



## Управление формированием сплоченности спортсменов командных видов спорта

**Аннотация.** В статье отражен процесс управления формированием сплоченности спортивного коллектива, а также анализ результатов по трем методикам и графический показатель по полученным результатам.

**Ключевые слова:** управление, формирование, сплоченность, спортивный коллектив, команда, сыгранность, спортсмен, личность, спорт, кёрлинг.

**Раздел:** (02) комплексное изучение человека; психология; социальные проблемы медицины и экологии человека.

Групповая сплоченность заключается в том, что, объединяя людей общими интересами, она ставит высшей своей целью создание условий для раскрытия индивидуальности каждого члена коллектива и отвечает за реализацию полноценного развития личности. Как известно, спортивная деятельность носит коллективный характер, протекает и подготавливается в присутствии и при участии других людей. Спортивная команда также представляет собой коллектив со своими психологическими особенностями и определёнными взаимоотношениями [3].

Отличие спортивного коллектива от других групп заключается в том, что коллективы обладают общими признаками (совместная деятельность, общие цели и задачи, определенная организация, межличностные отношения). Также наиболее важными признаками коллектива являются ценностно-ориентационное единство, общественно полезные результаты деятельности, цели и задачи, опосредованность межличностных отношений целями и задачами спортивной деятельности, высокая способность к самоуправлению и самоорганизации, оптимальные показатели сплоченности и психологического климата [9].

Психолого-педагогическое обеспечение подготовки высококвалифицированных спортсменов выражается, прежде всего, в слаженной организации совместной деятельности спортсменов в команде и их тренеров в учебно-тренировочном процессе и во время соревнований. Это делает чрезвычайно актуальной разработку социально-психологических механизмов деятельности по воспитанию сплоченности и формированию благоприятной «психологической атмосферы» [4, 6].

Цель любого тренера, работающего с командой – создать спортивный коллектив, который отличается слаженностью и согласованностью действий, когда спортсмены понимают друг друга с полуслова, могут найти совместными усилиями оптимальное решение в самых сложных ситуациях, сохраняя эмоциональную устойчивость и личностные качества в проекции ценностных и смысложизненных ориентаций [7, 8].

Таким образом, актуальность проблемы исследования, ее недостаточная разработанность в спортивной и социальной психологии, теории физического воспитания и спорта, а также практическая значимость определили выбор названной темы.

Сегодня учеными в различных отраслях широко рассматривается проблема совершенствования различных областей деятельности человека. Формирование сплоченности спортивного коллектива часто рассматривается в спектре достижения



наивысших результатов в процессе жизнедеятельности спортивной команды. Социально-психологические проблемы формирования и развития коллективов (в том числе и спортивных) представлены в ряде коллективных трудов российских ученых: Амплеева В. В., Андреева Г. М., Антонова Н. И., Аухадеев А. Ф., Гиссен Л. Д., Горская Г. Б., Двали Г. М., Долгова В. И., Донцов А. И., Дубовская Е. М., Жуков Ю. М., Ильин Е. П., Китаева М. Р., Кремень М. А., Немов Р. С. [1, 2, 3, 4, 5, 6, 7, 8, 9, 10, 11, 12, 13].

## Материалы и методы

В экспериментальном исследовании управления формированием спортивного коллектива были выделены и реализованы следующие этапы: теоретический, подготовительный (2012–2013), опытно-экспериментальный, интерпретационный (2014–2015).

Теоретический этап включает в себя определение темы исследования, предварительную постановку проблемы, теоретический анализ необходимой научной психолого-педагогической литературы по проблеме управления формированием сплоченности спортивного коллектива.

Осуществлялся выбор объекта и предмета исследования, формулирование гипотезы. Допущением нашей гипотезы явилось предположение о том, что эффективность управления формированием сплоченности спортивного коллектива будет успешной, если теоретически обосновать модель, состоящую из диагностического, коррекционного, аналитического и прогностического компонентов и реализовать модель в ходе констатирующего, формирующего и контрольного этапов.

Подготовительный этап. В подготовительный период были подобраны выборки исследования для формирующего этапа эксперимента в качестве экспериментальных и контрольных групп, определялась длительность данного этапа.

Опытно-экспериментальный этап включает реализацию предусмотренной ранее совокупности исследовательской деятельности. Эксперимент включал в себя констатирующий и формирующий этапы. Констатирующий эксперимент осуществлялся на базе спортивной детско-юношеской школы олимпийского резерва (СДЮШОР) «Юность – Метар» (2014 г.).

Совокупность психодиагностических методик была сформирована на основе проведенного теоретического анализа проблемы. Учитывалась методологическая основа используемых методик.

Первый этап – констатирующий. На данном этапе был выявлен начальный уровень сформированности сплоченности спортивного коллектива.

Были применены следующие методики:

- методика определение индекса групповой сплоченности К. Э. Сишора;
- методика изучение сплоченности группы (Н. П. Фетискин, В. В. Козлов, Г. М. Мануйлов);
- методика «Оценка СПК по А. Н. Лутошкину».

Второй этап – формирующий. На этом этапе в экспериментальной группе была проведена формирующая работа по повышению уровня сплоченности спортивного коллектива.

Третий этап – контрольный. На этом этапе была повторно проведена диагностика уровня сформированности сплоченности спортивного коллектива на предмет изучения эффективности разработанной нами программы. Также на этом этапе был использован математико-статистический метод. В нашем случае – Т-критерий Вилкоксона – непараметрический критерий, используемый для проверки различий между двумя выборками парных измерений. После проведения эксперимента, нами были составлены рекомендации для тренеров по управлению формированием сплоченности.



ченности спортивного коллектива. А также разработана технологическая карта внедрения результатов исследования в практику.

## Результаты и обсуждение

В рамках исследования были проведены три методики для изучения уровня сформированности сплоченности спортивного коллектива. Диагностике подверглись две выборки – контрольная и экспериментальная группы.

Результаты методики «Определение индекса групповой сплоченности К. Э. Сишора» представлены на рис. 1.



Рис. 1. Результаты констатирующего эксперимента по методике «Определение индекса групповой сплоченности К. Э. Сишора»

Большая часть контрольной группы (80%) показали высокий уровень сплоченности коллектива, 20% – выше среднего. Это свидетельствует о сплоченности данной команды. Экспериментальная группа показала более низкий результат, 100% команды выдали уровень выше среднего. Этого не достаточно для эффективного выступления на соревнованиях, поэтому команда будет подвергнута программе формирования сплоченности спортивного коллектива.

Также с целью изучения уровня сформированности сплоченности спортивного коллектива нами была использована методика «Изучение сплоченности группы» (Н. П. Фетискин, В. В. Козлов, Г. М. Мануйлов). Целью изучения сплоченности группы является определение степени и характера ценностно-ориентационного единства (ЦОЕ) изучаемого коллектива.

С помощью вычисления коэффициента С, характеризующий степень ценностно-ориентационного единства испытуемых, можно сделать вывод, что контрольная группа достигла уровня коллективизма.

По результатам вычисления коэффициента С в экспериментальной группе получаем, что команда расценивается как промежуточная по уровню развития, т. е. находится на периферии сплоченного и несплоченного коллектива. Это может сказываться на результатах соревновательной деятельности данной команды.

Сравнение результатов методики «Изучение сплоченности группы» (Н. П. Фетискин, В. В. Козлов, Г. М. Мануйлов) в контрольной и экспериментальной группах наглядно представлены на рис. 2.



Рис. 2. Сравнение коэффициента ценностно-ориентационного единства коллектива в контрольной и экспериментальных группах

Для более полного анализа и чистоты эксперимента мы использовали методику «Оценка СПК по А. Н. Лутошкину».

Исходя из этих вычислений, мы выяснили, что контрольная группа выдала результат среднего балла в 5,7, что свидетельствует о 1 типе социально-психологического климата в коллективе – благоприятном, устойчивом типе. В коллективе проявляется баланс делового и эмоционального отношения, сформировано активное, деловое ядро коллектива, отсутствуют явные или скрытые группировки, негативное отношение друг к другу, многие в группе удовлетворены своей ролью в команде.

Диагностика экспериментальной группы показала результат в 4,1 балла, что свидетельствует о том, что команда имеет 3 тип – средне благоприятный, проблемный тип. Существуют противоречия, как в деловых, так и в межличностных отношениях, может отражаться на надежности коллектива, складываются явные и скрытые группировки в команде.

В ходе констатирующего эксперимента была изучена сформированность сплоченности в контрольной и экспериментальной группах.

В результате мы выяснили:

1. Испытуемые контрольной группы показывают высокий уровень сплоченности коллектива, это подтверждает тот факт, что с годами и количеством проведенных соревнований различного уровня в одном и том же составе команды, сплоченность коллектива повышается.

2. Испытуемые экспериментальной группы показывают средний уровень сплоченности, что может сказываться на их игровой деятельности и результатах соревнований.

3. Полученные по трем методикам результаты свидетельствуют о необходимости разработки программы, направленной на оптимизацию уровня сплоченности экспериментальной группы.

### **Программа формирования сплоченности спортивного коллектива**

Результаты теоретического анализа, предпринятого нами в первой главе, а также данные констатирующего исследования показывают, что формирование сплоченности спортивного коллектива является актуальной психолого-педагогической



проблемой, что определяет необходимость дальнейшего поиска эффективных средств его развития.

Как показали результаты констатирующего этапа эксперимента, исследуемые нами испытуемые отличаются относительно низким уровнем сформированности сплоченности коллектива, что снижает возможность их успешной спортивной деятельности. В связи с этим, целью формирующего этапа эксперимента является оптимизация уровня сплоченности спортивного коллектива.

Цель программы – оптимизировать уровень управления формированием сплоченности спортивного коллектива.

Задачи:

- 1) создать благоприятный психологический климат в команде;
- 2) научить спортсменов адекватно выражать собственные чувства, доброжелательности, проявлять интерес и уметь строить доверительные отношения друг с другом; эмоционально сопереживать членам команды;
- 3) развить формы поведения, связанные с сотрудничеством, взаимопомощью, ответственностью и самостоятельностью;
- 4) овладеть навыками межличностных отношений, согласования своих действий с другими и совместного решения поставленные задач.

Форма проведения коррекционной работы – групповая.

Возрастные границы: 15–23 года.

Общее время для реализации коррекционной работы: 4 недели.

Частота необходимых встреч: 2 раза в неделю.

Программа состоит из 8 занятий, продолжительностью 40–100 минут, всего 40 упражнений, 2 занятия в неделю. Каждое занятие включало в себя этап приветствия, основную часть, подведение итогов.

### **Анализ результатов формирующего эксперимента**

После проведения формирующей работы нами было повторно проведено исследование уровня сплоченности спортивного коллектива по всем трем методикам.

Результаты диагностики контрольной группы по методике «Определение индекса групповой сплоченности К. Э. Сишора»

Все участницы спортивного коллектива (100%) обнаруживают групповую сплоченность на высоком уровне.

Результаты диагностики экспериментальной группы по методике «Определение индекса групповой сплоченности К. Э. Сишора»

Данный результат соответствует высокому уровню сплоченности экспериментальной группы. Большинство участниц спортивного коллектива (80%) показали высокий уровень групповой сплоченности, лишь только одна участница (20%) показала уровень выше среднего.

Сравнение результатов формирующего эксперимента в контрольной и экспериментальной группах наглядно представлены на рис. 3.

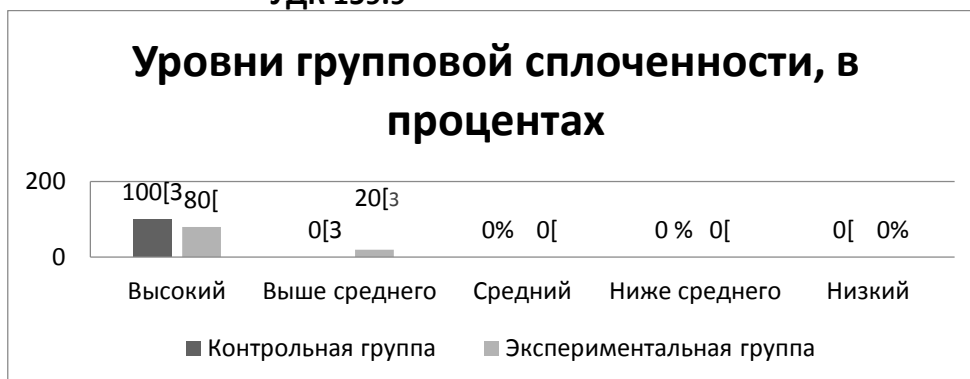


Рис. 3. Уровни групповой сплоченности контрольной группы, в процентах

Результаты формирующего эксперимента полученные с помощью методики «Изучение сплоченности группы».

Вычислим коэффициент С для контрольной группы:

$$C = \frac{1,4 \times 22 - 5}{6 \times 5} = \frac{25,8}{30} = 0,86$$

Данный коэффициент свидетельствует о том, что исследованная группа, как и в первом срезе, достигла уровня коллективизма, коэффициент немного увеличился, но не значительно.

Вычислим коэффициент С для экспериментальной группы:

$$C = \frac{1,4 \times 20 - 5}{6 \times 5} = \frac{23}{30} = 0,76$$

По результатам вычисления коэффициента, характеризующего степень ценностно-ориентационного единства, можно сделать вывод, что экспериментальная группа после формирующей программы достигла уровня коллективизма, коэффициент увеличился значительно.

Сравнение результатов методики «Изучение сплоченности группы» (Н. П. Фетискин, В. В. Козлов, Г. М. Мануйлов) в контрольной и экспериментальной группах наглядно представлены на рис. 4.



Рис. 4. Сравнение коэффициента ценностно-ориентационного единства коллектива в контрольной и экспериментальных группах формирующего эксперимента

По результаты формирующего эксперимента по методике «Оценка СПК по А. Н. Лутошкину» мы выяснили, что контрольная группа выдала результат среднего





балла в 5,8, что свидетельствует о 1 типе социально-психологического климата в коллективе – благоприятном, устойчивом типе. Результат исследования во втором срезе не значительно отличается от результата первого среза, всего на 0,1 балла.

Диагностика экспериментальной группы в формирующем эксперименте после проведения коррекционной программы показала результат в 5,7 балла, что свидетельствует о том, что команда приобрела 1 тип – благоприятный, устойчивый тип. В коллективе проявляется баланс делового и эмоционального отношения, сформировано активное, деловое ядро коллектива, отсутствуют явные или скрытые группировки, негативное отношение друг к другу, многие в группе удовлетворены своей командой. Средний балл увеличился значительно, а это значит, что проведение коррекционной программы имело успех.

Обобщая диагностические данные по трем методикам можно сделать вывод, что уровень сформированности сплоченности спортивного коллектива заметно изменился. Спортсменки овладели навыками межличностных отношений, согласования своих действий с другими и совместного решения поставленные задач, развили формы поведения, связанные с сотрудничеством, взаимопомощью, ответственностью и самостоятельностью, психологический климат в команде стал еще более дружелюбным. Несомненно, для всех девушек программа формирования сплоченности имела большое значение.

При сравнении показателей трех методик, можно увидеть, что уровни сплоченности спортивного коллектива до и после проведения психолого-педагогической коррекции различны, имеют тенденцию изменения в сторону адекватности, что подтверждает выдвинутую гипотезу.

В расчете математической статистики использовали Т-критерий Вилкоксона, который применяется для сопоставления показателей двух разных условий на одной и той же выборке испытуемых.

С помощью Т-критерия Вилкоксона сопоставим показатели сплоченности спортивного коллектива по методике «Определение индекса групповой сплоченности К. Э. Сишора» в двух разных условиях до и после проведения программы формирования сплоченности спортивного коллектива, определим направленность изменений и их выраженность.

H<sub>0</sub> (нулевая гипотеза) – интенсивность сдвигов в сторону повышения уровня сплоченности спортивного коллектива не превышает интенсивность сдвигов в сторону снижения уровня сплоченности спортивного коллектива.

H<sub>1</sub>(альтернативная гипотеза) – интенсивность сдвигов в сторону повышения уровня сплоченности спортивного коллектива превышает интенсивность сдвигов в сторону снижения уровня сплоченности спортивного коллектива.

На следующем шаге все сдвиги, независимо от их знака, должны быть проранжированы по выраженности. При этом сумма рангов равна 15, что соответствует расчетной формуле:

$$\sum R_i = \frac{N^* (N+1)}{2} + \frac{5^* (5+1)}{2} = 15.$$

Теперь отметим те сдвиги, которые являются нетипичными, в данном случае – положительные. Сумма рангов этих «редких» сдвигов и составляет эмпирическое значение критерия Т:



$$T = \sum R_i$$

где  $R_i$  – ранговые значения сдвигов с более редким знаком.

Итак, в данном случае

$$T_{эмл} = 1.$$

Определяем критические значения  $T$  для  $n=5$ :

$$T_{кр.} = \begin{cases} 0 & (p \leq 0,05). \\ - & (p \leq 0,01). \end{cases}$$

Построим ось значимости.

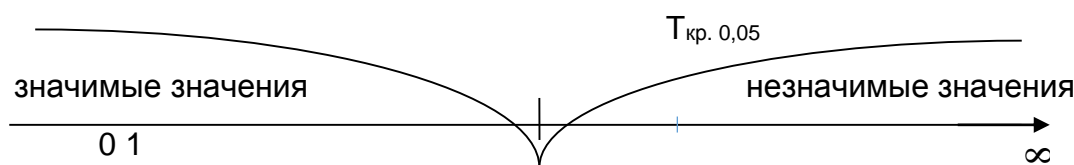


Рис. 5. Ось значимости

Полученное эмпирическое значение  $T_{эмл}$  находится в зоне незначимых значений.

Вывод: подтверждается  $H_1$  (альтернативная гипотеза) – интенсивность сдвигов в сторону повышения уровня эмоциональной устойчивости спортсменов превышает интенсивность сдвигов в сторону снижения уровня эмоциональной устойчивости спортсменов.

Было выявлено, что количество «нетипичных» сдвигов минимально (1), это дает нам возможность заключить, что сдвиг в «типичном» направлении статистически достоверен.

Таким образом, выявлено, что программа формирования сплоченности спортивного коллектива для 4 спортсменок имела значение и была полезна. Так как это было выявлено, что девушки рассмотрели свои установки относительно команды. Спортсменки с низким уровнем сплоченности научились проявлять интерес к другим участникам команды, строить доверительные отношения друг с другом, эмоционально сопереживать членам команды, конструктивно управлять своими эмоциями и поведением, а с высоким уровнем сплоченности приобрели уверенность в себе, осознали свои положительные качества, раскрепостились. В продолжении работы были привлечены тренеры, для которых были составлены психолого-педагогические рекомендации по управлению формированием сплоченности спортивного коллектива.

Также нами были составлены рекомендации для тренеров по управлению формированием сплоченности спортивного коллектива и технологическая карта внедрения результатов исследования в практику.

## Ссылки на источники

1. Андреева, Г. М. Социальная психология : учебник / Г. М. Андреева. -5-е изд., испр. и доп. - Москва: Аспект Пресс, 2014. – 363 с.
2. Аухадеев, А. Ф. Исследование психологического климата и ценностно-ориентационного единства малой группы. // В. М. Бехтерев и современная психология: тезисы международной научно-практической конференции. Казань, 2008. – 410 с.
3. Амплеева, В. В. Психология общения в спорте: учебно-методическое пособие / В. В. Амплеева, Д. И. Сурнин. – Тольятти: ПВГУС, 2012. – 132 с.





ART 75034

УДК 159.9

4. Антонова, Н. И. Психология управления / Н. И. Антонова. – М.: Высшая Школа Экономики (Государственный Университет), 2010. – 272 с.
5. Двали, Г. М. Психологическая помощь тренера спортсмену во время соревнований / Г. М. Двали // Спортивная психология в трудах отечественных специалистов. СПб.: Питер, 2012. – 432 с.
6. Долгова В. И. Социально-психологические механизмы воспитательной деятельности вуза // Проблемы социальной психологии личности. 2008. № 7. С. 18-24.
7. Долгова В. И. Simulation of the formation of emotional stability of personality // В сборнике: Health as a factor of quality and lifetime of biological species / Materials digest of the XXXVIII International Research and Practice Conference and the III stage of the Championship in medicine, pharmaceuticals and veterinary sciences. (London, December 05 – December 10, 2012). – London, 2013. – С. 67-70.
8. Долгова В. И. Субъекты и объекты образования в проекции ценностных и смысложизненных ориентаций // В сборнике: Subject and object of cognition in a projection of educational techniques and psychological concepts LXXXII International Research and Practice Conference and II stage of the Championship in Psychology and Educational sciences (London, June 05 – June 10, 2014). – London, 2014. – С. 62-65.
9. Донцов, А. И. Проблемы групповой сплоченности / А. И. Донцов – М.: Издательство московского государственного университета, 2009. – 220 с. 6
10. 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. 7
11. Ильин, Е. П. Психология спорта / Е. П. Ильин. – СПб.: Питер, 2012. – 352 с. 8
12. Кремень, М. А. Практическая психология управления / М. А. Кремень. – М.: ТетраСистемс, 2011. – 400 с. 9
13. Немов, Р. С. Психологические условия и критерии эффективности работы коллектива. / Ю. Л. Неймер // М., 1982. – 119 с. 10

**Natalia Zaitseva,**

*graduate student in the psychology Department, Chelyabinsk State-Hydrated Pedagogical University, Chelyabinsk*

*zaitseva126@mail.ru*

**Management formation cohesion athletes team sports**

**Abstract.** The paper describes the control process of the formation of the United STI sports team, as well as analysis of results from the three methods and the graphical indicator according to the obtained results.

**Key words:** management, formation, cohesion, sport number lective, team, teamwork, athlete, person, sport, Curling.

**Рекомендовано к публикации:**

*Горевым П. М., кандидатом педагогических наук, главным редактором журнала «Концепт»;*

*Утёмовым В. В., кандидатом педагогических наук*

ISSN 2304-120X



9 772304 120159