій партнерів, що вимагає стереотипності рухових актів і готовність ломки цього стереотипу при зміні змагальної ситуації. Таке поєднання стандартності і мобільності пред'являє підвищене навантаження нервовій системі спортсмена [45].

Академічне веслування відноситься до циклічних видів спорту, в якому у спортсменів високої кваліфікації темп веслування при проходженні змагальної дистанції досягає 40 і більше гребків за хвилину, а можливість збереження високої частоти рухів забезпечується за рахунок силових і просторових характеристик, збільшення можливо лише за умови підвищення рівня спеціальної фізичної підготовленості та вдосконаленням техніки веслування. Однак досягнення найвищих результатів обумовлено не лише означеними критеріями, а потребує від спортсменів оволодіння ефективною командною технікою веслування та вмінням працювати в команді, що і є запорукою досягнення найвищого спортивного результату.

Академічне веслування – технічно складний вид спорту, що вимагає від спортсменів точної координації в роботі майже всіх м'язових груп. Із 8 чоловічих і 6 жіночих класів човнів – більшість є командними, що потребує технічної підготовленості веслувальників, узгодженості їхніх дій та вміння працювати як єдиний злагоджений механізм.

Як вказує О. Яковенко [72]: «Командна техніка веслування характеризується одночасністю дій усіх спортсменів. При цьому в одному човні повинні знаходитися веслувальники, які мають схожі за величиною функціональні, морфологічні, біомеханічні, психологічні та технічні параметри. Командна техніка в академічному веслуванні тісно пов'язана з рівнем майстерності окремих спортсменів, а її удосконалення передбачає корегування індивідуальних параметрів робочої діяльності з метою наближення їх величин у всіх членів екіпажу».

Тож будь-яке вивчення веслувальних екіпажів буде базуватися на положенні про те, що вивчається спільна взаємопов'язана діяльність веслярів.

1.6. Веслувальний спорт в класифікації видів спорту по характеру спільної діяльності

Вивчення результативності спільної діяльності спортсменів у багатьох видах спорту залишається актуальною проблемою у спортивній науці протягом вже багатьох років.

Спільність є феноменом, котрий виникає як наслідок взаємозв'язків і взаємовідносин між індивідами соціальних груп, при чому вони можуть бути самими різними і формуватися на різних підставах та відповідати різним формам спільної активності людей [32, 37].

Аналізуючи змагання різного рівня: Олімпійські ігри, чемпіонати світу, першості, то можемо констатувати, що з 14 Олімпійських класів академічних човнів 12 є командними. Тому вивчення веслувальних екіпажів, як спільно-командної діяльності завжди базується на положенні про те, що вивчається взаємопов'язана діяльність веслярів.

Веслувальний спорт традиційно вважається командним видом, що має низку специфічних особливостей, які найчастіше не приймаються до уваги загальноприйнятими класифікаціями, заснованими на взаємодії партнерів.

У фаховій літературі командні види спорту класифікують за характером спільної діяльності на наступні підгрупи [4, 60]:

1) Спільно-послідовна діяльність, характерна для естафет: легка атлетика, плавання, ковзанярський естафетний біг.

2) Спільна одночасно-паралельна діяльність: веслування, парне фігурне катання і т.п.;

3) Спільно-взаємопов'язана діяльність (баскетбол, хокей, волейбол тощо).

А. П. Травіна [60] веслування відносить до одного з видів спільної спортивної діяльності – спільна, паралельна діяльність.

Г. Д. Бабушкін [2] доповнив і більш конкретизував означену класифікацію:

1) види спорту, в яких спільна діяльність виконується послідовно і є характерною для спортивних ігор (командних та парних), а також інших видів спорту;

2) синхронно виконувана спільна діяльність (безконтактна). Цей вид діяльності характерний для окремих елементів парного фігурного катання, спортивної акробатики; художньої гімнастики (командні вправи), синхронного плавання, синхронних стрибків на батуті, веслувальних екіпажів і т. ін. .;

3) спільна діяльність, що виконується одночасно (контактна). Цей вид діяльності має місце в спортивній акробатиці (пари, трійки, четвірки), в окремих елементах фігурного катання (підтримки і т.ін.).

А за психологічною класифікацією Т.Т. Джемгарова види спорту запропоновано розподіляти за взаємодію людей, на дві групи – з проявом суперництва і з проявом співпраці. Співпраця обумовлено різними типами спільної діяльності партнерів по команді: спільно-взаємопов'язана діяльність, спільно-синергічні дії або спільно-послідовна діяльність. Друга група спільно-індивідуальна діяльність, коли індивідуальний вид програми входить в командні змагання [20].

Згідно з цими класифікаціями командне веслування відноситься до спільної одночасно-паралельної діяльності з синхронно виконуваною веслярами роботою безконтактного типу і входить до групи видів спорту з спільно-синергічними діями.

Однак дотримуючись такої класифікації, в групі видів спорту з синхронними діями, веслування виявляється єдиним циклічним видом, що вимагає стійкості м'язово-рухових відчуттів, а також до психологічної сумісності партнерів по човну.

Але поряд з циклічністю спільної діяльності в розглянутих класифікаціях не врахована така найбільша відмінність командного веслування, що відрізняє його від інших видів спорту зі спільною діяльністю, як наявний контакт веслярів один з одним через інвентар, тобто існування єдиної веслувальної механічної системи «весляр-весло-човен», що перетворюється у процесі спільної діяльності на біосоціальну механічну систему «веслярі-весла-човен».

Л. К. Серова (2018) представила модель психологічної класифікації видів спорту [55], в якій виділяє 3 групи – контактні види, художні, рекордні.

Веслувальний спорт потрапляє в групу рекордних видів, перш за все, як циклічний вид. Авторка зазначає, що в боротьбі з суперниками, часом і простором, спортсмени, що належать до цієї групи повинні бути зосереджені на своїх відчуттях і почуттях. Крім того в веслувальному спорті поряд з придбанням знань, умінь і навичок, формується цілий комплекс специфічних відчуттів, одним з яких є «почуття партнера по команді».

Вивчаючи команди веслярів, М. А. Новіков [46] описав особливості академічного веслування, до яких відноситься не тільки одночасність дій партнерів, що вимагає стереотипності рухових актів, а й постійна готовність ломки цього стереотипу при зміні змагальної ситуації. Таке поєднання стандартності і мобільності пред'являє підвищене навантаження нервовій системі спортсмена. Найбільшому взаєморозумінню в човні, яке відрізняє

веслувальні екіпажі від інших спортивних команд, з цієї точки зору відповідає принцип гострої психофізіологічної сумісності.

«Спільна праця, – писав Ральф Емерсон, – запалює таке бажання звершень, якого людина рідко може досягти сама» [74, С. 131].

Слід вказати і на таку особливість веслувального екіпажу, як можливість легко автономізуватися. В процесі спільної діяльності у ньому функціонує складна комунікативна структура, що забезпечує цілісність реагування групи і складається з різноманітних зв'язків: емоційних, інформаційних, діяльних і т. ін., а будь-яке вторгнення в групу тягне за собою деформацію комунікативної системи і викликає напругу. Для групи не байдуже, якщо змінюється її склад чи вводиться новий партнер, змінюється розсадження веслярів в човні [11].

Але суттєвим є і те, що веслувальний екіпаж – система ізольована, яка не терпить заміни спортсменів або їх виходу з нього під час проходження дистанції змагання. Відповідно спортивний результат цілком і повністю залежить від злагодженості всієї системи «команда-інвентар», в якій партнери по команді орієнтовані виключно на загальний внесок в спільну роботу, причому індивідуалізація діяльності не видна глядачеві.

Виходячи з вище викладеного в розглянутих класифікаціях [2, 4, 52, 60] веслувальний спорт прирівнюється до інших видів спорту за загальними ознаками, такими як: кількість учасників і синхронність одночасних рухових дій або випадає з груп командних видів, будучи циклічним [55]. У той же час у веслувального спорту є низка перерахованих специфічних ознак в характері спільної діяльності, що дозволяє внести уточнення і віднести його в окрему підгрупу командних видів.

Тож у підсумку можна сказати, що веслувальний спорт, що включає командну діяльність циклічного характеру, відрізняється зовнішнім і внутрішнім характером від інших видів командної спортивної діяльності, незважаючи на те що і в ньому, як і в інших спортивних колективах основна

мета – командний результат, до якого прагне соціально-організована педагогічна група.

1.3. Феномен спільної діяльності в спорті

«Спільна діяльність, – писав Л. С. Виготський, – це здатність жити й працювати узгоджено» [12], тим самим підкреслюючи місце спільної діяльності у розвитку психіки людини і вказавши на те, що внутрішні психічні процеси можуть стати перетвореними формами зовнішньої взаємодії людей в процесі діяльності, результатом їх співпраці.

Спільність є наслідком утворення взаємозв'язків і взаємовідносин між членами соціальних груп, при чому вони можуть бути найрізноманітнішими, формуватися на різних підставах та відповідати різним формам спільної активності людей [32, 37, 47].

Спільна діяльність членів спортивної команди є чинником, що визначає її ефективність. Слід відзначити, що до теперішнього часу не має загальних встановлених критеріїв, які могли би визначити спільну діяльність, тому ознаки, що лежать в її основі продовжують ще уточнюватися.

Спільна спортивна діяльність дуже часто є віддзеркаленням особливостей взаємодії, що відбувається в середині спортивної команди.

Аналіз психологічних складових спільної спортивної діяльності ґрунтується на визначенні й характеристиці загальної мети, яка є основою спільної діяльності.

Загальна мета уособлює еталон майбутнього результату, якого прагне спільність індивідів у процесі взаємодії. Вона може бути представлена також у вигляді окремих спільних завдань, поетапне виконання яких буде наближувати спільність до отримання кінцевого результату. Серед обов'язкових психологічних компонентів спільної діяльності дослідники визнають загальну мотивація, тобто ту рушійну силу, що спонукає до досягнення спільної мети.

Дослідники в галузі психології Ф. Д. Горбов, А. І. Донцов [23], Е. С. Кузьмін, В. Н. Петровський, Л. І. Уманський та інші висловлювали припущення, що в напружених та екстремальних ситуаціях спільної діяльності розкриваються приховані сторони групової психології, які не виявляються безпосередньо в звичних умовах. А умовами спільної діяльності є процеси розподілу, поєднання, узгодження й управління індивідуальними цілями, мотивами, діями й результатами [15, 28]. Деякі з ситуацій досить часто виникають і в життєдіяльності спортивних команд.

До напружених можна віднести наступні: міжгрупові змагання (найчастіше між командні, у веслувальному спорті в процесі тренувань – між екіпажами човнів); обмеженість часу; зміна (навіть часткова) складу екіпажу (тобто введення нових членів, виключення чи вихід когось із складу, тимчасове обмеження можливості брати участь у спільній діяльності для всіх членів); велика суб'єктивна значущість результатів спільної діяльності, значимість поразки для членів екіпажу; здійснення спільної діяльності на межі можливостей його членів; особливість сенсу для екіпажу в цілому; при високій імовірності однакового результату можливість мати вибір; конфліктність в середині екіпажу з приводу здійснення спільної діяльності.

Авторами І. Б. Котовою і Є. Н. Шияновим (2005) спільна діяльність визначається як та, що вимагає кооперації рішень і в якій її завдання сприймаються як групові. К. О. Абульханова-Славська (1991) вказує, що головною її особливістю є певна сукупність безпосередньо або опосередковано пов'язаних суспільними відносинами індивідів.

Тож, спортивна команда – це особлива форма організації спортсменів, особливий рівень розвитку групи, що мають спільне бачення ситуації (тренувальної або змагальної), стратегічних цілей і тактичних схем та володіють відпрацьованими процедурами взаємодії і відповідно особливою близькістю, згуртованістю, співпереживанням.

Деталізуючи функції в спільній діяльності важливо підкреслити, що вона як процес складається з фізичного (спільне переміщення в просторі, діючі індивіди, спільні дії) і психологічного контактів (розуміння, згуртованість інформаційні зв'язки, взаємовплив, взаємостосунки, взаєморозуміння тощо).

Тож взаємодія у спільній діяльності належить до форм її організації – спільних дій, що обумовлюють загальний їх предмет. Останні взаємопов'язані із такими структурними складовими діяльності як цілі, мотиви та ін.

1.4. Спортивний колектив як форма групових стосунків

Проблема груп і колективів, в які об'єднані люди в процесі своєї життєдіяльності – найважливіше питання, як психології, так і педагогіки.

Група – це деяка сукупність людей, які поєднанні спільною діяльністю або має в своїй основі ознаки спільності (соціальної, виробничої, економічної, побутової, професійної, вікової) [2].

В циклі суспільних наук під групою розуміють реально існуюче утворення, в якому люди зібрані разом, об'єднані єдиною спільною ознакою, різновидом спільної діяльності або поміщені в якісь ідентичні умови, обставини, певним чином усвідомлюють свою приналежність до цього утворення.

Колективність полягає в тому, що, об'єднуючи людей загальними інтересами, найвищою своєю метою вона ставить створення умов для розкриття індивідуальності кожного члена колективу і відповідає за реалізацію повноцінного розвитку особистості. «На цій основі члени даної групи вступають в певні відносини взаємної залежності, керівництва та підпорядкування при безумовній рівності всіх членів і їх однакової відповідальності перед колективом» [2].

У літературі вживається два значення поняття «колектив».

У першому: під колективом розуміється будь-яка організована група людей (наприклад, колектив підприємства); у другому: під колективом розуміється лише високоорганізована група. У тому значенні, яке набуло поняття «колектив» в педагогічній літературі, колективом називається об'єднання вихованців, що відрізняється рядом важливих ознак [50, С. 104].

Звертаючись до спортивної діяльності слід відзначити, що вона теж носить колективний характер, протікає і готується в присутності і за участю інших людей, а спортивний колектив, як і будь-яке об'єднання людей, володіє певною структурою, для якої характерні наступні особливості: особистий контакт всіх членів, повсякденне спілкування, відповідальність, взаємодопомога, взаєморозуміння, солідарність, підпорядкування, керівництво, співробітництво, дружба, товариськість, взаємна підтримка.

Відмінність спортивного колективу від інших груп в тому, що колективи мають загальні ознаки (спільна діяльність, спільні цілі і завдання, певна організація, міжособистісні відносини). Також найбільш важливими його особливостями є ціннісно-орієнтаційна єдність, суспільно-корисні результати діяльності, опосередкованість міжособистісних відносин цілям і завданням спортивної діяльності, висока здатність до самоврядування і самоорганізації, оптимальні показники згуртованості і психологічного клімату [5].

Колектив в дитячо-юнацькому спорті є унікальною спільністю, що володіє рядом специфічних рис, але підкоряється і загальним педагогічним теоретичним правилам. Причому справжній згуртований колектив не виникає відразу, а формується поступово, проходячи ряд етапів:

1-й – соціально-психологічна адаптація – активне пристосування до педагогічної діяльності і входження в новий колектив, засвоєння норм, правил, вимог, традицій даної установи;

2-й – виявлення дієвого активу колективу – організаторів колективної діяльності, що користуються авторитетом у колективу;

3-й – високий рівень згуртованості – сприятливий психологічний клімат, доброзичливий фон взаємин, емоційне співпереживання [5].

Положення людини в колективі визначається не лише індивідуальними особливостями характеру, особистості самої людини, а й особливостями колективу.

У малозгуртованому колективі статус особистості залежить багато в чому від рівня товаришкості. У згуртованих колективах, в яких виконується складна спільна діяльність, статус особистості в більшій мірі визначається її діловими і моральними якостями [8].

У веслувальному спорті тренер, створюючи формальну структуру спортивного колективу, не може не спиратися на положення сучасних наук про колектив, і обов'язково буде враховувати неофіційні відносини в групі. Знання неформалізованої структури колективу сприяє раціональному вибору методів організації занять, що позитивно впливає на навчально-тренувальний процес і ефективність досягнення мети.

У психології спорту виділяють наступні чинники формування спортивного колективу: специфіка спортивної діяльності; особистість тренера і стиль управління колективом; склад команди, психологічна однорідність спортсменів, що зумовлює сумісність. [43, С. 109].

Звідси можна виділити психологічні засоби формування колективу:

1. Навчання спортсменів і тренерів навичкам ефективного спілкування;
2. Профілактика і усунення конфліктних ситуацій (боротьба за лідерство або привілеї) [43, С. 111].

3. Соціально-психологічний клімат спортивного колективу являє собою стійкий психічний настрій, який проявляється в різноманітних формах.

Оцінкою соціально-психологічного клімату спортивного колективу може бути показник згуртованості при вирішенні питань організованої діяльності, показник задоволеності при вирішенні цих питань, показник безконфліктності членів групи і показник збігу статусу керівника і лідера [17, С. 80].

Колективи в гребному спорті, на думку Е. Хербергера, формуються в результаті виховного процесу. Але в міру розвитку вони самі стають виховують фактором. Колектив створює норми і правила поведінки, обов'язкові для всіх його членів [62, С. 86].

Процес розвитку колективу і становлення в ньому взаємин не стихійний, а педагогічно керований, чия ефективність залежить від того, якою мірою досліджені закономірності розвитку групи, наскільки правильно керівник діагностує ситуацію і вибирає засоби педагогічного впливу [38, С. 164].

Така інтеграція досягається шляхом: використання комплексу педагогічних впливів на колектив; турботою членів колективу один про одного в повсякденному житті; створенням ситуацій, які сприяють позитивному впливу колективу на окремих членів; розширення функцій самоврядування; об'єднання зусиль всіх тих, хто бере участь в роботі з колективом [50, С. 103].

Тож розглядаючи спортивний колектив веслувальників (представників одного човна) ми можемо зазначити, що йому притаманні наступні ознаки:

- спільногрупова мета екіпажу – досягнення високих особистих та командних результатів. Саме спільність мети характеризує спортивний колектив.
- колективізм – найцінніша якість спортивного колективу. Кожен член колективу підпорядковує особисті цілі суспільно значущим;

Положення і роль кожного члена колективу визначається спортивною підготовленістю і рядом особистісних якостей, що виявляються у ставленні до спортивної діяльності, членів колективу, речей і навколишньої дійсності;

- згуртованість характеризується наявністю міцних взаємозв'язків між членами колективу, проявом почуття «Ми». Засобом такого згуртування служить спільний регулярний навчально-тренувальний процес, в ході якого моделюються не тільки колективні завдання, але також обстановка, в котрій такі завдання доведеться вирішувати разом;

- автономність – свідоме відособлення від оточення, яка досягається існуванням обмежень на число членів, наявністю групових цілей, єдиних цінностей, правил, традицій і т. ін. [8];

- диференційованість і структурність. Взаємодія членів колективу в процесі вирішення завдань породжує диференціацію між його членами у відповідності до виконуваних ним функцій, у відповідності до особистих контактів.

Інша характеристика – структурність, що припускає створення зв'язків і відносин між спортсменами і окремими групами всередині колективу.

Для того, щоб вивчати акти групової поведінки спортсменів і міжособистісні відносини в секції, команді слід вивчати всі змістовні характеристики спортивної діяльності. Іншими словами, в дослідженнях і практиці спортивного життя психологію спортивного колективу слід вивчати через зміст спільної спортивної діяльності і в ході цієї діяльності.

1.4.1. Веслувальний екіпаж як різновид спортивної команди

Веслувальний спорт є одним з командних видів спорту.

Академічне веслування в свою чергу є тим видом веслувального спорту, в якому початковий етап навчально-тренувальної діяльності починається саме з командних човнів. Навчання юних веслярів основним технічним діям відбувається в одному екіпажі з тренером чи більш досвідченими веслярами [66].

Спортивні команди є педагогічними учнівськими колективами з одного боку і «робочими командами» з іншого.

У роботі зі спортивним колективом можна залишати поза увагою сучасні розробки в галузі управління людськими ресурсами, коли мова йде про досягнення результату групою людей. Такі розробки існують в області роботи з професійними командами, в сфері бізнесу, в корпоративній сфері, в управлінні армією, в підготовці екіпажів підводних човнів, літаків, космонавтів.

Так, Л. Д. Гіссен зазначає, що «командність» у веслуванні принципово відрізняється від команд в ігрових видах спорту. Це пов'язано з тим, що веслувальники включені в єдину систему рухів, де надзвичайно важко оцінити ефективність діяльності одного спортсмена ізольовано від екіпажу [13]. Найважливішим показником командного веслування є синхронне переміщення членів екіпажу в човні і одночасно докладання зусиль до рукояток весел.

З точки зору Є. Ільїна, спортивна команда характеризується спільною для всіх її членів метою. З подібної точки зору розглядають команду і інші дослідники, які вказують на те, що однією з ознак команди, якою вона не обділена – це спільна мета: досягнення успіхів в своєму виді спорту [31]. Це означає, що будь-яка спортивна команда мотивована на досягнення єдиної мети. Мотивація полягає у наступному.

Команда завжди отримує командну винагороду. Вона може бути як матеріальною, так і нематеріальною тобто «командний дух». У команди повинен існувати загальний значний мотив, що перевершує по своїй силі особисті цілі та інтереси. Будь-який спортсмен в командному виді спорту у більшості випадків асоціює свій результат з результатом команди. Для спортсмена важливо ім'я команди, її перемога і престиж, її імідж. Звідси загальний приз, загальна нагорода, загальний чемпіонський титул [63].

Більшість спортивних команд мотивується процесом вручення нагороди, церемонією нагородження, символічним вшануванням переможця.

Вміло змотивована на досягнення певної поставленої мети команда працює більш ефективно, ніж команда яка працює без чіткої мети.

У веслувальних екіпажах утруднена оцінка внеску кожного учасника в спільну діяльність. Тому партнери орієнтуються на зауваження тренера і свої суб'єктивні відчуття.

Також спортивну команду характеризує стабільність складу спортивного колективу протягом тривалого часу і ще деякі специфічні ознаки, такі як:

- спрямованість на досягнення високих особистісних і командних спортивних результатів;
- специфічність рольових дій. Це залежить, передусім, від різних вимог, що висуваються до займаних положень у командному човні [4, 7, 9], тобто рольового розподілу. Цим істотно відрізняється веслування в екіпажі від інших командних видів спорту, наприклад, ігрових – рольовий розподіл в яких є, але спортсмени щомоментно виконують однакові фізичні дії.
- однаковий віковий і кваліфікаційний рівень її членів;
- статева ідентичність;
- специфічність мотивів надходження в групу і подальшої присутності в ній.

Таким чином, стає зрозуміло, що спортивна команда це, по-перше, автономний і обмежений за чисельністю колектив професіоналів; по-друге, колектив, здатний досягати цілей, що стоять перед ним; по-третє, такий колектив завжди націлений на інтенсивну діяльність. Тож спортивна команда виступає не тільки як об'єкт управління, але і як суб'єкт діяльності. На цій посаді команда може виступати, якщо вона буде внутрішньо організована, і мати певний ступінь інтеграції.

Однак поняття «командний весляр» і досі залишається нерозкритим.

1.4.2. Принципи формування веслувальних екіпажів

Одна з основних проблем у веслувальному спорті – це комплектування екіпажів, оптимальних за складом.

Процес створення команди орієнтується на кілька важливих принципів, з яких ключовими є: мотивація, комунікація та управління. Кожен тренер повинен мати свою власну філософію, що визначає культуру спілкування зі спортсменами.

Для процесу створення команди, орієнтованого на норми і цінності, важливо також чітко визначення ролей і відповідальності.

Коли постає питання про комплектування екіпажів, важливий момент для тренера – знання і врахування особливостей спільно виконуваної спортивної діяльності, організації взаємодії партнерів, їх індивідуально-психологічних особливостей, на основі яких і здійснюється пошук критеріїв сумісності, що обумовлюють спрацьованість взаємодіючих спортсменів.

У веслуванні спостерігається утворення замкнутих підгруп при комплектуванні четвірок або вісімок з різних екіпажів двійок. Особливо небажано з'єднання двох замкнутих підгруп зі своїми неформальними лідерами, оскільки можлива їх боротьба і зіткнення думок [45].

При комплектуванні команд складним є питання про розміщення веслярів в човні по номерах, особливо вибір загібного, до якого пред'являються високі вимоги, найбільшого значення це набуває в початковій стадії комплектування команди.

При комплектуванні екіпажів тренери використовують різноманітні методики психології груп. Засновані на об'єктивному виявленні особливостей веслярів до погодженості сумісних дій, ці методики доповнюють психологічні уявлення тренерів про оптимальне об'єднання веслярів в команді. Команда може повністю вирішити всі поставлені завдання тільки при повному взаєморозумінні, довірі і впевненості один в одному. Командувати нікому не потрібно, необхідно тільки чітко знати свої обов'язки і кожному їх виконувати [16, 23, 28]. Найбільш чітко зазвичай виділяють два типи зв'язків: ділові і особисті. Як показав досвід, міцнішими є групи, які поєднані як діловими, так і особистими зв'язками – особистою симпатією, дружбою [1, 2, 4].

Розглядаючи психологічну складову комплектування екіпажів, слід зазначити, що психологічна підготовка до змагання – проблема і психологічна та педагогічна [14, 15, 73].

Психологічною вона є в зв'язку зі створенням в процесі спортивного тренування – в єдності з технічної, тактичної, фізичної, вольової підготовкою і на їх основі – психічної готовності спортсмена до виступу в змаганні. Педагогічним аспектом проблеми є обґрунтування шляхів забезпечення психічної готовності до змагання в процесі навчання і виховання спортсменів. Вивчення цих питань відноситься вже до області теорії і методики спортивного тренування [51, 59].

М. А. Новиков і Е. Б. Самсонов, розкриваючи «Деякі принципи комплектування екіпажів в академічному веслуванні» вважають, що розглядати екіпаж командного човна слід як групу, діяльність якої складна і характеризується перехресними впливами партнерів [46].

У зв'язку зі специфікою виду спорту типовий профіль спілкування передбачає необхідний рівень стимулюючого спілкування при досить високому рівні орієнтуючого і оціночно-позитивного компоненту, а також при низькому рівні негативних оцінок. Порівняння профілів спілкування у спортсменів і команд різного класу показує, що з ростом їх рівня зростає значення стимулюючої інформації при низькому зниженні оціночно-негативної. В цьому проявляється групова згуртованість команди, націлена на досягнення загального результату (характерна для вищих стадій розвитку групи).

В практиці підготовки веслярів велику значимість має принцип гарної сумісності і високого рівня діяльності, за умовами якого вживо заздалегідь встановити і передбачити як кандидат у команду буде переносити екстремальні фактори, раптові подразники і перешкоди, здатність продовжувати роботу в ускладнених умовах [2, 7]. Більшу користь для формування колективу приносять тренувальні змагання команд з різними за силою учасниками (в кожній команді по 2 сильних і по 2 відносно слабких учасника). Це примушує менш підготовлених спортсменів працювати з повною віддачею, щоб не підвести своїх товаришів, а сильніших відчутти

відповідальність за мені досвідчених. Такі команди можна підбирати і за принципом взаємокомпенсації психологічних якостей: нерішучих зводити з рішучими, тих хто любить ризикувати – з раціональними, замкнених – з товариськими. Це повинно принести ефективні результати при гарній внутрішньогруповій атмосфері [5, 8, 14].

Сумісність лежить в основі формування взаєморозуміння, міжособистісної взаємодії, взаємин і спрацьованості взаємодіючих спортсменів [5]. Поєднання особистісних характеристик, що позитивно впливають на результати спільної діяльності, визначається як сумісність.

Основний компонент сумісності – суб'єктивна задоволеність взаємодіючих людей, а спрацьованість – як їх єдність (оптимальність) при виконанні спільної діяльності. Ознаками спрацьованості виступають висока продуктивність членів групи, точність і узгодженість дій, сприятливі міжособистісні взаємини, надійність колективної роботи, швидкість оволодіння новими спільними діями, стабільність їх виконання.

Ефективність спільної діяльності та формування оптимальних міжособистісних взаємин зумовлені трьома видами сумісності – соціальної, психологічної та психофізіологічної [60]. Вони проявляються у різновидах діяльності, в тому числі й спортивній. Для спрацьованості членів групи не обов'язково наявність усіх трьох видів сумісності. Повна сумісність членів групи передбачає оптимальне поєднання всіх її видів та наявність певного співвідношення між ними, їх взаєдодоповнюваність. У різних видах спортивної діяльності той чи інший вид сумісності є провідним і обумовлює ефективність спільно виконуваної спортивної діяльності. Значущість виду сумісності буде визначатися особливостями спортивної діяльності, її завданнями, вимогами до особистості [2].

Як показують роботи, психологічну сумісність прийнято розглядати в двох сферах груповий активності – в діловій (офіційної) та особистісної (неофіційної).

Основними критеріями сумісності в сфері офіційних відносин членів групи виступає результативність групи, а в сфері неофіційних відносин – висока взаємна задоволеність учасників неформального спілкування. В умовах спільної спортивної діяльності, ділова та міжособистісна сумісність тісно взаємопов'язані і доповнюють одна одну. Тут можна говорити, що психологічна сумісність в цілому вплетена в процес спільної діяльності. Окремі дослідники прийшли до висновку, що поряд з психологічною сумісністю членів команди, до інтегративних характеристик в групі ставляться близькі до неї за змістом, такі групові феномени, як згуртованість і організованість. По відношенню до них психологічна сумісність виступає як необхідна умова, що їх обумовлює.

Оцінка психологічної сумісності виконує чотири важливі функції: діагностичну, конструктивну, регуляційну і прогностичну [37].

Мета діагностичної функції оцінка групового феномену для кращого контролю; конструктивної – забезпечує формування, комплектування групи, команди для успішної спільної діяльності; регуляційна – дає можливість краще управляти екіпажем.

Особливу увагу привертає прогностична функція, оскільки нею характеризується прогноз психологічної сумісності, який займає важливе місце в спорті, а особливо для діяльності спортивної команди і полягає у визначенні перспектив розвитку, в розробці програми, спрямованої на зміну груповий діяльності, яка забезпечує перехід від групи на більш високий рівень соціально-психологічної сумісності.

При врахуванні фізичної сумісності потрібно знати, що в командному веслуванні спортсмен, який не вписується у команду, не тільки не виконує власну частину роботи, але і заважає веслувати своїм партнерам. Якщо окремі веслярі команди відстають у фізичній підготовленості, в оволодінні раціональними прийомами технічних дій, вони будуть перевтомлюватися, і це вплине як на них, так і на всю команду. Тому, збільшення тренувальних навантажень команди може відбуватися лише тоді, коли її члени достатньо

наблизяться до загального рівня і не будуть випадати із спільного ритму роботи всієї команди на всіх контрольних відрізках.

Оскільки командна техніка веслування – це спеціалізована система одночасних і послідовних рухів членів екіпажу, яка характеризується близькістю їх біомеханічних параметрів і спрямована на забезпечення найбільш ефективного просування човна.

Індивідуальна майстерність веслярів, що сидять в одному човні, є передумовою для створення командної техніки веслування.

Але сумісність веслування не визначається тільки візуально і не вичерпується одночасністю входу лопаті весла у воду і виходу з води. Головним тут є сумісне прикладання сил, єдиний момент опорної фази лопаті весла, єдиний момент відштовхування весел від води [2, 47]. Незначна несумісність зусиль, їх неточність, в командному човні є дуже небезпечною. При цьому, чим більша несумісність, тим більша і затрата сил веслувальника, який не попадає у гребок, звідти – недостатній розвиток швидкості ходу човна.

Фізична сумісність передбачає:

- рівноцінну підготовленість спортсменів (спортивний розряд, кваліфікація); -ідентичність ритму і темпу веслування членів екіпажу;
- тензографічну сумісність рисунку гребка (за сумісністю долучення зусиль, а також зорову, м'язово-суглобову, пропріорецептивну аферентацію (як додаткові інформаційні моменти);
- ідентичність логограми проходження дистанції (кривої швидкості проходження дистанції).

Психологічна сумісність передбачає:

- визначення можливостей психологічної сумісності;
- необхідність виділення лідера і капітана.

Психологічна сумісність – це складне поняття, яке включає в себе цілу групу приватних понять. У команді повинні бути різні люди, але відмінності

між ними повинні компенсувати один одного. Тобто виходячи з вимоги синхронного виконання моторних актів членами одного веслувального екіпажу, сумісність спортсменів повинна характеризуватися скоріше подобою, ніж взаємодоповнюваністю. Так, при комплектуванні екіпажів у веслуванні академічному критеріями, що обумовлюють сумісність і спрацьованість, можуть виступати такі: адекватні поєднання властивостей нервових процесів при середньому рівні їх прояву; різні поєднання помірних і низьких показників особистісної тривожності; поєднання соціонічних функцій «екстраверт – інтроверт», «раціональність – ірраціональність»; поєднання лідерських функцій «лідер – провідний»; ідентичне сприйняття часу; ряд особистісних характеристик за методикою Р. Кеттелла (конкретне мислення, емоційна стійкість, серйозність, довірливість, практичність, гнучкість мислення, схильність до новаторства, поступливість, самоконтроль); схожість тактичного мислення та інтелекту [20, 26, 29, 35].

Якщо функціональна сумісність впливає лише на процес тренування чи змагань, то соціальнопсихологічна – на всі відносини між спортсменами, в тому числі й на тренувальні та змагальні дії, результативність команди. Психологічна сумісність спортсменів багато в чому визначає і психологічний клімат в команді. Для досягнення поставленого результату команді необхідно враховувати цей параметр. Важливо, що сумісність учасників команди на більш високому рівні (загальна мета, спільні моральні чи духовні цінності) сприяє тому, що несумісність на більш низькому рівні може бути проігнорована.

Також, при формуванні сильних і успішних екіпажів у веслуванні академічному враховуються не тільки морфофункціональні ознаки, рівень фізичної і психічної підготовленості, але і рівень техніко-тактичної майстерності, функціональні можливості організму спортсмена, здатність до відновлення після виконання великих тренувальних і змагальних навантажень [54].

Фахівці, поряд з сумісністю спортсменів в командних видах діяльності, виділяють поняття «спрацьовування» [2, 4, 60].

Під спрацьованістю розуміють єдність (оптимальність) взаємодіючих людей при виконанні спільної діяльності. «Спрацьована» команда володіє високою продуктивністю членів групи, точністю і узгодженістю дій, сприятливими міжособистісними взаєминами, надійністю колективної роботи, швидкістю оволодіння новими спільними діями, стабільністю їх виконання [2, 4, 60].

Коли команда діє ефективно, кажуть, що вона спрацювалася. Ця якість виховується, створюється в процесі тренувань.

Існує п'ять окремих областей, пов'язаних з роботою команди: навколишнє середовище (зовнішні умови), поведінка (тактична і соціальна), майстерність (технічна і тактична підготовленість), цінності і переконання (погляди і відносини) і тотожність (командна солідарність і характер). У той же час ці різні області представляють стадії розвитку, через які в ході тренування повинні пройти будь-яка команда, перш, ніж її члени досягнуть певної єдності, придбають певну індивідуальність і сформують певний характер [4, 7; 28, 31, 32].

Вибирати спортсменів в команду слід індивідуально і лише потім комплектувати з них великі екіпажі. Тільки так можна забезпечити право кожного спортсмена реалізувати свій таланти. Так роблять в успішних в академічному веслуванні збірних командах світу.

Не менш значним в практиці комплектування веслувальних екіпажів має принцип зворотнього зв'язку.

У спорті це явище носить назву «розбір польотів», або «аналіз спортивної діяльності».

Для зростання результатів та досягнення високих цілей зворотній зв'язок має вирішальне значення. Фахівці вважають, що аналіз помилок і діяльності, проведений у перші 10 хвилин після закінчення виступу,

здатний на 80% пояснити причини помилок і зрозуміти секрети подальшого розвитку. Важко знайти професійного спортсмена, який не використовує ефект зворотного зв'язку. Зворотній зв'язок повинен бути достовірним, своєчасним, відкритим, предметно спрямованим, позитивно орієнтованим.

Якщо колектив припустився помилки, то варто також здійснити детальний аналіз: вияснити чому команда припустилась помилки, через що виникли недопрацювання, і як зробити так, щоб не припуститись схожих помилок у майбутньому. Через те команда не може бути ефективною якщо постійно не буде вдосконалювати власну майстерність на ґрунті системи тренувань.

У веслувальному спорті під управлінням прийнято розуміти процес керування безпосередньо тренуванням веслярів і функції управління, пов'язані з організацією занять.

В управлінні тренуванням веслярів задіяні динамічні системи, такі як «тренер-весляр», «весляр-весло-човен», «організм весляра». Управління організацією занять проявляється у виборі місця для занять, в комплектуванні навчальних груп і розподілу ролей між веслярами, у виборі форми організації занять (групова, ланкова, індивідуальна, самостійна), в організації різних заходів, а також в організації навчально-тренувального процесу з урахуванням інших видів діяльності (навчання, роботи і т.п.) [26, 64].

На рівні початкової підготовки тренер виступає в значній мірі як організатор-селекціонер, відбираючи в навчальні групи бажаючих займатися. Вже тут міжособистісні відносини починають проявлятися по-різному при комплектуванні груп, і нерідко буває, що обдарована, перспективна в даному виді, дитина не доходить до другого рівня через міжособистісні конфлікти або виявляється відштовхнутою групою.

Рівень масового спорту вимагає від тренера переважно ролі організатора тренувального процесу. Організація виховання на заняттях

повинна бути спрямована на згуртування, тих що займаються, на розвиток колективу. На рівні базової спортивної майстерності тренер виступає в ролі організатора підготовки невеликої групи спортсменів, які пройшли вже кілька ступенів відбору, вирішуючи питання не тільки їх тренування, але і навчання, побуту або роботи. Створюючи на цьому рівні перспективні екіпажі, на перше місце виходить індивідуалізація тренувального процесу.

Організаційний аспект роботи з групою веслярів на увазі, перш за все, застосування різних організаційних форм проведення занять [18].

У веслуванні заняття можуть бути організовані так, що увага тренера буде звернена на всю секцію, групу або окремих учнів. Вибір форми організації навчання залежить від спрямованості заняття, засобів, що використовуються, кількості інвентарю і особливостей вихованців.

Міжособистісні відносини слід враховувати переважно при секційній та груповій формах. При групових заняттях особлива увага приділяється взаємодопомозі і взаємоконтролю. Розподіл на підгрупи (ланки) може здійснюватися за показниками фізичної підготовленості, інтелектуального розвитку, наявності необхідних для тренування знань, певного фонду рухових умінь і навичок, а може з урахуванням неформальних підгруп колективу, підгруп дружній вибагливості.

Поєднання загальносекційних, групових та індивідуальних форм організації навчального процесу дозволить тренеру вирішити широкий спектр завдань навчання і виховання [64].

Таким чином, у веслувальному спорті групова підготовка повинна проводитися на базі ретельного комплектування екіпажів з урахуванням їх принципів комплектування.

1.4.3. Поняття комплектування та формування екіпажів у спортивному веслуванні

У фаховій літературі при спільній діяльності в командних видах спорту визначають такі поняття як: «комплектування» команди чи екіпажу, чи тандему.

Комплектування – створення комплекту, набір складових для цілісної системи. Стосовно до людських ресурсів поняття «комплектування» частіше застосовують військові - комплектування армії. Комплектування у веслувальному спорті може йти в чотирьох напрямках: комплектування групи веслярів, команди, класу судна і комплектування екіпажу.

Комплектування групи попередньої базової підготовки – процес формування облікового складу групи. Згідно з програмою для ДЮСШ групи комплектуються з числа учнів 3-го року навчання, які бажають займатися спортом і не мають відхилень у стані здоров'я.

З цієї позиції, комплектування груп попередньої базової підготовки – це процес зовнішнього оформлення учнівського колективу веслярів, учасники якого пройшли ступені попереднього перегляду, навчання, спортивної орієнтації і мають передумови до розвитку в даному виді спорту.

Комплектування команди в гребному спорті – «формування спортивного колективу, який виступає на змаганнях як єдине ціле (екіпаж човна). При цьому виді відбору додається ще одна вимога – взаємна сумісність біологічних і психологічних властивостей кандидатів» [30, С. 253]. Це загальне визначення показує зв'язок процесу комплектування з системою відбору і єдність в динамічній системі веслувального екіпажу педагогічних, біологічних, психологічних компонентів. А також їх об'єднання в рамках спортивного інвентарю (веслувального човна). У дещо іншому ключі «команда» визначається, як «група спортсменів, що представляє на змаганнях спортивний клуб, місто, країну» [24, С.6].

Комплектування класу судна – організаційний процес підбору певної кількості спортсменів за кількістю місць класу судна. Враховуються основні

параметри веслярів: стать, вік, кваліфікація, стаж заняття веслуванням, рухові вміння і навички. А також технічне оснащення судна: підбір весел, банок за кількістю веслярів, оснащення місця рульового. В даний час виробники інвентарю вдаються до виробництва комбінованих човнів (один корпус човна оснащується відводами, як для парної, так і для розпашного веслування). З цієї позиції комплектування класу судна полягає також у вирішенні питання про те, яку цілісну систему веслярі-інвентар ми хочемо отримати.

Комплектування екіпажу веслярів – педагогічний процес створення колективу веслярів, здатного ефективно вирішувати головне змагальне завдання.

Єдиної методики комплектування екіпажів веслярів у вітчизняній літературі, як і в зарубіжній не викладено.

Формування екіпажу веслярів – тривалий у часі педагогічний процес, який охоплює комплектування екіпажу, його підготовку, корекцію зовнішньої і внутрішньої структури екіпажу, розрахований на створення стійких перспективних екіпажів.

Поняття «формування» екіпажів веслярів, в нашому розумінні, найбільш доцільно застосовувати саме для етапу початкової підготовки, оскільки вся цілорічна підготовка початківців повинна будуватися з урахуванням варіантів команд, які комплектуються для навчання техніці веслування, розвитку спеціальних здібностей і виступів в змаганнях на воді. Процес формування екіпажу веслярів знаходиться в нерозривному зв'язку з процесами навчання, виховання і тренування.

1.4.4. Етапи і критерії комплектування веслувальних екіпажів

Формування екіпажів – це трудомісткий процес, що поділяється на декілька етапів і потребує його чіткого усвідомлення.

Формування екіпажів у веслуванні академічному проходить в кілька етапів, які прямо залежать від періоду підготовки і поставлених завдань. Так А. Коженковою (2015) виділено чотири етапи відбору.

На першому етапі – початок підготовчого періоду річного циклу підготовки – відбирається основна група спортсменів, з яких в подальшому будуть скомплектовані екіпажі і визначені запасні веслярі. У зв'язку з тим що даний етап підготовки досить тривалий, доречно розділити його на два «підетапи»: початок підготовчого періоду і середина. Це викликано необхідністю відібрати тренувальну групу спортсменів, а потім, після певного періоду підготовки, сформувати склад основного екіпажу.

Так, першим кроком в процесі відбору спортсменів є набір тренувальної групи, яка проходить комплексне тестування, в результаті чого формуються попередній екіпаж і запасна група спортсменів. Спочатку всі члени групи кандидатів на потрапляння до складу конкретного екіпажу піддаються індивідуальному тестуванню. Коло претендентів на включення до складу конкретного екіпажу звужується з урахуванням даних всіх тестів. Всі спортсмени, тренуючись за загальним планом, в кінці кожного контрольно-підготовчого мезоциклу знову проходять комплексне тестування, в результаті якого можливі зміни в складі основного екіпажу. Головною метою цього етапу є визначення найбільш підходящих спортсменів для формування основного великого екіпажу.

На цьому етапі можуть розглядатися такі критерії відбору: змагальний (проходження змагальної дистанції 2000 м в 1х або 2), фізичний (біг 3000 м і максимальні показники сили при виконанні вправи – тяга лежачи і присідання зі штангою), функціональний (показники, що характеризують аеробну потужність і економічність), морфологічний (зростання, маса тіла, розмах рук і співвідношення довжини тулуба і ніг), психологічна сумісність. Для оцінки підготовленості спортсменів, їх можливостей і сумісності

розробляються оціночні шкали і модельні характеристики, що дозволяють об'єктивно оцінити спортсменів.

Другий етап відбору проводиться в кінці підготовчого періоду річного циклу підготовки. Основна особливість етапу – відбір спортсменів для формування тренувальних екіпажів за допомогою таких критеріїв відбору, як функціональний (показники, що характеризують аеробну потужність, реалізацію функціонального потенціалу, стійкості та економічності), технічний (кінематичні і динамічні характеристики), психологічний (вольові якості, стійкість до збиваючих факторів, психологічна сумісність), фізичний (рівень розвитку спеціальної витривалості за результатами тестів «тяга лежачи»). Оскільки тут мова йде вже про комплектування екіпажу, де кожен з його членів виконує свої функції і має відповідати конкретним вимогам, доцільно підбирати спортсменів згідно модельним характеристикам веслярів, що займають конкретний номер в човні.

В рамках третього етапу відбору на початку змагального періоду річного циклу підготовки проводиться комплектування змагального екіпажу. Відрізняє цей етап є те, що до складу вже скомплектованого екіпажу вносяться зміни, визначаються оптимальні місця в екіпажі для конкретного спортсмена.

Оскільки в другій половині підготовчого періоду веслярі тренуються в залі, для визначення ефективності взаємодії всіх членів екіпажу в умовах змагальної діяльності та результативності їх виступів, на початку змагального періоду необхідно проводити контрольні змагання. В результаті чого з'являється можливість об'єктивно оцінити ефективність діяльності створеної команди і визначити, чи слід змінювати склад даного екіпажу. За величиною неузгодженості дій при виконанні ролей Загрібного і веденого судять про переваги розсадження за номерами всередині кожного конкретного екіпажу.

Заключний етап відбору характерний для змагального періоду, з метою внесення змін до складу змагального екіпажу в разі, якщо даний екіпаж не задовольняє очікувань в змагальних результатах. Якщо така необхідність з'являється, то тут застосовуються всі заходи попереднього етапу відбору. Надалі, протягом змагального періоду, відбувається корекція не стільки складу екіпажу, скільки займаних місць всередині конкретної команди. Таке розсадження спортсменів доречно проводити згідно модельних характеристик веслярів великих екіпажів. Для оцінки ефективності змагальної діяльності даного екіпажу необхідно проводити контрольні та модельні змагання.

Використання даного алгоритму відбору веслярів-академістів дозволяє оптимізувати процес створення нових і посилення діючих екіпажів в стандартних для зимової підготовки умовах і створює передумови для підвищення результативності їх виступів в човні.

При формуванні екіпажу необхідно дотримуватися основних принципів «командоутворення» [60]. Тому розсадження веслярів в човні – важливий момент, в якому тренер повинен спиратися на знання особливостей кожного зі спортсменів.

Але таке поділення на етапи притаманне для етапів спеціальної базової підготовки та підготовки до вищих досягнень.

В. Д. Котирєв у своїй статті «Комплектування команд у веслуванні на байдарках і каное» класифікував етапи за ознаками часу: організаційний, робочий, тренувальний та підсумковий [34].

Організаційний етап передбачає визначення веслярів, що становлять основу команди, відбір кандидатур і визначення передбачуваних варіантів складу команд. Кандидати відбираються з урахуванням фізичної та технічної підготовленості, а головне – повинні розуміти характер роботи в команді. При відборі кандидатур тренери орієнтовані на здатність веслярів показати на змаганнях високий результат, а також на типологічні особливості, вольові якості, фізичну та технічну підготовленість [34].

Робочий етап передбачає визначення кращого варіанту складу команди шляхом випробування різних складів на воді. Увага звертається на синхронність роботи, на вміння гребти в різних ритмах, фіксувати швидкість ходу човна при проходженні відрізка дистанції. Значення надається суб'єктивним відчуттям веслярів, вмінню «відчувати човен», розуміти характер робіт членів команди, відчувати один одного [34].

Тренувальний етап спрямований на підготовку екіпажу до змагань. Тут визначається психологічна сумісність команди. Тренер оцінює задоволеність веслуванням членів команди, їх емоційний стан і особисті взаємини [34].

Підсумковий етап передбачає певні вміння команди налаштовуватися на гонку, застосовувати тактичні прийоми, мобілізувати вольові якості на змаганнях [34].

При різних термінах комплектування екіпажів можуть відбуватися зміни значущості окремих показників. Якщо до змагань залишається мало часу, зменшується значимість фізичного розвитку, який має велике значення при оцінці перспективності команди, а показник рівня тренуваності набуває особливої значущості, так як через нестачу часу обмежена можливість його підвищення [53].

Грунтовних досліджень з питань етапності процесу комплектування команд в академічному веслуванні у фаховій літературі нажалі нам не зустрілось, оскільки єдиного і досконалого методу комплектування академічних екіпажів в літературі не існує.

Що ж стосується спрямованості комплектування екіпажів, то ряд авторів пропонує наступний підхід: починати комплектування і тренування від дрібних і менш швидких човнів до більш великих і швидкохідних [39, 44].

Недоліком такого підходу є те, що випробування веслярів проводиться в «полегшених» умовах, тобто в більш тихохідних човнах.

У практиці існує досвід використання зворотної спрямованості комплектування великих екіпажів.

Тож проблема комплектування командних човнів традиційно вирішувалася на основі практичного досвіду тренерів. Йдучи від стихійності процесу комплектування екіпажів, в останні десятиліття робляться спроби розробити об'єктивні показники «правильності» створеної команди. Соціально-психологічний показник при комплектуванні екіпажів, безсумнівно, має місце в цьому процесі, проте його вагомість і зміст неоднозначно розглядається в літературі.

Одні автори ставлять психологічні особливості веслярів при комплектуванні екіпажів на один рівень з показниками фізичного розвитку, технічної підготовленості та функціонального стану. [6, 11, 19].

Інші автори не відносять психологічні чинники комплектування командних човнів до провідних критеріїв, хоча і не виключають їх повністю.

Спираючись на уявлення про те, що веслувальний екіпаж, в ході формування, проходить різні стадії розвитку колективних відносин, змінюються організаційно-педагогічні впливи і соціально-психологічна структура групи веслярів, можна уявити алгоритм комплектування командних човнів (рис.1).

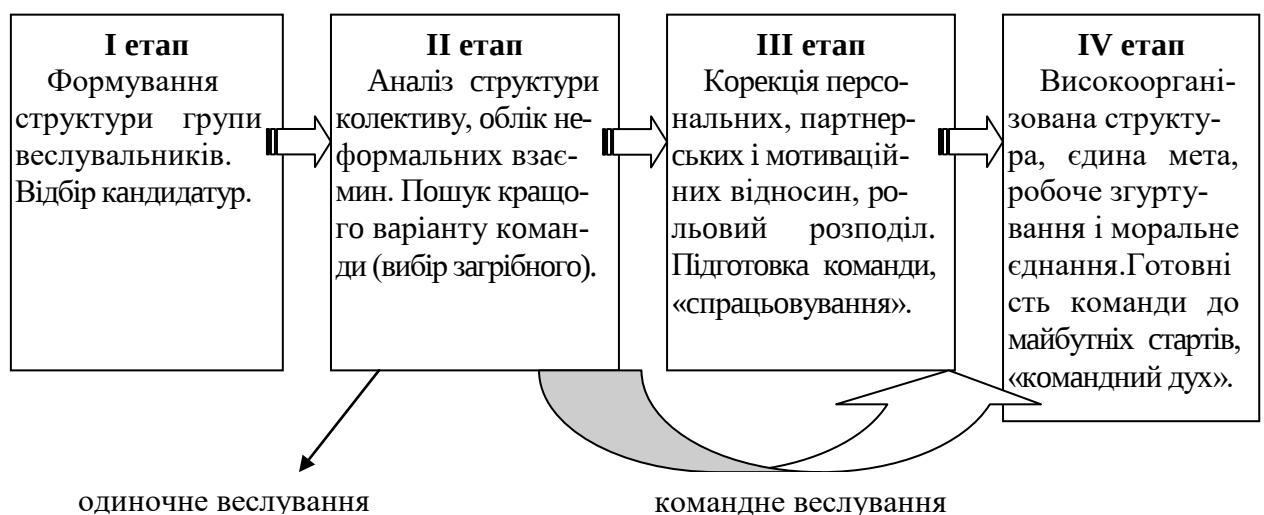


Рис.1. Алгоритм комплектування екіпажів веслувальників (Баранова М.В.)

Як вказує Баранова М.В. [3], використання представленого на рис. 1 алгоритму передбачає організацію групи з урахуванням внутрішнього клімату. Він служить однією з опорних точок для тренера при плануванні, при організації поза тренувальних заходів, при встановленні бажаних відносин «тренер-спортсмен», «тренер-група», «спортсмен-група».

Практична реалізація алгоритму передбачає наступні принципи:

- великі екіпажі повинні за структурою відповідати ознаками колективу;
- в колективі проявляється трирівнева система відносин - персональні, партнерські, мотиваційні, які інтегруються в процесі співпраці;
- в сформованому екіпажі відносини повинні бути спрямовані на досягнення мети, створювати позитивний психологічний фон і сприяти адаптації в соціумі окремого члена;
- визначаючи сумісність веслярів при комплектуванні екіпажів необхідно проводити розподіл спортивних ролей і враховувати умови відбору.

Запропонований алгоритм не може розглядатися відокремлено від загального процесу комплектування командних човнів. Соціально-психологічні процеси необхідно враховувати поряд з віковими, ростовими, біомеханічними, фізіологічними характеристиками веслярів.

М. Новиков і Є. Б. Самсонов до загальних факторів комплектування командних човнів відносять: одноманітну техніку веслування, фізичну підготовленість та функціональний стан, переносимість тренувальних навантажень [46].

Так розробляючи критерії для розміщення веслярів в командних човнах, фахівці говорять про показники техніки: темп, максимальне середнє зусилля, що розвивається лопатю весла, час опорної і безопорної фази гребка, імпульс сили і описаний показник, названий ефективним зусиллям [57].

Результати досліджень М. В. Щодро дозволили виявити 4 фактори, які необхідно враховувати при підборі спортсменів в один екіпаж: рівень спеціальної підготовленості, надійність веслярів в умовах гострої конкуренції, фізичний розвиток і схожість технічних показників [67].

Більш детально розібрали критерії комплектування екіпажів Ю. А. Дольник і Г. М. Краснопецев, а також Ю. А. Дольник в парі з Ю. В. Ганженко [22]. За результатами анкетування висококваліфікованих тренерів вони визначили наступні фактори комплектування командного човну: надійність і психічна стійкість весляра; вміння пристосуватися до інших членів екіпажу; рівень підготовленості; схожість в техніці; сумісність темпу і ритму у партнерів по команді; фізичний розвиток; результат проходження дистанції в одиночці; непрямі фактори (взаємини веслярів, ставлення тренера до весляру тощо) [22].

Пізніше 8 факторів комплектування екіпажів автори об'єднали в 3 групи: сумісність спортсменів з техніки веслування і морфологічної структури тіла; функціональна підготовленість; психологічна сумісність (сумісність індивідуальної психомоторики і соціальна сумісність) [33].

В іншій роботі всі перераховані вище фактори були об'єднані в 4 групи: сумісність показників робочої діяльності веслярів; функціональна підготовленість; морфологічна будова тіла спортсменів; психологічна сумісність [53].

Бажаною є зовнішня подібність роботи партнерів, співвідношення траєкторії і амплітуди руху різних ланок тіла. Але провідним показником залишається подібна структура роботи весла у воді, характер докладання зусиль [44, 53].

Значущим критерій технічної сумісності при комплектуванні екіпажів є тому, що у веслувальному спорті існує таке явище як «командна техніка».

Командна техніка веслування – це система одночасних і послідовних рухів членів екіпажу, яка характеризується близькістю біомеханічних параметрів і спрямована на забезпечення найбільш ефективного просування

човна. Командної техніці веслування присвячений цілий ряд досліджень кінця минулого століття [19, 22, 24, 25, 30, 36, 40, 64].

Розроблені критерії комплектування командних човнів мають на увазі використання складних інструментальних методів, наприклад, таких, як визначення динамічної структури циклу гребка. Найбільш інформативними є просторові параметри, так як переважно з опорою на них здійснюється управління руховими діями. Основним просторовим параметром техніки веслування є довжина робочого шляху рукоятки весла, що необхідно враховувати при комплектуванні команди [3].

Просторові і часові характеристики є похідними і від силових характеристик. З цієї точки зору найбільший інтерес має відпрацювання єдиного ритму рухів, який є основою організації командного веслування.

На практиці великі екіпажі комплектуються з веслярів малих і менш швидких човнів. При такому принципі комплектування головними критеріями відбору спортсменів в команду стає їх висока технічна майстерність і гарне взаєморозуміння в човні [45].

Результати, показані весляром в одиночці, слід приймати за критерій комплектування командних човнів ще й тому, що однією з умов тренувальної роботи одиночники є виховання вольових якостей, необхідних всім спортсменам. Одиночне веслування не тільки вимагає віддачі всіх сил весляра, але і дозволяє розкрити багато його недоліків, а в разі невдачі весляр не має можливості перекласти провину на інших [62]. Доведено, що внутрішня і зовнішня структура гребка при пересадці з одиночки в командну човен в цілому зберігається [53].

Цей принцип на практиці зовсім не працює, коли мова йде про етап попередньої базової підготовки. Результат веслування в одиночці не може розглядатися у початківців як критерій відбору в команду.

Зовнішня і внутрішня структура гребка при веслування в одиночці і в команді у початківців може різко відрізнятись. Пов'язано це з цілою низкою

особливостей: віковими; недостатністю рухового досвіду, вмінь, в незакріпленому навичку; в психологічній неготовності прояву якостей, необхідних для веслування в команді або при самостійній роботі.

Кращих результатів можна досягти, якщо посадити в команду веслярів, що мають однорідні помилки [3]. Для виправлення однорідних помилок легше підбирати командні вправи, в цьому випадку спрацьовування екіпажу відбувається швидше [45].

Як вказують автори, добре якщо екіпаж має запасних рівнозначних веслярів [33, 39, 46].

У фаховій літературі висвітлені критерії веслувальних екіпажів, які можна використовувати для оцінки сформованих команд. Але що стосується їх використання та поєднання при комплектуванні нового екіпажу у тренуванні веслярів різного віку і різної кваліфікації, вони і досі залишаються не дослідженими.

Серед сучасних фахівців веслувального спорту інтерес до питань комплектування екіпажів явно простежується в роботах Е. О. Яковенко та інших [71].

Однак їх дослідження присвячені комплектуванню збірних екіпажів на етапі спортивного вдосконалення і вищої спортивної майстерності.

З огляду на тенденції сучасної практики веслувального спорту на рівні збірних команд, виділяється рейтинг спортсменів як критерій комплектування екіпажів [11].

Комплектування екіпажів відноситься до системи спортивного тренування, як необхідний організаційно-педагогічний і спортивно-підготовчий процес.

Організаційно-педагогічний компонент пов'язаний зі створенням умов формування екіпажу, що включає підбір інвентарю, відбір веслярів з урахуванням перспективності, організацію підготовки.

Спортивно-підготовчий компонент комплектування передбачає визначення кращого варіанту екіпажу, його підготовку до змагань, виховання всередині команди колективних відносин.

Таким чином, при комплектуванні екіпажів, в рамках спортивного тренування, необхідно враховувати всі види підготовки. В якості критеріїв комплектування виступає сумісність веслярів з фізичної, технічної, тактичної, теоретичної та психологічної підготовленості.

1.5. Особливості етапу попередньої базової підготовки у академічному веслуванні у зв'язку з комплектуванням екіпажів

Раціональна побудова багаторічного спортивного тренування забезпечується за умови досягнення найвищих спортивних результатів в оптимальних вікових межах, що можливіше за умови достатньої тривалості систематичної підготовки для досягнення найвищих результатів. Тому структура багаторічної підготовки у веслуванні академічному являє собою сукупність етапів, пов'язаних в першу чергу з віковими та кваліфікаційними показниками спортсменів.

Сьогодні для занять веслувальним спортом запрошують дітей 11 – 12 років для академічного веслування і з 10 років для веслування на байдарці і каное, що відповідає підліткового періоду з його віковими особливостями розвитку морфофункціональних систем. При цьому для набору дітей в академічне веслування є характерним пошук підлітків, що у фізичному розвитку випереджають свої однолітків (акселерацією).

Етап попередньої базової підготовки повинен бути спрямований на різнобічний розвиток фізичних можливостей організму, зміцнення здоров'я юних веслярів, усунення недоліків в їх фізичному розвитку і фізичній підготовленості та створення рухового потенціалу. Особливу увагу необхідно приділяти формуванню стійкого інтересу юних спортсменів до цілеспрямованого багаторічного спортивного вдосконалення. Різнобічна

підготовка на цьому етапі з використанням спеціальних вправ у невеликому обсязі більш сприяє подальшому спортивному вдосконаленню, ніж спеціалізоване тренування. Водночас прагнення підвищити обсяг спеціально-підготовчих вправ, гонитва за виконанням розрядних нормативів призводять до швидкого поліпшення результатів у підлітковому віці, але в подальшому негативно впливають на становлення спортивної майстерності.

На цьому етапі технічне вдосконалення будується на різноманітному матеріалі веслувального спорту. Весляр повинен добре засвоїти техніку багатьох спеціально-підготовчих вправ. Такий підхід формує у нього здатність до швидкого засвоєння техніки веслування, що відповідає його морфофункціональним можливостям, а надалі забезпечує спортсмену вміння користуватися різними варіантами техніки в залежності від умов конкретних змагань, функціонального стану організму в різних періодах змагальної діяльності. Особливу увагу треба звертати на розвиток різних форм виявлення швидкості, координаційних здібностей та гнучкості.

На етапі попередньої базової підготовки не слід планувати комплекси вправ з високою інтенсивністю та короткочасними паузами, відповідальні змагання, тренувальні заняття з великим навантаженням.

Фахівці також наголошують, при початковій комплектації групи, на дружбу між підлітками і бажання тренуватися, пов'язане з захопленням і цікавістю до обраного виду спорту [14, 17, 20, 29, 31, 38, 42].

Формування груп попередньої базової підготовки здійснюється з-поміж вихованців, які завершили навчання у групах початкової підготовки та виконали контрольно-перевідні нормативи з фізичної й технічної підготовки. Водночас може проводитися додатковий набір до груп за встановленими контрольно-перевідними нормативами з урахуванням антропометричного та загальнофізичного розвитку юних спортсменів.

Відбір до груп попередньої базової підготовки має за мету оцінку перспективності юного весляра за критеріями наявності здібностей до ефективного спортивного удосконалення. На цьому етапі необхідно

правильно зорієнтувати підготовку спортсмена. Ці питання можна вирішити тільки на ґрунті комплексного аналізу, за якого враховуються морфологічні, функціональні та психічні особливості юних веслярів, їх адаптаційні можливості, реакція на тренувальні та змагальні навантаження, здатність до засвоєння та вдосконалення нових рухів. Спортивний результат на цьому етапі не може бути критерієм перспективності.

Під час відбору до груп попередньої базової підготовки виникає потреба у визначенні будови тіла веслярів відносно до вимог щодо морфологічних особливостей веслярів високого класу, тому що особливості будови тіла дають спортсмену значні біомеханічні переваги в змаганнях. Цей показник значною мірою визначається спадкоємними чинниками.

Розглядаючи етап початкової підготовки веслярів, автори зупиняються на особливостях змісту тренувального процесу.

Однією з особливостей навчально-тренувальної роботи з цими групами полягають у комплектуванні їх з меншою кількістю спортсменів і збільшенням кількості навчальних годин і занять на тиждень, зростає обсяг тренувального навантаження основних засобів підготовки.

У веслувальному спорті питання про внутрішні закономірності функціонування юнацького спортивного колективу веслярів найглибше досліджений і проаналізований в роботах З. Д. Юдіної [69].

З. Д. Юдіна відзначає, що більшість робіт, присвячених проблемам спортивного колективу, проводилися раніше з метою підвищення його функціонування для досягнення високих результатів. Але сама З. Д. Юдіна вважає, що колектив, як педагогічну систему, створює тренер, визначаючи, яким він повинен бути, послідовно ставлячи перед ним завдання, малюючи перспективи, формуючи громадську думку. Разом з тим він – результат внутрішнього розвитку, тих внутрішніх процесів, які в ньому відбуваються [70]. Вона охарактеризувала спортивний гребний юнацький колектив як

складну соціально-педагогічну систему і запропонувала методику вивчення взаємин в спортивному колективі.

Як метод вивчення взаємин у колективі З. Д. Юдіна використовує шкалу прийнятності, яка є різновидом методу соціометрії. Перевагою цього методу перед соціометриєю можна вважати меншу трудомісткість, проте шкала прийнятності не дає таких широких і наочних показників [69].

У сучасному підручнику «Гребний спорт» під редакцією Т. В. Михайлової особливістю початкових етапів спортивної підготовки Т. В. Михайлова та ін. заслужено вважають греблю в екіпажі [41]. Початківцю весляру в одиночці домогтися високого результату складніше, ніж в складі команди. Об'єднуючи зусилля екіпажу і розвиваючи почуття товариськості, більш слабким членам екіпажу доводиться підтягуватися до рівня провідних. У зимовий час навчання і тренування проводять на суші з використанням спеціальних апаратів, гребного басейну, де також можлива командне розсадження.

Веслування в командних човнах характеризується взаємозв'язком спортсменів, для якого необхідно виховання почуття відповідальності і взаємної поваги з самого початку спортивного шляху весляра.

Крім оцінки фізичного розвитку, підготовленості, функціональних можливостей, психофізичних особливостей, не викликає сумніву авторів необхідність оцінки стану здоров'я. З її метою проводиться диспансеризація, починаючи з самих ранніх етапів відбору [41].

Говорячи про комплектування екіпажів, в лананні з системою відбору, додається ще одна вимога – взаємна сумісність біологічних і психологічних властивостей кандидатів [30].

Ще однією з особливостей гребного спорту є необхідність початківців увійти не тільки в групу, яка є новою організаційною формою для них, а й увійти до складу тих чи інших екіпажів. Тобто виходить дворівнева система підгруп в групі.

На етапі попередньої базової підготовки спортсмени беруть участь у змаганнях різного рангу: від змагань спортивної школи до змагань національного рівня – Чемпіонат України серед юнаків та дівчат молодшого віку, Чемпіонат України серед юнаків та дівчат молодшого віку з веслування на ергометрах, літні Юнацькі ігри України.

При оцінці спрацьованості членів екіпажу в змаганнях слід враховувати показники одночасності руху весел і спортсменів на різних ділянках змагальної дистанції, а також показники довжини гребків, темпу веслування, крену човна під час руху, наявність грубих помилок у техніці веслування.

Висновки до першого розділу

Аналіз літературних джерел дозволяє зробити висновок, що єдина методика формування екіпажів в веслувальному спорті не розроблена. А розроблена в літературі єдина система відбору у веслуванні на початкових етапах сьогодні працює не в повній мірі.

Проблема формування екіпажів, як комплексний системний механізм, до теперішнього часу залишається актуальною і потребує подальшого розв'язання. В літературі наявні з цієї проблеми висновки частіше ґрунтуються на практичному досвіді тренерів і носять рекомендаційний характер. У нечисленних дослідженнях розглядаються лише окремі сторони комплектування.

Крім того, зустрічаються в літературі дослідження і розробки, що стосуються питань комплектування екіпажів, але вони присвячені комплектуванню вже кваліфікованих спортсменів, а зроблені рекомендації стосуються лише дорослого контингенту спортсменів, в тому числі зі збірних команд.

Розробляючи систему підготовки юних веслярів, автори солідарні в тому, що робота з екіпажем юних веслярів повинна бути побудована таким чином, щоб використані прийоми вели до досягнення певного результату.

Підсумки виступів екіпажів початківців на змаганнях багато в чому визначають подальший шлях юного спортсмена в гребному спорті взагалі.

Аналіз літературних джерел, зіставлення їх відомостей із сучасною практикою дозволили визначити резерви до вивчення комплектування екіпажів веслярів-початківців. Ці резерви полягають, перш за все, в розроблених в педагогіці методиках і підходах до формування педагогічного колективу, в питаннях організації малої групи, представлених в спортивній психології. Дослідження колективу юних веслярів має спиратися на сучасні дані про соціалізацію та адаптацію особистості в спорті і через спорт, в команді і через команду. Наявні дослідження в галузі сучасної корпоративної культури (в тому числі в спортивних командах), соціально-психологічних тренінгів є можливими ресурсами в формуванні та розвитку групи початкової підготовки веслярів, екіпажів з числа її спортсменів.

РОЗДІЛ 2

ОРГАНІЗАЦІЯ ТА МЕТОДИ ДОСЛІДЖЕНЬ

2.1. Організація дослідження

Дослідження проводилися в період з 2018 по 2019 рр. на базі Спеціалізованої дитячо-юнацької школи олімпійського резерву з академічного веслування. До досліджень залучалися юні веслувальники, які спеціалізуються в академічному веслуванні.

Дослідження проводилися в три етапи.

Проведений на *першому етапі* (жовтень 2018 – грудень 2018р.) аналітичний огляд літературних джерел засвідчив актуальність вивчення проблеми формування веслувальних екіпажів на етапі попередньої базової підготовки. Цей етап дослідження характеризувався теоретичним осмисленням проблеми. Визначався загальний напрямок наукової роботи, умови організації. Були проаналізовані літературні джерела з даної теми. Відбувалося формування предмету досліджень, була визначена мета, завдання дослідження. Здійснювався підбір наукових методів дослідження.

На *другому етапі* (з листопаду 2018р. по жовтень 2019 р.) проводилися емпіричні дослідження. У дослідженнях прийняли участь юні веслувальники Спеціалізованої дитячо-юнацької школи олімпійського резерву з академічного веслування у кількості 40 осіб.

На *третьому етапі* дослідження (жовтень 2019 – початок грудня 2019 рр.) аналізувалися результати дослідження, були сформульовані висновки, розроблені практичні рекомендації, оформлена випускна кваліфікаційна робота.

2.2. Методи досліджень

Для розв'язання визначених завдань в роботі використано педагогічні і математичні методи дослідження. Їх зміст зводиться до наступної сутності.

У групу педагогічних методів дослідження включені:

1. Аналіз науково-методичної літератури з означеної проблеми.
2. Педагогічні спостереження
3. Педагогічне тестування
4. Соціометричні дослідження (опитування)
- 5 Педагогічний експеримент.
6. Методи математичної статистики

2.2.1. Аналіз науково-методичної літератури

Теоретичний аналіз і узагальнення літератури здійснювався як за допомогою джерел, що знаходяться в різних бібліотечних фондах, так і шляхом використання інтернет-ресурсів.

При аналізі даних літератури, що стосується питань комплектування екіпажів веслувальників, перевага віддавалася дисертаційним дослідженням.

Літературні дані дозволили обґрунтувати проблему магістерського дослідження і сформулювати основні методологічні характеристики, визначити методи дослідження. У цілому було оброблено 91 літературне джерело за напрямком досліджуваної теми.

Отриманий на даному етапі матеріал став основою написання першого розділу кваліфікаційної роботи, а також окремих пунктів третього розділу, в яких передбачалося наукове обґрунтування змісту і спрямованості тих чи інших експериментальних досліджень.

2.2.2. Педагогічні спостереження

Проведено педагогічні спостереження з метою визначення етапів розвитку колективів, їх особливостей, особливостей управління ними, аналізу можливості комплектування екіпажів зі спортсменами груп з урахуванням неформальної структури колективу.

Спостереження проводилися в природних умовах навчально-тренувальних занять та спортивних змагань.

В ході педагогічних спостережень розглядалися:

- ✓ етап розвитку колективу, дисциплінованість, лідери в групі;
- ✓ працездатність, активність, зацікавленість і віддача веслярів, ставлення до тренувань, видимі відносини з товаришами;
- ✓ діяльність тренера при проведенні занять (вибір форм організації занять, особливості управління групою, організаторські прийоми);
- ✓ наявність зв'язку комплектування екіпажів з взаємовідносинами в колективі, прийоми тренера при складанні підгруп на заняттях, при плануванні створення екіпажу.

2.2.3. Контрольно-педагогічне тестування

Для визначення впливу соціально-психологічних критеріїв комплектування командних екіпажів формувалися чотири експериментальних варіанти четвірок. Проведено тестування з використанням командних вправ, контрольного проходження відрізків, контрольного змагання серед команд і опитування спортсменів про їх командну діяльність (усього 10 параметрів, приведених до єдиної оцінки за допомогою бально-рейтингової системи, для кожної команди).

Тест №1: естафета біг 4х100м. Визначається місце команди.

Тест №2: гра в баскетбол 4х4. Проводиться кілька турів по 15 хв. (розподіляються командні місця).

Тест №3: перетягування каната 4х4. Проводиться кілька турів.

Тест №4: виконуються синхронні присідання (10 разів) в колоні по 4 особи, руки на плечах члена по команді, що стоїть попереду.

Визначається якість виконання вправи в балах (1 – високий показник, група швидко організувалася, виконала вправу чітко, злагоджено, без розривів ланцюга, 2 – група швидко організувалася, виконала вправу не зовсім чітко, не зовсім злагоджено, іноді розриваючи ланцюг, 3– група

погано організувалася, виконала вправу не чітко, не злагоджено, часто розриваючи ланцюг, 4 – вправу виконати не вдалося).

Тест №5: контрольне проходження дистанції в четвірках 3х500м. Фіксується час проходження кожного відрізка, розподіляються місця команд в кожній серії по часу.

2.2.4. Соціометрічні дослідження (опитування)

Опитування №1 веслярів про задоволеність діяльністю команди. Загальнокомандне думку оцінюється в балах (1 - абсолютно задоволені, 2 - скоріше задоволені, ніж ні, 3 - скоріше не задоволені, ніж так, 4 - зовсім не задоволені).

Опитування №2 спортсменів про перспективність такого складу команди. Загальнокомандне думку оцінюється в балах (1 - абсолютна віра в команду, в її подальші успіхи, 2 - швидше команда збережеться, ніж ні, 3 - скоріше команда розпадеться, 4 - зовсім життєздатна команда, не зможе в подальшому ефективно виконувати свої завдання).

Друга батарея тестів була наступною.

Підгрупам було запропоновано виконати 4 фізичних вправи, простих з технічного боку, але таких, що потребують певного рівня організації:

Вправа №1. Перемістити шведську лавку з одного кінця спортивного залу в інший, задіявши всіх членів команди;

Вправа №2. Виконати синхронні присідання (10 разів) з вихідного положення стоячи в колону, руки на плечах члена по команді, що стоїть попереду.

Вправа №3. Синхронні нахили одночасно всіма членами команди, стоячи в шеренгу, руки покладені на плечі того, хто стоїть поруч.

Вправа №4. З вихідного положення стоячи в колону і тримаючи в лівій руці одну гімнастичну палицю, передати синхронно палицю в праву руку над головою.

У цих вправах випробувані повинні об'єднатися в біомеханічну систему і виконати одні й ті ж дії. При однакових рухах необхідно зорієнтуватися на створення внутрішньої рольової структури (хто буде очолювати колону, хто буде задавати темп, напрямок виконання вправи, створювати узгодженість між усіма членами підгрупи).

При виконанні кожної вправи кількісно оцінювалися 2 показника:

1. Час від моменту оголошення завдання до початку його організованого виконання (до руху з лавкою в певному напрямку, до прийняття вихідного положення і початку злагоджених дій в інших вправах), в секундах.

2. Якість виконання завдання, що оцінюється за 5-бальною системою (1 – завдання повністю не вийшло виконати, 2 - завдання виконано з відсутністю синхронності, з розривами біомеханічної ланцюга, 3 - завдання виконано зі значними відхиленнями в синхронності, 4 - завдання виконано з незначними недоліками, 5 - завдання виконано правильно, швидко, точно, синхронно)

Також для вивчення внутрішньої мотивацій веслярів, ми проводили опитування «Чи хочете ви продовжувати заняття веслувальним спортом?» і «Чи хочете ви бути в визначеному для вас екіпажі?», «Чи можете ви виконувати визначену для вас роль в екіпажі і бути корисним його складу?». Було запропоновано відповісти так чи ні.

2.2.5. Педагогічний експеримент

У педагогічному експерименті взяли участь 2 групи веслярів ($n = 20$ осіб).

Веслярі експериментальної групи (ЕГ) тренувалися і виступали в постійних екіпажах, а спортсмени контрольної групи (КГ) були підібрані в підгрупи по четверо і по двоє випадковим чином.

Підгрупи виконували на суші вправи в зчепленні і взаємозалежні предметом, оцінювалася і порівнювалася швидкість організації виконання вправи в підгрупах і якість виконання.

Визначили 6 критеріїв комплектування командних човнів і їх оцінку за п'ятибальною шкалою.

Експериментальна група (ЕГ) складалася з веслярів 3-4 року навчання (етап попередньої базової підготовки), які тренувалися на протязі року в одному складі (в четвірках і двійках) і мають сформовану структуру всередині екіпажу.

Контрольна група (КГ) складалася з веслярів такого ж віку і кваліфікації, що не відрізняються за рівнем підготовленості, але зібраних по підгрупах (по четверо і по двоє) випадковим чином, які не працювали раніше разом в такому складі.

В формуючій частині були проведені наступні дослідження.

В ЕГ запропонована методика була відображена в робочих навчальних планах, а також при поточному плануванні в формі конкретних завдань, засобів і методичних прийомів.

Поряд з традиційними процедурами формування команд в гребному спорті на практиці (представлені в КГ), в ЕГ ми використовували широкий спектр педагогічних процедур в підготовчому періоді, спрямованих на розвиток колективу, «спрацьовування» спортсменів по парам, четвіркам, вісімокам, відповідно з можливими варіантами екіпажів в основному періоді. У змагальному періоді використовували в ЕГ запропонований нами метод оцінки критеріїв комплектування для етапу попередньої базової підготовки, корекцію відносин в колективі в напрямку спільної діяльності, а також досягнення узгодженості в екіпажах різних сторін підготовленості спортсменів. Ці додані процедури, в комплексі з традиційно

використовуваними, відображають практичне використання запропонованої нами методики формування екіпажів на етапі попередньої базової підготовки.

Крім того, нами було впроваджено в процес формуючого експерименту методики командоутворення, так званого тімбілдингу.

Засобами тімбілдингу виступали незвичайні ситуації, які навмисно створювалися тренером. У кожному разі тренер прагнув протиставити команді інші види ролей, з якими вони могли б впоратися тільки разом. Якщо вони діяли як команда, в якій кожен її член бачив себе і своїх партнерів, що діють заодно в цій ситуації, то це допомагало їм встановлювати взаємини з партнерами, і команда робила новий крок в своєму розвитку [16].

Під час навчально-тренувальних зборів спортсменам також були запропоновані різні ситуації в незвичних умовах, де поряд зі спеціальними тренуваннями члени команди випробовували свої сили в інших видах діяльності. При цьому кожен член команди у важкій і незвичайної для нього ситуації залежав від вкладу ще кого-небудь для досягнення спільної мети.

Ефективність застосування використаного комплексу процедур оцінювали в декількох напрямках:

1. досягнення спортсменами КГ і ЕГ запланованих спортивних результатів;

2. визначення рівня соціалізації в спорті веслярів КГ і ЕГ, як характеристики «залученості» початківців навчально-тренувальний процес, їх зацікавленості веслувальним спортом, адаптації спортсменів в умовах гребних команд. За Е. П. Ільїним (2010) про рівень соціалізації в спорті можна судити за показниками мотивації до досягнень, самооцінці і рівню домагань спортсмена. Крім цих характеристик використовували оцінку психологічного клімату в групі, як узагальнений показник комфорту і привабливості даного колективу для спортсменів;

3. порівняння педагогічних чинників в ЕГ і КГ, пов'язаних з успішністю діяльності груп, з перспективністю, з оцінкою спортсменами своєї роботи. А також зі стійкістю груп і відсіювання спортсменів.

Тест «Атмосфера в групі» [21] дозволив нам визначити мікроклімат в середині екіпажу, який визначає самопочуття кожної особистості, її задоволеність групою і комфортності перебування в ній.

Також на цьому етапі, який тривав один місяць і проходив в природних умовах, спортсмени дослідної групи продовжували два рази в тиждень гребти під сигнали звукового лідера. Систематично на заняттях практикувалося веслування з закритими очима і виконувалися пересадки всередині команди. На початку і в кінці першого етапу в басейні, а також в кінці другого етапу на воді за допомогою 4-хвилин-ного тесту, що моделює проходження змагальної дистанції, проводилося визначення рівня спрацьовування екіпаж по ритмічності рухів членів екіпажів.

2.2.6. Статистична обробка результатів дослідження

Статистичний аналіз фактичного матеріалу проводився з метою об'єктивної оцінки результатів дослідження.

Отримані в ході експерименту результати були піддані математико-статистичної обробки.

Для кожного з досліджуваних показників розраховувалося середнє арифметичне значення ($\bar{X}$), дисперсія і стандартне відхилення, середня помилка і ін., метод виявлення відмінностей в рівні і розподілі досліджуваних ознак (t - критерій Стьюдента), кореляційний аналіз.

Для середньої арифметичної використовувалась наступна формула:

$$\bar{X} = \frac{\sum V}{n};$$

де $\bar{X}$ - середня арифметична;

Σ - знак підсумку;

V – значення варіанти;

n – кількість випадків.

Дисперсія вираховувалась за формулою:

$$s^2 = \frac{\sum (X - X_i)^2}{n-1}$$

Стандартна помилка середнього арифметичного значення (m) вираховували за допомогою формули:

$$m = \pm \frac{\sigma}{\sqrt{n-1}};$$

де $\sqrt{n-1}$ - число ступенів свободи.

Критерій достовірності Стьюдента:

$$t = \frac{|\bar{x} - \bar{y}|}{\sqrt{\frac{s_x^2}{n} + \frac{s_y^2}{n}}}$$

Де n – обсяг вибірки,

Σ – підсумок,

x, y – експериментальні дані

S_x, S_y – дисперсія.

При оцінці статистичних гіпотез виходили з 5% рівня значущості ($p < 0,05$).

Коефіцієнт кореляції представлений у вигляді формули:

$$r = \frac{ad - bc}{\sqrt{(a+b)(b+c)(c+d)(d+a)}};$$

Слід зазначити, що:

- якщо коефіцієнт кореляції дорівнює нулю, то зв'язок між властивостями відсутній;

- якщо коефіцієнт кореляції дорівнює 1, то зв'язок між властивостями настільки великий, що стає функціональним та відображає взаємний вплив властивостей, тобто це має вигляд закономірності;
- абсолютна величина коефіцієнта кореляції не виходить за межі інтервалу від нуля до одиниці ($0 \leq r \leq 1$). Чим коефіцієнт кореляції ближче до 0, тим зв'язок тісніший;
- знак коефіцієнту кореляції “+” означає пряму кореляцію, знак “–” зворотню. Зворотня кореляція – це явище, коли збільшення однієї властивості викликає зменшення іншої та навпаки.

Отримані результати дослідження обчислювались на персональному комп'ютері з використанням пакета статистичних прикладних програм Excel.

Таким чином, ми визначили інформативний комплекс методів дослідження, які дозволяють заміряти параметри, що становлять для нас науковий інтерес і оцінити ефективність розробленої методики.

РОЗДІЛ 3
РЕЗУЛЬТАТИ АПРОБАЦІЇ ЗАХОДІВ З
ФОРМУВАННЯ ВЕСЛУВАЛЬНИХ ЕКІПАЖІВ НА ЕТАПІ
ПОПЕРЕДНЬОЇ БАЗОВОЇ ПІДГОТОВКИ

Дослідження питання підвищення результативності змагальної діяльності (за рахунок покращення якості спільної діяльності членів веслувального екіпажу) при комплектуванні екіпажу з веслувальників, які вже з початку схильні до спільної діяльності є запорукою майбутніх успіхів команди. Тому вивчаючи цю проблему ми встановили наступне.

Констатувальний експеримент з виконання батареї тестів, що оцінювались за двома критеріями показав наступне (табл. 3.1).

Таблиця 3.1

Показники	$x \pm m$		p
	ЕГ	КГ	
Час організації спільних дій (сек)	10,82 $\pm$ 1,11	25,17 $\pm$ 2,76	<0,001
Якість виконання спільних дій (5-бальна система)	4,5 $\pm$ 0,15	3,1 $\pm$ 0,26	<0,001

Як бачимо з табл. 3.1, веслувальники, що тренуються в одному екіпажі, витрачають достовірно менше часу на організацію виконання завдань, які потребують спільного рішення задач, ніж веслярі випадкових підгруп ($p < 0,001$).

Спортсмени, що тренуються в одному екіпажі, достовірно більш ефективно виконують завдання зі спільною взаємозалежною діяльністю, ніж ті, що випадково дібрані до екіпажу, тобто це ті екіпажі, котрі склали КГ ($p < 0,001$).

Реальний рух до спільної мети може виникнути в разі, якщо кожен член команди перейметься нею і почне працювати в цьому напрямі. Тільки при досягненні такого стану все, що робиться в команді, почне дійсно просувати її до оптимальної спортивної діяльності, а плідна взаємодія почнеться тільки при виникненні взаємин між членами і командою, яку вони складають.

Тому більш детальне вивчення інформації про виконання тестів, вказало на те, що безперечно двом членам екіпажу вправлятися з завданням значно легше, але і якість і швидкість команди залежить саме від здатності спортсменів працювати спільно.

Дослідження виконання тих же тестів, але з точки зору кількісної характеристики спільної діяльності вказало наступне (рис.2).



Рис. 2. Характеристики спільної діяльності веслярами ЕГ та КГ

За даними рис.2, видно, що в ході виконання вправ веслярів, які виконували завдання в парах, справлялися із завданням швидше і легше, ніж веслувальники четвірок, швидше вирішували питання про лідерство-підпорядкування.

Проведене усне опитування спортсменів, дозволило говорити про вміння вирішувати спільні завдання краще використовується спортсменами ЕГ.

Так спортсмени, що тренуються в одному екіпажі, користувалися рольової схеми своєї команди - керував діями загребний, що є лідером. У випадкових підгрупах спортсмени «розривалися» у своєму ставленні до того, кого слухати. До четвертого завдання спортсмени, об'єднані в випадкові підгрупи, підійшли вже більш впевненими і наголосили на тому, що їм просто не вистачило спілкування разом і роботи саме в такому складі. Веслярів сформованих екіпажів прагнули підпорядкувати свої відносини головній меті – швидкому виконанню завдання, для чого зуміли

самоорганізуватися. У той час як веслярі контрольних груп настільки захоплювалися вирішенням проблеми організації при виконанні завдання, що рухова частина для них що рухова частина для них відходила на другий план. Таким чином, коректно сформована соціально-психологічна структура прискорює рішення тренувальних завдань.

В ЕГ аналіз питання «Чиєю заслугою є перемога команди в так званих змаганнях?» Показує, що 75% респондентів перемогу команди віддають самій команді, не виділяючи в ній рольових складових. Безумовно, це важливий показник розуміння того, що ця команда єдина і всі вважають свій внесок рівноцінним. Не менш значущим є і те, що команда розуміє роль тренера в підготовці команди (30%). Така оцінка тренерського участі здатна надавати синергію командному успіху.

В КГ відповіді на це питання вказують на невизначеність спортсменів, щодо спільної діяльності і перевага надається більш розподілу ролей в команді.

Через те ми можемо, вказати на наявність в ЕГ групі стійкої внутрішньої групової структури, яка дозволяє більш ефективно виконувати групові завдання членами екіпажу в інших умовах (поза човном). Це, в свою чергу, дає підставу використовувати спеціальні групові вправи на суші зі збереженням біомеханічної складової (вправи в зв'язці, з одним предметом) для прискорення «спрацьовування» команди, для моделювання рольового розподілу і соціальних відносин в човні.

Подібні завдання, в яких використовуються спільні вправи на суші при об'єднанні спортсменів в систему між собою або інвентарем (синхронні дії в зв'язці, перетягування каната, різні спільні переміщення вантажів, спільне управління чим-небудь) доцільно використовувати на різних етапах комплектування екіпажу і в процесі роботи з організованою групою.

Практика роботи з командою дає приклади [44, 54, 57] того, як можуть бути втілені описані вище принципи і процеси створення впевненості і розподілу ролей.

З аналізу літератури і власних спостережень практичного досвіду було зроблено висновок, що соціально-психологічний компонент має вагоме значення при роботі з веслярами на етапі попередньої базової підготовки. Приватні завдання на цьому етапі дослідження – вивчити роль цього компонента при формуванні екіпажів з числа новачків.

У педагогічному експерименті з групи 3-го року навчання були сформовані 4 варіанти екіпажів четвірок, які відрізнялися своєю соціально-психологічної узгодженістю по відношенню до інших критеріїв (рис. 3).

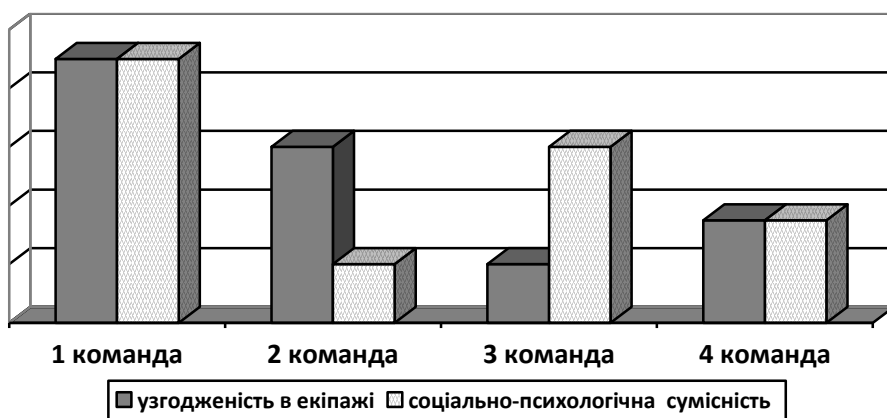


Рис.3. Співвідношення соціально-психологічної сумісності і узгодженості в досліджуваних екіпажах

Перший екіпаж (I) має високу оцінку за всіма критеріями (використана оцінна карта Баранової М.), включаючи соціально-психологічну узгодженість за додатковими пунктами оціночної карти.

Другий екіпаж (II) має низький рівень соціально-психологічної узгодженості, але відмінно підібраний за критеріями фізичної, технічної, тактичної, теоретичної підготовленості, по вихідним якостям спортсменів.

Третій екіпаж (III) має високий рівень соціально-психологічної узгодженості при узгодженості інших критеріїв нижче середнього.

Четвертий екіпаж (IV) має середній рівень узгодженості всіх критеріїв комплектування командних човнів.

Означені чотори екіпажі стартують у гонці на 1000м, визначаються зайняті місця.

Таблиця 3.2

Екіпажі	Зайняті місця в гонці	Середнє значення		p
		$X \pm m$	σ	
1	1	1,3 $\pm$ 0,15	0,46	<0,05
2	3	3,4 $\pm$ 0,16	0,51	<0,05
3	4	2,9 $\pm$ 0,32	0,95	<0,05
4	2	2,3 $\pm$ 0,3	0,8	<0,05

Як видно з таблиці 3.2, кращі результати показала команда, в якій у наявності значна узгодженість за всіма критеріями комплектування командних човнів, даний екіпаж отримав не тільки високу оцінку, але і зайняв 1 місце в змаганнях.

Низький результат командної діяльності показав екіпаж, в якому відсутня соціально-психологічна сумісність. При цьому самі веслувальники незадоволені командою і не бачать у неї майбутнього. Не володіючи «командним духом», цей екіпаж виявився не здатний вирішувати поставлені завдання, незважаючи на те, що спектр інших спортивно важливих якостей сприяв успішній діяльності, негативний результат виявився на нашу думку з огляду на те, що випробовувані знаходяться в підлітковому віці, а краще сказати в перехідному віковому періоді, коли особисті симпатії-антипатії можуть бути важливіше командного результату.

У більш вигідній ситуації опинилася команда, що має середній рівень узгодженості за всіма критеріями. Веслярі цієї команди бачать перспективи подальшого розвитку для себе, домагаються рідкісних успіхів в командній діяльності, але критично до них відносяться.

Останнє місце в змаганнях посіла команда, сформована з веслярів з різним рівнем фізичної, технічної, тактичної і теоретичної підготовленості, але що володіють високою груповий сумісністю. Спортсмени задоволені

свою команду, вважають за краще зберегти її, але це згуртування сфокусовано не на досягнення високих результатів, а на досягнення соціально-психологічної комфортності. Спортсменам необхідно вказати на відсутність результатів, незважаючи на те, що вони задоволені собою, стимулювати їх до тренувальної роботи з партнерським типом відносин. Спортивні принципи вимагають перекомплектувати таку команду, але для етапу попередньої базової підготовки екіпажі такого типу виправдані, якщо є можливість зрівняти спортсменів за видами підготовки в ході тренувального процесу.

Отримані в ході експерименту результати дозволяють стверджувати, що при відсутності можливості підібрати спортсменів в екіпаж, що відповідають принципу узгодженості за всіма критеріями комплектування, тренеру необхідно орієнтуватися на усереднений варіант. Слід уникати соціально-психологічної несумісності при наявності всіх задатків команди за видами підготовки, як і не робити соціально-психологічну сумісність самоціллю.

Крім поставлених перед спортсменами завдань у вигляді виконання запланованого результату оцінка ефективності запропонованої методики проводилася за рівнем підготовленості випробовуваних КГ і ЕГ, також оцінювався психологічний клімат колективу, рівень мотивації до успіху (до і після експерименту), рівень домагань веслярів (ознаки успішності діяльності в даній групі).

Зокрема, серед досліджуваних груп спостерігався помірний зв'язок між згуртованістю і спортивною продуктивністю (0,338), а також відсутність зв'язку між згуртованістю і соціально-психологічної успішністю (0,023).

При вихідному тестуванні підготовленості випробовуваних обох груп відмінностей виявлено не було ($p > 0,05$).

Наприкінці експерименту поліпшився результат на гребному ергометрі, як в ЕГ ($p < 0,01$), так і в КГ ($p < 0,005$). Однак за рівнем підготовленості випробовуваних КГ і ЕГ після експерименту відмінностей також не виявлено ($p > 0,05$).

Психологічний клімат колективу в обох групах у вихідному тестуванні оцінювали як нестійкий, але сприятливий. В КГ цей показник був вище, ніж в ЕГ ($p < 0,01$). В кінці експерименту у випробовуваних ЕГ оцінили психологічний клімат як сприятливий ($p < 0,005$), а у веслярів КГ як і раніше як нестійкий сприятливий ($p > 0,05$).

Вихідний рівень мотивації до успіху був помірно високим в обох групах ($p > 0,05$). До закінчення експерименту мотивація на успіх в ЕГ стала вище, ніж в КГ ($p < 0,001$), але залишилася помірно високою ($p > 0,05$). У КГ після експерименту знизився рівень мотивації до успіху ($p < 0,005$), наблизився до низьких значень.

До експерименту в обох групах веслярі проявляли помірний рівень домагань ($p > 0,05$). В кінці експерименту випробовувані ЕГ стали проявляти високий рівень домагань ($p < 0,001$). Рівень домагань в КГ залишився помірним ($p > 0,05$). Рівень домагань в ЕГ в кінці річного циклу виявився вищим, ніж в КГ ($P < 0,05$).

Оскільки в рівні підготовленості окремих членів екіпажів ЕГ і КГ як до, так і після експерименту достовірних відмінностей не виявлено, при цьому встановлено більш успішне виконання тренувальних і змагальних завдань спортсменами експериментальної групи, то можна говорити про те, що запропонована методика впливає саме на колективну продуктивність.

Також нами розглядалися окремі педагогічні результати, такі як рівень розвитку колективу до кінця річного циклу, перспективи груп на наступний тренувальний сезон, спортивні результати екіпажів, скомплектованих з веслярів даних груп, ступінь задоволення тренувальним процесом (табл. 3.3).

Таблиця 3.3

Виразність педагогічних факторів, пов'язаних з успішністю діяльності в ЕГ і КГ

Показники	ЕГ	КГ
Ознаки сформованості колективу	В наявності всі	В наявності 50%
Стійкість сформованих екіпажів	Екіпажі в повному складі продовжили виступ в наступному сезоні	Екіпажі переформовані за складом
Характер відносин в командах	Стабільна високоорганізована зовнішня і внутрішня структура	Не має стабільності
Рівень підготовленості веслярів	Середній	Середній
Спортивні результати	Високі	Низькі
Ступінь задоволеності веслярів власними результатами	Високий	Не задоволені
Ступінь задоволеності веслярів колективом	Висока (в повній мірі)	Середня

Тест «Атмосфера в групі» дозволив нам визначити мікроклімат в середині екіпажу, який визначає самопочуття кожної особистості, її задоволеність групою і комфортності перебування в ній.

Тож результати були наступні:

- 1) показники доброзичливості збільшилися на 0,6 бала;
- 2) узгодженості на 2,2 бала;
- 3) взаєморозуміння на 2,7 бала;
- 4) спрацьованість на 2,7 бала;
- 5) взаємоповага на 3,2 бала;
- 6) зацікавленість на 2,4 бала;
- 7) продуктивність на 1,2 бала;
- 8) самовіддача на 0,4 бала;
- 9) цілеспрямованість на 3,7 бала.

В КГ означені показники були протилежними і були достовірно нижче і знаходилися в межах 3-5 балів.

Приріст результатів стався і з вимірювання соціально-трудої активності (тест Ю. П. Платонова) [49], який використовувався з метою виявлення оцінок групи, які сприяють формуванню сприятливих умов в спортивному колективі, як для всього колективу, так і для особистості в цілому:

- за шкалою колективності приріст в ЕГ дорівнював 31,6%, в КГ – 5,8%. Дана шкала дозволяє нам визначити здатність групи до спільного досягнення результату діяльності, до створення відносин взаємодопомоги і підтримки;

- за шкалою інтегративності приріст в ЕГ – 23,5%, в КГ зменшився на 0,3%, шкала інтегративності розкриває способи, що застосовуються в групі для створення спільності, єдності цілей та інтересів, внутрішньогрупових норм і традицій;

- за шкалою організованості приріст показників в ЕГ становив 33,1%, а в КГ – 3,6%, що свідчить про рівень самоорганізації групи, ступеня старанності, дисципліни, і вимогливості як до себе, так і до інших.

Експериментальна група в цілому до кінця сезону представляла собою повноцінний колектив, чого не можна сказати про КГ. Екіпажі, сформовані з числа спортсменів ЕГ, продовжили виступ в основному сезоні наступного річного циклу. У КГ були сформовані нові за складом екіпажі.

Не дивлячись на те, що істотних відмінностей в рівні підготовленості обох груп не виявлено і веслярі тренувалися за єдиним планом, спортивні результати ЕГ виявилися вищими.

Випробовувані ЕГ до кінця сезону мали кращу характеристику по спортивні розряди.

За результатами референтометрії нами була складена соціограма, яка показала, що неформальна структура взаємовідносин в ЕГ має тенденцію до

поліпшення в міру проведення експерименту. У той час як несприятливі внутрішньо групові відносини можна спостерігати в колективі веслярів КГ.

Також нами було виявлено, що чим вище соціометричний індекс згуртованості по емоційному критерієм, тим вище він і по діловому показником ($p < 0,001$). Зв'язки між обома видами соціометричною згуртованості з ефективністю спортивної команди виявлено не було.

Отримані дані узгоджуються з концепцією А.В. Петровського [48] і підтверджують її справедливості щодо продуктивності екіпажів ЕГ.

В результаті спрямованої роботи в басейні було отримано зменшення величини в досліджуваних групах ($p < 0,001$), в контрольній достовірних змін в не виявлено. Проходження дистанції з змагальної швидкістю в кінці другого етапу експерименту підтвердило відмінності між групами за величиною t_b .

Вісімка і четвірка розпашні, сформовані з веслярів дослідної ЕГ, виграли юнацькі змагання у команд, складених з веслярів контрольної групи.

В результаті спрямованої роботи в басейні було отримано покращення ритмічності рухів та спрацьованості команди ЕГ ($p < 0,001$), в контрольній групі достовірних змін не виявлено. Проходження дистанції з змагальної швидкістю в кінці другого етапу експерименту підтвердило відмінності між групами ($p < 0,001$).

Використання в тренуваннях керуючих сигналів звуколідера в поєднанні з періодичним відключенням зорового контролю і зміною відстані від загібного сприяє зменшенню величини неузгодженості дій членів команди.

Визначення індексу згуртованості до і після впровадження в тренувальний процес вправ на командоутворення надало такі дані. Так наприкінці експерименту індекс згуртованості в екіпажах ЕГ склав вже не 41%, як на початку досліджень, а 85,4% (рис. 4), у показниках індексу це 0,24 на початку і 0,47 наприкінці (максимальне значення індексу згуртованості за даними літератури може складати 0,5).

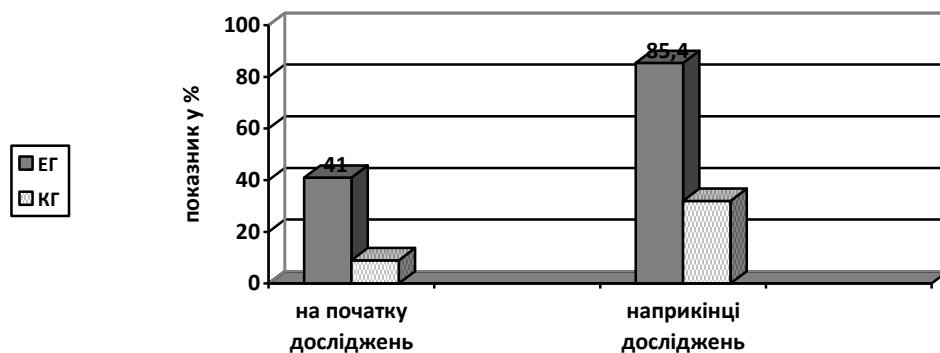


Рис.4. Динаміка зміни показника індексу згуртованості в ЕГ та КГ

Дані представлені на рис.4 вказують на те, що згуртованість в ЕГ збільшилась і запропонована методика надала позитивні результати.

Отримані результати дозволяють зробити висновок про те, що чим вище рівень соціально-психологічного розвитку команди, тим вона ефективніша.

При комплектуванні збірних екіпажів нами для практичної роботи обиралися два шляхи:

- 1-й - посилення існуючого екіпажу,
- 2-й - формування нових команд.

У першому випадку в екіпажі проводилася заміна до 40% складу (один в екіпажі четвірки) зі збереженням загрібного команди.

Комплектування нових екіпажів здійснювалося декількома шляхами в залежності від поставлених перед тренером завдань:

- комплектування більшого екіпажу (четвірок) на базовій основі дрібних човнів (двійок) введенням в їх склади найсильніших спортсменів з інших команд,
- комплектування дрібніших екіпажів (двійок) з найсильніших спортсменів одного більшого екіпажу (четвірки),
- комплектування екіпажів з окремих, найсильніших спортсменів або пар спортсменів, що раніше разом не виступали.

Результати були наступні.

Таблиця 3.4

Показники підготовленості та ознаки успішності діяльності спортсменів за результатом виконання контрольного завдання (гребний ергометр, 1000м), сек

Час	Показники		p
	$\bar{x} \pm m$	σ	
До пересадки	245,08 $\pm$ 4,23	12,65	<0,01
Після пересадки	225,50 $\pm$ 3,06	10,62	

За даними табл.3.4, видно, що за допомогою означених вище способів комплектування екіпажів веслярів показники виконання контрольного завдання значно покращилися, що вказує на ефективність даних заходів.

Встановлено, що за час педагогічного експерименту рівень внутрішньої мотивації підвищився у всіх групах (контрольній та експериментальній). При цьому зростання рівня внутрішньої мотивації зріс з 20,9% до 28,8% наприкінці досліджень в КГ, а в ЕГ з 36,2% до 53,7% наприкінці.

Висновки до третього розділу

Узагальнивши теоретичні дані з проблеми комплектування екіпажів, досвід практики і власні емпіричні дослідження, ми представили комплекс заходів формування екіпажів веслярів на етапі попередньої базової підготовки.

Впровадження експериментальної методики в роботу з групами веслярів 3 – 4 –го року навчання дозволило підійти до процесу комплектування команд на даному етапі системно і аргументовано, чого не було раніше. Доцільність застосування методики заходів з комплектування

екіпажів веслярів доведено результатами виступу сформованих екіпажів веслувальників на змаганнях, високими показниками ознак успішності діяльності веслярів в експериментальній групі. А також цілим рядом отриманих педагогічних результатів.

Проведене дослідження показало, що для етапу попередньої базової підготовки формування екіпажів має здійснюватися протягом усього річного тренувального циклу, оскільки зачіпає цілий ряд організаційних, тренувальних, виховних завдань, як в підготовчому періоді, так і в змагальному.

Для етапу попередньої базової підготовки велике значення мають вихідні якості спортсменів і соціально-психологічна узгодженість.

Необхідність роботи по формуванню екіпажів на означеному етапі підготовки протягом усього річного макроциклу обумовлена також становленням колективу юних веслярів, формуванням і розвитком інтересу до заняття веслувальним спортом, селективним відбором шляхом комплектування команд.

Запропонована методика дозволяє перестати стихійно комплектувати екіпажі в процесі попередньої базової підготовки незадовго до змагань, що до сьогодні відбувалося в сучасній практиці.

В результаті використання системного підходу до формування екіпажів на етапі попередньої базової підготовки, застосування принципів корпоративності сприяло підвищенню інтересу до занять веслувальним спортом серед початківців. Інтерес до заняття спортом пов'язаний з мотивацією, через три рушійні мотиватори – це «хочу», «можу» і «повинен». Для початківців домінуючим буде «хочу». Закріплення його – головне завдання тренера. Спонування саме через роботу в команді (потреба виражати себе через команду) цього «хочу» є найбільш дієвим і ефективним для молодих веслярів. А позитивний емоційний командний настрій буде стимулювати силу мотиву.

Розроблена технологія формування команд, використовуючи теоретичний і науково-технологічний потенціал веслувального спорту в питаннях комплектування екіпажів, конкретизує аспекти комплектування для етапу попередньої базової підготовки.

Таким чином, системний механізм комплектування екіпажів доповнює теоретичні основи веслувального спорту. Представлений методичний матеріал з питань формування може бути актуальним і для інших етапів багаторічного тренувального процесу при встановленні специфічних домінант для кожного етапу. Це визначає нові проблеми і подальші перспективи у вивченні означених питань. Такий підхід дозволяє виділяти комплектування екіпажів в теорії гребного спорту, як специфічний процес, що вимагає свого розділу для вивчення і висвітлення, чого не робилося раніше.

ВИСНОВКИ

В ході проведення досліджень та вирішення поставлених в роботі завдань були отримані педагогічні результати, які дозволяють сформулювати наступні висновки.

1. За класифікацією веслування відноситься до командних видів спорту і «командність» за визнанням багатьох авторів специфічна, а в командних човнах, в тому числі навчальних, виступає до 87% спортсменів не кваліфікаційних і юнацьких розрядів.

2. Проведене дослідження свідчить про те, що формування веслувального екіпажу є складним процесом, особливістю якого є комплексність застосування критеріїв на основі сумісності. Це пов'язано, насамперед, із певним видом командної діяльності в спорті, де всі члени команди об'єднані в єдину систему рухів усередині одного човна. Для такого виду діяльності провідними є функціональна, психологічна, психофізіологічна, морфологічна та біомеханічна сумісність.

3. Виявлено достовірні відмінності ($p < 0,001$) у виконанні вправ в зчепленні на суші веслярами одного екіпажу і веслярами випадкових підгруп, що вказує на формуючу роль соціального фактора на етапі початкової підготовки.

4. Доведено ефективність експериментальної системи заходів щодо формування веслярів на етапі попередньої базової підготовки. Застосування розробленої методики формування екіпажів в групі попередньої базової підготовки підвищило командну результативність в експериментальній групі, незважаючи на те, що індивідуальних відмінностей в рівні підготовленості спортсменів експериментальної і контрольної груп не виявлено ($p > 0,05$). Розроблена методика формування екіпажів в групі початкової підготовки сприяє поліпшенню психологічного клімату колективу і екіпажів ($p < 0,05$), зростанню мотивації до успіху ($p < 0,001$). Успішність діяльності спортсменів в групі, соціалізація початківців у веслувальному спорті завдяки комплектуванню команд і привабливість спортивного колективу для веслярів є факторами, що підвищують ефективність навчально-тренувального процесу на етапі попередньої базової підготовки веслярів.

ПРАКТИЧНІ РЕКОМЕНДАЦІЇ

Вважаємо, що отримані в ході досліджень висновки доцільно використовувати в роботі ДЮСШ та СДЮСШОР.

Результати педагогічних експериментів тренерам слід впровадити в селективний відбір на етапі попередньої базової підготовки веслярів через формування екіпажів веслярів-початківців. Їх втілення буде сприяти закріпленню інтересу до занять веслувальним спортом початківців через роботу в команді і може підвищити стабільність чисельного складу тих, хто займається, на корекцію мотиваційної сфери юних веслярів. А також на раціоналізацію підготовки веслярів в базовому періоді і ефективність колективної продуктивності в основному періоді.

Доцільно і продуктивно втілювати в процес тренування заходи на командо утворення.

У підготовчому періоді річного циклу основна робота по формуванню екіпажів серед новачків у веслувальному спорті повинна зводитися до встановлення необхідного балансу між зовнішньою і внутрішньою структурою колективу. Для цього доцільно включити такі прийоми, як: корекція тренувального процесу з урахуванням індивідуальних особливостей властивостей нервової системи і темпераменту; діагностика міжособистісних відносин, визначення активу групи, лідера; проведення занять на суші з урахуванням передбачуваних варіантів екіпажів (завдання в парах, четвірках, вісімка); встановлення відмінностей у відносинах дружби і робочого співпраці. А також використання підвідних і імітаційних вправ на суші, що прискорюють становлення внутрішньої структури веслувального екіпажу і сприяють надалі спрацюванню команди в основному періоді. До таких командних вправ веслярів можна віднести вправи з об'єднанням спортсменів в біомеханічну систему (як в човні) між собою або інвентарем: вправи зі зчепленням веслярів парами, четвірками, вісімками в колоні, в шерензі; виконувані підгрупою з одним предметом (палиця, скакалка, гімнастична лава тощо); перетягування канату; спільне переміщення вантажів; спільне

управління чим-небудь. Використовуючи ігровий метод тренування моделювати рольові позиції веслярів в майбутніх екіпажах, створювати ситуації здорової конкурентної боротьби. Спортсмени одного екіпажу повинні мати ідентичні мотиваційні установки, для чого раціонально використання в підготовчому періоді доказів переваги однієї мотивації над іншою.

Отримані в дослідженні висновки доцільно використовувати в курсі читання лекційного матеріалу з теорії та методики обрання виду спорту (водні види).

Окремі положення дослідження використовувати в роботі на інших етапах багаторічного тренувального процесу веслярів при розставлених специфічних домінантах для кожного етапу.

СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ

1. Амплеева В. В. Психология общения в спорте: учебно-методическое пособие / В. В. Амплеева, Д. И. Сурнин. – 2-е изд., испр. и доп. – Тольятти: ПВГУС, 2012. – 132 с.
2. Бабушкин Г.Д. Психологическая совместимость и срабатываемость в различных видах спортивной деятельности / Г.Д. Бабушкин // Теория и практика физ. культуры. – 2005. – № 10. – С. 28-30.
3. Баранова М.В. Методика формирования экипажей в гребном спорте на начальном этапе подготовки: автореф. дис. ... канд. пед. наук / Баранова М.В. – Санкт-Петербург, 2016. – 27 с.
4. Бекаури И.В. Комплектование спортивных команд с различной формой организации совместной деятельности: автореф. дис. ... канд. пед. наук / Бекаури И.В. – М., 1988. – 24 с.
5. Богданова Д.И. Социально-психологическая характеристика спортивного коллектива // Лекции для студентов ИФК. – Л.: ГДОИФК, 1997. – 43 с.
6. Бречко Б. С. Комплектование сборных экипажей / Б. С. Бречко, Н. В. Моржевилов, Е. Б. Самсонов и др. // Академическая гребля: метод. пособие / Под общ. ред. Е. С. Ульрих. – Л.: ЛНИИФК, 1970. – С. 123–128.
7. Бринзак С. С. Прогнозування психологічної сумісності спортсменів у команді (на прикладі ігрових видів спорту): автореф. дис... канд. наук з фіз. виховання і спорту: 24.00.01 / С. С. Бринзак; Нац. ун-т фіз. виховання і спорту України. – К., 2009. – 20 с.
8. Валентинова Н.Г., Медведев В.В. Некоторые проблемы малых групп и спортивных коллективов. // Теория и практика физической культуры. – 1973. – № 1. – С.4 – 7.
9. Войтенко С. М. Аналіз зв'язків групової ефективності з якісними показниками спільної діяльності спортивних команд / С. М. Войтенко // Фізична культура, спорт та здоров'я нації: зб. наук. пр. IX Міжнар. наук.-практ. конф. – Вінниця, 2014. – Вип. 18, т. 1. – С. 367 – 374.

10. Войтенко С. М. Методика підвищення групової ефективності спортивних команд: навч.-метод. посіб. / С. М. Войтенко. – Вінниця: ОЦ ВНАУ, 2015. – 122 с.

11. Володенков В. В., Замотин Т.М. Методика комплектования экипажей в гребном спорте // Вестник спортивной науки. –2016. –№ 3. –С. 60–62.

12. Выготский Л. С. Психология развития человека / Л. С. Выготский. – М.: Смысл; Эксмо, 2005. – 1136 с.

13. Гиссен Л.Д. Психология и психогигиена в спорте (из опыта работы в командах по академической гребле) / Л.Д. Гиссен. – М.: Физкультура и спорт, 1973. – 149 с.

14. Гиссен Л. Д. Психологические основы спортивной подготовки // Гребной спорт: учеб. для инст. физ. культ. / Под ред. И. Ф. Емчука. – М.: Физкультура и спорт, 1976. – С. 219 – 225.

15. Горбунов Г. Д. Психопедагогика спорта – М.: Физкультура и спорт, 1986. – 208 с.

16. Горбунова В. В. Психологія командотворення: Ціннісно-рольовий підхід до формування та розвитку команд: монографія / В. В. Горбунова. – Житомир: Вид-во ЖДУ ім. І. Франка, 2014. – 380 с.

17. Гончаров В. Д. Параметры социально-психологического климата физкультурных групп и коллективов // Теория и практика физической культуры. – 1984. – №12. – С. 30 – 32.

18. Грантынь К. Х. Формы организации занятий // Теория и методика физического воспитания: учеб. для инст. физ. культ. / Под общ. ред. Г. Д. Харабуги. – М.: Физкультура и спорт, 1974. – С. 175–179.

19. Давыдов В.Ю. Отбор юных спортсменов и комплектование женских экипажей в академической гребле с учетом показателей телосложения: дис. ... канд. пед. наук: 13.00.04 / В.Ю. Давыдов. – Киев, 1990. – 302 с.

20. Джемгаров Т.Т., Румянцева В.И. Лидерство в спорте. – М.: Физкультура и спорт, 1983. – 80 с.

21.Дольник Ю. А., Краснопевцев Г. М. О некоторых тестах для отбора гребцов в командные лодки // Совершенствование системы подготовки спортсменов. – Ленинград: ЛНИИФК, 1973. – С. 94 – 98.

22.Дольник Ю. А., Ганженко Ю. В. Педагогическое тестирование командных лодок в гребле на байдарках и каноэ // Гребной спорт: ежегодник. – М.: Физкультура и спорт, 1980. – С. 30 – 32.

23.Донцов А. И. Проблемы групповой сплоченности / А. И. Донцов – М.: Издательство московского государственного университета, 2009. – 220с.

24.Егоренко Л. А. Основные термины и понятия в гребном спорте: Учебное пособие / Л. А. Егоренко; СПбГАФК им. П. Ф. Лесгафта, 1996. – 220с.

25.Жирнов А.В., Бондарь А.А. Сравнительный анализ структуры спортивной тренировки в академической гребле и гребле на байдарках и каноэ // Педагогика, психология и медико-биологические проблемы физического воспитания и спорта. – 2011. – №7. – С. 25 – 28.

26.Жмарев Н. В., Шубин Ю. К., А. К. Чупрун Управление процессом спортивного совершенствования // Гребной спорт. – М.: Физкультура и спорт, 1987. – С. 169 – 204.

27.Земляков В. Е. Особенности комплектования командных лодок в гребле на байдарках / В. Е. Земляков // Организационные и методические основы подготовки гребцов высокого класса: тезисы докладов науч.-практ. конференции (29 сент.-1 окт. 1981г.). – Николаев: [б. и.], 1981. – С. 37–39.

28.Калинин Е. А. О некоторых социально-психологических факторах успешности деятельности спортивных команд / Е. А. Калинин, А. С. Морозов, Т. С. Миронова и др. // Психологическая подготовка спортсменов высокого класса: тезисы докладов к IX Всесоюзной конференции психологов спорта (31 мая-2 июня 1978 г.) ; ВНИИФК. – М.: [б. и.], 1978. – С. 9– 10.

29.Калиниченко В. М. К вопросу о значении неформальной структуры группы в академической гребле / В. М. Калиниченко // Психология физического воспитания и спорта: тезисы докладов к VII Всесоюзной

конференции, Л., 14-17 марта 1973; ГДОИФК. – Л.: [б. и.], 1973. – ч. II. – С. 146. – 147.

30. Киселев Ю. Я., Кучкин С. Н., Ченегин В. М. Медико-биологические и психологические особенности гребного спорта // Гребной спорт: Учебник для институтов физ.культ. / под. ред. А.К. Чупруна. – М.: Физкультура и спорт, 1987. – С. 247 – 256.

31. Коломейцев Ю.А. Взаимоотношения в спортивной команде / Ю.А. Коломейцев – М.: Физкультура и спорт, 1984. – 128с.

32. Колосов А. Б. Оцінка спільної діяльності спортивних команд різної кваліфікації / А. Б. Колосов, С. М. Войтенко // Спортивний вісник Придніпров'я. – 2016. – № 1. – С. 58 – 63.

33. Кононов В. Н. Особенности комплектования командных лодок / В. Н. Кононов, К. П. Костенко // Гребной спорт: ежегодник. – М.: Физкультура и спорт, 1976. – С. 39.

34. Котырев В. Д. Комплектование команд в гребле на байдарках и каноэ // Гребной спорт. – М.: Физкультура и спорт, 1972. – С. 49–52.

35. Лазуткин В. М. Экспериментальное исследование метода управления совместными действиями гребцов в команде / В. М. Лазуткин // Актуальные проблемы спортивной тренировки: сб. науч. тр.; ЛНИИФК. – Л.: [б. и.], 1979. – С. 60–64.

36. Лазуткин В. М. Экспериментальное исследование синхронности действий гребцов в команде / В. М. Лазуткин // Научное обоснование подготовки и массовых форм физической культуры: сб. науч. тр.; ЛНИИФК. – Л.: [б. и.], 1978. – С. 81– 85.

37. Ложкін Г. В. Команда як колективний суб'єкт спільної діяльності // Соціальна психологія. – 2005. – № 6(14). – С. 52 – 58.

38. Марков К.К. Проблемы и принципы создания спортивной команды // Современные наукоемкие технологии. – 2016. – № 6 (ч. 2) – С. 374 – 379.

39. Маслачков Ю. Н., Видайко В. А., Фомин С. К., Ободовский В. В.. Особенности комплектования экипажей в гребном спорте //

Организационные и методические основы подготовки гребцов высокого класса. – Николаев, 1981. – С. 51–54.

40. Мітіна І.В. Залежність спортивного результату веслярів–академістів від їхніх антропометричних даних / І.В. Мітіна // Матеріали V Міжнародної студентської електронної наукової конференції «Студентський науковий форум». – 2013. – 35 с.

41. Михайлова Т. В., Комаров А. Ф., Долгова Е. В., Епищев И. С. Методика отбора перспективной молодежи // Гребной спорт : учеб. для студ. высш. пед. учеб. заведений / Под ред. Т. В. Михайловой. – М.: Академия, 2006. – С. 259 – 264.

42. Неретин А. В. Ведущие факторы в формировании положительного социально-психологического климата в спортивной команде // Физическое воспитание и спортивная тренировка. – Волгоград: ФГБОУ ВПО «Волгоградская академия физической культуры». – № 1(7). – 2014. – С. 78 – 83.

43. Николаев А. Н. Содержание профессиональной деятельности тренера по спорту // Научные исследования и разработки в спорте: Вестник аспирантуры. – Вып. 10. – СПбГАФК им. П. Ф. Лесгафта, 2002. – С. 106–113.

44. Новиков М.А. Некоторые принципы комплектования экипажей в академической гребле / М.А. Новиков, Е.Б. Самсонов // На веслах: (сборник статей по гребному спорту). – М.: Физкультура и спорт, 1970. – С. 21 – 28.

45. Новиков М.А. Психологические аспекты подбора спортивных групп / М. А. Новиков // На веслах: (сборник статей по гребному спорту). – М.: Физкультура и спорт, 1967. – С. 25–42.

46. Новиков М. А., Самсонов Е. Б. Некоторые принципы комплектования экипажей в академической гребле // На веслах. – М.: Физкультура и спорт, 1970. – С. 21– 28.

47. Обозов Н.Н. Совместимость и срабатываемость людей/ Н.Н. Обозов. – СПб.: ЛНПП «Облик», 2000. – 212с.

- 48.Петровский А.В. Психологическая теория коллектива: монография / А.В. Петровский. – М.: Педагогика. – 1979. – 240 с.
- 49.Платонов Ю. П. Основы этнической психологии: Учебное пособие/ Ю. П. Платонов. – СПб.: Речь, 2003. – 452 с.
- 50.Подласый И. П. Педагогика. Новый курс: учеб. для вузов. – М.: Владос, 2000. – С. 100 – 124.
- 51.Пуни А. Ц. Психологическая подготовка к соревнованию в спорте. – М.: Физкультура и спорт, 1969. – 88 с.
- 52.Румянцева В. И. Ценностные ориентации спортсменов коллективных и индивидуальных видов спорта / В. И. Румянцева, Г. Е. Леевик // Теория и практика физической культуры. – 1985. – № 1. – С. 9–11.
- 53.Рыжов В. Г., Петров М. Г. Техника гребли на байдарках. – М.: ГДОИФК им. П. Ф. Лесгафта, 1981. – С. 17– 19.
- 54.Самсонов Е. Б. Комплектование сборных экипажей в академической гребле: метод. разработки для студ. инст. физ. культ. / Е. Б. Самсонов; ГЦОЛИФК. – М.: [б. и.], 1980. – 46 с.
55. Серова Л.К. Психологическая классификация видов спорта / Л. К. Серова // Ученые записки университета имени П.Ф. Лесгафта – 2018. – № 1 (155). – С. 302–306.
- 56.Сетько Е.В. Командная гребля: психофизиологическая совместимость. <http://www.psychodic.ru>.
- 57.Сетько Е. В. Комплектование гребных экипажей как часть спортивного отбора / Е. В. Сетько // Ученые записки : сб. рецензируемых науч. тр. / Белорус. гос. акад. физ. культуры. – Минск, 2003. – Вып. 6. – С. 245 – 251.
- 58.Сидоренко Е.В. Методы математической обработки в психологии. – СПб.: ООО «Речь», 2004. – 350 с.
- 59.Самбулова Н. Б. Разработка проблем онтопсихологии физического воспитания и спорта в научной школе А. Ц. Пуни // Теория и практика физической культуры. – 2001. – №5. – С. 41 – 44.

60.Травина А.П. Особенности комплектования спортивных команд с различной формой организации совместной деятельности / А.П. Травина // Тез. докл. 10-й Всесоюзной науч.-практ. конф. психологов спорта. – М., 1988. – С. 54–55.

61.Фетискин Н. П. Социально-психологическая диагностика развития личности и малых групп / Н. П. Фетискин, В. В. Козлов, Г. М. Мануйлов. – М.: Издательство Института Психотерапии, 2005. – 490 с.

62.Хербергер Э. Индивидуальная и коллективная производительность // Академическая гребля: Перевод Я. В. Шестоперова – М.: Физкультура и спорт, 1979. – С. 86 – 87.

63. Хрусталев Г.А., Губа В.П., Ермаков В.А. Теоретико-методологические основы эффективного формирования спортивных команд // Известия Тульского государственного университета. Физическая культура. Спорт. – 2016. – № 2. – С. 182 – 189.

64.Чупрун А. К., Комаров А. Ф., Шубин Ю. К. Методика обучения в гребном спорте // Гребной спорт. – М.: Физкультура и спорт, 1987. – С. 100 – 107.

65.Щодро М. В. Комплектование команд в академической гребле // Методика и техника подготовки гребцов: сб. науч. тр.; ЛНИИФК. – Л.: [б. и.], 1978. – С. 49–53.

66.Щодро М. В. Комплектование экипажей в академической гребле на основе предварительного тестирования / М. В. Щодро, Ю. В. Леташев // Управление процессом подготовки спортсменов: матер. IV Всерос. науч.-метод. конференции ; ЛНИИФК. – Л., 1978. – С. 67–68.

67.Щодро М. В. Научное обоснование комплектования команд в академической гребле: автореф. дис. ... канд. пед. наук / М. В. Щодро. – Л., 1977. – 17 с.

68.Щодро М. В. О комплектовании команд в академической гребле // Актуальные вопросы методики подготовки квалифицированных спортсменов: сб. науч. тр.; ЛНИИФК. – Л., 1976. – С. 94 – 98.

69.Юдина З. Д. Воспитательные возможности спортивного коллектива (на примере гребли) // Научные основы физического воспитания и спорта. – М.: ГДОИФК, 1982– М.: С. 199–200.

70.Юдина З. Д. Спортивный юношеский коллектив и его воспитательные возможности: автореф. дис. ... канд. пед. наук. – М., 1984. – 24 с.

71.Яковенко Е. Формирование экипажей в гребле академической: современный опыт зарубежных стран // Е. Яковенко, А. Коженкова. // Наука в олимпийском спорте. – 2016. – №1. – С. 84 – 91.

72.Яковенко О. Особливості формування екіпажів у веслуванні академічному на етапі підготовки до вищих досягнень // Теорія і методика фізичного виховання і спорту. – 2013. – № 1. – С. 31 – 34. – Режим доступу: http://nbuv.gov.ua/UJRN/TMFVS_2013_1_8

73.Якунин В. А. Педагогическая психология. – СПб.: Полиус, 1998. – 639 с.

74.Emerson R. The book of rowing / David C. Churbuck. – Overlook TP; 4 Updated edition, 2008. – 320 p.