

**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 159.923: 796.332-05

**ЕФЕКТИВНІСТЬ СПІЛЬНОЇ ДІЯЛЬНОСТІ
СПОРТИВНОЇ КОМАНДИ (НА ПРИКЛАДІ ГАНДБОЛУ)**

**Магістрантки групи 6541м
Бабій Христини Вікторівни**

**Науковий керівник:
канд. наук з фіз. вих., доцент
Тарасова Ганна Костянтинівна**

**Рецензент:
д-р наук з фіз. вих., професор
Рибак Олег Юрійович**

“Рекомендувати до захисту”

Завідувач кафедри ТООПС _____

Проректор з навчальної роботи _____

Миколаїв – 2019

ЗМІСТ

ВСТУП.....	3
РОЗДІЛ 1. ТЕОРЕТИКО-МЕТОДИЧНІ ПІДХОДИ В ДОСЛІДЖЕННІ ПРОБЛЕМИ ЕФЕКТИВНОСТІ СПІЛЬНОЇ ДІЯЛЬНОСТІ СПОРТИВНОЇ КОМАНДИ	6
1.1. Поняття спортивної команди.....	6
1.2. Огляд наукових уявлень щодо спільної спортивної діяльності.....	8
1.3. Спортивна команда як мала група.....	11
1.3.1. Структура спортивної команди і ієрархічна система взаємовідносин...	19
1.3.2. Лідерство у спортивній команді як регулятор управлінської діяльності.....	22
1.4. Поняття про групові ефекти спільної спортивної діяльності.....	29
1.5. Характеристика факторів функціональної ефективності спортивної команди.....	31
РОЗДІЛ 2 ОРГАНІЗАЦІЯ ТА МЕТОДИ ДОСЛІДЖЕНЬ.....	42
2.1. Організація дослідження.....	42
2.2. Методи дослідження.....	43
2.2.1. Метод теоретичного аналізу і синтезу.....	43
2.2.2. Методи емпіричного дослідження.....	44
2.2.3. Методи статистичної обробки результатів дослідження.....	48
РОЗДІЛ 3. РЕЗУЛЬТАТИ ЕМПІРИЧНИХ ДОСЛІДЖЕНЬ ЕФЕКТИВНОСТІ СПІЛЬНОЇ ДІЯЛЬНОСТІ СПОРТИВНОЇ КОМАНДИ.....	50
ВИСНОВКИ.....	67
СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ.....	68
Додатки.....	77

ВСТУП

Актуальність. Вивчення питань ефективності спільної діяльності в спортивних командах є традиційним в переліку найактуальніших проблем наукового пошуку в галузі теорії та практики спорту [7, 10, 18, 23, 26].

Аналіз спортивного колективу визначається практикою спорту і темами досліджень, які доводять взаємозв'язок між успішністю виступів в змаганнях і згуртованістю колективу.

Різні аспекти спільної діяльності та факторів, що зумовлюють її ефективність у спорті, визначено завдяки вивченню широкого кола феноменів, серед яких найбільш дослідженими є психологічна сумісність [1, 7, 31, 38, 39, 70, 74], лідерство в спорті [19, 59, 64], мотивація групової діяльності [8, 22, 69], психологічний та соціально-психологічний клімат спортивної команди [6, 37, 38, 58, 76].

До сьогодні в дослідженнях спортивних команд основний акцент продовжує робитись на розгляді спортсменів, як індивідів, а команд – як простої сукупності спортсменів (ефект синергізму). При такому підході не вдається виявити основних проблем функціонування сучасної спортивної команди. Таким чином, дослідження ефективності спільної діяльності спортивної команди і визначило *актуальність* проведення нашого дослідження, **об'єктом якого** стали процеси, що відбуваються у спортивній команді.

Предмет дослідження - спортивна команда.

В якості **гіпотези** було висунуто припущення про те, що введення в тренувальний процес вправ на згуртування дозволить сформувати сприятливі відносини в колективі, підвищити згуртованість спортивної команди, знизити агресивність і конфліктність, а також надасть конструктивний вплив на результативність спортивної діяльності тим самим підвищить ефективність спільної діяльності спортивної команди.

Тож **метою** нашого дослідження було визначити психологічні особливості спортивних команд, від впливу яких залежить ефективність спільної діяльності. Для дослідження вказаної мети ми визначили більш конкретні **завдання**:

1. вивчити стан проблеми дослідження за даними літературних джерел;
2. виділити основні ознаки ефективної спортивної команди;
3. розкрити специфіку групової ідентичності і статусно-рольової диференціації в спортивній команді;
4. виявити психологічні особливості, що впливають на ефективність спільної діяльності спортивної команди;
5. виявити специфіку впливу лідерства на функціональну ефективність спортивної команди;
6. впровадити в тренувальний процес ряд методів на згуртування команди і підвищення її ефективності, а також експериментально перевірити її дієвість.

Відповідно до цього, **об'єктом дослідження** виступив процес спільної діяльності спортсменок гандбольної команди.

Предметом дослідження була ефективність спільної діяльності спортсменок гандбольної команди ГК «Реал».

Наукова новизна роботи полягає у наступному:

- в результаті дослідження специфіки групової ідентичності і статусно-рольових розподілів в спортивній команді були виявлені типові внутрішньо групові властивості, характерні для спортивної команди;
- набули подальшого розвитку методи оцінювання групової ефективності спортивної команди як засобу діагностики та контролю ефективності спільної діяльності спортивних команд;
- обґрунтовані як оптимальні для дослідження спортивної команди і адаптовані до її предметної специфіки: соціометрія, анкетне опитування і напівформалізоване експертне інтерв'ю;

- визначена специфіка функціонального впливу лідерства в спортивній команді.

Науково-теоретична значущість полягає у формулюванні в роботі висновків, що забезпечують приріст наукових знань з даного напрямку. Результати магістерського дослідження можуть бути також використані в діяльності вчених, які досліджують особливості функціонування спортивних команд і тренерів, які вирішують задачу підвищення функціональної ефективності спортивних команд.

Практична значимість магістерського дослідження визначається його практико-орієнтованим характером, а також можливістю використання результатів у більшості команд з видів спорту. Це забезпечить їм підвищення функціональної ефективності і, як наслідок, підвищення рівня їх конкурентно-спроможності.

Висновки і результати магістерського дослідження можуть бути використані при підготовці тренерів в ігрових видах спорту, при створенні навчально-методичних розробок.

Апробація результатів випускної дипломної роботи магістра. Результати даної роботи представлялися на Четвертій Регіональній науково-практичній студентській конференції "Актуальні проблеми спорту, фізичного виховання, здоров'я людини" 16 – 17 квітень 2019 р., Перші магістерські читання, грудень 2019р.

РОЗДІЛ 1

ТЕОРЕТИКО-МЕТОДИЧНІ ПІДХОДИ В ДОСЛІДЖЕННІ ПРОБЛЕМИ ЕФЕКТИВНОСТІ СПІЛЬНОЇ ДІЯЛЬНОСТІ СПОРТИВНОЇ КОМАНДИ

1.1. Поняття спортивної команди

Як відомо, спортивна діяльність носить колективний характер, протікає і готується в присутності і за участю багатьох людей. Відповідно до цього в неї розрізняють індивідуальні і командні види спорту.

Командний вид спорту – це будь-який спорт, в якому гравці грають разом для досягнення спільної мети [27].

Командний вид спорту є діяльністю, в якій група осіб, в одній команді, докладає сумісних зусиль для досягнення кінцевої мети, якою зазвичай є перемога. Найчастіше це відбувається в ряді дисциплін для випередження протилежної команди.

Однією з основних соціально-психологічних одиниць командних видів спорту є команда [27].

За визначенням Юніенціклопедії «Спортивна команда – це група спортсменів, які представляють єдиний клуб, суспільство міста, країну тощо, а також беруть участь в змаганнях» [60].

Цей термін має також інші значення.

Спортивна команда – це суб'єкт колективної діяльності, який об'єднує в одне ціле багатьох спортсменів, і від того, наскільки вони утворюють «моноліт», буде залежати їх виступ [6].

Члени команди ставлять цілі, приймають рішення, спілкуються, вирішують конфлікти і проблеми в сприятливій, довірливій атмосфері, щоб досягти своїх цілей. Це можна побачити в таких видах спорту, як хокей, футбол, американський футбол, баскетбол, волейбол, теніс, водне поло, лакросс, веслування, регбі, крикет, гандбол і багато інших.

У перекладі з англійської визначення спортивної команди звучить так. Спортивна команда – це група людей, які грають в спорт, зазвичай в командних видах спорту, в одній команді [85].

За іншим визначенням «Спортивна команда – це колектив зі своїми психологічними характеристиками, в яких переважає свій соціально-психологічний клімат, а між спортсменами складаються певні відносини» [71].

Незалежно від того, є змагання індивідуальними або колективними, в них ведеться особистий, особисто-командний або командний залік, всі члени спортивної команди об'єднані єдиним прагненням до завоювання найвищих місць, досягнення найвищих спортивних результатів. Чисельний склад команди визначається положеннями про змагання та правилами даного виду спорту. Положення та правила обумовлюють також порядок виступу і заміни учасників [4, 14, 21].

Перед спортивною командою стоять певні завдання: а) навчання і виховання спортсменів; б) підвищення спортивної майстерності її членів; в) агітація і пропаганда спорту; г) залучення людей до занять спортом; д) захист спортивної честі організації на різних змаганнях.

Всі команди незалежно від виду спорту поділяються на цілісні та сумативні. Цілісні команди – це такі, в яких результат досягається за рахунок безперервної взаємодії їх членів між собою (спортивні ігри); сумативні – це команди, в яких загальний результат є сумою особистих результатів (наприклад, легка атлетика, спортивна гімнастика, єдиноборства) [16, С.213].

У кожній команді є керівник. Він несе відповідальність за дисципліну, своєчасну явку на змагання, бере участь в жеребкуванні, в засіданнях суддівської колегії. Також у кожній команді є тренер, який відповідає за безпосередню підготовку колективу і всіх його членів до змагань. У збірній команді може бути кілька тренерів, один з них старший [26, 37, 39, 60, 71, 78].

В цілому поняття спортивної команди є комплексним міждисциплінарним поняттям, яке знаходиться на стику багатьох наук. Воно використовується одночасно декількома науками, зокрема, наукою про управління, теорією і методикою фізичного виховання, психологією і соціологією. Тому воно має різні смисли, які залежать від того, в якій саме науці воно використовується. Звідси і природно виникають протиріччя у трактуванні поняття «команда». Воно застосовується до настільки різнорідних понять, що через свою ширину втрачає визначеність.

1.2. Огляд наукових уявлень щодо спільної спортивної діяльності

Вивчення результативності спільної діяльності спортивних команд залишається актуальним у дослідницьких напрямках робіт спеціалістів. Стикаючись з ситуаціями вибору різних способів реалізації власної активності суб'єктам спортивної діяльності безперервно залежно від поставлених цілей, умов навколишньої реальності взаємодіяти з цією реальністю і ситуаціями, які виникають у ній.

«Спільна діяльність, – писав Л. С. Виготський, – це здатність жити й працювати узгоджено» [13], 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 феноменом, котрий виникає як результат (наслідок) створення 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 [33, 35, 44].

«Спільна праця, – писав Ральф Емерсон, – запалює таке бажання звершень, якого людина рідко може досягти сама» [69, С. 131]. Спільна діяльність членів спортивної команди є важливим фактором, який у

більшості випадків визначає її ефективність. Слід відзначити, що до теперішнього часу не має загальних встановлених критеріїв для визначення спільної діяльності, уточнюються ознаки, що лежать в її основі. Спільна спортивна діяльність дуже часто є віддзеркаленням особливостей взаємодії, що відбувається в середині спортивної команди.

Аналіз психологічних складових спільної спортивної діяльності розпочинався з визначення її характеристики загальної мети, яка є підґрунтям 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, покрокове 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 [20, 21], 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 [33, 58]. Деякі з ситуацій досить часто виникають і в життєдіяльності спортивних команд.

До напружених можна віднести наступні: міжгрупове змагання (найчастіше між командні); обмеженість часу; зміна (навіть часткова) складу команди (тобто введення до нових членів, виключення чи вихід когось із складу, тимчасове обмеження можливості брати участь у спільній діяльності для всіх членів команди (або їх частини); велика суб'єктивна значущість результатів спільної діяльності, значимість поразки для членів команди; здійснення спільної діяльності на межі можливостей членів команди; особливість сенсу для команди в цілому (наприклад, за результатом змагань

команда може посісти більше високе місце в турнірній таблиці); при високій імовірності однакового результату можливість мати вибір; конфліктність в середині команди з приводу здійснення спільної діяльності.

Аналіз визначених напружених ситуацій спільної діяльності команди [33] дозволяє нам підвести підсумок, що типи які описані вище є якісно однорідними в плані зміни організації. Вони однорідні також і з боку досягнення однакового психологічного настрою при спільній спортивній діяльності [38]. Тож, напружені ситуації не є чимось особливим і незвичайним для спортивних команд.

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 однією з головних відмінних її ознак є певна сукупність безпосередньо або опосередковано пов'язаних суспільними відносинами індивідів. У дослідженнях Ю. П. Платонова (1990) кооперація взаємодіючих індивідів також визначається як важлива визначальна риса обговорюваного феномену та підставою для виділення інших його ознак.

Дослідження спільної діяльності в спортивних командах знаходиться в основі комплексу науково-практичних задач, що залишаються у переліку актуальних проблем теорії та практики спорту. Тож, спортивна команда являє собою особливу форму організації людей, особливий рівень розвитку групи, заснований на продуманому рольовому позиціонуванні учасників, які мають спільне бачення ситуації (тренувальної або змагальної), стратегічних цілей і тактичних схем та володіють відпрацьованими процедурами взаємодії. Це відповідно сприяє особливій близькості, згуртованості, співпереживанням, які виступають однією з умов взаєморозуміння. Особисті переживання можуть поглиблюватись за рахунок приєднання чужого, в результаті чого горизонт розуміння розширюється. Переживання і розуміння становлять феномен взаємного зв'язку, завдяки якому команда може набувати деяку єдність, утворюючи груповий суб'єкт діяльності [35].

Характеризуючи роль взаємодії 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). Отже, взаємодія у спільній діяльності проявляється передусім у формі її організації – спільних діях, спрямованих на загальний їх предмет. Останні взаємопов'язані із такими структурними складовими діяльності як цілі, мотиви та ін.

Важливе місце для розуміння змістовних особливостей спільної діяльності має вивчення малих груп у її процесі.

1.3. Спортивна команда як мала група

Теоретичний розгляд концептуальних основ розуміння малої групи має значний теоретичний і практичний потенціал. Для досягнення цілей розуміння причин успіхів, а також і невдач спортивної команди необхідно проаналізувати її формування і функціонування з позицій розгляду її як малої групи.

Відповідно до термінології, прийнятої в антропологічних науках, спортивна команда являє собою так звану малу групу. Якщо простежити походження слова "група" (від іт. – *Gruppo* або *grosso*), то звертає на себе увагу наступне.

Група передбачає не просто зібрання індивідів, а певним чином скомпонованих індивідів. У спортивній команді це проявляється особливо яскраво, причому не тільки в силу функціонального амплуа (наприклад, захисник або нападаючий в спортивних іграх), але і в силу психологічних особливостей того чи іншого члена команди, його статусу, вольового компонента та ін.

У складі групи людина демонструє інші можливості, ніж працюючи в індивідуальному режимі. Досить згадати знаменитий експеримент Н. Тріплетта (1897), який довів, що в групових заїздах

велогонщики показують більш високий результат, ніж в індивідуальних змаганнях [62]. При цьому треба врахувати, що функціонування спортивної команди – це далеко не тільки власний виступ, не власне змагання – це ще й дуже великий обсяг тренувань і іншої підготовчої роботи не тільки членів команди, але і всієї команди, включаючи і тренерів.

Пояснюється це тим, що команда, так само, як і будь-яка соціальна група не є простою сукупністю її членів, а є завжди складною системою формальних і неформальних взаємин, що визначають її функціональну ефективність.

Поняття «спортивна команда» має на увазі певний рівень розвитку групи. У соціально-психологічному сенсі команда це так зване новоутворення малої групи, для якого є характерним сформовані групові процеси і стани, певні механізми функціонування та взаємодії.

З точки зору Є. Ільїна, спортивна команда, як реальна мала група, характеризується спільною для всіх її членів метою. Спільність мети призводить до інших характеристик малої групи, зокрема до взаємодії, оскільки більш значна мета може бути досягнута, як правило, за допомогою членів команди [28].

Важливою ознакою малої групи є також почуття співпричетності до неї. А вищою формою зрілості малої групи є формування колективу, коли група підкорює свою діяльність високим суспільним ідеалам, коли вона вирішує завдання, що є корисними для суспільства [43, 46]. Спортивну команду, як колектив характеризує віра усіх, а не деяких членів, у досягнення успіху; співпереживання за успіх або невдачу один одного, тобто емоційне залучення кожного члена до команди як до цілого (ототожнення себе з колективом); самовизначення колективу або вибіркове ставлення його спортсменів до будь-яких зовнішніх факторів чи подразників, сприйняття їх через призму ціннісної орієнтації команди; задоволеність своєю командою [50].

Тож спортивна команда – це завжди спортивна група.

Спортивна група стає командою тоді, коли бере на себе функції представництва будь-якої організації на тих чи інших змаганнях.

Спортивній команді притаманні всі ті соціально-психологічні закономірності, які властиві малим групам. Мала вона завдяки своїй нечисленності, а соціальна, тому що об'єднує людей, що мають спільні соціальні ознаки (відношення до спорту) і виконують суспільно важливі функції в загальній структурі суспільного поділу праці. Ще однією з ознак команди, якою вона не обділена – це спільна мета: досягнення успіхів в своєму виді спорту [31].

Таким чином ми можемо визначити ознаки, що притаманні спортивній команді як сформованому колективу.

Спільногрупова мета спортивної команди – 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.

Для групи-колективу характерна висока *групова підготовленість*, тобто вміння ефективно діяти спільно, керувати і підкорятися один одному. Зазвичай групова підготовленість накопичується в ході спільної діяльності, не завжди пов'язаної з фізичною культурою. Так, при однаковому рівні фізичної підготовленості велику згуртованість демонструє група, що відрізняється більш високим рівнем взаєморозуміння, взаємодопомоги, психологічної солідарності. Безумовно, така група має більше шансів на перемогу в командних змаганнях.

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.

Згуртованість в спортивній команді прийнято розглядати за двома аспектами: емоційним, коли члени спортивної команди гармонійно доповнюють один одного, як особистості і функціональним (діловим), коли спортсмени прагнуть до спільної взаємодії або співпраці в професійній сфері [63, 75, 82].

Згуртованість спортивної команди є одним з важливих критеріїв, який характеризує стабільність і стійкість його внутрішніх зв'язків між членами колективу.

Дослідження Ю.Я. Рижонкіна показали, що в командах майстрів згуртованість в основному виражається в діловій (формальній) структурі команди. У командах з низьким рівнем майстерності спортсменів, згуртованість нижче, але більше виражена в неформальній структурі [52].

Модель згуртованості спортивних команд, розроблена Альбертом Керроном і співавторами (2002) і включає чотири групи факторів: фактори середовища, управління, а також особистісні та командні фактори. На думку автора, найбільш значущими є саме командні фактори. Іншими словами, спортсмени, що є не найуспішнішими в індивідуальному плані, будучи членами злагодженої команди, здатні обіграти більш кваліфікованих "індивідуалістів".

Зазвичай вважається, що чим більш згуртованою є мала група, тим вище ефективність її роботи.

Крім того, під згуртованістю групи зазвичай розуміється то, наскільки члени малої групи задоволені спільною роботою, тощо об'єднання спортивна команда відрізняється здатністю до швидкої мобілізації, співпереживанням успіхів і невдач, а також такими груповими соціально-психологічними феноменами, як однаковий колективний настрій і колективне мислення.

До факторів, що визначають згуртованість групи, відносять час, проведений разом, труднощі вступу в групу, розмір групи, зовнішні умови,

колишні успіхи або невдачі. Чим більше часу члени групи проводять разом, тим більше згуртованими вони стають. У них розширюються можливості для зміцнення контактів, а також зростає взаєморозуміння.

На згуртованість членів малої групи помітно впливають труднощі вступу в групу. Чим важче вступити в ту чи іншу групу, тим, як правило, більш згуртованими стають її члени. Але в міру того, як кількість членів в групі збільшується, можливості для взаємодії кожного члена групи один з одним зменшуються. До того ж збільшення розміру групи веде до появи підгруп всередині великих груп, а це може негативно позначатися на згуртованості.

Більшість досліджень показують, що згуртованість в малих групах зростає під загрозою несприятливих зовнішніх факторів. Це відбувається тому, що мала група зазвичай надає підтримку своїм членам, забезпечуючи їм відчуття безпеки.

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.

Структура може бути формальною (зовнішньою), яка визначається інструкціями, приписами, правилами, і неформальною (внутрішньою), заснованою на реально сформованих відносинах. Формальні групи виникають відразу після створення команд як організацій, і потім на основі спільних інтересів виникають неформальні групи. Обидва ці типи мають значення для спортивних команд, і обидва впливають на її членів. Два типи структур (формальна структура і неформальна) завжди співіснують. Вони утворюють єдину структурну систему. Важливо, щоб сили впливу

формальної і неформальної структури були збалансовані і не допускали домінування однієї з них.

Формальна структура допомагає об'єднати індивідів в групу. Саме формальна структура регулює контакти між членами групи за частотою і щільністю, а також зміст і якість цих контактів [37, 58].

Саме в цьому полягає функція стримування формальної структури (по відношенню до структури неформальної). У разі коли функція стримування реалізована не в повній мірі, виникає загроза того, що рівень дисципліни в команді буде помітно знижуватися, а обстановка в колективі погіршуватися. У цьому випадку команда буде помітно не відповідати цілям, заради яких вона була створена.

Формальна структура спортивної команди розділяється на горизонтальну і вертикальну [58].

Горизонтальна структура відображає розподіл ролей в команді або амплуа (наприклад, команда гандболістів має наступну горизонтальну структуру: воротар, правий і лівий напівсередній, розігруючий, лінійний, правий і лівий крайній) і визначають частоту, щільність і характер контактів.

Вертикальна структура визначається наявністю субординаційних відносин всередині команди: начальник команди – старший тренер – другий тренер – капітан команди – основні гравці – запасні гравці. Вертикальна структура задає порядок підпорядкування і залежності.

Формальна структура відносин у команді створюється в процесі навчально-тренувальної та змагальної діяльності завдяки наказам, розпорядженням, вказівкам організацій, що знаходяться вище і вимогам тренера. Вона регламентує процес взаємодії і взаємин членів команди в цій діяльності.

Передбачається, що суворе дотримання правил та інструкцій членами команди гарантує їм задоволення їх особистих потреб, потреб тренера і організацій, яким вони підпорядковані.

Однак щоб успішно діяти, формальна організація повинна передбачати в своїй структурі, певний ступінь «свободи» для розвитку зв'язків, заснованих на симпатії, взаємній перевазі, загальних інтересах і потребах.

Ці нерегламентовані норми поведінки та дії, а також взаємини, котрі спонтанно виникають, отримали в психології назву неформальних відносин, або неформальної структури зв'язків. Неформальні групи завжди впливають на поведінку своїх членів. Причому цей вплив може бути помітно більше, ніж вплив, який чиниться формальними структурами.

Неформальна структура команди, так само як і формальна, ділиться на горизонтальну і вертикальну. По горизонталі неформальна структура команди розпадається на дві підструктури: ділову і емоційну [16].

Ділова підструктура виникає в результаті кооперативно-діяльної інтеграції спортсменів. Вона в значній мірі визначається зовнішніми цілями команди і закономірно змінюється разом з ними, так наприклад, при переході від тренувального періоду до змагального.

Емоційна підструктура відбиває безпосередні афективні зв'язки між членами команди. Дана підструктура доповнює ділову, згладжуючи негативні, тенденції, що є роз'єднувальними, і які є наслідком функціонального розшарування, викликаного виконанням спортсменом своїх доручених йому функцій. Емоційні відносини виникають в будь-якій команді як результат взаємних оцінок поведінки і вчинків в процесі взаємодії.

Виділення ділової та емоційної підструктур носить умовний характер. У спорті емоційні відносини формуються в процесі спільної діяльності, в залежності від того, наскільки успішно виконуються загальнокомандні цілі.

Крім цього, у зв'язку з високою значимістю для спортсменів успішності спортивної діяльності ділові відносини між ними завжди супроводжуються сильними емоціями, сприяють активному формуванню суб'єктивності в їх міжособистісних відносинах.

Система факторів, що впливають на міжособистісні відносини в команді представлені об'єктивними (вік, стать, рівень спортивної майстерності) і

суб'єктивними (рівень культурного і інтелектуального розвитку тренера і спортсменів, стиль керівництва, психологічна сумісність і ідентичність системи цінностей і світогляду) факторами.

Вертикальна організація неформальної структури команди відображає характер розподілу відносин керівництва і підпорядкування між спортсменами.

Кожен спортсмен в команді має певний ранг, відповідний його статусному положенню: чим вищий ранг спортсмена, тим більшою владою і авторитетом він користується всередині команди. Буває, що високою владою і авторитетом користується далеко не найсильніший спортсмен в команді. Однак тим і відрізняється спорт, що в ньому авторитет завойовується безпосередньо на гандбольному полі, баскетбольному або хокейному майданчику. Отже, вертикальна організація може розглядатися як рангова залежність між спортсменами в неформальній ієрархії команди., про яку мова піде в наступному підрозділі.

І остання ознака, що характеризує спортивну команду – це стабільність складу спортивного колективу протягом тривалого часу.

Окрім вже означеного, спортивній групі притаманні деякі специфічні ознаки:

- спрямованість на досягнення високих особистісних і командних спортивних результатів;
- специфічність рольових дій;
- однаковий віковий і кваліфікаційний рівень її членів;
- статева ідентичність (за винятком деяких видів спорту);
- специфічність мотивів надходження в групу і подальшої присутності в ній.

Таким чином, стає зрозумілим, що з позиції концепції малої групи, 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.

В цілому ж спортивна команда відповідає класичним ознакам малої групи (за чисельністю, функціонально-рольовою спрямованістю і т. ін.).

Разом з тим спортивна команда функціонує як правило, в екстремальних умовах, під впливом важких навантажень не тільки фізичних, але й емоційно-психологічних. Це накладає свій відбиток на дії і взаємодії членів спортивної команди, як малої групи [48].

1.3.1. Структура спортивної команди і ієрархічна система взаємовідносин

Склад спортивної команди має складну ієрархічну систему взаємовідносин, який обумовлений структурою, статусно-рольовими відносинами, лідерством, індивідуальної конфліктністю його членів. Структура спортивної команди може бути представлена в якості підсистем, що дозволяють ефективно вирішувати завдання тренувальної і змагальної взаємодії – керівної і спрямовуючої (тренери), того, хто вдосконалюється і того, хто надає результат (спортсмени).

Місце спортсмена в спортивній команді визначається не тільки його роллю чи ігровим амплуа, але і рівнем спортивного результату, а також якостями особистості [65, 71]. Звідси впливає певний статус кожного спортсмена в спортивній команді, який в значній мірі обумовлює можливу поведінку в ситуаціях протистояння.

Крім того особливе значення має облік соціального статусу спортсмена в спортивному колективі, оскільки будь-яка команда є досить дискретним ієрархічним утворенням, де крім класичних для соціоструктурних досліджень статусно-рольових розподілів слід враховувати проблему взаємовідносини між представниками основного і дублюючого складів.

Специфіка спортивної команди полягає в дуже високій динаміці складу гравців, внаслідок чого може істотно змінюватися їх фактичний, неформальний статусно-рольової набір.

Соціологи довели, що поведінка людини з групи істотно відрізняється від поведінки людини поза групою. Вже Е Дюркгейм встановив, що мала група діє не так, як члени, що входять до неї, якби вони діяли поодиноці [25].

Отже, в спортивній команді існують два типи взаємин і взаємодій: "вертикальні" між членами спортивної команди з різним рівнем ієрархії ("тренер-спортсмен"). "Горизонтальні" відносини між членами спортивного колективу, мають однаковий статус ("спортсмен-спортсмен"). Відзначається, що "горизонтальні" і "вертикальні" відносини в спортивній команді, як було показано раніше, можуть порушуватися. Таке явище не стає винятком. Це зумовлюється специфікою спортивної діяльності, що проходить на рівні конфліктної ситуації, а також значною кількістю протиставлень, що виникають в її процесі. В результаті спортивно-ігрової діяльності створюється схильність до прихованих або відкритих конфліктів в колективі при взаємодії і спілкуванні індивідів.

А.В. Мальчиков вважає, що в структурі спортивної команди слід виділяти три важливі підгрупи спортсменів:

- тренувальний склад – об'єднує всіх членів команди, які здійснюють підготовку до змагань;
- психологічні [неформальні] групи – які об'єднуються на основі взаємної симпатії, що виходить за рамки спортивної діяльності;
- змагальний склад, що включає найбільш підготовлених спортсменів [37].

Цей склад жорстко регламентується правилами гри і перед ним стоїть завдання успішного виступу в змаганнях.

У свою чергу Ю.І. Рижонкін пропонує змагальний склад команди розділяти на три рівня:

- ✓ змагальний склад – спортсмени зі статусом лідера, що знаходяться більшу частину часу на спортивному майданчику ;
- ✓ основний склад, який починає гру;
- ✓ маргінальний склад команди представляють спортсмени із середнім рівнем спортивної майстерності, ті що є "бажаними" по соціометричній основі, але ті, що відчують значні психічні навантаження через стан «беру участь – не беру участі» в грі [52].

Стратегичний запас команди складається зі спортсменів, що асоціюються з соціометричним статусом "ізолюваних" і "знедолених", що мають низький рівень спортивної майстерності.

Так, Ю.А.Коломейцев [30] вважає, що рівності в положенні, яке займає кожен з членів групи в її ієрархічній структурі, немає. Цієї рівності і не може бути, тому що всі члени групи виконують хоча і однорідну діяльність, але по-різному в залежності від ставлення до неї, здібностей особистісних якостей, ситуації і т. ін. В результаті діяльності відбуваються самооцінка і взаємооцінка вчинків і успішності дій, що дозволяють кожному порівняти себе з іншими членами, відвести кожному, в тому числі і собі, місце в групі, подумки побудувати своє бачення ієрархічної структури команди, визначити статус кожного її члена.

Дослідження І.П.Волкова [62] показали, що ймовірність вибору партнера для взаємодії в баскетболі залежить від соціометричного статусу гравця. Тож безпосередній вплив на формування індивідуального статусу спортсмена надає якість виконання функцій, пов'язаних з певною роллю.

Під роллю Я. Щепанський пропонував розуміти відносно постійну систему вчинків, яку група чекає від вхідних в неї членів [62].

Роль спортсмена не постійна і має тенденцію до зміни. Тренер здійснює підбір спортсменів, що якісно виконують професійну діяльність відповідно до потреб команди.

У спортивній команді статусно-рольові відносини не є незмінними.

Таким чином, 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. Тому цікаво, як група організується, хто бере на себе функції керівництва, наскільки вони ефективні.

1.3.2. Лідерство у спортивній команді як регулятор управлінської діяльності

Управління групою, її самоврядування, вплив на психологію і поведінку окремих членів зазвичай здійснюється як через керівників, призначених офіційно, так і через неофіційних осіб, що користуються авторитетом серед членів групи, що мають у ній високий статус і іменованих лідерами.

Актуальність питання лідерства в спортивній команді полягає в тому, що знання соціально-психологічних основ формування взаємовідносин, управління спортивною групою допомагає тренеру зробити більш ефективною діяльність всього колективу.

Zaccaro і співавтори (1995), Watson (1998) зазначили, що лідери, які мають високий рівень командної довіри, успішно можуть на неї і впливати. В результаті важливим завданням для тренера є підготовка ключових гравців, чий потенціал може бути використаний в якості рольових моделей в команді. Крім того лідери, які впевнені в своїх рішеннях, мають можливість їх мотивувати і швидко ухвалювати, здатні впливати на членів команди та підсилювати почуття групової ефективності [86 – 88].

Практика показує, що жоден фактор не забезпечує велику вигоду і користь для організації, ніж ефективне лідерство. Лідери потрібні для визначення цілей і завдань, для організації, координації, забезпечення міжособистісних контактів з підлеглими і вибору оптимальних, ефективних шляхів вирішення тих чи інших проблем. Очевидно, що організації, де наявні лідери, можуть досягти всього цього набагато швидше, ніж організації без лідерів.

У широкому сенсі слова лідерство можна розглядати як «поведінковий процес впливу на окремих осіб або групи з метою досягнення поставлених цілей» (Barrow, 1977). Це визначення охоплює багато аспектів лідерства.

У спорті і фізичній культурі ці аспекти включають процеси прийняття рішення, методи мотивації, забезпечення зворотного зв'язку, встановлення міжособистісних відносин, орієнтацію команди або групи (Salminen, Linkkonen, 1994). За Уейнберг, «лідерство – це мистецтво впливу на людей, натхнення їх на те, щоб вони по добрій волі прагнули досягти якихось цілей». [66, С.131].

Лідерство в спортивних групах і колективах слід розглядати як соціально необхідний, природний процес самоврядування та координації взаємодій і взаємин між спортсменами в зв'язку з цілями і завданнями діяльності. Лідер як суб'єкт лідерського процесу впливає на ведених, ведені ж приймають або відкидають ці дії. Ухвалення лідерського впливу виявляється в підпорядкуванні, дотриманні вказівок, порад, прохання лідера і, навпаки, відмова проявляється в непокорі, незгоді з лідером, ухиленні від виконання його розпоряджень.

Вплив лідерства і лідера в спорті може бути безпосереднім (навіть фізичним), зовні легко фіксується, але може мати і приховану форму, бути опосередкованим багаторазово через будь-які фактори, наприклад через етичні або моральні норми, що існують в даній спортивній команді.

У ролі лідера спортивної команди, як показує практика, виступає зазвичай найбільш авторитетний, досвідчений спортсмен. У спорті вищих досягнень лідером є майже завжди один з найсильніших спортсменів команди.

Виділяються два типи лідерів: ділові (інструментальні) і емоційні (експресивні).

Перші зорієнтовані на спортивно значимі цілі і завдання команди, є помічниками тренера. Другі – на створення сприятливих міжособистісних відносин, організацію дозвілля, розваг. Нерідко ці дві ролі може виконати один спортсмен.

Можливість брати участь в управлінні спортивною командою у лідерів досить широка. Причому *якщо лідер діє відповідно до плану і завдань тренера, то досягається, як правило, максимальний позитивний ефект* в організації і координації спільних зусиль членів команди. Іноді між офіційним керівником (тренером) і лідером не виникає повної згоди, не встановлюється взаєморозуміння. Це може привести до певної дезорганізації, до порушення процесів управління в команді. У такій ситуації тренеру не завжди вдається відразу знайти оптимальний спосіб управління командою [15].

Ділові і емоційні типи лідерства виникають на ґрунті різної спрямованості особистості: ділової, особистісної та суспільної, що характеризує ділову

спрямованість спортсменів відповідає ділове лідерство, особистісної та суспільної спрямованості – емоційне лідерство.

Крім того в практиці управління розрізняють лідерів *ситуативних* і *постійних*.

До перших відносять, наприклад, гравців, що надихнули своєю вдалою грою команду (лідери-натхненники). Виявлено, що спостерігається деякий перенесення сприйняття цього лідерства гравцями команди на інші ситуації: якщо спортсмен в чомусь проявив себе лідером в одній ситуації, як і в інших від нього чекатимуть поведінки лідера (хоча в новій ситуації він вже не буде проявляти таких якостей).

Екстремальні умови, в яких протікає спортивна діяльність, висувають до лідера особливі і жорсткі вимоги. Вважається, що ряд лідерських якостей можна в певних межах розвинути. Можна, наприклад, навчити спортсмена бути більш уважним до відносин всередині групи, краще взаємодіяти з товаришами по команді і дбайливіше ставитися до різних потреб і прагнень спортсменів [62].

Необхідними для лідера характеристиками у спорті є:

- 1) наявність авторитету за діловими і особистісним якостям;
- 2) наявність стійкості до екстремальних ситуацій, ініціативність і налаштованість на перемогу;
- 3) виконання в команді ролі «ключового» гравця.

У капітанів команд в спортивних іграх частіше, ніж у інших гравців, виражені типологічні особливості, що характеризують напористість, агресивність, стійкість до напруженості, велика сила нервової системи і переважання збудження над гальмуванням [64].

Відрізняються капітани команд і по іншим особистісним характеристикам. У них частіше зустрічається висока самооцінка і рідше – висока тривожність (нейротизм), що може свідчити про їх впевненість в собі.

Очевидно, ці дані пояснюються тим, що у великому спорті до вибору капітана відносяться неформально; на це місце висувають спортсмена, який володіє якостями, необхідними для забезпечення успішної діяльності в ситуації

гострої боротьби. А це вказує на те, що особистісні особливості спортсменів відіграють певну роль при висуванні на роль лідера [3].

Важливо при цьому, щоб спортсмена на роль капітана висувала команда. *Визнання капітана лідером команди позитивно позначається на функціональній ефективності групової діяльності.* Капітан, призначений тренером, як показує спортивна практика, частіше шкодить, ніж приносить користь команді.

Інакше кажучи, авторитет повинен реалізуватися в високий соціально-психологічний статус людини в межах даної групи. Однак поєднати в собі роль капітана і лідера спортсмену буває важко в зв'язку з тим, що вимоги, які пред'являються до нього, з одного боку, керівництвом команди, а з іншого – її членами, різні [69].

Висування в лідери спортсменів без урахування факторів, що впливають на висунення лідера, а це: ситуація, що вимагає лідера, здатного управляти групою в даних умовах; наявність людини, що відповідає за своїми характеристиками ситуації, що склалася; бажання групи підкорятися цій людині, (а неформальний лідер повинен обов'язково відповідати першим двом умовам) може призводити до зворотного результату [19].

Як що ці фактори не були враховані, то мало того, що команда залишається без лідера, і сам висунутий в лідери спортсмен потрапляє у важкі умови. Його суб'єктивне «я» (уявлення про свою внутрішню сутність, прагнення, можливості) може вступити в конфлікт із соціальною роллю особистості (в даному випадку – з роллю лідера). У нього виникає стан психічної напруги. Спортсмен переживає, що він не виправдовує очікувань тренерів і товарищів по команді, і в результаті не тільки не допомагає товаришам, а й сам починає виступати гірше.

Часто прагнення до лідерства одного з членів групи не приймається нею. У особистості виникає внутрішній конфлікт, обумовлений невідповідністю домагань на провідну роль в групі і справжнім станом в ній цієї людини. В цьому випадку зняти психічне напруження, яке виникає у людини можна простим

шляхом, роблячи такого спортсмена час від часу (в неекстремальних ситуаціях) формальним ситуативним лідером (доручаючи йому завдання, пов'язані з керівництвом членами групи, і т. ін.).

У спортивній команді, як правило, буває кілька лідерів. Наявність в колективі кількох спортсменів-лідерів з непересічною сферою впливу (ділової, емоційної) не приводить до боротьби за абсолютне лідерство. У разі присутності кількох лідерів в одній сфері, на думку Є. П. Ільїна, повинно викликати протиборство за одноосібну першість, яка детермінує розкол команди на угруповання [28].

Неблагополучні контакти таких лідерів, вважають В Параносіч, Л. Лазаревич, "можуть призвести до зниження ефективності діяльності одного з них або обох, до пасивності, суперництва, а також ж до явних або прихованих конфліктів, як на спортивному майданчику, так і поза ним" [48, С.66 – 67].

Крім цього, елемент лідерства може нести в собі певний деструктивний потенціал при наявності в команді декількох спортсменів, які прагнуть зайняти лідерські позиції. "Відносини гравців при цьому порушуються і нерідко виходять за рамки їх ігрової діяльності, конфлікти вражають весь клуб. Команда у вирішальні моменти чемпіонату демонструє всі ознаки найсильнішого спаду" [48, С. 68-69].

Р.С. Уейнберг стверджує, що хоча не існує певного «набору» характеристик, що забезпечує становлення лідера, проте, процвітаючим лідерам притаманні такі характеристики: розум (інтелект), наполегливість, емпатія, внутрішня мотивація, гнучкість, амбітність, впевненість в своїх силах і оптимізм. [66].

Це – необхідні якості, проте їх недостатньо, щоб стати лідером. Іншими словами, наявність всіх цих якостей ще не гарантує, що людина стане лідером. Ці якості необхідні в більшій чи меншій мірі в залежності від переваги членів групи і певної ситуації.

П. Челладураї (Р. (Chella) Chelladurai, 1978, 1990) розробив спеціально для спорту багаторівневу модель спортивного лідерства. Ця модель розглядає лідерство як процес взаємодії. Ефективність спортивного лідерства (керівника) залежить від ситуаційних особливостей керівника і членів групи. Тож, ефективне керівництво змінюється в залежності від особливостей спортсменів і обмежувальних чинників цієї ситуації.

Згідно Челладураї, задоволення і виступ (результат) спортсмена залежать від трьох типів поведінки керівника: необхідного, переважного і дійсного. Ситуаційні характеристики, особливості керівника і тих, хто займається (членів команди) обумовлюють ці три типи поведінки, тому вони названі попередніми факторами. [85].

Якщо використовувати поняття взаємодії, тоді особливості керівника будуть розглядатися як особистісний фактор, а ситуаційні особливості та особливості тих, хто займається – як ситуаційні фактори. Згідно з моделлю Челладураї, позитивний результат, тобто оптимальний рівень фізичної активності і групове задоволення, може бути, досягнуті при узгодженості всіх трьох аспектів поведінки керівника. Якщо лідер поводить відповідно даної ситуації і якщо його поведінка відповідає такому, якому надається перевага членами групи, то вони досягнуть своїх кращих результатів, а також отримають задоволення.

Як вже було сказано вище, роль лідера в команді може реалізовуватися далеко не одним спортсменом і призводить до побудови статусної ієрархії в команді, разом з тим статус спортсмена (лідера) завжди буде залежати від величини вкладу в досягнення спільнокомандної мети.

У працях Ханіна Ю.Л. [68] відзначається, що чим вище статус спортсмена в команді, тим більше його комунікативна активність і внесок у взаємодію всіх гравців команди. Чим нижче статус, тим менше він взаємодіє, відповідно і його внесок зменшується. Отже, тренеру необхідно знати, які психологічні особливості взаємодії притаманні лідеру команди. Оскільки стане можливим

направляти, регулювати спілкування в команді, розвивати необхідні характеристики і стилі міжособистісної взаємодії у лідера, що підвищить ефективність взаємодії в ігровій команді, як на тренуваннях, так і змаганнях.

Лідерська поведінка тренера та встановлення правильних взаємовідносин в системі «тренер – спортсмен» – справа складна і тонка, що межує з мистецтвом, де багато що залежить від особистих якостей як самого тренера, так і його учнів. Крім цього, означені взаємини схильні до впливу об'єктивних факторів (вік, стать, рівень спортивної майстерності, час занять у даного тренера) і суб'єктивних (рівень культурного і інтелектуального розвитку тренера і спортсменів, стиль керівництва, психологічна сумісність і ідентичність системи цінностей і світогляду тощо). [26].

Відповідно аналіз керівних дій лідера дозволяє виділити три найбільш важливі узагальнені функції лідерства: організаційну, інформаційну та виховну [26].

Організаційна функція полягає у виробленні загальнокомандних цілей, розробці планів реалізації зусиль всіх членів команди для досягнення поставлених цілей. В ігровій ситуації ця функція проявляється головним чином у вказівках, що направляють або прискорюють чи закріплюють певні дії товарищів по команді [27].

Інформаційна передбачає, що лідер є центром обміну інформацією в команді. Він повідомляє спортсменам інформацію про поточні завдання команди, способи їх вирішення, розподіл функцій, результатах, що очікуються і т. ін.

Виховна функція передбачає зусилля лідера з розвитку у членів команди почуття товариства, особистої відповідальності, поваги до соціальних норм і вимог, дисциплінованості, зібраності, надійності та інших суспільно значущих характеристик поведінки.

1.4. Поняття про групові ефекти спільної спортивної діяльності

Поняття «ефект» використовується для того, щоб виділити його в окреме соціально-психологічне явище.

Розуміння ефективності будь-якої дії чи процесу ґрунтується на здатності досягати мети («ефекту»), на яку вони спрямовані. В цьому сенсі ефект можна розглядати як абсолютний показник результату будь-якої дії, процесу, діяльності або взаємодії, безпосередньо досягнутий від її здійснення і може бути як позитивним, так і негативним.

Як зазначає С.М. Войтенко [12 , С. 24] «ефективність є відносним показником результативності, її властивістю, яка характеризує процес функціонування системи, що полягає в її здатності давати певний ефект, а дієвість такої здатності, тобто результативність, співвіднесена з ресурсними витратами. На відміну від «ефекту», «ефективність» може бути лише позитивною величиною, ціннісною характеристикою отриманого результату, що базується на здатності вирішувати практичні завдання з найменшою кількістю затрат ресурсів (функціональних, регулятивних, часових, матеріальних тощо)».

У такий спосіб ефективність спільної діяльності спортивної команди ми визначаємо як консолідований результат взаємодії взаємопов'язаних компонентів спільної діяльності, що мають складну структуру і утворюють цілісну систему, унікальність організації якої обумовлює багато функціональних параметрів групового суб'єкта та визначає якість спільних дій.

Ronglan (2007) виділив три параметри групової ефективності: а саме створення, активацію і оцінювання.

Перший параметр має відношення до передзмагального періоду, де основний акцент робиться на створення уявлень про спільні можливості спортивної команди. Активацію відносять до активних проявів групової ефективності спортивної команди в ситуаціях матчевих зустрічей, яка поєднує впевненість, ентузіазм, силу волі і високий моральний дух команди.

Автор розуміє оцінку групової ефективності як інтерпретацію досвіду обміном стосунків спортсменів під час гри, розуміння та визнання їх ролі у загальному результаті [85].

У сучасній зарубіжній спортивно-психологічній літературі широко представлені дослідження, що демонструють взаємозв'язок групової ефективності з результативністю спортивної команди [82 – 84, 86 – 88].

Дослідження взаємозв'язку групової ефективності з рівнем групової згуртованості та командної продуктивності у волейбольних командах показали, що спортсмени з високими показниками оцінювання спільних завдань, як правило, сприймають і оцінюють групову ефективність своєї команди вище [88]. Водночас вивчення психологічних навичок ігрової ефективності баскетболістів продемонструвало взаємозв'язок показників самоефективності, групової ефективності, спортивної впевненості, а також володіння високорозвиненими тактичними навичками і здібностями до концентрації, незалежно від статі, віку та спортивної кваліфікації [15].

Більшість дослідників відзначають чотири ключові ознаки ефективної команди: співпрацю, розмаїтість завдань, відповідальність за всю роботу в цілому та її аналіз.

Зазвичай цілі, що висуваються перед командою, не можуть бути досягнуті окремими її членами через обмеженість у часі та ресурсах, а також через неможливість одного члена команди оволодіти всіма необхідними знаннями й уміннями.

Я. Л. Коломинский виділив два правила, принципово важливих для ефективної роботи команди: перше – «мінімально оптимальний розмір команди» – зайві особи руйнівні діють на командну взаємодію; друге – точне позиціонування учасників, визначення для кожного особливого місця й ролі в командній роботі [62].

Також групову ефективність у спортивній діяльності називають «командною ефективністю» чи «командною впевненістю». Колективні переконання впливають на поведінку групи, завдання команди, рівень

зусиль, які команда докладає до роботи і стану, в якому команда перебуватиме під час спільної спортивної діяльності. За словами А. Бандури (2001), чим вищі переконання команди у груповій ефективності, тим сильніша її стійкість перед труднощами і невдачами, тим вища результативність розвитку групової ефективності та досягнення командної мети. [2, 3].

1.5. Поняття функціональної ефективності та характеристика факторів функціональної ефективності спортивної команди

Існує безліч теорій ефективної командної роботи, які в більшості своїй спираються на соціально-психологічні теорії взаємодії між тренером (викладачем) і членами спортивної команди.

Функціональна ефективність характеризує, наскільки повно і на якому рівні досконалості даний суб'єкт виконує своє основне завдання.

Групова діяльність не може бути успішною, якщо функції, що виконуються кожним членом групи, не будуть диференційовані і узгоджені один з одним.

Тож ефективність командної роботи оцінюється за трьома показниками:

1) *ступенем ефективності кожного з учасників команди у виконанні закріплених за ним функцій і ролей.* Ефективність пов'язана також зі здатністю індивіда працювати над собою, розвиваючи необхідні для команди якості. Ефектніший учасник команди демонструє гнучкість у виборі моделей поведінки та адаптивність до мінливого середовища;

2) *ступенем ефективності команди як сукупності індивідів.* Ефективність діяльності команди обумовлена її здатністю використовувати сукупний потенціал своїх членів, перетворювати його на щось більше, ніж просто сума потенціалів;

3) *ступенем ефективності взаємодії команди із зовнішнім середовищем.* Ця ефективність пов'язана зі здатністю команди створювати, підтримувати й використовувати потенціал співробітництва із зовнішніми стосовно команди індивідами та структурами для оптимального досягнення цілей командної діяльності.

Ефективна команда має особливі риси, що визначають продуктивність діяльності та відчуття повного задоволення командними процесами й результатами діяльності.

Наведемо характеристики ефективної команди:

- ✓ високий ступінь злагодженості її довіри між учасниками команди;
- ✓ чітка самоідентифікація індивідів з командою;
- ✓ спільне бачення місії команди і її цілей;
- ✓ професійна компетентність і висока мотивація учасників команди;
- ✓ взаємозалежність та взаємодоповнюваність учасників команди;
- ✓ невелика кількість учасників команди;
- ✓ високий ступінь участі та задоволеності від участі в команді [8].

Команди зазнають невдачі, коли не володіють необхідними якостями ефективної команди.

Показником ефективності командної роботи можна вважати позитивний підсумок спільної діяльності з реалізації поставлених завдань (наприклад, оволодіння тактичною дією чи перемога у змаганні).

Здатність до навчання передбачає підвищення професіоналізму й компетентності всіх учасників команди в ході виконання завдання. У процесі спільної діяльності відбувається взаємозбагачення знаннями й досвідом, розвиток навичок учасників команди.

Задоволеність учасників команди виявляється в підвищенні ступеня взаємної довіри її поваги один до одного, у зміцненні атмосфери співробітництва п взаємної підтримки, у готовності членів команди до подальшої плідної роботи.

Задоволеність оточуючих ніби відображає результат насичення потреб зовнішніх структур (керівництва організацією, клієнтів, партнерів та інших), створюючи імідж команди.

Характеризуючи ефективну спортивну команду можна виділити ознаки [6, 39]:

- мотивована на досягнення єдиної мети;
- має чітко визначені ролі;
- характеризується високим рівнем сумісності;
- припускає наявність тренера;
- відрізняється високим професіоналізмом учасників;
- має визнаного лідера;
- користується ефективною системою тренувань;
- ефективно долає крос-культурні бар'єри;
- злагоджено діє в екстремальних умовах.

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 [71].

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.

Як вже було описано раніше кожен член спортивної команди має чітко визначену *роль та функцію* [8, 27]. Кожен член спортивної команди

має чітко визначену роль, яку він ясно усвідомлює. Ідентифікація спортсмена з роллю, з одного боку, і чітке розуміння смислового навантаження ролі спортсменом – з іншого, сприяють ефективному виконанню функцій. Важливо зауважити, що максимальна відповідність характеристик спортсмена функціональним вимогам є основоположним умовою при розподілі ролей у спортивній команді. Функціональна визначеність команди не завжди тягне за собою загальну ефективність. Найкращі виконавці, що не об'єднані загальним духом можуть зазнати провалу, тому керівник повинен налаштувати кожного члена команди на досягнення спільної мети, та визначити для кожного конкретний об'єм роботи таким чином, щоб люди відчували рівність.

Комунікації і спільна мова. У сталої команди є своя мова спілкування. Комунікації точні, чіткі, ефективні. Перед початком гри ставиться ясне завдання, по закінченні гри проводиться детальний аналіз і розбір помилок. Комунікації в спорті обмежені, але ефективні.

В спорті процесам комунікацій надається велике значення і вся взаємодія проходить при необхідних і достатніх комунікаціях.

У гандболі – це серія команд, реплік, вигуків. У більш напружених ситуаціях комунікації стискаються до ледве помітних рухів тіла, жестів, міміки.

Одним із визначальних аспектів ефективної спортивної діяльності є ступінь *групової сумісності спортсменів*. Розрізняють сумісність фізіологічну (функціональну) і соціально-психологічну [1].

Фізіологічна, або функціональна, сумісність визначається в основному рівнем спортивно-технічної підготовки команди, а соціально-психологічна – потребами, інтересами та особистісними якостями спортсменів, зокрема, соціальною спрямованістю, рівнем культури, типом вищої нервової діяльності та ін. 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.

Наступною умовою ефективного функціонування спортивної команди є *рівність*.

Якщо керівник створює міжнародну команду, що розмовляє різними мовами, члени якої різного віку, мають різну освіту і досвід роботи в даній сфері, йому потрібно створити для кожного рівні можливості участі та реалізації. Про це важливо пам'ятати при визначенні статусу учасників команди. Не варто ставити когось у приклад, чи заявляти про недоліки у роботі конкретного члена команди, наслідком може стати занадто висока самовпевненість, або занижена до критичного рівня самооцінка.

Також слід вказати, що будь-яка команда не зможе вдосконалюватися, якщо на її чолі не буде *у наявності тренера* [7].

У спортивної команди є тренер, що виконує роль, відмінну від ролей капітана або директора. Необхідно зауважити, що в ефективних бізнес-командах ролі менеджера і тренера виконують різні люди. Основна властивість тренера полягає в професійному відношенні до виду діяльності та передачі цінного досвіду команді.

Менеджер здійснює управління командою, він керівник і розділяє між членами команди обсяг роботи, тоді як тренер виконує роль психолога і ідеолога, знімає відчуття напруженості з учасників команди, дозволяючи їм сконцентруватися на суто технічних завданнях.

Наступною умовою функціональної ефективності команди є *спеціалізація і професіоналізм* [9].

Для спортивних команд характерна висока роль спеціалізації. Важко припустити, що в результативній спортивній команді хтось дублює одну й ту ж роботу, або виконує роботу за когось.

Також особливу увагу хотілось би звернути на *зворотній зв'язок*. Чудовою рисою спортивної команди є наявність зворотного 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.

І безумовно команда не може бути ефективною якщо постійно не буде вдосконалювати власну майстерність на ґрунті *системи тренувань*.

Коли команда діє ефективно, кажуть, що вона спрацювалася. Ця якість виховується, створюється в процесі тренувань. На тренуваннях спортсмени допускають і можуть допускати помилки [12].

Не можна не вказати, що спортивним командам доводиться проявляти майстерність як вже було вказано в *екстремальних умовах* змагань та підготовки до них.

Спортивна команда завжди діє в умовах обмеженого часу. За ступенем складності умови варіюються від напружених до екстремальних. Команда повинна мобілізувати сили і не має права на помилку.

Учасники команди постійно перебувають у взаємодії тому найбільш важкі і напружені хвилини переживають разом. Стан бадьорості змінюється втомою, іноді пригніченістю, розчаруванням.

Часто травми, больові відчуття й страх випробовуються членом команди на очах інших учасників. Постійна публічність діяльності вносить специфіку в психологічні установки спортсмена. У таких ситуаціях члени команди набагато глибше пізнають один одного.

На ефективність спільної діяльності прямий вплив надає негативний результат змагання. Спортивна команда у спільній діяльності прагне до однієї мети до успіху, до перемоги, над суперником, при цьому, не виключені і поразки. Результатом спортивної діяльності задоволені, як правило, переможці, а тим, хто програв "доводиться усвідомлювати недостатність своїх зусиль, відчувати гіркоту поразки, розчарування та інші негативні емоції" [15; 31].

Чимало важливим є фактор *норми і традиції*. Вони важливі і в разі різного статусного, соціального, вікового складу групи команди. Традиційний ранковий повтор фрази «один за всіх і всі за одного» володіє вагомою об'єднуючою силою в спортивному побуті.

І деякі автори розглядають *згуртованість* теж як показник ефективності спортивної команди, оскільки злагодженість дій підвищує кінцевий результат.

Позитивний зв'язок згуртованості з ефективністю спортивної команди не ставиться під сумнів більшістю тренерів і психологів [33, 36, 63, 73, 76, 77]. Однак емпірично було показано, що згуртованість малої групи не завжди є запорукою високої продуктивності [33]. Крім цього, в практиці спорту зустрічаються приклади, коли згуртованість негативно позначалася на результативності. Особливо, в професійних командах [36].

Але як показник групової згуртованості А. В. Петровський запропонував вивчати ціннісно-орієнтаційну єдність (ЦОЄ) групи, що є «інтегральною характеристикою системи внутрішньогрупових зв'язків, які

відображають рівень, або ступінь, збігу думок, оцінок, установок і позицій групи по відношенню до об'єктів (цілей діяльності, осіб, ідей, подій), найбільш значущих для групи в цілому» [62, С. 230]. При цьому в якості основної системоутворюючої ознаки малої групи вводиться поняття рівня її соціально-психологічного розвитку [5], а згуртованість вважається показником ефективності команди.

Також додамо, що Ю.Л. Ханін вважає, що функціональна ефективність спортивної команди можлива при наступних діях тренера: виключення напруженості, конфліктності, рольової невизначеності, суперництва; створення позитивних емоційних вимог і співпереживання, атмосфери взаємної допомоги і зацікавленості в успіху партнера; формуванні почуття приналежності до команди, усвідомлення загальнокомандних цілей; виявленні "проблемних" членів команди і "слабких" ланок в практичній взаємодії; індивідуальної та колективної роботи з "проблемними" членами команди; активізації лідерів, залучення країн-партнерів в комунікативні та практично-предметні зв'язки; навчання ряду членів команди збереженню необхідного рівня включеності в міжособистісне спілкування і практичну взаємодію в складних і конфліктних ситуаціях; створенні "псевдоконфліктних" і дискомфортних умов професійної взаємодії [68, 69].

Ю.Л.Ханін, виходячи з досвіду практичної роботи зі спортивними командами, рекомендував наступні принципи налагодження міжособистісного спілкування [68, 69]:

- принцип індивідуалізації впливів. В процесі взаємодії формуються дві зони: психологічного комфорту і психологічного дискомфорту. Залежно від знаходження в одній з них спортсмен підвищує або знижує особистісний і діяльнісний потенціал;

- принцип контрастності впливів, який визначає: раптовість і несподіванку впливу з боку партнерів. Більший ефект в такому випадку

впливу обумовлений партнером, з яким спортсмен знаходиться в ворожих відносинах, або до якого відчуває односторонню симпатію;

- принцип авторитарності впливу, який пов'язує організацію спілкування зі статусним відношенням. При цьому статус впливає повинен бути вище, ніж члена колективу, на якого спрямовується вплив;

- принцип діяльнійшої опосередкованості. Він полягає в тому, що для певної ситуації взаємодії визначається ініціатор спілкування, адекватна форма спілкування і час взаємодії [34, С.120-121].

Крім вже означених на функціональну ефективність групи впливає ще ціла низка причин.

Перш за все, впливає сама організація, частиною якої є мала група. Організація впливає на малу групу через свої стратегію розвитку, організаційну структуру, норми і правила, систему підбору персоналу, систему оцінки і заохочення, організаційну культуру.

З точки зору впливу стратегії розвитку організації на функціональну ефективність малої групи ключовими є цілі і засоби їх досягнення. Для спортивної команди це зазвичай обмежений набір певних досягнень, і, в якості допоміжних цілей, ряд типових цілей і стандартних завдань будь-якої комерційної організації (прибуток, стійкість і т.д.). Саме стратегія розвитку організації, в яку входить мала група, визначає стратегію функціонування конкретної малої групи.

Також важлива і організаційна структура системи, в яку входить мала група. Вона визначає конкретне місце малої групи в організаційній ієрархії, місце формального лідера малої групи і його взаємини з іншими структурами організації. Норми, приписи і правила, які стандартизують поведінку членів команди, визначаються також організацією, в яку входить мала група. Ці норми зазвичай залежать від структури ресурсів організації, так як їх достатність або обмеженість надають на неї істотний вплив.

Ключовим фактором впливу на функціональну ефективність є прийнята в організації система підбору персоналу, стосовно гандболу це підбір гравців в команду.

Слід відмітити, що розгляд спортивної команди з позиції малої групи (як соціальної мікромоделі суспільства) є вирішальним фактором ефективності. При цьому ключовими умовами забезпечення високої функціональної ефективності є гармонізація соціальних взаємовідносин всередині малої групи. А важливою проблемою тренера спортивної команди є формування хорошого позитивного середовища всередині команди.

Ще один фактор, що визначає функціональну ефективність роботи малої групи, це прийнята в організації система оцінки членів малої групи і їх заохочення. Наприклад, ті організації, які надають великого значення колективній роботі, враховують цей фактор при підборі персоналу.

Слід також сказати і про економічну ефективність команди. Відзначимо, що розподіл доходів всередині спортивної команди здійснюється нерівномірно, якщо порівнювати його з професійними співтовариствами неспортивної типу. Ускладнює взаємини в команді також і те, що розподіл доходів залежить не завжди тільки від рівня «спортивної» значимості гравця для команди: важливі і інші показники його професійної діяльності, пов'язаної – по крайній мірі, на рівні спорту вищих досягнень – з популярністю спортсмена, рівнем його медійності, готовністю спонсорів співпрацювати зі спортсменом. Іншими словами, брендом в спорті виступає не тільки команда, але і окремі спортсмени, що входять до її складу [39, 53].

Виходячи з того, що економічна ефективність спортивної команди виступає одним з найважливіших показників її ефективності в цілому, на її групову ідентичність прямо впливають фактори економічного порядку. Підкреслимо, що часто економічна ефективність команди або спортсмена

не залежить прямо від її спортивних досягнень і розвивається по іншим – не спортивним – законам.

Таким чином, продуктивна спортивна команда – це ідеальна модель людського спілкування, заснованого на взаємній довірі, взаємоповазі та взаємодопомозі.

РОЗДІЛ 2

ОРГАНІЗАЦІЯ ТА МЕТОДИ ДОСЛІДЖЕНЬ

2.1. Організація дослідження

Дослідження проводилося поетапно.

Проведений на першому етапі (жовтень 2018 – січень 2019 рр.) аналітичний огляд літературних джерел засвідчив, що спорт вищих досягнень демонструє високу динаміку свого розвитку, будучи центром соціально-економічних, міжнародних і політичних подій, залишаючи малодослідженими соціально-управлінські технології формування і розвитку висококваліфікованих спортивних команд.

До сьогодні в дослідженнях спортивних команд основний акцент продовжує робитись на розгляді спортсменів, як індивідів, а команд – як простої сукупності спортсменів (ефект синергізму). При такому підході не вдається виявити основних проблем функціонування сучасної спортивної команди, що і обумовлює актуальність даної магістерської роботи.

На цьому етапі була вивчена система психологічної підготовки спортсменів в сучасному гандболі, що дозволило намітити пропоновані шляхи подальшого підвищення її ефективності.

Розглянуто науково-теоретичні підходи, що застосовувалися при вивченні лідерства та лідерських якостей спортсменів у команді і їх впливу на функціональну ефективність спортивної команди.

Тож **перший етап** дослідження характеризувався теоретичним осмисленням проблеми. Були проаналізовані літературні джерела з даної теми. Відбувалося формування предмету досліджень.

Другий етап (листопад 2018р. – жовтень 2019 р.) проводилися емпіричні дослідження. Дослідження проводилося на базі Гандбольного клубу "РЕАЛ". У дослідженні взяли участь дівчата 12 – 14 років, що займаються гандболом. Стаж занять становив від одного двох до трьох років.

Дослідження проводилося з жовтня 2018 по жовтень 2019 року. В експерименті брали участь 30 спортсменок.

На цьому етапі були дібрані діагностичні методики.

З січня 2019 р. проводилися вправи, спрямовані на згуртування гандбольної команди дівчаток. Комплекс вправ на згуртування представлений. Крім вправ проводилися бесіди, обговорення, проглядалися відеоролики, що сприяють ефективності командної взаємодії, взаємоповаги спортсменів. Так само відбувалися загальнокомандні відвідування ігор основного складу жіночої команди ГК "Реал", де дівчата наочно могли побачити, як взаємодіють професійні спортсменки між собою.

Контрольний етап експерименту був проведений в вересень - жовтень 2019 року. Після застосування методик на соціальне оздоровлення та формування з дівчаток колективу гравців (використання тімбілдінгу, ігор на довіру, використання згладжування конфліктних ситуацій, або відходу від них і т.д.), був проведений експеримент з використанням модифікованого варіанту соціометричної методики Якоба Леві Морено.

Третій етап (листопад 2019р. – початок грудня 2019 р.) проводилися аналіз і узагальнення отриманих результатів, здійснювалися написання і оформлення дипломної роботи магістра.

2.2. Методи дослідження

Для вирішення завдань, що були сформульовані застосовувались наступні методи досліджень: методи теоретичного аналізу і синтезу, соціометричне тестування.; методи статистичної обробки результатів.

2.2.1.Метод теоретичного аналізу і синтезу

Вивчення і аналіз науково-методичної літератури проводився з метою пошуку та виявлення методологічних передумов постановки проблеми, що

вивчалася, рівня її актуальності і розробленості в науці і практиці, визначення напрямку роботи, формулювання гіпотези, мети і завдань дослідження, а також вибору шляхів їх вирішення. Особлива увага приділялася дослідженню феномену спільної діяльності та його якісних показників.

2.2.2. Методи емпіричного дослідження

Дослідження проводилося на базі Гандбольного клубу "РЕАЛ". У дослідженні взяли участь дівчата 12 – 14 років, що займаються гандболом. Стаж занять становив від двох до трьох років.

Дослідження проводилося з жовтня 2018 по жовтень 2019 року. В експерименті брали участь 30 спортсменок.

На цьому етапі були дібрані діагностичні методики.

В ході нашого експериментального дослідження нам необхідно було виділити спортсменок з позитивним соціометричним і негативним соціометричним статусами, для цього ми провели методику «Соціометрія» Дж. Морено.

Після того, як ми встановили статус спортсменок в команді, ми визначили рівень їх агресивності за допомогою опитувальника Басса-Дарки.

Контрольний етап експерименту був проведений в вересень-жовтень 2019 року. Після застосування методик на соціальне оздоровлення та формування з дівчаток колективу гравців (використання тімбілдіngu, ігор на довіру, використання згладжування конфліктних ситуацій, або відходу від них і т.д.), був проведений експеримент з використанням модифікованого варіанту соціометричної методики Якоба Леві Морено.

Критерієм сумісності команди з гравцем є індекс соціометричного статусу спортсмена (ІСС), що визначали за формулою:

$$ICC = \frac{K_{\Pi^+} K_{\Pi^-}}{H - 1} \times 100\%,$$

де $K_{п+}$ – кількість позитивних виборів,

$K_{п-}$ – кількість негативних виборів,

N – кількість респондентів.

В якості критерію сумісності особистості з командою ми використовуємо емоційну задоволеність спортсмена відносинами з кожним партнером команди, показником якої був індекс соціометричної експансивності (ICE), що вираховується за формулою

$$ICE = \left(\frac{K}{H - 1} \right) \times 100\%,$$

де K – кількість позитивних чи негативних виборів означеного члена команди, H – кількість респондентів.

Членам дівочої гандбольної команди була запропонована серія тверджень, що стосувалися формальних та неформальних взаємовідносин та визначення лідерів у команді, усвідомлення власної ролі в команді та виокремлення з-поміж членів команди осіб за критерієм особистісних стосунків (друзі, товариші чи колеги).

Крім вище описаних методик нами вивчався показник згуртованості команди як критерії її ефективності.

Згуртованість (ЦОЄ) діагностувалася за допомогою методик оцінки предметно-цільового і предметно-ціннісного (скор. цільової та ціннісної оцінки єдності) спортивної команди, запропонованих Р. С. Немов для вивчення виробничих колективів [43] і адаптованих нами для діагностики спортивних команд. Згідно з інструкцією, гандболісткам пропонувалося проранжувати 10 якостей ідеального гравця і 10 цілей, поставлені перед командою на сезон.

За допомогою соціометричного методу було визначено «індекс групової згуртованості», який обчислювався як відношення числа взаємних позитивних виборів до загальної кількості можливих виборів.

Ефективність команди розглядалася з двох точок зору: як спортивна продуктивність і як соціально-психологічна успішність. Продуктивність

розраховувалася як середня кількість очок, набраних за одну гру в минулому сезоні (0 - за програш, 1 - за нічию і 3 очка за перемогу), і як місце, зайняте командою в сезоні, що завершився. Успішність команди вимірювалася за допомогою експертної оцінки тренерів. Статистична обробка проводилася в програмі SPSS 21.0.

Для оцінки групової ефективності спортивної команди ми застосували адаптований опитувальник «Групова ефективність спортивної команди» Д.Фельц та С. Ліргг, (1998) для виміру сприйняття спортсменами здібностей своєї команди організовувати та виконувати спільні дії, які необхідні для досягнення результату [42]. Опитувальник містить 20 різних запитань, що стосуються уявної змагальної ситуації, описаної інструкцією та розподілених на п'ять показників: здібність, єдність, стійкість, підготовленість та зусилля. Спортсменам пропонується оцінити впевненість в тому, що їх команда здатна... (Додаток А). Запитання передбачають варіанти відповідей, кожен з яких пропонується учаснику оцінити за 10-бальною шкалою Лайкерта (1-10), від «зовсім не впевнений» до «абсолютно впевнений».

Ключ до опитувальника «Групової ефективності спортивної команди» наведено в (табл. 2.1).

Таблиця 2.1

Ключ до опитувальника «Групова ефективність спортивної команди»

Шкала	Пункт
Здібність	1, 5, 14, 15,
Єдність	2, 6, 13, 20
Стійкість	3, 7, 9, 11
Підготовленість	4, 12, 18, 19
Зусилля	8, 10, 16, 17

Результати тестування визначалися за сумою балів відповідей на питання за такими якісними показниками:

- ✓ здібність – оцінка можливостей демонструвати дії більш високої майстерності, ніж суперник;
- ✓ єдність – оцінка спільності у діях;
- ✓ стійкість – оцінка опору можливим невдачам;
- ✓ підготовленість – оцінка внутрішньо психологічної налаштованості на конкретні змагання;
- ✓ зусилля – оцінка готовності демонструвати найкращі можливості.

Окремою гіпотезою дослідження було припущення про те, що введення в тренувальний процес вправ на згуртування дозволить сформувати сприятливі відносини в колективі, підвищити згуртованість спортивної команди, знизити агресивність і конфліктність, а також надасть конструктивний вплив на результативність спортивної діяльності тим самим підвищить функціональну ефективність спортивної команди.

3 січня 2019 р. проводилися вправи, спрямовані на згуртування гандбольної команди дівчаток. Нами був застосований комплекс вправ на згуртування. Крім вправ проводилися бесіди, обговорення, проглядалися відеоролики, що сприяють ефективності командної взаємодії, взаємоповаги спортсменів. Так само відбувалися загальнокомандні відвідування ігор основного складу жіночої команди ГК "Реал", де дівчата наочно могли побачити, як взаємодіють професійні спортсменки між собою.

Контакт і взаємодія були органічно вбудованими в навчання. Для групи ця обставина надзвичайно важливо: ситуація спільної дії, що вміло спрямовується провідним, легко призводить до формування м'якого емоційного клімату, встановлюються невимушені і доброзичливі відносини, обстановка взаємної довіри і почуття групового «ми» [1, С. 170] сприятливі для психологічного клімату групи.

Згуртована група створює для її членів колективну психологічний захист, дозволяючи кожному стати гранично розкутим і в стосунках з іншими, і з самим собою.

Робота з психотехнічними вправами – хороший стимул включення невикористаних психічних резервів спортсмена.

2.2.3. Методи статистичної обробки результатів дослідження

Кореляційний аналіз – коефіцієнт кореляції, а також кореляційне відношення – η .

Коефіцієнт кореляції (r) – показник, який використовують для вимірювання щільності зв'язку між результативними і факторними ознаками у кореляційно-регресійній моделі за лінійної залежності. За абсолютною величиною коефіцієнту кореляції коливається в межах від -1 до +1. Чим ближчий цей показник до 0, тим менший зв'язок, чим ближчий він до ± 1 – тим зв'язок тісніший. Знак «плюс» при коефіцієнті кореляції означає прямий зв'язок між ознаками x і y , знак «мінус» – обернений [40].

Лінійний коефіцієнт кореляції є мірою тісноти зв'язку при лінійному зв'язку між ознаками X і Y . У разі криволінійного зв'язку користуватися лінійним коефіцієнтом кореляції як мірою тісноти зв'язку не завжди можна. Тоді використовують кореляційне відношення Пірсона:

$$\eta = \sqrt{\frac{\sigma^2}{\sigma_y^2}};$$

де σ_y^2 -дисперсія результативної ознаки;

Значення кореляційного відношення Пірсона завжди позитивні і розташовуються в інтервалі від 0 до +1.

У процесі дослідження здійснено кореляційний аналіз кожного з якісних показників ефективності спільної діяльності з оцінкою інтенсивності дії показників групової ефективності. Значущість (достовірність) отриманих

кореляційних залежностей оцінювалась на основі розрахунку величин коефіцієнтів рангової кореляції Спірмена.

Також обчислювалися показники, що характеризують параметри вибірок і їх відношення до генеральної сукупності. Описова статистика включала визначення середніх величин, стандартних відхилень, помилок середніх. При оцінці статистичних гіпотез виходили з 5% рівня значущості ($p < 0,05$). Для кожного з досліджуваних показників розраховувалося середнє арифметичне значення ($\bar{X}$), середнє квадратичне відхилення (σ) помилка середньої арифметичної (m). Для статистичної перевірки достовірності результатів педагогічного експерименту застосовувався критерій достовірності Стюдента [40].

Для визначення достовірності відмінностей ми скористалися t -критерієм Стюдента. В якості критичного рівня ми вважали $P > 0,05$.

Цей рівень значущості цілком забезпечує необхідну надійність в педагогічних і соціологічних дослідженнях.

Більшість результатів дослідження проводилися в програмі SPSS 21.0.

РОЗДІЛ 3

РЕЗУЛЬТАТИ ЕМПІРИЧНИХ ДОСЛІДЖЕНЬ ЕФЕКТИВНОСТІ СПІЛЬНОЇ ДІЯЛЬНОСТІ СПОРТИВНОЇ КОМАНДИ

Результати емпіричного дослідження допомогли виділити 4 групи спортсменок за наступним складом: «лідер», «наближені», «відторгнуті», «неприйняті» (табл. 3.1).

Таблиця 3.1

Співвідношення соціометричних статусів в команді спортсменок на початковому етапі експерименту

Соціометричний статус	Кількість дівчат	% співвідношення
Лідер	4	13,3
Наближені	9	30
Відторгнуті	16	53,3
Неприйняті	1	3,4

Як бачимо з табл. 3.1, на початковому етапі з позитивним соціометричним статусом виявилось 13 осіб, в цю групу входять «лідер» і «наближені», з негативним соціометричним статусом – 17 осіб, ми включили в цю групу «відторгнуті», «неприйняті».

При складанні соціограми з довільним розташуванням членів елементів структури явно простежується різноякісність емоційних ядер в групі за різними критеріями. У соціограмі, що відбиває структуру неформальних взаємин, чітко виділяється ядро, що складається з взаємно і позитивно пов'язаних членів (4 людини) і периферія, яку також можна об'єднати в підгрупи.

Першу підгрупу можна позначити як лідерське ядро або лідерська підгрупа, тому що вона найбільш згуртована, її утворюють дівчата, що володіють (в більшості випадків) високим статусом в команді і високими показниками результативності. За результатами соціометричного

опитування, як і за результатами спостереження, простежується, що на дану підгрупу, її емоційний стан і діяльність, орієнтується решта команди.

Друга підгрупа складається з слабо пов'язаних між собою членів, але відрізняється міцними діадними зв'язками. Члени першої підгрупи не вибирають членів другої підгрупи.

В ході аналізу отриманих даних не виявлено значущих відмінностей досліджених характеристик лідерів і послідовників. Разом з тим виразність деяких досліджуваних характеристик у лідера і послідовника дещо відрізняється, що відповідно становить дещо відмінні портрети, поведінки.

На констатуючому етапі досліджень встановлено, що лідер у спортивній команді насамперед спрямований до зовнішнього світу, відкритий, соціально-активний, розсудливий, надійний, напористий і наполегливий. Повільно реагує на зміни навколишнього світу, а також є емоційною і чутливою до емоційного настрою інших, може керувати емоційним станом спортсменів в групі. Відкрито відстоює свою думку, самостверджується, особистість не схильна до агресивної поведінки, а також її не властиво замикатися і «уходити в себе».

«Наближені» як і лідер спортивної команди, спрямовані на зовнішній світ, але проявляють себе по-різному.

Крім того спираючись на отримані дані дослідження, по диференціації стилів взаємодії і характеристик міжособистісної взаємодії лідерів і послідовників не було виявлено значущих відмінностей.

Разом з тим, можна простежити тенденції, що вказують на деякі особливості спілкування лідерів і послідовників в гандбольній команді.

Так, лідери в міжособистісній взаємодії реалізують домінуючий стиль, при цьому у них виявляються характеристики владності, схильності до лідерства, прямолінійності.

У спортсменів, що відносяться до так званих «наближених» в команді в міжособистісній взаємодії реалізується домінуючий і доброзичливий тип однаково. Прагнення до домінування у взаємодії у них виражено в меншій мірі, ніж у лідерів. В рівній мірі з домінуванням проявляється у «наближених» і доброзичливий стиль – це стиль підтримки, інтересу до іншого, при цьому виявляються в поведінці спортсмена проявляються характеристики: співпраця, добросердечність, чуйність, рідше агресивність і запальність.

В результаті соціометричного опитування у досліджуваній спортивній групі простежувалося наявність ізольованих членів. Результати спостереження ці дані спростовують – в емоційних взаєминах беруть участь всі члени команди, але контакти деяких з них можуть обмежуватися кордонами тієї підгрупи, до якої вони належать. Наявність ізольованих членів по соціометричним даним може бути викликано тим, що кількість виборів було обмежено (17 дівчаток).

При інтерпретації даних за формальними критеріями була отримана інформація, яка заслуговує пильної уваги з боку керівництва команди.

На питання «З ким членів по команді ти хотіла би розучувати техніку вправ в парі» були отримані неоднозначні результати. З одного боку, бажання хлопців не збігалися з формальною структурою команди (в більшості випадків вибиралися партнери не з своєї ланки або не було взаємних виборів в рамках однієї трійки), а з іншого боку – вибір партнера для вправ так само не завжди збігався зі звичним колом спілкування в рамках команди (тобто дружу з одними, а тренуватися віддаю перевагу з іншими) 60 % випадків ($p < 0,05$).

Позиція капітана команди збігається з позицією формального лідера. Так само в команді є гравчині, які володіють високим неформальним статусом і яких, в свою чергу, можна поділити на

«спортивних» (ділових) лідерів і «дружніх» (емоційних або позадіяльнісних) лідерів. Капітан команди, крім високого формального статусу, має ще й високий неформальний статус у більш старшій команді.

Узагальнивши результати соціометричного опитування, спостереження за гравцями на тренуваннях і у вільний час перед тренуваннями та іграми, а також на основі бесіди з дівчатами, можна зробити висновок, що наявність двох підгруп в команді не призводить до міжособистісних конфліктів, але і не робить команди більш зіграними.

Після впровадження вправ на згуртування в тренувальний процес, сумісного проведення вільного часу, свят та днів народження була повторно проведена методика «Соціометрія» (табл. 3.2).

Таблиця 3.2

Співвідношення соціометричних статусів в команді спортсменок на
наприкінці досліджень

Соціометричний статус	Кількість дівчат	% співвідношення
Лідер	4	13,3
Наближені	17	56,7
Відторгнуті	9	30
Неприйняті	0	3,4

Таким чином, на кінцевому етапі з позитивним соціометричним статусом – 21 особа, в цю групу входять «лідер» і «наближені», з негативним соціометричним статусом – 9 осіб, ми включили в цю групу «відторгнутих» і «неприйнятих».

Проаналізувавши результати на початковому і кінцевому етапі, ми провели порівняльний аналіз співвідношень позитивних і негативних соціометричних статусів спортсменок в команді (рис.3.1.).

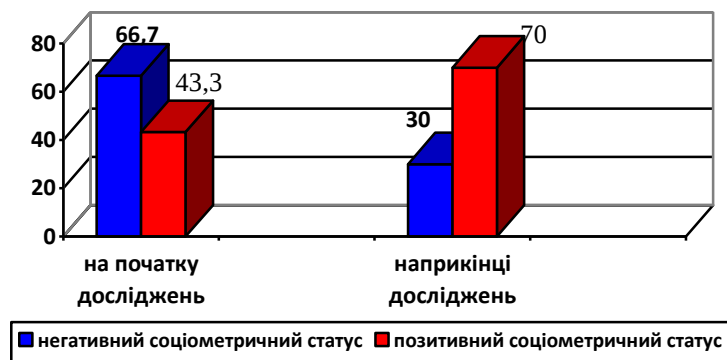


Рис.3.1. Співвідношення позитивних і негативних соціометричних статусів спортсменок протягом експерименту

Дані представлені на рис. 3.1 дозволяють говорити, що в команді спортсменок на початковому етапі переважав негативний соціометричний статус, а на кінцевому – позитивний статус.

Після того, як ми встановили статус спортсменок в команді, ми визначили рівень їх агресивності за допомогою опитувальника Басса-Дарки.

Отримані результати дозволяють говорити, що в команді спортсменок на початковому етапі індекс агресивності на низькому рівні у всіх членів команди. Це обумовлено спонтанною агресією і пов'язане з невмінням перемикаєти агресію на діяльність.

У більшості дівчаток виявлено низький рівень за шкалами фізичної і вербальної агресії. Це означає, що вони ведуть себе спокійно, не вступають в суперечки, намагаються триматися осторонь від з'ясування відносин.

У декількох спортсменок спостерігається підвищений рівень за шкалами: фізична агресія, негативізм, образа, вербальна агресія, почуття провини.

Це може бути пов'язано з віковими особливостями, невпевненістю у власних силах і різною швидкістю навчаємості.

Після впровадження вправ на згуртування в тренувальний процес був повторно проведено опитувальник агресивності Басса-Дарки. Процентне співвідношення рівнів виразності шкал опитувальника

агресивності у спортсменок дозволяють говорити, що результати за шкалами фізичної агресії і почуття провини наблизилися до середніх показників. Це означає, що дівчатка стали більш розкутими і впевненими в своїх силах, в порівнянні з початком дослідження. У команді спортсменок на кінцевому етапі дослідження індекс агресивності, як і раніше на низькому рівні у всіх членів команди.

Результати діагностичних методик на виявлення соціометричного статусу і агресивності за методикою Басса-Дарки на початковому і кінцевому етапах дослідження представлені в таблиці 3.3.

Таблиця 3.3

Результати діагностичних методик на виявлення соціометричного статусу і агресивності за методикою Басса-Дарки на початковому і кінцевому етапах дослідження.

Критерії	На початку	наприкінці	p
	$\bar{X} \pm \sigma$	$\bar{X} \pm \sigma$	
Соціометричний статус	1,8±4,64	2±3,02	> 0,05
Фізична агресія	3,3±1,21	3,3±0,73	< 0,05
Непряма агресія	1,87±0,73	1,87±0,73	< 0,05
Роздратованість	1,8±0,76	1,8±0,76	< 0,05
Негативізм	1,57±0,77	1,57±0,77	< 0,05
Образа	2,1±0,84	2±3,02	< 0,05
Підозрілість	1,8±0,61	1,8±0,61	< 0,05
Вербальна агресія	2,6±1,38	2,1±0,84	< 0,05
Відчуття провини	3,03±1,1	2,9±0,92	< 0,05
Індекс ворожості	3,9±1,21	3,3±0,73	< 0,05

Отримані дані дослідження свідчать про те, що результати за методикою «Соціометрія» достовірні і знаходяться в зоні значущості, а результати опитування Басса - Дарки знаходяться в зоні незначущості.

Отже, гіпотеза про значущі зміни, які відбулися в соціометрических статусах спортсменок в команді, завдяки введеним в тренувальний процес вправам на згуртування, експериментально частково підтвердилася.

Якщо розглядати це ще більш детально, то це виглядає наступним чином.

Соціовалентність: у кожного члена команди переважають позитивні вибори. Подвійні комунікативні установки спостерігаються у трьох дівчаток.

Взаємність:

Рівень взаємності в даній групі зросла і стала дорівнювати 65,7%.

Агресивність в групі знизилася. У даній групі рівень конфліктності склав 2,2%.

На констатуючому етапі дослідження:

Переважаання позитивних виборів – 10 осіб; негативних – 2 особи; подвійних – 18 осіб.

На контрольному етапі експерименту:

Переважаання позитивних виборів – 19 осіб; негативних – 1 особа; подвійне ставлення – 10 осіб.

Таким чином, на контрольному етапі експерименту число позитивних виборів зросла за рахунок зменшення числа подвійних і негативних виборів.

Підводячи підсумки, можна стверджувати, що розроблена методика способів згуртування колективу в спортивній команді дала позитивні результати. З проаналізованих даних випливає, що показники по соціально-психологічними характеристиками виросли і стали значно краще. У неформальній бесіді дівчата вказали на те, що стали краще розуміти одна одну і цьому підтвердженням стали контрольні ігри. При 3 контрольних іграх на початку експерименту 3 були провальними, і при тих же трьох контрольних іграх наприкінці дослідження в двох дівчата одержали перемогу. що в кінцевому результаті підвищило функціональну ефективність команди.

Крім того фінальне опитування вказало на наступне:

Кількість взаємних виборів при діагностиці соціометричного статусу спортсмена співвідноситься із його формальним статусом у команді (0,91; $p < 0,05$).

При діагностиці соціометричної експансивності та неформальної взаємодії спортсменів з кожним партнером команди отримали результати, що позитивно корелюють із формальним статусом (0,67; $p < 0,05$), неформальним статусом (0,74; $p < 0,05$), потребою у неформальному спілкуванні (0,61; $p < 0,05$) та із задоволеністю неформальним спілкуванням (0,43; $p < 0,05$).

Дослідження неформального аспекту спілкування членів команди свідчить про наявність у команді односторонніх, формування підгруп на основі спільних особистісних якостей, поглядів, інтересів, мети тощо.

З-поміж спортсменок, що разом тренуються у складі гандбольної команди – 66,3 % підтримують неформальні дружні стосунки, 30% опитаних засвідчують приятельські відносини, лише 3,7% опитаних спілкуються із партнерами по команді виключно в межах спортивної діяльності. Проте останній показник зумовлений швидше нетривалим періодом навчально-тренувальної діяльності, аніж міжособистісним конфліктом чи психологічною несумісністю.

Визначення коефіцієнту згуртованості дівчат у командах на початку експерименту був надто низьким 30%, що вказує на те, що цього явно не достатньо для участі у змаганнях.

Наведені дані опитування членів дівочої команди з гандболу свідчать про психологічну сумісність усіх спортсменів, показники наведених індексів перевищують середні значення і носять позитивний характер, що також свідчить про їх функціональну ефективність як спортивної команди.

Аналіз питання «Чиєю заслугою є перемога команди в змаганнях?» Показує, що 70% 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 тренерської участі здатна надавати синергію командному успіху.

Аналіз питання «Чи вважаєте Ви необхідним наявність зворотного зв'язку між тренером і спортсменом?» Показує, що переважна більшість в (90%) відповіли «так». Цей показник говорить про щільному взаємодії тренера і спортсмена, що в свою чергу обумовлює функціональну ефективність команди.

Показник «ні» в 10% говорить про те, що у тренера і спортсмена немає взаємодії і розуміння роботи на загальний успіх. Що на нашу думку пов'язано з віковими особливостями дівчаток.

Аналіз питання «Що, на Ваш погляд, є вирішальним при взаємодії тренера і спортсмена?» Показує, що найбільш значним фактором є авторитет (статус) тренера в команді. Він склав також 90%%. За рахунок авторитету тренера зростає вплив на спортсмена (90%), що призводить до того, що будь-які тренерські установки в тренувальному і змагальному процесах сприймаються як безальтернативне рішення. Доцільність та своєчасність цих установок не підлягає сумніву.

Отже, на авторитет тренера і його статус у виді спорту безпосередній вплив надають спортивна біографія тренера як колишнього спортсмена, чий професійний шлях пов'язаний з даним видом спорту, а також рівень спортивних досягнень його вихованців.

Крім того виділені нами параметри, що характеризують рівень взаєморозуміння в команді і її функціональну ефективність високо корелюють

між собою: групова згуртованість, психологічна атмосфера і ділові відносини ($r = 0,76$ і $r = 0,71$, відповідно), групова згуртованість, психологічна атмосфера і особистісні відносини ($r = 0,83$ і $r = 0,70$, відповідно), психологічна атмосфера і індекс групової згуртованості ($r = 0,69$). Це свідчить про правомірність вибраних нами методик для виявлення рівня взаєморозуміння в команді, про адекватність діагностичної програми цілям дослідження. А також дозволяє зробити прогноз на позитивний результат реалізації завдань експериментального впливу, тому що розвиток одного з перерахованих вище показників сприятиме розвитку іншого. І головне підтверджує гіпотезу нашого дослідження.

Кореляційний аналіз дозволив нам виділити ті особистісні особливості, які значимо пов'язані з показниками взаєморозуміння, а, отже, можуть вважатися критеріями сумісності гравчинь в спортивній команді. Це фактор «прямолінійність – дипломатичність» ($r = 0,49$), життєві цінності: власний престиж ($r = 0,56$), духовне задоволення ($r = 0,49$), життєві сфери: захоплення ($r = 0,69$), суспільне життя ($r = 0,83$); мотивація досягнення ($0,73$); локус контролю Я ($r = 0,57$), локус контролю життя ($r = 0,64$).

Виявлені позитивні зв'язку рівня взаєморозуміння з свідомістю життя, локусом контролю, мотивацією досягнення, деякими характерологічними особливостями дозволяють припустити, що розвиток навичок взаєморозуміння дозволить компенсувати несприятливі для ефективної психологічної сумісності риси особистості спортсменок: підвищить рівень суб'єктивного контролю, мотивації досягнення, рівень активності в соціальних контактах і в суспільному житті команди і знизить прояви несприятливих особливостей характеру.

Найбільш тісний взаємозв'язок лідерських якостей спортсменки відзначається з діловим статусом $r = 0,93$ ($p < 0,01$). Тут простежується

взаємозв'язок ділової позиції в команді з індивідуалізмом спортсменки ($r = 0,65$ ($p < 0,05$)).

Також нами було з'ясовано, що спортсменки, що займають високе положення в діловій сфері команди виділяються стабільністю, наполегливістю, деякою часткою консерватизму, прагненням лідирувати, підвищеною самооцінкою, упевненістю і незалежністю, схильністю розраховувати на себе в складних ситуаціях, вольовими якостями.

Обернено пропорційний зв'язок емоційного типу лідерства і андрогенності у жінок $r = -0,68$ ($p < 0,05$) (андрогенність – це інтеграція жіночого емоційно експресивного стилю з чоловічим інструментальним стилем діяльності), вказує на те, що спортсменки з тенденцією до прояву чоловічого стилю поведінки сприймаються іншими гравцями, як більш сильні, вольові та наполегливі. Тож наявність такого лідера у команді буде підвищувати її ефективність на майданчику.

Індивідуально–психологічні характеристики особистості високостатусних спортсменок, що корелюють з діловою роллю в команді у гандболісток є наборами різних властивостей і якостей, при цьому деякі з них значимо різні за ступенем їх розвитку та вираженості: товариськість, гіперлідерство (обернено пропорційно високому статусу спортсмена).

Здійснений аналіз даних спеціальної літератури дозволяє зробити висновок про те, що значна кількість з проведених на сьогоднішній день досліджень, як в ігрових, командних, так і в багатьох інших видах спорту, присвячені вивченню лідерських якостей спортсмена. При цьому нами доповнена основна думка цих робіт – відсутність лідера, найчастіше призводить навіть висококваліфіковану команду до програшу, оскільки лідер у спортивній команді – це гравець, ведучий, на чолі групи, до досягнення мети, при цьому активно взаємодіє з усіма її членами (Т.Т. Джамгаров, В.І. Румянцева, 1983 [19]; І.П. Волков, 2002; Р.С. Уейнберг, 2001 [66];

Т.Д. Зінкевич-Євстигнєєва, 2003; А.Е. Зубкова, В.Г. Лазарева, 2009 року; П.Л. Хасина, 2009 [70]).

Беручи до уваги той факт, що конкретна спортивна команда складається з представників однієї статі і має свої, властиві їй особливості в організації неформальної структури, отримані дані доповнюють дослідження Т.Т. Джамгарова (1983), В.І. Румянцевої (1983) про деяку розмитості лідерської структури в жіночій групі [19]. Відповідно першим завданням керівництва команди є точне визначення ділового соціального статусу кожного гравця в команді, що допоможе підвищити функціональну ефективність спортивної команди. При комплектуванні команди з гравців різного рівня майстерності такий розподіл є неминучий і важливо, щоб він не призводив до поділу команди на дві групи, що виступають по відношенню один до одного як антагоністичні. Незважаючи на це, спортивна команда повинна жити загальними цілями і турботами.

Для більш повного вивчення сприйняття спортсменами своєї команди і атмосфери в ній, яка безпосередньо відбивається на груповий ідентичності, гравцям на скільки дівчата сприятливо оцінюють атмосферу в команді. Причому в цілому по команді атмосфера по відношенню до себе особисто оцінюється більш сприятливо (71,4%), ніж атмосфера в групі взагалі (66,7%). Необхідно відзначити, що менш сприятливу атмосферу в команді оцінювали лідери команди і найбільш результативні гравці.

Виявляючи орієнтацію гравців щодо їх спрямованості на «процес - результат» і «на команду - на себе» ми отримали дані, що свідчать про дивовижну однорідності команди по відношенню до даних аспектів. Як зазначає Мальчиков А.В. «Однорідною група може бути названа тоді, коли всі члени групи володіють однією з полярних ознак. Це становить очевидне і крайнє умова однорідності групи. На практиці може застосовуватися більш «м'яка» умова – однорідною групу можна вважати, якщо обраною ознакою

володіє більшість членів групи. Кордон цієї більшості, за межами якої групу вже не можна назвати однорідною, визначає сам дослідник, виходячи із завдань дослідження, розмірності ознаки і величини групи »[38].

За показниками самооцінки, «тактична підготовленість команди» та «ефективність командної взаємодії», зафіксовано динаміку поступового зростання даних після проведення експерименту.

У нашому випадку 90% становить спрямованість на команду і 10% особистісно-орієнтовна спрямованість. Відповідно 33,3% - процесуальна спрямованість і 66,7% - спрямованість на результат.

Підвищення авторитету в очах інших людей розглядається гравчинями, як наслідок спортивних досягнень, зараз не має ніякого значення в порівнянні з можливістю перевіряти свої сили на ділі і відчувати себе членом єдиної команди.

Кореляційний аналіз показав, що чим вище ціннісна єдність команди, тим вище її цільова єдність ($p \leq 0,001$). Даний результат підтверджує припущення про те, що ціннісна і цільова єдність є проявами одного соціально-психологічного феномена, а саме ціннісно-орієнтаційної єдності, або згуртованості, малої групи.

Однорідність спортивної групи також проглядається в орієнтації гравців на команду, яка проявляється в прагненні до успіху своєї команди, заради якого треба тренуватися, мати хороший контакт з партнерами, тренером. Треба відзначити, що для дівчаток підліткового віку це найбільш значуща орієнтація спортивної діяльності [38].

Отримані результати показали також, що рівень соціально-психологічного розвитку команди позитивно пов'язаний з ціннісною ($p \leq 0,05$) і цільовою єдністю ($p \leq 0,05$), спортивною продуктивністю ($p \leq 0,001$) і соціально-психологічною успішністю ($p \leq 0,01$). Таким чином, рівень

соціально-психологічного розвитку команди більшою мірою пов'язаний з її ефективністю, ніж зі згуртованістю.

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

Крім цього, в досліджуваних командах дівчаток був виявлений зв'язок згуртованості і рівня соціально-психологічного розвитку (0,639, при $p \leq 0,05$).

Таким чином для команд низького рівня розвитку найбільш важливим фактором, що визначає їх ефективність, є рівень соціально-психологічного розвитку.

Повторне визначення індексу згуртованості після втілення в тренувальний процес вправ на командоутворення та проведення разом вільного часу надало якісно новий показник. Так наприкінці експерименту індекс згуртованості в командах склав вже не 30 %, як на початку досліджень, а 86,7%. (рис.3.2), у показниках індексу це 0, 23 на початку і 0,49 наприкінці (максимальне значення індексу згуртованості за даними літератури може складати 0,5).

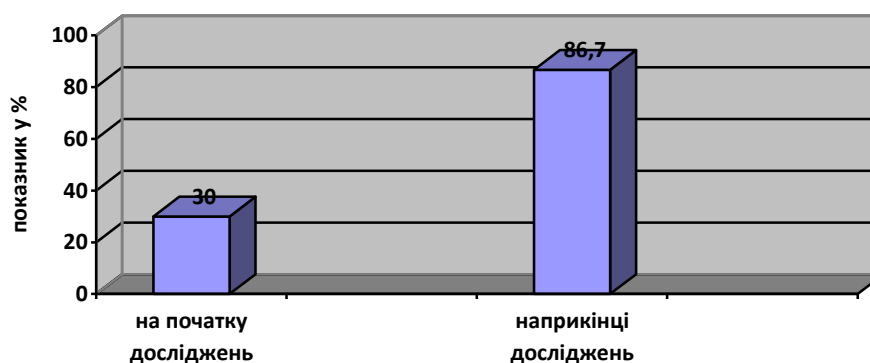


Рис.3.2 Динаміка зміни показника індексу згуртованості

Дані представлені на рис.3.1 вказують на те, що згуртованість в колективі дівчат підвищилась і більшість його учасниць показали високий рівень згуртованості.

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

Отримані результати узгоджується з припущенням А. В. Петровського про те, що рівень розвитку команди виступає опосередкованим фактором для зв'язку згуртованості з ефективністю [62].

Аналогічні результати були отримані Р. С. Нємов і ін. на неспортивних колективах [43]. Ступінь опосередкованості міжособистісних відносин змістом спільної діяльності, мабуть, є важливим фактором ефективності спортивної команди. Показник рівня соціально-психологічного розвитку малої групи, є її інтегральною характеристикою і дозволяє судити про ступінь даної опосередкованості.

Згуртованість спортивної команди є проявом ще більш високого ступеня опосередкованості міжособистісних відносин змістом спільної діяльності. У гравців формується єдність в уявленнях про значущі для команди об'єктах – цілі та цінності, які існують всередині групи відносяться до спільної діяльності.

Результати аналізу кореляції між «груповою організованістю команди» та «груповою ефективністю» свідчать про наявність прямих кореляційних зв'язків між усіма показниками і коливаються в межах від $r=0,272$ до $r = 0,401$.

Цей факт свідчить про те, що, чим більше спортсмен відчуватиме спільні дії партнерів на змаганнях, тим успішніше буде їх спрацьованість і психологічна сумісність, де спільна діяльність вимагає особливих зусиль членів команди, найбільш оптимальної, гнучкої та узгодженої дії, точності та оперативності.

Дещо менша залежність спостерігається між «спрацьованістю» членів команди та їх «здібності» виконувати спільні дії, а також

«спрацьованістю» та «підготовленістю», де коефіцієнти кореляції складають відповідно $r = 0,369$; $p \leq 0,01$ та $r = 0,362$; $p \leq 0,01$.

Результати досягнень дівчат як команди наприкінці педагогічного експерименту визначились також і в наступних показниках.

Приріст впевненості спортсменів у здібностях своєї команди організовувати та виконувати спільні дії, які необхідні для досягнення бажаного результату відобразився у достовірності показників: «здібність» ($t = 4,5$; $p < 0,01$), де задіяний цілий комплекс психологічних властивостей особистості, який проявляється в активній діяльності спортсмена та визначає якість засвоєння знань; «єдність» ($t = 4,5$; $p < 0,01$), групи, яка визначає погляд спільності у дії команди для розв'язання загальногрупових завдань, а також загальний настрій, стиль команди, який створює ефект захищеності для кожного її члена; «стійкість» ($t = 9,6$; $p < 0,01$), яка характеризує поведінку команди, її впевненість, енергійність, ентузіазм, наполегливість і високий моральний дух; «підготовленість» ($t = 6,4$; $p < 0,01$), – це результативність ступеня командної згуртованості та міжгрупової взаємодії, а також оптимальний шлях реалізації індивідуальності спортсменів для досягнення загальнокомандного успіху; «зусилля» ($t = 9,6$; $p < 0,01$), – це загальний розвиток власної ефективності, координаційних можливостей між членами команди та груповими ресурсами для успішного виконання завдань (табл. 3.4).

Таблиця 3.4.

Порівняльний аналіз зміщень показників групової ефективності за період педагогічного експерименту

Показник	X ±m		t	p
	на початку	наприкінці		
1	2	3	4	5
Здібність	30,06 ± 3,9	36,3 ± 4,7	4,5	p < 0,01
Єдність	31,3 ± 5,9	35,8 ± 5,0	4,5	p < 0,01

1	2	3	4	5
Стійкість	30,93 ± 4,2	36,14 ± 2,4	9,6	p < 0,01
Підготовленість	31,6 ± 5,5	36,07 ± 5,5	6,4	p < 0,01
Зуссиля	33,3 ± 5,9	34,94 ± 5,7	9,6	p < 0,01

Тож, як видно з табл.3.4, ми можемо спостерігати наявність позитивних змін у підвищенні ефективності спільної діяльності гандбольної команди дівчат ГК «Реал».

Ретельна організація факторів взаємодії спортсменів, зокрема, взаєморозуміння, зіграність, командна довіра та ідентичність, спільність мети та мотивів тощо у більшості випадків є визначальними чинниками для досягнення поставлених командою завдань.

ВИСНОВКИ

В процесі написання кваліфікаційної роботи магістра були вирішені наступні науково-практичні завдання, які є актуальними з позиції виявлення факторів, що впливають на обстановку всередині команди і пошук шляхів підвищення ефективності спільної діяльності спортивної команди.

Аналіз та узагальнення фахової літератури свідчить, що, попри зацікавленість авторами та спеціалістами в галузі спорту вивченням проблеми спільної діяльності спортивних команд, малорозробленими залишаються методичні аспекти діагностики та її підвищення.

В роботі також наданий аналіз спортивної команди з позиції сучасної концепції малої групи.

Встановлено, що серед основних організаційних структур, що існують на сьогодні в спортивних командах частіше за все використовується ієрархічна структура та надано пояснення цьому феномену.

Доведено, що для будь-якої організації і особливо для спортивної команди, її структура впливає на її успішність.

Виділені ознаки функціональної ефективності спортивної команди.

Встановлено та практично доказано, що чим вищою є згуртованість команди тим, вищою є її ефективність.

Виявлено специфіку впливу лідерства на функціональну ефективність спортивної команди та встановлена роль ділових та емоційних лідерів.

Отримані результати впровадження в тренувальний процес методів на згуртування команди та практичним шляхом доведено їх дієвість у підвищенні ефективності спортивної команди, як малої групи.

Тож нашу гіпотезу про те, що введення в тренувальний процес вправ на згуртування дозволить сформувати сприятливі відносини в колективі, підвищити згуртованість спортивної команди, знизити агресивність і конфліктність, а також надасть конструктивний вплив на ефективність спільної діяльності спортивної команди було повністю підтверджено.

СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ

1. Бабушкин Г. Д. Психологическая совместимость и срабатываемость в спортивной деятельности / Г. Д. Бабушкин, Кулагина Е. В. – Омск: СибГАФК, 2001. – 110 с.
2. Бандура А. Социально-когнитивная теория // Личность: теории, эксперименты, упражнения / А. Бандура – Санкт-Петербург: Прайм-Еврознак, 2001. – 864 с.
3. Бандура А. Теория социального научения / А. Бандура; пер. с англ. – Санкт-Петербург: Евразия, 2000. – 320 с.
4. Баскетбол. Учебник для вузов физической культуры / Под ред. Ю.М.Портнова. – М.: Астра семь, 1997. – 480 с.
5. Берн Эрик. Лидер и группа. О структуре и динамике организации групп. Пер. с англ. А.А. Грузберга – Екатеринбург: ЛИТУР, 2000. – 317с.
6. Богданова Д.И. Социально-психологическая характеристика спортивного коллектива // Лекции для студентов ИФК. – Л.: ГДОИФК, 1997. – 43 с.
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. Групповая эффективность спортивной команды: содержательный анализ / С. М. Войтенко // Рудиковские чтения: сб.

- материалов IX Междунар. науч.–практ. конф. психологов спорта и физ. культуры. – Москва, 2013. – С. 44 – 46.
11. Войтенко С. М. Ефективність суб'єкта спортивної діяльності: теоретичні засади та емпіричні фактори / С. М. Войтенко // Фізична культура, спорт та здоров'я нації : зб. наук. пр. – Вінниця, 2013. – Вип. 16. – С. 100 – 107.
12. Войтенко С. М. Методика підвищення групової ефективності спортивних команд : навч.-метод. посіб. / С. М. Войтенко. – Вінниця: ОЦ ВНАУ, 2015. – 122 с.
13. Выготский Л. С. Психология развития человека / Л. С. Выготский. – М.: Смысл; Эксмо, 2005. – 1136 с.
14. Гандбол. Правила игры / под ред. А.Л. Гречина, С.В.Кота. – Мн.: Изд-во Междунар. федерации гандбола, 2002. – 80с.
15. Гомельский А.В. Управление командой в баскетболе. – М.: Физкультура и спорт, 1985. – 160 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. Гоулман Д. Эмоциональное лидерство: искусство управления людьми на основе эмоционального интеллекта / Гоулман Д. – М.: Альпина Бизнес Букс, 2005. – 300с.
18. Дарвиш О. Б. Повышение уровня групповой сплочённости в спортивных группах и её влияние на психологическую устойчивость спортсменов // Мир науки, культуры, образования. – 2015. – № 2 (51). – С. 315 – 318.
19. Джамгаров Т.Т., Румянцева В.И. Лидерство в спорте. – М.: Физкультура и спорт, 1983. – 80 с.
20. Донцов А. И. Проблемы групповой сплоченности / А. И. Донцов – М.: Издательство московского государственного университета, 2009. – 220с.

21. Донцов А. И., Дубовская Е. М., Жуков Ю. М. Группа – коллектив – команда. // Социальная психология. Хрестоматия. Составители Белинская Е. П., Тихомандрицкая О. А. – М.: Аспект Пресс, 2010. – 475 с.
22. Драчук А. І. Психологічні аспекти командної ігрової діяльності в спортивних іграх / А. І. Драчук, М. А. Галайдюк. – Вінниця : ВДПУ ім. М. Коцюбинського, 2004. – 34 с.
23. Дьяченко М.И. Готовность к деятельности в напряженных ситуациях. Психологический аспект / М.И. Дьяченко, Л.А. Кандыбович, В.А. Пономаренко. – Минск, 1985. – 206 с.
24. Дяченко І. Є. Особливості прояву якостей особистості у гандболістів різної статі / І. Є. Дяченко // Педагогіка, психологія та медико-біологічні проблеми фізичного виховання і спорту. – 2010. – № 1. – С. 54 – 56.
25. Дюркгейм Э. Социология: ее предмет, метод, предназначение. – М.: Канон, 1995. – С.42.
26. Жмарев Н.В. Управленческая и организаторская деятельность тренера. – К.: Здоровье, 1986. – 230 с.
27. Зайцева Н. В. Управление формированием сплоченности спортсменов командных видов спорта // Концепт. – 2015. – Спецвыпуск – № 01. – С. 1 – 9.
28. Ильин Е.П. Психофизиология физического воспитания: (Факторы, влияющие на эффективность спортивной деятельности). – М.: Просвещение, 1983. – 223 с.
29. Иноземцева Е. С., Матросова Т. С. Сравнительный анализ групповой сплоченности и физической подготовленности в игровых видах спорта (на примере футбола и волейбола) // Вестник Томского государственного университета, 2011, № 351 (октябрь). – С. 135 – 136.
30. Коломейцев Ю.А. Исследование влияния межличностных отношений на эффективность спортивной деятельности. – Дис. ... канд. пед. наук. – М., 1973. – 213 с.

31. Коломейцев Ю.А. Взаимоотношения в спортивной команде / Ю.А. Коломейцев – М.: Физкультура и спорт, 1984. – 128с.
32. Колосов А. Б. Методические повышения эффективности совместной деятельности спортивных команд [Электронный ресурс] / А. Б. Колосов, С. М. Войтенко // Физическая культура и спорт в жизни студенческой молодежи : материалы 2-й междунар. науч.-практ. конф. посвящ. 300-летию города Омска. – Омск, 2016. – Режим доступа: <http://elibraru./item.asp?id=24134332>
33. 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.
34. Ленк Х. Отчуждение и манипуляция личностью спортсмена / Х. Ленк // Спорт и образ жизни: сб. статей; сост. В. И. Столяров, З. Кравчик. – М.: Физкультура и спорт, 1979. – С. 112–125.
35. Ложкін Г. В. Команда як колективний суб'єкт спільної діяльності / Г. В. Ложкін // Соціальна психологія. – 2005. – № 6(14). – С. 52 – 58.
36. Макаров Ю. В. Формирование групповой сплоченности средствами социально-психологического тренинга // Известия Российского государственного педагогического университета им. А. И. Герцена, 2010. – С. 72 – 82.
37. Мальчиков А. В. Социально-психологические основы управления спортивной командой. – Смоленск, 1987. – С. 34 – 36.
38. Мальчиков А.В. Психологическая однородность и разнородность спортивных команд как фактор и результат сыгранности (на материале спортивных игр). – Диссер. на ... канд. пси-хологич. наук. – Л., 1983. – С.17.
39. Марков К.К. Проблемы и принципы создания спортивной команды // Современные наукоемкие технологии. – 2016. –№ 6 (ч. 2) – С. 374 – 379.

40. Математические методы анализа и интерпретации социологических данных. – М.: Знание, 1989. – 318 с.
41. Менегетти А. Психология лидера: пер. с ит.. – М.: Славянская Ассоциация Онтопсихологии, 1999. – 256 с.
42. Методики социально-психологического исследования личности и малых групп: сб. науч. тр. / Рос. акад. наук.. Ин-т психологии; отв. ред. А. Д. Журавлев, Е. В. Журавлева. – М.: ИПРАН, 1995. – 196 с.
43. Немов Р. С. Социально-психологический анализ эффективной деятельности коллектива. – М.: Педагогика, 1984. – 200 с.
44. Обозов Н.Н. Совместимость и срабатываемость людей/ Н.Н. Обозов. – СПб.: ЛНПП «Облик», 2000. – 212с.
45. Обозов Н. Н. Психические процессы и функции в условиях индивидуальной и совместной деятельности / Н. Н. Обозов // Проблема общения в психологии / под ред. Б. Ф. Ломова. – М.: Наука, 1981. – С 79 – 91.
46. Обозов Н. Н. Психология малых групп и коллективов / Н. Н. Обозов // Социальная психология: история, теория, эмпирические исследования. – Ленинград: Изд – во ЛГУ, 1979. – С. 121 – 174.
47. Обозов Н. Н. Психология совместной деятельности / Н. И. Обозов. – Санкт-Петербург, 1997. – 62 с.
48. Параносич В., Лазаревич Л. Психодинамика спортивной группы / Пер. В.М.Полиевктова. – М.: Физкультура и спорт, 1977. – 119 с.
49. Подберезкин А.И. Национальный человеческий капитал (в 5 т.). – Т. 1. Роль идеологии в модернизации России / А.И. Подберезкин. – М.: МГИМО-Университет, 2012. – С. 444 – 453.
50. Психологическая теория коллектива / Под. ред. А. В. Петровского. – М.: Педагогика, 1979. – 240с.
51. Психология управления: Курс лекций / Л.К.Аверченко, Г.М.Залесов, Р.Н.Мокшанцев, В.М.Николаенко, Отв. ред. Н.В.Удальцева. – Новосибирск: Изд-во НГАЭиУ, М.: Информ, 1997. – 150 с.

52. Рыжонкин Ю. Я. Практика организации спортивно-игровой команды. / Психология спортивной деятельности. – Казань, 1985. – 342с.
53. Савицкий В. Спорт и маркетинг: что общего? Руководство по применению спортивного маркетинга / Валерий Савицкий // Новый маркетинг. – 2008. – №5.
54. Сарычев С. В. Надежность группы как психологический феномен / С. В. Сарычев // Ярославский педагогический вестник. – 2008. – № 3(56). – С. 100 – 105.
55. Сарычев С. В. Надежность группы в напряженных и экстремальных ситуациях совместной деятельности: автореф. дис. ... канд. психол. наук / С. В. Сарычев. – Курск, 1993. – 17 с.
56. Сарычев С. В. Способы повышения надежности молодежных групп в напряженных ситуациях совместной деятельности / С. В. Сарычев, А.С. Чернышев // Психолого-педагогические аспекты многоуровневого образования. – Тверь, 2002. – Т. 14. – С. 153 – 164.
57. Сидоренко Е.В. Методы математической обработки в психологии. – СПб.: ООО «Речь», 2004. – 350 с.
58. Скудина Е.Ю. Социально-управленческие механизмы достижения командной эффективности в спорте: автореф. канд. соц. наук. – М., 2010. – 24с.
59. Смоляр І. І. Диференціація лідерських якостей спортсменів у чоловічих і жіночих командах (на прикладі ігрових видів спорту) : автореф. дис ... канд. наук з фіз. вих. і спорту : 24.00.01 / Ірина Іванівна Смоляр; В.о. Нац. унт фіз. вих. і спорту України.– К.: Б.в., 2011. – 20 с.
60. Спортивная команда [Электронный ресурс] // Юниенциклопедия. – Режим доступа: <https://yunc.org>.
61. Спортивный маркетинг [Электронный ресурс] // Livejournal. – Режим доступа: <http://iyusov.livejournal.com/1763.html>
62. Спортивная психология в трудах отечественных специалистов – СПб.: Питер Принт, 2002. – 380с.

- 63.Тесліцький Ю. Психологічні аспекти згуртованості спортивних команд / Ю. П. Тесліцький // Вісник Чернігівського державного педагогічного університету імені Т. Г. Шевченка. – Вип. 64. Серія педагогічні науки. Фізичне виховання та спорт. – Чернігів: ЧДПУ, 2009. – № 64. – С. 130-133.
- 64.Топышев О.П. Теория и практика лидерства в спортивной команде // Сборник трудов ученых РГАФК. – М.: РГАФК, 2000. – С.144 – 149.
- 65.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.
- 66.Уэйнберг Р.С., Гоулд Д. Основы психологии спорта и физической культуры. – К.: Олимпийская литература, 1998. – 335 с.
- 67.Фоменко В.Д. Моделирование спортивной деятельности при управлении подготовкой гандболистов. – М.: ГПФК. – № 12. – 1976. – С. 13 – 15.
- 68.Ханин Ю.Л. Межличностные конфликты в спортивно-игровой деятельности //Теория и практика физической культуры. –№ 7.– 1976. – С. 11 – 12.
- 69.Ханин Ю.Л. Психология общения в спорте. – М.: Физкультура и спорт, 1980. – 208 с.
- 70.Хасина П. Л. Ролевой состав команды и динамика ее эффективности: дис. ... канд. психол. наук: 19.00.05 / Полина Леонидовна Хасина. – Москва, 2011. – 151 с.
- 71.Хрусталеv 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.

- 72.Черепов В.А. Социальная педагогика управленческой деятельности в спорте / Автореферат диссертации доктора пед. наук. – СПбГАФК, 1995. – 35с.
- 73.Чернов А. Б. Психологические факторы, обеспечивающие успешность совместной деятельности профессионального спортивного коллектива: дис. ... канд. психол. наук: 19.00.07 / Андрей Борисович Чернов. – Ставрополь, 2001. – 206 с.
- 74.Шалар О. Г., Снопова Ю. А., Стрикаленко Е. А. Психологическая совместимость женской гандбольной команды // Физическое воспитание студентов. – 2010. – № 1. – С. 109 – 112.
- 75.Шериф С. Психологические характеристики групповой сплоченности спортсменов // Педагогіка, психологія та медико-біологічні проблеми фізичного виховання і спорту. – 2011. – № 7. – С. 100 – 102.
- 76.Шеріф Сархан. Соціально-психологічні особливості групової згуртованості спортсменів / Сархан Шеріф // Спортивний вісник Придніпров'я : зб. наук. праць. – Дніпропетровськ, 2011. – №2. – С. 75 – 79.
- 77.Шериф Сархан. Детерминанты психологической сплоченности в спортивной команде: (на примере футбола): автореферат диссертации на соискание ученой степени кандидата наук по физическому воспитанию и спорту: специальность 24.00.01 Олимпийский и профессиональный спорт / Шериф Сархан. – Киев, 2012. – 18 с.
78. Шигаев АС, Старшинов В.Н., Тузик И.Н. Значимость направленности руководящих воздействий в зависимости от степени развития команды как коллектива // Теория и практика физической культуры. – № 6. – 1981. – С. 8 – 9.
- 79.Эйстер А. Основные направленности в изучении малых групп // Г.Беккер и А.Босков Современная социологическая теория. – М.: Иностранная литература. – 370 с.

80. Belbin R. Meredith, Management / R. Belbin. – Teams, John Wiley & Sons, New York, 1981.
81. Collins R. The Impact Of Collegiate Sport On A Feeling Of A Sense Of Community Within The University Experience / R. Collins, T. J. Napier, T. Legge // Free Communication Abstracts Athlete Welfare. – Glasgow, 19–24 July, 2012. – P. 35.1.
82. Hepler T. J. The influence of team perceptions and leader efficacy on teamreferent attributions / T. J. Hepler, G. M. Chow, D. L. Feltz // Journal of Sport and Exercise Psychology. – 2008. – Vol. 30. – P. 175.
83. Pescosolido A. T., Saavedra R. Cohesion and sports teams: A review // Small Group Research, 2012, 43. – P. 744 – 758.
84. Senecal, J., Loughhead, T.M. & Bloom, G.A. (2008). “A season-long team-building intervention: Examining the effect of team goal setting on cohesion”. //Journal of Sport and Exercise Psychology, 30. – PP.186 – 199.
85. Sport team [Электронный ресурс] – Режим доступа: https://en.wikipedia.org/wiki/Sports_team
86. Watson C. B. Collective efficacy: A multilevel analysis / C. B. Watson, M. M. Chemers, N. Preiser // Personality and Social Psychology Bulletin. – 2001. – Vol 27, N 1057. – P. 1068.
87. Zaccaro S. J. Self-efficacy, adaptation and adjustment / S. J. Zaccaro, V. Blair, C. Peterson. – New York : Plenum, 1995. – P. 305 – 328.
88. Zaccoro S. Cohesiveness and performance: Evidence for multidimensionality / S. Zaccoro, C. Lowe // Journal of Social Psychology. – 1988. – Vol. 128. – P. 547 – 558.

Додаток А

Ситуація: Закінчення сезону, і ваша команда грає зі складним суперником визначний матч, результат якого має вирішальне значення для турнірного становища. Ви здобули важливу перемогу минулого тижня. Ваша команда грає на домашньому майданчику, де місця на трибунах заповнені її палкими вболівальниками. Кожен із гравців здатний зіграти добре, він фізично здоровий та підготовлений до гри. Поточний рахунок за партіями 2:2

Інструкція: З точки зору описаної вище ситуації, будь ласка, оцініть Вашу впевненість в тому, що Ваша команда здатна...

	Зовсім не впевнений	Абсолютно впевнений
Обіграти команду суперника	1, 2,3,4,5	6,7,8,9,10
Уникнути конфліктів	1, 2,3,4,5	6,7,8,9,10
Працювати під тиском	1, 2,3,4,5	6,7,8,9,10
Зберігати готовність	1, 2,3,4,5	6,7,8,9,10
Продемонструвати кращі, ніж суперник, можливості	1, 2,3,4,5	6,7,8,9,10
Бути єдиною (цілісною)	1, 2,3,4,5	6,7,8,9,10
Чинити опір, навіть коли це робити важко	1, 2,3,4,5	6,7,8,9,10
Демонструвати високу етичність гри	1, 2,3,4,5	6,7,8,9,10
Перебувати у грі без додаткових перерв	1, 2,3,4,5	6,7,8,9,10
Грати відповідно до своїх можливостей	1, 2,3,4,5	6,7,8,9,10
Грати добре, навіть у відсутності кращих	1, 2,3,4,5	6,7,8,9,10
Внутрішньо приготуватися до такого	1, 2,3,4,5	6,7,8,9,10
Зберігати позитивний настрій	1, 2,3,4,5	6,7,8,9,10
Діяти більш кваліфіковано, ніж суперник	1, 2,3,4,5	6,7,8,9,10
Діяти краще, ніж протилежна команда	1, 2,3,4,5	6,7,8,9,10
Продемонструвати ентузіазм	1, 2,3,4,5	6,7,8,9,10
Подолати відволікаючі фактори	1, 2,3,4,5	6,7,8,9,10
Фізично підготуватися до такої конкуренції	1, 2,3,4,5	6,7,8,9,10
Виробити успішну стратегію	1, 2,3,4,5	6,7,8,9,10
Підтримувати ефективні засоби комунікації	1, 2,3,4,5	6,7,8,9,10