

**МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ
ХЕРСОНСЬКИЙ ДЕРЖАВНИЙ УНІВЕРСИТЕТ
Факультет фізичного виховання та спорту
Кафедра олімпійського та професійного спорту**

**РОЛЬ СОЦІАЛЬНО-ПСИХОЛОГІЧНОГО КЛІМАТУ У
ВИСОКОКВАЛІФІКОВАНИХ ЕКІПАЖАХ З АКАДЕМІЧНОГО
ВЕСЛУВАННЯ В ДОСЯГНЕННІ СПОРТИВНИХ РЕЗУЛЬТАТІВ**

Кваліфікаційна робота
на здобуття ступеня вищої освіти «магістр»

Виконав: здобувач групи 221 – М
Спеціальності: 017 Фізична культура і
спорт
Освітня програма: Фізична культура і
спорт

Марцинюк Юрій Олександрович

Керівник: к.фіз.вих., доцент
Харченко-Баранецька Л.Л.

Рецензент: тренер-викладач ШВСМ
Піпаєва Н.

Херсон - 2021

ЗМІСТ

ВСТУП	4
РОЗДІЛ 1. АНАЛІЗ ПРОБЛЕМИ КОМПЛЕКТУВАННЯ ЕКІПАЖІВ В АКАДЕМІЧНОМУ ВЕСЛУВАННІ	7
1.1. Веслувальний екіпаж і підходи до його комплектування в теоретичному аспекті.	7
1.2. Поняття про соціально-психологічний клімат, як критерій формування веслувального екіпажу.	11
1.3. Суб'єкти формування соціально-психологічного клімату в спортивних групах.	13
Висновок до Розділу 1.	16
РОЗДІЛ 2. МЕТОДИ І ОРГАНІЗАЦІЯ ДОСЛІДЖЕННЯ.	17
2.1. Методи дослідження	17
2.2. Організація дослідження	22
РОЗДІЛ 3. ЕКСПЕРИМЕНТАЛЬНЕ ОБГРУНТУВАННЯ ЗНАЧЕННЯ СОЦІАЛЬНО-ПСИХОЛОГІЧНОГО КЛІМАТУ В АКАДЕМІЧНОМУ ЕКІПАЖІ ВИСОКОГО КЛАСУ ДЛЯ ДОСЯГНЕННЯ СПОРТИВНИХ РЕЗУЛЬТАТІВ.	24
3.1. Характеристика складових соціально-психологічного клімату висококваліфікованого екіпажу на етапі констатуючого дослідження	24
3.2. Експериментальна методика оптимізації сприятливого соціально-психологічного клімату в команді веслярів високого класу	27
3.3. Характеристика складових соціально-психологічного клімату висококваліфікованого екіпажу на етапі формуючого дослідження	30
3.4. Аналіз результативності виступів досліджуваного веслувального академічного екіпажу високого класу в сезоні 2021	35

ВИСНОВКИ	40
СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ	41
ДОДАТКИ	46
Додаток А	47
Додаток Б	48
Додаток В	49
Додаток Г	51
Додаток Д	52

ВСТУП

Актуальність. На сьогодні однією з основних проблем в веслувальному спорті є комплектування екіпажів, оптимальних за складом. Особливу актуальність набуває питання щодо формування результативного екіпажу на етапі підготовки до головних змагань сезону [5]. Все більшої значущості набуває вивчення соціально-психологічного клімату, як складової формування результативного екіпажу. Зазначимо, що соціально-психологічний клімат – це загальний емоційний настрій, який складається з настрою, переживань, відношення один до одного, характеру взаємовідносин і відношення до спільної мети кожного веслувальника екіпажу [25].

Дослідниця Яковенко О.О. [37, 38] аналізуючи підходи до формування академічних екіпажів в зарубіжних країнах зазначила, що акцент робиться на індивідуальні особливості і показники підготовленості кожного весляра окремо. Нею зазначено, що «що система відбору та формування екіпажів у кожній країні має, з одного боку, спільні риси, з іншого - специфічні національні особливості» [37, 38].

На сьогодні, важливим аспектом є вміння тренера визначати рівень міжособистісних відносин між веслувальниками екіпажу, вміти аналізувати їх, оцінювати комфортність перебування в ньому окремо кожного спортсмена для раціонального використання даного критерію для оптимального навчально-тренувального процесу в командних човнах загалом, і для досягнення високих спортивних результатів екіпажами безпосередньо. Для нашого дослідження найбільшу значущість набуває вивчення соціально-психологічного клімату академічних екіпажів високого класу та взаємозалежність із спортивним результатом.

Зв'язок роботи з науковими програмами, планами, темами. Кваліфікаційна робота є складовою науково-дослідної теми кафедри олімпійського та професійного спорту Херсонського державного

університету «Оптимізація навчально-тренувального процесу спортсменів різної кваліфікації» (№ 0116U005791).

Мета дослідження – встановити роль соціально-психологічного клімату у висококваліфікованих екіпажах в досягненні високих спортивних результатів.

Завдання дослідження:

1. Вивчити тенденції комплектування висококваліфікованих екіпажів в академічному веслуванні.

2. Оцінити складові соціально-психологічного клімату у висококваліфікованих екіпажах з академічного веслування.

3. Експериментально обґрунтувати роль соціально-психологічного клімату екіпажу в досягненні високого спортивного результату.

Об'єкт дослідження – психологічна підготовка висококваліфікованих екіпажів в академічному веслуванні.

Предмет дослідження – соціально-психологічний клімат висококваліфікованого екіпажу в академічному веслуванні.

В роботі використані ряд **методів дослідження**: вивчення, аналіз та узагальнення даних науково-методичної літератури Internet джерел, нормативних документів, контрольне тестування, опитування, експеримент, методи математичної статистики.

Наукова новизна одержаних результатів полягає в тому, що вивчений вплив на соціально-психологічний клімат висококваліфікованого екіпажу з академічного веслування експериментальної методики з оптимізації її складових в рамках навчально-тренувального процесу, а також простежена змагальна результативність досліджуваного екіпажу в пост експериментальний період, як фактор взаємозв'язку з досягненим спортивним результатом в сезоні 2021.

Теоретична значущість роботи передбачає озброєння майбутнього фахівця сфери Фізична культура і спорт інформаційними даними щодо закономірностей взаємодій між спортсменами в спортивному колективі,

основ виявлення соціально-психологічного клімату у веслувальних екіпажах, як складової результативної спортивної діяльності.

Практична значущість роботи Матеріали освітньо-кваліфікаційної роботи рівня «Магістр» стануть в нагоді тренерам ШВСМ, ДЮСШ, СК з веслування академічного у практично-професійній діяльності, а також здобувачам спеціальності 017 Фізична культура і спорт для підготовки рефератів, наукових статей, курсових проєктів, для підготовки з освітньої компоненти «Теорія та методика веслувального спорту» тощо.

Апробація досліджень. Певні результати дослідження доповідалися на засіданнях кафедри олімпійського та професійного спорту, а також експериментально-методичні аспекти роботи були впроваджені в навчально-тренувальний збір (2021 р.) збірної команди Херсонської області і збірної команди України з академічного веслування.

Публікації. За матеріалами теоретичного дослідження була опублікована наукова стаття у збірці IV International Scientific and Practical Conference THEORY AND PRACTICE OF SCIENCE: KEY ASPECTS held on July 19-20, 2021 in Rome, Italy. [7].

Структура та обсяг роботи. Кваліфікаційна робота рівня «Магістр» викладена на 41 сторінці комп'ютерного тексту, містить 13 таблиць, 3 рисунки. Складається з вступу, трьох розділів, висновків, списку використаних джерел, додатків. У роботі використано 42 літературно-інформаційних джерела.

РОЗДІЛ 1

АНАЛІЗ ПРОБЛЕМИ КОМПЛЕКТУВАННЯ ЕКІПАЖІВ В АКАДЕМІЧНОМУ ВЕСЛУВАННІ

1.1. Веслувальний екіпаж і підходи до його комплектування в теоретичному аспекті

Веслувальний екіпаж, з педагогічної точки зору, представляє собою колектив (мала група 2-25 осіб), для формування якого необхідно вирішувати три ґрунтовні групи завдань: виховні, освітні, тренувальні. «Колектив – це група людей, яку поєднують загальні мета, завдання і засоби для їх досягнення» [26]. Як зазначається в психології спорту, в малих групах, частіше фігурує парне дружелюбне поєднання, рідше трійками, четвірками; а основною причиною зниження ефективності сумісної діяльності малої групи, яка прагне єдиної мети є конфліктність. Малі групи повинні мати першоджерельну психологічну ознаку колективу – контактність. Так, в веслувальному спорті, тренер формуючи екіпаж не може не опиратися на фундаментальні положення сучасних наук про спортивний колектив.

На сьогодні, ряд Європейських країн світу активно вивчають спортивний «Team Building» - активний напрямок вчення про «командо створення» в менеджменті спорту [20, 39].

Комплектування екіпажів в академічному веслуванні передбачає ряд підходів, критеріїв, які обумовлені як історичними, національними так і науково-педагогічними факторами. Проблема комплектування екіпажів традиційно вирішувалася на основі багатолітнього досвіду тренерів.

Так, дослідниця Яковенко О.О. [37], аналізуючи підходи до комплектування веслувальних академічних екіпажів зазначала, що при формуванні екіпажів високого класу тренери дотримуються подібності в функціональних, фізичних і техніко-тактичних показниках, проте в психологічних складових веслувальники можуть різнитися і це не є

домінантним [37]. Автором проаналізовані критерії ряду Європейських країн світу, які враховуються при комплектації екіпажів, які відображені в Таблиці 1.1.

Таблиця 1.1

Критерії комплектування екіпажів з академічного веслування відносно досвіду Європейських країн [37]

Критерій	Країни
Результат змагальної діяльності в 1х, 2- 2000 м (на воді) 5000 м (ергометр) 6000 м (ергометр)	Австралія, Велика Британія; Німеччина, США, Італія; Австралія; Німеччина, США;
Показники, що характеризують функціональні можливості	Австралія, Велика Британія
Морфологічні показники	Велика Британія, Росія
Показники, що характеризують фізичну підготовленість (сила, витривалість)	Велика Британія
Показники, що характеризують техніку веслування	Німеччина, Італія

Також дослідниця Яковенко О. в науковій статті [38] зазначила, що «вибір варіанту комплектування веслувального академічного екіпажу в Україні залежно від результату змагальної діяльності може змінюватися відповідно до етапу підготовки й виду змагань». Наприклад, для комплектування четвірки парної (4 х) тренерський склад може відбирати не лише перші чотири одиночки, а і дві перші одиночки (1 х) і першу двійку парну (2 х) або тільки дві перші двійки парні (2 х) [38].

В науковій статті автори Володенков В.В., Замотин Т.М. [5] висвітлювали, що методика комплектування веслувальних екіпажів

взаємопов'язана із врахування рейтинговості спортсменів. Ранжир здійснюється в рамках тренувальних мікроциклів на контрольних тренуваннях, які мають певну спрямованість [5].

Робилися спроби комплектування екіпажів академічних за антропометричними показниками (росто-вагові), за фізіологічними, біомеханічними критеріями циклів веслування та фаз гребка; враховувався досвід та ріст результатів кожного веслувальника в діючому сезоні. Автор Пчелов В.М. [27] зазначив, що важливим є врахування соціально-психологічної сумісності спортсменів, які працюють в єдиному екіпажі.

При комплектування екіпажів відкритим і складним залишається питання розсадки веслярів у човні по номерам, а особливо вибір загірного, до якого пред'являють високі вимоги і лідерські задатки, адже доведено що від загірного вимагається висока працездатність, економічність дій, терпіння, вміння нав'язувати партнерам необхідний ритм, темп і в будь-яку секунду варіювати перебіг тактичних дій [30, 41]. Прийнято вважати, що веслярі які володіють значною фізичною силою, рослих і важких варто поміщати в середині човна, де вони створюють певний «мотор» човна; носові веслярі повинні бути більш технічні й відчувати зміну ходу човна і балансу.

За результатами досліджень Баранова М.В. [2, 3] встановила 4 критерії, які варто враховувати при підборі веслярів в один екіпаж: рівень спеціальної підготовленості, надійність веслярів в умовах жорсткої змагальної конкуренції, фізичний розвиток і схожість технічних показників [2, 3].

Були визначені наступні фактори комплектування екіпажів: надійність і психологічна стійкість кожного весляра, який є членом екіпажу; вміння адаптуватися і під лаштуватися під інших членів екіпажу; рівень фізичної підготовленості; схожість в техніці веслування; сумісність темпу і ритму у партнерів по команді; фізичний розвиток; вміння переносити навантаження (функціональна підготовленість); результат проходження

дистанції в одиночному човні [9]. Згодом, ці фактори були об'єднані у три ґрунтовні: 1) сумісність веслярів по техніці веслування і морфологічній структурі тіла; 2) функціональна підготовленість; 3) психологічна сумісність.

Варто зазначити, що група факторів, які пов'язані з психологічною сумісністю веслярів екіпажів академічних, залишається недостатньо розритою, оскільки через брак запасних веслярів даний аспект зазвичай відводиться на другий план.

Як зазначає Баранова М.В. [3] ще у 1972 році автор статті Котирєв В.Д в журналі «Гребной спорт» (рос.) виділив чотири етапи, які охоплює процес комплектування екіпажів в академічному веслуванні:

1. Організаційний етап – передбачає визначення веслярів, які увійдуть у склад екіпажу, відбір кандидатів і визначення варіантів екіпажів. Кандидати відбираються із врахуванням фізичної і технічної підготовленості, а головне – повинні розуміти і відчувати командну роботу.

2. Робочий етап – передбачає визначення кращого варіанту екіпажу шляхом апробації проходження дистанцій на воді. Звертається увага на синхронність роботи, вміння веслувати у варіативних ритмах, утримувати швидкість при проходженні певного відрізка дистанції. Головна увага приділяється відчуттям «відчуття води», «відчуття човна», «відчуття командного веслування».

3. Тренувальний етап – акцентований на підготовку команди до змагань. Тут визначається психологічна сумісність команди. Тренер оцінює задоволеність веслярів від командного веслування їх емоційний стан і особисті взаємовідносини.

4. Підсумковий етап – передбачає певні вміння команди налаштовуватися на гонку, застосовувати тактичні прийоми, мобілізувати волю якості на змаганнях.

Загалом, комплектування екіпажів в академічному веслуванні – це тривалий педагогічний процес, який охоплює як варіації комплектації

складу човна загалом, так і вивчення і корекцію певних складових підготовленості кожного спортсмена індивідуально. Тому, масштабність факторів, критеріїв, варіантів, які на сьогодні відомі у веслувальному спорті щодо комплектування екіпажів дає можливість тренерам шукати ефективні шляхи комплектації результативних екіпажів.

1.2. Поняття про соціально-психологічний клімат, як критерій формування веслувального екіпажу

На думку ряду провідних вчених: В.М. Платонова (1997, 2002), Г.В. Ложкіна (2003) та інших на змаганнях високого рангу не буває слабких спортсменів за рівнем фізичної і техніко-тактичної видів підготовленості, проте, перемагають зазвичай ті спортсмени і команди в яких панує атмосфера позитивного психологічного клімату.

Соціально-психологічний клімат – це ступінь задоволеності основних соціальних потреб членів спортивного колективу [6].

За даними «Психології спорту», сприятливий соціально-психологічний клімат спортивної групи складається з: наявності уз товаришування; взаєморозуміння; підтримки; дотримання етичних норм в поведінці [6].

Автор підручника «Психологія спорту» О.В. Федик [33] зазначає, що соціально-психологічний клімат характеризує загальну атмосфери групи і її певний стан. Серед основних показників соціально-психологічного клімату він виділив наступні:

- Постійність або зміна складу команди;
- Наявність або відсутність конфліктів;
- Задоволеність або ні змінами які відбуваються в команді (лідера, членів команди, амплуа);
- Комфортність перебування в команді.

Важливе значення в формуванні соціально-психологічного клімату відіграють формальні і неформальні відносини між спортсменами команди, екіпажу і між спортсменами і тренерами. Так, формальні відносини в системах «спортсмен-спортсмен» і «спортсмен-тренер» заздалегідь є запрограмованими й обумовлені спортивною діяльністю з її метою і завданнями і, відповідно, підходами до їх вирішення. Відносини в неформальній сфері проходять і розвиваються спонтанно, тому їх значно важче передбачити. Такі відносини складаються на основі тимчасових впливів і факторів.

Академічне веслування – це циклічний вид спорту в якому передбачено командне веслування: двійки, четвірки і вісімки. Для даного виду спорту більш притаманна модель командо утворення «*5F*» - «*П'ять факторів команди*», яка розроблена М. Долговим, Е. Доценко, А. Гурихіним і включає п'ять факторів: зовнішнє середовище, мета, лідерство, склад команди і взаємодія. Дані фактори поступово формуються і їх взаємодія сприяє досягненню поставленої мети перед командою чи екіпажем. Саме соціально-психологічний клімат із формальними і неформальними складовими є домінантним критерієм успішності даної моделі [13].

Дослідниця Баранова М.В. [3] зазначала, що важливим у веслувальному спорті є також і соціально-психологічна сумісність. Так, *соціально-психологічна сумісність* – це сумісність рівня психологічної підготовленості та особистісних параметрів структур психіки спортсменів в конкретній мікрогрупі (веслувальний екіпаж), а також ряд групових характеристик, які притаманні цій команді. Саме на основі власних досліджень Баранова М.В. встановила, що соціально-психологічна сумісність при комплектуванні веслувальних екіпажів має включати в себе [3]:

1. Сумісність особистісних рис спортсменів (комунікабельність, рівень конфліктності, типи темпераменту);

2. Сумісність за загальною психологічною підготовленістю спортсменів (вольові якості, наполегливість, стійкість, володіння прийомами самоконтролю);

3. Сумісність за спеціальною психологічною підготовленістю веслярів (вміння керувати власною поведінкою і емоціями в стресових ситуаціях, ступінь сприйняття зовнішніх факторів впливу);

4. Мотиваційне налаштування;

5. Співвідношення соціальних статусів.

Автор Ложкін Г.В. [18] в структурі психологічного клімату спортивної команди (за Коломойцевим В.А., 2004) відобразив наступні взаємопов'язані складові: 1. Потреби; 2. Психологічна референтність; 3. Особистісні якості тренера і спортсмена; 4. Відношення до навчально-тренувальної і змагальної діяльності; 5. Взаємовідносини в команді і відношення до себе самого спортсмена; 6. Стиль керівництва тренера і його авторитет; 7. Симпатія і емпатія. 8. Соціальні норми поведінки; 9. Конфліктність між спортсменами, спортсменами і тренерами; 10. Психологічна сумісність і системах «спортсмен-спортсмен», «спортсмен-тренер».

Вчений Неретин А. В. серед складових соціально-психологічного клімату та факторів, що на нього впливають виділяє: згуртованість, мотивацію, лідерство та конфліктність, сумісність [23]

Отже, соціально-психологічний клімат є важливим аспектом в досягненні командою, екіпажем значних спортивних результатів, адже наявність аутсайдера в групі порушує комфортність перебування в ній і, відповідно, впливатиме на спортивний результат.

1.3. Суб'єкти формування соціально-психологічного клімату в спортивних групах

Соціально-психологічний клімат в команді, групі і відносно нашого дослідження у веслувальному екіпажі, на основі даних Гогунова Є.Н. і

Мартьянова Б.І. формуються в спортивній діяльності на основі двох взаємопов'язаних ланок суб'єктів «тренер - спортсмен» і «спортсмен-спортсмен». Кожна з яких за теоретичними складовими має певні особливості [6].

Так, ланка «тренер - спортсмен» передбачає, перш за все, відношення спортсмена до тренера. Важливим є вік і кваліфікація спортсмена, адже юні спортсмени не можуть ще повноцінно оцінити професійність тренера і доміантним є оцінка тренера, як особистості. Для більш професійних спортсменів важливим є не лише компетентність тренера, а й формування мотивуючих критеріїв спортивної діяльності у спортсмена. Як показали психологічні дослідження проблематичним для спортсменів є перехід від одного до іншого тренера, навіть якщо це пов'язано із підвищенням рівня спортивної майстерності, і відповідно налагодження нових відносин є впливовим фактором на результативність спортсменів.

Відносини «тренер - спортсмен» визначаються: завданнями діяльності, системою цінностей і потреб тренера, обізнаністю тренера про кожного спортсмена в соціально-психологічному аспекті. В психології спорту розрізняють фактори ефективності взаємовідносин між тренером і спортсменами:

1. Мотиваційний фактор, адже результат є там де тренер і спортсмен сильно мотивовані на спортивний результат і прагнення до перемог.
2. Кваліфікаційний фактор – передбачає кваліфікацію і професійність тренера відносно психофізичної готовності спортсмена.
3. Фактор довіри.

На рисунку 1.1. відображені складові інформаційної взаємодії суб'єктів ланки «тренер - спортсмен» (рос).

Як зазначає дослідниця Светлова А.А. [29] критерії взаємодії тренера зі спортсменом впливають на успішність їх сумісної спортивної діяльності. Серед критеріїв розрізняють: характер взаємодії; стиль керівництва тренера; емоційний фон взаємовідносин. Вона зазначає, що для найбільш ефективної

професійної взаємодії зі спортсменами тренерам необхідно обирати оптимальні форми керівництва і управління спортивною групою, командою залежно від рольових очікувань спортсменів і спів ставляти їх с власними тренерськими очікуваннями [29].

Ланка «спортсмен - спортсмен» включає взаємовідношення між спортсменами, які формуються із врахуванням статусу, що має кожен член команди. Якщо в спортивних групах і існують певні відносини між лідерами і аутсайдерами то дуже слабкі і вимушені певними обставинами. Відносини суб'єктів даної ланки не є постійними, вони є динамічними, які змінюються.

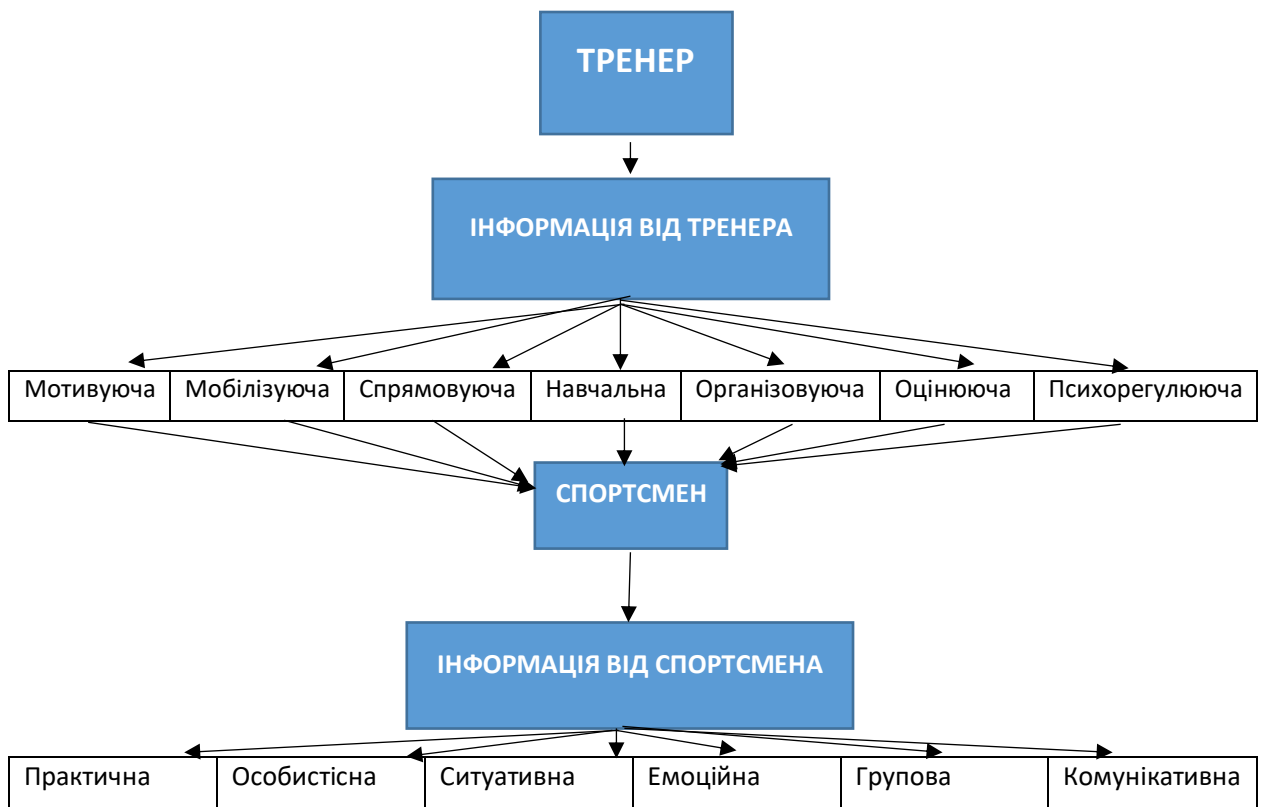


Рис. 1.1. Схема інформаційної взаємодії в системі «тренер - спортсмен» [29].

В психології спорту в ланці «спортсмен - спортсмен» виділяють три рівні сумісності між спортсменами групи:

1). Соціальний рівень – єдине розуміння членами групи соціальних норм, факторів поведінки, установок, правил і вимог, єдина мета і завдання діяльності, цінності і потреби, мотивація.

2). Психологічний рівень – схожість за психологічними складовими особистості.

3). Психофізіологічний – синхронність психомоторних реакцій, однаковий темп виконання рухових дій.

Отже, як вертикальна «тренер-спортсмен», так і горизонтальна «спортсмен - спортсмен» ланки спортивної діяльності створюють соціально-психологічний клімат на формальному і неформальному рівнях на основі складної системи взаємовідносин, що варто враховувати під час формування команди, групи, а в нашому дослідженні веслувального екіпажу.

Висновок до Розділу 1

Проведений нами аналіз матеріалів літературних та Internet джерел дозволив проаналізувати загальні тенденції комплектування екіпажів в академічному веслуванні, вивчити теоретичні основи відносно поняття і складових соціально-психологічного клімату, як критерію комплектування веслувального екіпажу та суб'єкту його формування. Вивчені підходи до оцінки соціально-психологічного клімату в спортивній практиці. Проаналізовані інформаційні дані стали ґрунтовною складовою в розв'язанні поставлених мети і завдань кваліфікаційної роботи.

РОЗДІЛ 2

МЕТОДИ І ОРГАНІЗАЦІЯ ДОСЛІДЖЕННЯ

2.1. Методи дослідження

Для вирішення поставленої мети і завдань дослідження кваліфікаційної роботи рівня «Магістр» нами використовувалися наступні методи дослідження:

1. Аналіз та узагальнення матеріалів науково-методичної літератури та Internet джерел.
2. Метод психодіагностики.
3. Опитування.
4. Методи математичної статистики.

Розкриємо кожен з зазначених методів дослідження відносно їх специфіки використання в рамках нашого дослідження.

1. Аналіз та узагальнення матеріалів науково-методичної літератури та Internet джерел.

Даний метод дослідження відноситься до інформаційного рівня досліджень, що передбачає пошук, виявлення і усвідомлення інформаційних даних про існуючі знання [28] відносно обраної нами тематики дослідження. На основі аналізу матеріалів літературних та Internet джерел нами аналізувалися загальні підходи і тенденції до комплектування веслувальних екіпажів в академічному веслуванні, а також вивчалися основи і складові соціально-психологічного клімату в команді, групі відносно теоретичних основ психології спортивної діяльності загалом і веслувального спорту безпосередньо.

В ході етапів нашого дослідження обиралися тестові методики для здійснення психодіагностики веслярів-академістів одного екіпажу для оцінки і вивчення їх командного соціально-психологічного клімату. Проаналізовано 42 інформаційних джерела, серед яких як вітчизняні так і зарубіжні праці дослідників. Також нами на офіційному сайті академічного

веслування України [22] нами вивчалися протоколи змагань сезону 2021 року, в яких приймав участь досліджуваний нами екіпаж.

2. Метод психодіагностики.

За даними Ігнатової Є.С. **психодіагностика** – це сфера психології, яка передбачає виміри, оцінку, аналіз індивідуально-психологічних і психофізіологічних особливостей людини, а також виявлення відмінностей між групами людей, які поєднані за певними ознаками [10].

Для оцінки і вивчення соціально-психологічного клімату у висококваліфікованих академічних екіпажах нами були обрані наступні **тестові методики:**

1. Методика визначення мотиваційного прагнення «Оцінка потреби в досягненні».
2. Методика «Визначення індексу групової сумісності Сішара».
3. Методика «Визначення соціально-психологічного клімату в колективі».
4. Методика «Шкала «Тренер - спортсмен».

Варто зазначити, що тестові бланки опитувальників віднесені в Додаток А, Додаток Б, Додаток В нашої роботи відповідно.

Зазначимо методичні основи кожного з тестових методик.

1. Методика визначення мотиваційного прагнення «Оцінка потреби в досягненні» [18].

Мотивація досягнення – прагнення, наполегливість, цілеспрямованість до покращення результату. Як зазначає Ложкін Г.В. [18] існує тісний взаємозв'язок між рівнем мотивації досягнення і успіхом в діяльності. Дана методика дозволяє виміряти рівень мотивації досягнень. Бланк опитувальник віднесений у Додаток А. Кожна відповідь надана респондентом має власний код відображений у Таблиці 2.1.

Таблиця 2.1.

Коди відповідей (по 1 балу)

відповіді	Номер запитання в бланку
«так»	2, 6, 7, 8, 10, 14, 16, 18, 19, 21
«ні»	1, 3, 4, 5, 9, 11, 12, 13, 15, 17, 20, 22

Шкала потреб в досягненні передбачає децільні норми, тому отриманий сумарний результат можна оцінити за допомогою балів, які показані в таблиці 2.2.

Таблиця 2.2.

Шкала нормативних балів

	Рівень потреби в досягненні									
	Низький			Середній				Високий		
Сума	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
балів	2-9	10	11	12	13	14	15	16	17	18-19

2. Методика «Визначення індексу групової сумісності Сішара» [18].

Дана тестова методика визначає показник психологічного клімату на емоційному рівні спортсменів екіпажу, відображає рівень згуртованості, характер ділової співпраці, відношення до певних життєвих обставин. Психологічний клімат складається за рахунок «психологічної атмосфери» - емоційний стан групи, який створюється і фігурує невеликий проміжок часу і відображає ситуативний емоційний стан колективу. Групова сумісність – параметр, що вказує ступінь інтеграції групи, її сумісність в єдине ціле [18]. Методика передбачає п'ять запитань (Додаток Б) з деякими варіантами відповідей на кожне. Відповіді закодовані в балах, в дужках відповідно. Результат тестової методики складає максимальний бал – 19, мінімальний – 5 балів).

3. Методика «Визначення соціально-психологічного клімату в колективі» [18].

Дана методика розроблена О.С. Михалюк і О.Ю. Шалито. Дана методика дозволяє виявити емоційний, поведінковий і когнітивний компоненти відносин в групі, колективі, (екіпажі). В якості суттєвої ознаки емоційного компоненту розглядається критерій уподобання на рівні «подобається – не подобається», «приємний – не приємний». При конструюванні питань, які спрямовані на вимір поведінкового критерію, витримувалася критерій «бажання – не бажання працювати в даному колективі», «бажання – не бажання спілкуватися з членами даного колективу». Основним критерієм когнітивного компоненту обраний критерій «знання – не знання особливостей людей даної групи». Час тестування 5-10 хвилин.

Бланк опитувальника відображений у Додатку В нашої роботи. **Так, питання 1, 4 і 7 відносяться до емоційного компоненту; 2, 5, 8 – до поведінкового; 3 і 6 – до когнітивного компоненту.** Результатом тестової методики є аналіз кожного компоненту за трьома питаннями, причому відповідь на кожен з них приймає лише одну з трьох можливих форм: +1; -1; 0. Таким чином, відповіді узагальнюються в три характеристики результативності:

1. Позитивна оцінка (до цієї категорії відносяться ті сполучення, в яких позитивні відповіді отримані на всі три питання, які відносяться до даного компоненту, або дві відповіді позитивні, а третя має інший знак).

2. Негативна оцінка (відносять сполучення, яке включає три негативні відповіді, або дві негативні, а третя відповідь має інший знак);

3. Невизначена, притирічна оцінка (коли на всі три питання надана невизначена відповідь; відповіді на два питання невизначені, а третій має інший знак; одна відповідь невизначена, а дві інші мають різні знаки).

Відповідно, що для кожного компоненту середні оцінки можуть знаходитися в інтервалі від -1 до $+1$. Континіум можливих оцінок

поділяється на три частини: від -1 до $-0,33$; від $-0,33$ до $+0,33$; від $+0,33$ до $+1$. Так, середні оцінки, які потрапили в перший інтервал вважатимуться негативними, в другий – вважатимуться протиречивими, невизначеними, в третій – вважатимуться позитивними.

Із врахуванням отриманого знаку кожного компоненту за зазначеною формулою [18, С. 474] можливі наступні співвідношення взаємовідносин: 1. Повністю позитивне (тракується як дуже сприятливий); 2. Позитивне (тракується як в цілому сприятливий); 3. Повністю негативне (тракується як дуже негативний); 4. Негативне (тракується як в цілому негативний); 5. Суперечне, невизначене (тракується як суперечливий).

4. Методика «Шкала «Тренер - спортсмен» [8, 18].

Для створення сприятливого клімату в екіпажі веслувальному, тренер займає одне з домінуючих місць, оскільки саме авторитетність і впливовість тренера сприятимуть формуванню дружніх стосунків між веслярами, які прагнуть і працюватимуть для досягнення спільної мети.

Шкала «Тренер - спортсмен», як методика розроблені Ю. Ханіним і А. Стамбуловим. Шкала включає 24 запитання, які відображені в бланку-опитувальнику у Додатку Г. від повіді на дані питання дозволять визначити відношення спортсмена до тренера за трьома параметрами: гностичному, емоційному і поведінковому.

Гностичний параметр – виявляє рівень компетентності тренера як спеціаліста з точки зору спортсмена.

Емоційний параметр – визначає, наскільки тренер подобається спортсмену. Як особистість.

Поведінковий параметр – показує як складається реальна взаємодія тренера і спортсмена.

Інструкція до виконання відображена в бланку-опитувальнику. Як результат тестування, необхідно оцінити спів падіння з ключем кожного питання, що оцінюється в 1 бал. Так, гностичний компонент включає питання 1, 4, 7, 10, 13, 16, 19, 22 (номера зі знаком «-» означають відповідь

«ні», інші – «так»); емоційний – питання -2, -5, 8, 11, 14, -17, -20; поведінковий – питання 3, 6, -9, 12, -15, 18, -21, -24.

3. Опитування. Для вивчення думки висококваліфікованих веслярів-академістів, які входять до складу одного досліджуваного нами екіпажу, по завершенні формуючого дослідження нами було запропоновано експрес-опитування. Так, спортсменам було запропоновано надати відповіді на 10 запитань (опитувальник винесений у Додаток Д). В нашому дослідженні ми застосували неординарний підхід щодо застосовування опитування, саме по завершенні експерименту, оскільки ми зацікавилися враженням спортсменів від проведеного дослідження і надані ними відповіді дуже значимі для повноцінного вивчення реалізованості обраного нами напрямку дослідження.

4. Методи математичної статистики.

Для обробки отриманих результатів проведених методик для виявлення складових соціально-психологічного клімату веслувального академічного екіпажу високого класу застосовувалися математичні підрахунки відносно інструкції кожної методики. Так, застосовувався сумарний математичний підрахунок, підрахунок цифрових отриманих значень за формулою відносно інструкції методики (*Методика «Визначення соціально-психологічного клімату в колективі»*).

2.2. Організація дослідження

Для вирішення поставленої мети і завдань наше дослідження передбачало організацію і проведення в три етапи:

Перший етап дослідження (вересень – грудень 2020 року) – вибір напрямку дослідження, тематики, формулювання мети, завдань і плану дослідження.

Другий етап дослідження (січень – вересень 2021 року) – даний етап дослідження є масштабним. Так, на даному етапі дослідження проводився інформаційний рівень дослідження – здійснювався ґрунтовний аналіз і вивчення матеріалів науково-методичної літератури і Internet

джерел; обиралися тестові методики для оцінки соціально-психологічного клімату в екіпажі; обраний контингент дослідження; вивчена система практичного укомплектування досліджуваного екіпажу; проведений констатуючий і формуючий види експерименту; розроблена і впроваджена методика створення і підтримки сприятливого соціально-психологічного клімату в обраному веслувальному екіпажі; оброблені згідно інструкції отримані дані тестових методик. Оформлена і подана до друку наукова стаття у збірку IV International Scientific and Practical Conference THEORY AND PRACTICE OF SCIENCE: KEY ASPECTS held on July 19-20, 2021 in Rome, Italy [7]; отриманий сертифікат учасника онлайн конференції.

Третій етап дослідження (жовтень – листопад 20201 року) – проведено опитування веслувальників для вивчення їх думки від впровадженої експериментальної методики, зроблені висновки, оформлена робота згідно вимог, кваліфікаційна робота підготовлена згідно вимог для перевірки онлайн-сервісом Unicheck - пошуку плагіату, підготовлена супровідна документація, робота підготовлена до презентаційної форми захисту.

РОЗДІЛ 3

ЕКСПЕРИМЕНТАЛЬНЕ ОБГРУНТУВАННЯ ЗНАЧЕННЯ СОЦІАЛЬНО-ПСИХОЛОГІЧНОГО КЛІМАТУ В АКАДЕМІЧНОМУ ЕКІПАЖІ ВИСОКОГО КЛАСУ ДЛЯ ДОСЯГНЕННЯ СПОРТИВНИХ РЕЗУЛЬТАТІВ

3.1. Характеристика складових соціально-психологічного клімату висококваліфікованого екіпажу на етапі констатуючого дослідження

На етапі констатуючого дослідження нами були запропоновані висококваліфікованим веслярам-академістам, які виступають в складі екіпажу четвірки пройти ряд тестових методик для оцінки стану психоемоційної сфери спортсменів. Результати фіксувалися в бланках опитувальниках кожним спортсменом. Проаналізуємо поступово отримані результати.

Так, на основі тестової методики *«Оцінка потреби в досягненні»* у веслярів екіпажу ми вивчали мотиваційне прагнення до спортивних досягнень. Отримані результати за підсумковим балом тестової методики відображені в таблиці 3.1.

Таблиця 3.1.

Показники мотиваційного прагнення веслярів-академістів єдиного
веслувального екіпажу

Ім'я спортсменів			
<i>Дмитро Д.</i>	<i>Владислав Я.</i>	<i>Олексій С.</i>	<i>Юрій М.</i>
15 балів (середній)	12 балів (середній)	10 балів (низький)	11 балів (низький)

В даному показнику психоемоційної-сфери особистості ми отримали не дуже гарний результат. Весь веслувальний екіпаж не володіє високим мотивом до спортивних досягнень, перемог. Причому у двох веслувальників

(Олексій С. і Юрій М.) їх рівень дорівнює і низьким шкальним оцінкам тесту: 2 і 3 відповідно, що граничить з апатичним синдромом до певного процесу чи діяльності. Найвищий показник за шкалою оцінок тесту встановлений в рамках середнього показника у Дмитра Д.

У тестовій методиці «*Визначення індексу групової сумісності*» отримані результати поділилися на два рівні: середній і максимальний. Результати ми зазначили в таблиці 3.2.

Таблиця 3.2.

Показники індексу групової сумісності веслярів-академістів єдиного веслувального екіпажу

Ім'я спортсменів			
<i>Дмитро Д.</i>	<i>Владислав Я.</i>	<i>Олексій С.</i>	<i>Юрій М.</i>
15 балів (середній)	15 балів (середній)	18 балів (максимальний)	18 балів (максимальний)

Отримані дані чітко виокремили дві екіпажні ланки, які поєднали в єдину. Зафіксовані результати є доволі гарним показником, проте, вони свідчать про певну фрагментальну комфортність між складом єдиного екіпажу. Так, у двох веслярів співпали і рівень – середній, і кількісний показник сумарного балу – 15 балів (Дмитро Д. і Владислав Я.); і у другій двійки веслярів співпали ці обидва критерії проте високого рівня – 18 балів (Олексій С. і Юрій М.).

Тестова методика «*Визначення соціально-психологічного клімату в колективі*» передбачала додатково математичний розрахунок отриманих результатів за формулою (див. Розділ 2). Отримані значення компонентів відносин, як складових соціально-психологічного клімату в колективі відображені в таблиці 3.3. Так, відносно методики оцінки отриманих відповідей від висококваліфікованих веслярів-академістів ми, згідно інструкції до обробки отриманих результатів, отримали цікаві інформаційні результати.

Таблиця 3.3.

Показники компонентів відносин веслярів-академістів єдиного
веслувального екіпажу

Ім'я П. спортсменів	Компоненти соціально-психологічного клімату		
	Емоційний	Когнітивний	Поведінковий
Дмитро Д.	+++	0 0 +	---
Владислав Я.	0 ++	+++	0 0 +
Олексій С.	+++	+++	0 0 +
Юрій М.	+++	0 - +	+ - +
Матем.знач.	0,5	0,5	-0,25

Так, можна зазначити, що в обраному для нашого дослідження веслувальному екіпажі фігурують чітко три типи відношень. Нами зафіксований відносно математичного значення, показник емоційного і когнітивного типів є повністю на позитивному рівні і відносно цього можна припускати, що клімат колективу трактується, як сприятливий. А от поведінковий тип нами зафіксований, як негативний із протиречивими даними. Даний показник ми враховували при розробці експериментальної методики.

В методиці «Шкала Тренер-спортсмен» досліджувався тип взаємозв'язку в цій ланці, який розрізняють гностичний, емоційний, поведінковий характеристика яких зазначена в п.р. 2.1. кваліфікаційної роботи. Отримані результати відображені в таблиці 3.4.

Таблиця 3.4.

Тип взаємозв'язку «Тренер-спортсмен» веслярів-академістів єдиного
веслувального екіпажу

Ім'я спортсменів			
<i>Дмитро Д.</i>	<i>Владислав Я.</i>	<i>Олексій С.</i>	<i>Юрій М.</i>
Поведінковий	Поведінковий	Емоційний	Емоційний

В отриманих результатах нами не зафіксований тип взаємозв'язку гностичного характеру, який вказує на взаємозв'язок на основі професійної

компетентності тренера. Це вказує що для веслувальників компетентність наставника є беззаперечною. Натомість у кожного спортсмена чітко визначився безкомпромісний тип зав'язку: у Дмитра Д. і Владислава Я. зафіксований поведінковий тип і взаємодія залежить від ряду тренувальних факторів які лежать в основі управління поведінкою спортсменів. У веслувальників Олексія С. і Юрія М. виявлений емоційний тип, що дає змогу нам припускати часту емоційність в спілкуванні із тренером. Отримані типи взаємозв'язку спортсменів і тренера свідчать про можливість ними відкрито проявляти власні відчуття, висловлювати думку, відкрито спілкуватися.

Підбиваючи загальний підсумок результативності тестових показників нами чітко встановлені слабкі і сильні сторони психо-емоційної сфери екіпажу веслярів четвірки парної без стернового легка вага. Серед сильних сторін можна відмітити показник шкали «Тренер-спортсмен», серед слабких сторін ми однозначно вбачаємо отриманий показник мотивації, було б краще мати вищий показник індексу групової сумісності і покращити поведінковий компонент, як складові соціально-психологічного клімату. У зв'язку з цим, саме на покращення зазначених слабких сторін психо-емоційної сфери спортсменів і спрямована наша експериментальна методика.

3.2. Експериментальна методика оптимізації соціально-психологічного клімату в команді веслярів високого класу

Нами в Розділі 1 проаналізовані основні теоретичні аспекти щодо поняття і складових соціально-психологічного клімату в спортивній команді загалом і у веслувальному екіпажі безпосередньо. В нашому дослідженні нами оцінювався мікроклімат в малій соціальній групі спортивного характеру – екіпаж високого класу з академічного веслування чоловіча четвірка парна (легка вага).

Загалом соціально-психологічний клімат екіпажу має спиратися на дані кожного веслувальника, які б сприяли у встановленні ролі в процесі формування командного клімату, його положення і статус в даній команді.

Аналізуючи матеріали науково-методичної літератури [15] нами виділені основні принципи яких тренер і спортсмени мають дотримуватися при комплектуванні результативного і комфортного, за психологічними параметрами, веслувального екіпажу.

Принципи оптимізації соціально-психологічного клімату в академічному екіпажі:

1. Комплектування членів екіпажу зі схожими цінностями, відносинами щоб вони змогли співіснувати;
2. Підтримання вимог комунікабельності, аби веслувальники мали за честь стати частиною екіпажу;
3. Підтримка командної взаємодії, згуртованості, щоб кожен веслувальник екіпажу відчував себе важливими;
4. Допомогти команді досягти успіху
5. Колегіальне лідерство, щоб кожен веслувальник екіпажу міг залучатися до прийняття рішення;
6. Визначення і визнання проблем команди, та їх спільне вирішення;
7. Мотивування до успіху команди, для виконання тренувально-змагальних завдань на високому рівні.

На основі проведеного початкового педагогічного контрольного тестування складових психо-емоційної сфери висококваліфікованих веслярів-академістів, які складають єдиний екіпаж, нами були встановлені показники тих якостей, які відносно результатів не є значними і знаходяться на низькому рівні. Саме на ці показники психо-емоційної сфери спортсменів першочергово був спрямований вплив нашої експериментальної методики.

Таким чином, наша експериментальна методика спрямована на оптимізацію соціально-психологічного клімату в екіпажі

висококваліфікованих веслувальників. Заходи, які ми запропонували реалізовувати відображені в таблиці 3.5.

Таблиця 3.5.

Методика оптимізації соціально-психологічного клімату в веслувальному екіпажі

Тижневий навчально-тренувальний мікроцикл					
Понеділок	Вівторок	Середа	Четвер	П'ятниця	Субота
Тренування в командному човні (1)	Збір-дискусія	Тренування в командному човні (1)	Збір-дискусія	Тренування в командному човні (1)	Спортивно-ігровий день
Неділя	Спільне дозвілля (за пропозицією спортсменів)				

Варто зазначити, що в основу нашої експериментальної методики ми включили рекомендацію дослідниці Максимович А. А. (2020) [19], яка у своєму дисертаційному дослідженні зазначила, що покращення соціально-психологічного клімату є важливим незалежно від специфіки і сфери його діяльності. Це сприяє зниженню ймовірності психоемоційного перенапруження під час виконання членами колективу основної діяльності і надає можливість збереження емоційної стабільності і психологічної стійкості в стресових ситуаціях. Однією з поширених форм оптимізації дослідниця рекомендує організацію спільного проведення часу поза основною діяльністю на основі заздалегідь спланованої програми.

Опираючись на певний науково-практичний досвід нами і були включені в експериментальну методику наступні складові:

- Понеділок, середа і п'ятниця ми, за погодженням тренера, передбачали проведення 1 тренувального заняття (з запланованих 2 тренувань на добу) саме в командному човні – четвірці.
- Вівторок, четвер організовувалися збори-дискусії тривалістю 30 хвилин після 2 вечірнього тренувального заняття, на яких переглядалися відео нариси змагальної діяльності з академічного

веслування, аналізувалися техніко-тактичні особливості веслування власного екіпажу, вислуховувалася думка кожного спортсмена відносно заздалегідь запланованих тематик для обговорення «Я і спортивна кар'єра», «Хто я як особистість», «За що я ціную свій екіпаж», спілкувалися на тему «Фактори впливу на мою мотивацію до спортивного результату» і т.ін.

- По суботам заплановане лише 1 тренувальне заняття ігрового характеру: екіпаж в одній команді повинен був грати або в міні футбол, або баскетбол, або волейбол за вибором спортсменів. В даний день тренувального заняття на воді не передбачено.
- У неділю спортсмени мали обирати формат активного дозвілля і реалізувати його: кіно, кафетерій, вело прогулянка.

Варто зазначити, що дана пропозиція на початку дослідження трохи збентежила спортсменів, адже як виявилось кожен спортсмен по завершенню тренувального заняття мав безліч соціально-життєвих справ, які повинно було вирішувати. Тому, ми намагалися з понеділка по п'ятницю впроваджувати зазначені заходи не виходячи за рамки особистого комфорту спортсменів.

3.3. Характеристика складових соціально-психологічного клімату висококваліфікованого екіпажу на етапі формуючого дослідження

По завершенні формуючого дослідження нами було проведено повторне опитування тих складових психо-емоційної сфери веслувальників, показники яких потребували оптимізації. Знову за допомогою методики *«Оцінка потреби в досягненні»* у спортсменів досліджуваного екіпажу ми вивчали мотиваційне прагнення до спортивних досягнень. Веслувальники відповідали на ті ж самі питання опитувальника, проте забувши відповіді,

які вони надавали раніше. Отримані результати формуючого етапу відображені в таблиці 3.6.

Таблиця 3.6.

Показники мотиваційного прагнення веслярів-академістів єдиного веслувального екіпажу до і по завершенні формуючого дослідження

Період дослідження	Ім'я спортсменів			
	Дмитро Д.	Владислав Я.	Олексій С.	Юрій М.
До форм. дослідження	15 балів (середній)	12 балів (середній)	10 балів (низький)	11 балів (низький)
Після форм. дослідження	17 (високий)	16 балів (високий)	15 балів (середній)	14 балів (середній)

Так, по завершенні дослідження рівень мотивації у веслярів досліджуваного екіпажу значно змінився в кращий бік, адже в жодного спортсмена не зафіксований низький показник. Проте, домінуючий фактор мотиву – достойне матеріальне заохочення їх спортивної професії, праці і здобутих досягнень залишилося незмінним. Підтримуючим мотивувальним фактором на сьогодні для спортсменів є: відповідальність перед товаришами і тренером. Вивчаючи інформаційний матеріал відносно тематики нашого дослідження, ми ознайомилися із приблизною схемою стадій розвитку мотиваційної структури спортсменів до результативності, що зазначена в підручнику Є.П. Ільїна «Психологія спорту» [27 С. 39], яку ми відобразили в роботі на рисунку 3.1.

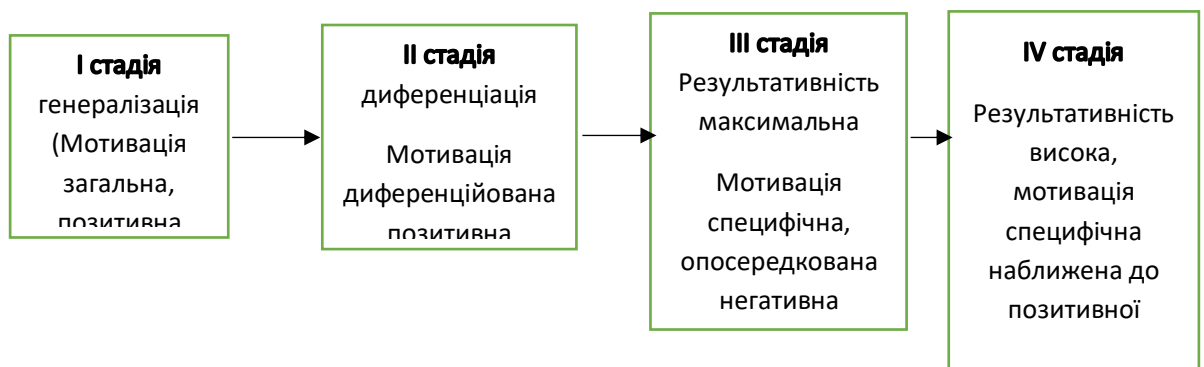


Рис. 3.1. Схема стадій розвитку мотиваційної структури до результативності [32]

Отримана результативність в методиці «*Оцінка потреби в досягненні*» свідчить, що мотиваційний компонент висококваліфікованих веслярів-академістів єдиного екіпажу знаходиться на III стадії, на якій все ще домінують мотиви самоствердження через змагальний результат і прагнення утриматись конкурентоспроможним атлетом. Проте, як видно на схемі мотиваційна структура на даній стадії вже диференційована, володіє певними особисто-специфічними установками, є непостійною і з легкістю може варіюватися від позитивної до негативної.

Важливим завданням на цьому етапі, як для тренера так і для самого спортсмена є своєчасна переорієнтація мотивуючих факторів задля утримання спортсменів в спортивно-професійній кар'єрі.

Після впровадження експериментальної методики в спортивне життя веслярів, яка насичена спільними для реалізації заходами, ми припускали покращення і, безпосередньо, взаємовідносин між спортсменами, покращення їх згуртованості. У зв'язку з цим, нами повторно була запущена тестова методика для «*Визначення індексу групової сумісності*» отримані результати зазначені в таблиці 3.7.

Таблиця 3.7.

Показники індексу групової сумісності веслярів-академістів єдиного
веслувального екіпажу

Період дослідження	Ім'я спортсменів			
	<i>Дмитро Д.</i>	<i>Владислав Я.</i>	<i>Олексій С.</i>	<i>Юрій М.</i>
До дослідження	15 балів (середній)	15 балів (середній)	18 балів (максимальний)	18 балів (максимальний)
Після дослідження	17 балів (високий)	17 балів (високий)	19 балів (максимальний)	19 балів (максимальний)

Зазначимо, що за період дослідження індекс групової сумісності значно покращився в усіх спортсменах, за отриманими балами ми можемо

зафіксувати високий рівень сумісності екіпажу, який і припадає на основний змагальний період макроциклу 2021 року.

Варто зазначити, що групова сумісність дозволяє розглядати веслувальний екіпаж як єдине ціле. Вважається, що позитивний емоційний клімат в команді, сумісність в команді є запорукою результативної діяльності групи спортсменів, команди, екіпажу [11].

Рівень згуртованості екіпажу залежить від ціннісно-орієнтованої єдності, тобто від завдань і мети яку ставить перед собою екіпаж. Наш веслувальний екіпаж в рамках дослідження був об'єднаний єдиною метою – прагнення показати значний результат на Всеукраїнських і Міжнародних змаганнях в сезоні 2021.

За період формуючого дослідження нами зафіксована і зміна в поведінковому компонентові соціально-психологічного клімату в екіпажі за результатами повторного проведення тестової методики «*Визначення соціально-психологічного клімату в колективі*». Загально-підсумкові результати зазначені в таблиці 3.8.

Таблиця 3.8.

Загально-підсумкові результати компонентів відносин веслярів-академістів єдиного веслувального екіпажу

Ім'я П. спортсменів	Компоненти соціально-психологічного клімату		
	Емоційний	Когнітивний	Поведінковий
До експерименту	0,5	0,5	-0,25
Після експерименту	0,5	0,5	0,35

Зафіксована наявність позитивних складових соціально-психологічного клімату в екіпажі. Ми можемо рекомендувати тренерам, на основі спостереження, оцінювати соціально-психологічний клімат в екіпажі на різних періодах тренувально-змагального макроциклу.

Так, наприклад, на основі реакцій членів екіпажу як на перемогу, так і на поразку, чи знаходить екіпаж змогу поспілкуватися з приводу особистісних переживань чи допущених помилок, чи не проявляють спортсмени агресію, апатію, дратівливість. Всі ці складові можуть свідчити про тип соціально-психологічного клімату в екіпажі, важливим для тренера тут є фіксація чи позитивний чи негативних тип компонентів соціально-психологічного клімату.

Відносно методики *«Тренер-спортсмен»*, яка визначає тип взаємовідносини між тренером і кожним спортсменом веслувального екіпажу ми не вважали за необхідним її повторне проведення, оскільки негативних показників нами не було встановлено. Ми вважаємо, що дані відносини не є одномоментними, вони складаються протягом багатьох років.

Як зазначає Тумянян Г., Харацидис С. [31] загальна класифікація тренерів починається з розподілу їх на дві основні групи: тренерів особистих і тренерів збірних команд. Перша група найбільш численна і поділяється на:

- 1) тренери, які ведуть власних вихованців від початку їх спортивного шляху до рівня вищої спортивної майстерності.
- 2) тренери – «поставники для збірних команд»;
- 3) тренери, які працюють зі спортсменами на початкових етапах спортивного тренування;
- 4) «тренери-ювеліри», які отримують підготовлених спортсменів і доводять їх до вищих спортивних результатів.

Під час опитування веслувальників в нашому дослідженні, спортсмени зазначили, що надають відповіді стосовно їх діючого тренера, який веде з початку спортивної кар'єри і відповідно зазначеної класифікації вони відносяться до першої категорії тренерів.

3.4. Аналіз результативності виступів досліджуваного веслувального академічного екіпажу високого класу в сезоні 2021

Досліджувальний нами веслувальний екіпаж був сформований на початку сезону 2021 на основі результатів Всеукраїнських змагань у веслуванні на Соперт. Так, у веслувальний екіпаж потрапили чотири висококваліфікованих веслувальника (Дмитро Д., Владислав Я., Олексій С., Юрій М.), які і стали нашими учасниками дослідження. Саме після сформованості тренерським складом екіпажу нами був проведений констатуючий експеримент де були встановлені особливості соціально-психологічного клімату. Нами були зафіксовані слабкі сторони що фігуруватимуть у даному екіпажі, на які ми порекомендували звернути увагу тренерському складу. Для формування сприятливого психологічного мікроклімату розроблена нами експериментальна методика впроваджувалася у підготовчому періоді річного макроциклу і охоплювала три місяці (квітень, травень, червень 2021 року).

За результатами формуючого дослідження нами зафіксовані покращення показників по всіх критеріях соціального-психологічного клімату, адже важливим феноменом його є ефект суперництва. Дотримання моральних та етичних норм, дружлюбне ставлення, комфортність буття формує позитивний аспект суперництва, що є запорукою успіху екіпажу – тобто прояв налаштованої спортивної боротьби не один з одним за місце кращого, сильнішого в екіпажі, а командне протистояння іншим екіпажами в змагальних заїздах.

Ми вивчили передбачені для досліджуваного екіпажу головні змагання відносно календаря змагань. У зв'язку з цим, ми спостерігали за результативністю виступів даного висококваліфікованого екіпажу на домінуючих Міжнародних та Всеукраїнських змаганнях сезону. В таблиці 3.5. нами відображені змагання на яких був представлений досліджуваний екіпаж з їх результативністю.

Таблиця 3.5.

Результативність змагального періоду річного макроциклу 2021 [22]

Назва змагань	Дата проведення	Місто проведення (країна)	Місце	Результат
Чемпіонат Світу	10 -11 липня 2021 року	Racice (Чехія)	8	6.12,18
Кубок України серед молоді до 23 років з веслування академічного	27 – 29 липня 2021 року	Київ	I	6.09,24
Особистий чемпіонат України присвячений 30-ій річниці Незалежності України	22 -25 серпня 2021 року	Київ	II	6.02,81

Так, веслувальний екіпаж в змагальному періоді макроциклу показав доволі високі результати. Піковими змаганнями, звичайно була Міжнародна регата, на якій в потужній конкуренції хлопці посіли 8 місце. На Всеукраїнських змаганнях екіпаж, звичайно, виступив набагато краще, посівши I і II місця. Нами була звернена увага на час проходження екіпажем змагальної дистанції який ми відобразили на рисунку 3.1.

Як бачимо, час екіпажу з змагання в змагання покращувався, що свідчить про злагодженість команди і прагнення веслярів до єдиної мети, що ми і ставили на меті дослідження.

Після проаналізованих нами результатів, які показав екіпаж на головних змаганнях сезону 2021 року, ми вважаємо, що позитивний і комфортний соціально-психологічний клімат в команді є невід'ємною частиною як психологічної підготовки спортсменів, так і загальної спортивної підготовки.



Рис. 3.1. Час проходження дистанції 2000 метрів висококваліфікованим екіпажем на головних змаганнях сезону 2021 року

Проте, по завершенні формуючого дослідження ми зацікавилася думкою спортсменів про заходи нашого експерименту. У зв'язку з цим, ми їм запропонували пройти *опитування* з 10 запитань відповіді на які ми зазначили в нашій роботі. Бланк опитувальника відображений в Додатку Д.

Так, на запитання № 1 опитувальника **«Чи вважаєте Ви, що соціально-психологічний клімат в екіпажі – це складова спортивного результату?»** 100 % спортсменів відповіли позитивно.

На запитання № 2 **«Чи повинен тренер бути залучений до формування позитивного соціально-психологічного клімату в екіпажі?»** відповіді спортсменів поділилися 50 % на 50 % - 2 веслувальники зазначили «Так», 2 веслувальники надали невизначену відповідь «Не знаю» обґрунтовуючи це тим, що спортсмени доволі дорослі за віком задля того щоб тренер вирішував і налагоджував їх міжособистісні відносини в команді.

На запитання № 3 **«Чи повинен спортивний психолог бути залучений до формування позитивного соціально-психологічного клімату в екіпажі?»** 100 % спортсменів надали відповідь «Так», акцентуючи на

предзмагальний і змагальний період де такий фахівець був би дуже корисним.

На запитання № 4 *«Чи погоджуєтесь Ви з тим, що формування сприятливого соціально-психологічного клімату в екіпажі тільки в руках самих спортсменів даного екіпажу»* 3 спортсмени надали позитивну відповідь, 1 спортсмен негативну.

На запитання № 5 *«Чи вважаєте Ви за доцільним впровадження спортивних ігор в посттрениувальний час для екіпажу?»* всі веслярі екіпажу одностайно погодилися з цим і побажали систематичності в цьому впровадженні, оскільки спортивні ігри це інший вид діяльності, який відволікає від циклічності тренування.

На запитання № 6 *«Чи вважаєте Ви за доцільним впровадження 1 раз на тиждень психологічних тренінг-ігор для згуртованості команди в посттрениувальний час?»* відповіді знову поділилися 50 % на 50 %, двоє веслярів вбачають в цьому користь, а інші не сприйняли дану пропозицію всерйоз.

На запитання № 7 *«Чи вважаєте Ви за доцільним проведення 1 раз на тиждень проведення дозвілля усім екіпажем із залученням власних друзів для згуртованості команди в посттрениувальний час?»* дана пропозиція сподобалася усім спортсменам екіпажу, проте виникали певні труднощі із знаходженням для цього вільного часу. Оскільки даний аспект спортсмени практикують на навчально-тренувальних зборах.

На запитання № 8 *«Як покращити мотивацію до результативності у спортсменів екіпажу?»* Всі спортсмени (100 %) відповіли матеріальне заохочення їх праці.

На запитання № 9 *«Чи вважаєте Ви, що перегляд відео нарисів змагальних заїздів разом усім екіпажем, посприяло покращенню соціально-психологічного клімату і прагнення до здобутку високого спортивного результату?»*. Спортсмени однозначно відповіли «Так», це сприяє не тільки професійній згуртованості, а й надає можливість разом

вивчати техніко-тактичні, стратегічні дії під час проходження дистанції, виявляти помилки та разом замислювати над їх виправленням.

На останнє запитання нашого опитувальника **«Чи вважаєте Ви за доцільним здійснений цілеспрямований вплив заходів для формування сприятливого соціально-психологічного клімату в екіпажі?»** всі спортсмени відповіли «Так», обґрунтовуючи це новим підходом до комплексності їх підготовки, оскільки на психологічний аспект спортивної підготовки, як правило, не приділяється увага. Тому, запропонований нами експеримент є доцільним і корисним.

На основі отриманих результатів формуючого дослідження і вивчення думки веслярів досліджуваного екіпажу вважаємо, що на 100 % поставлені мета і завдання нашої кваліфікаційної роботи виконані з значним і сприятливим практичним значенням.

Висновки

1. В теоретичному аспекті нами вивчені тенденції комплектування висококваліфікованих екіпажів в академічному веслуванні. Так, встановлені ряд підходів, які використовують тренери при комплектуванні командних човнів, які фігурують не лише в Україні, а і в Європейських країнах: 1) за співвідношенням техніко-тактичних параметрів; 2) за співвідношенням морфо-функціональних параметрів; 3) за співвідношенням показників фізичної підготовленості. Значну роль в комплектуванні екіпажу дослідники відводять і результативності кожного весляра в одиночному човні. Також встановлена значущість під час комплектування соціально-психологічної сумісності спортсменів для єдиного екіпажу. В результаті, ми виявили, що на сьогодні, для фахівців академічного веслування залишається відкритим для дослідження питання щодо найефективнішого підходу в комплектуванні екіпажу для досягнення ним високих спортивних результатів.

2. Для оцінки складових соціально-психологічного клімату у висококваліфікованих екіпажах з академічного веслування нами були підібрані відповідні чотири тестові методики: методика визначення мотиваційного прагнення «Оцінка потреби в досягненні»; методика «Визначення індексу групової сумісності Сішара»; методика «Визначення соціально-психологічного клімату в колективі»; методика «Шкала тренер - спортсмен». На основі даних методик ми вивчали складові соціально-психологічного клімату в висококваліфікованому екіпажі – четвірка парна, який складається з двох екіпажів – двійок парних відповідно. Так, в екіпажі четвірка парна (легкої ваги) встановлені на етапі констатуючого дослідження встановлені низькі і середні показники в тестовій методиці «Оцінка потреби в досягненні» у співвідношенні 50 % на 50 %. В методиці «Індекс групової сумісності Сішара» чітко виявлений не командний екіпаж четвірка, а два екіпажі двійок. В методиці на «Визначення соціально-психологічного клімату в колективі» зафіксований наявний негативний

поведінковий критерій, що вказує на протирічиві взаємовідносини в екіпажі четвірка парна. В «Шкалі «тренер - спортсмен» також виявлене чітке розподілення єдиного екіпажу на дві складові, що свідчить про тісну співпрацю із діючим тренером лише одного екіпажу - двійка парна, а інший екіпаж 2X співпрацює з даним тренером в інтервальному режимі, що і обґрунтовує отримані результати в даній тестовій методиці. Отримані результати нами враховувалися під час розробки експериментальної методики.

3. На основі впроваджені в навчально-тренувальний процес експериментальної методики з оптимізації соціально-психологічного клімату в веслувальному екіпажі, нами по завершенні формуючого дослідження отримані позитивні зміни в результатах за всіма тестовими методиками. Також, нами встановлена висока результативність досліджуваного екіпажу на головних стартах сезону 2021. Таким чином, ми можемо стверджувати, що спрямований вплив на формування сприятливого соціально-психологічного клімату в екіпажі є важливим фактором в досягненні високих спортивних результатах.

Список використаних джерел

1. Бабушкин Г.Д., Кулагина Е.В. психологическая совместимость и сработанность в спортивной команде. Омськ: СібГАФК, 2001. 110 с.
2. Баранова М. В. Методика формирования экипажей в гребном спорте на начальном этапе подготовки. Спб, 2016. 25 с.
3. Баранова М. В. Основы командообразования в гребном спорте. *Учёные записки университета имени П.Ф. Лесгафта*. 2010. Вып. 1 (59). С. 6-9.
4. Взаимоотношения тренера с спортсменами. URL: https://bstudy.net/946275/psihologiya/vzaimootnosheniya_trenera_sportsmenami
5. Володенков В.В., Замотин Т.М. Методика комплектования экипажей в гребном спорте. *Вестник спортивной науки*. М.: Федеральный научный центр физической культуры и спорта. 2016. № 3. С. 60-62.
6. Гогунев Е.Н., Мартьянов Б.И. Психология физического воспитания и спорта: учеб. пособ. для студ. высш. пед. учеб. заведений. М.: Академия, 2000. 288 с.
7. Городинська І.В., Марцинюк Ю.О., Харченко-Баранецька Л.Л. Загальні тенденції комплектування веслувальних екіпажів в академічному веслуванні // *IV International Scientific and Practical Conference THEORY AND PRACTICE OF SCIENCE: KEY ASPECTS* held on July 19-20, 2021 in Rome, Italy. P. 503 – 508.
8. Гуревич К.М. Психологическая диагностика: учеб. пособ. М.: УРАО, 1997. 182 с.
9. Долгова Є.В. Психологічний клімат в командах веслярів високої кваліфікації // VI Міжнародна наукова конференція психологів фізичної культури і спорту "Рудіковське читання". К., 2010. С. 63-66.
10. Игнатова Е. С. Психодиагностика: учеб. пособие. Пермь, 2018. 94 с.
11. Ильин Е.П. Психология спорта. СПб.: Питер, 2010. 352 с.
12. Келлер В.С. Змагальна діяльність в системі спортивної підготовки. М.: СААМ, 1995. С. 41-50.

13. Коженкова А.Н. Сумісність, як фактор підвищення ефективності підготовленості та змагальної діяльності спортсменів в веслування академічного // *Матеріали ХІХ міжд. конгресу «Олімпійський спорт і спорт для всіх»*. Єреван, 2015. С.327-331.

14. Коломейцев Ю.А. Роль соціально-психологічної сумісності в досягненні спортивних результатів // *Вісник Чернігівського національного педагогічного університету*. Вип. 98. Т. 4. Серія Педагогічні науки. Чернігів, 2012. С. 15-18.

15. Командна робота – запорука успіху. Суми: Сумський обласний науково-методичний центр культури і мистецтв, 2014. 56 с.

16. Костюкевич В.М. Основи науково–дослідної роботи магістрантів та аспірантів у вищих навчальних закладах. Вінниця: ТОВ «Нілан–ЛТД», 2016. 554 с.

17. Ловягина А.Е. Психология физической культуры и спорта. М.: Юрайт. 2016. 338 с.

18. Ложкин Г.В. Психология спорта: схемы, комментарии, практикум: учеб.пособ. К.: Освіта України, 2011. 484 с.

19. Максимович А. Соціально-психологічний клімат колективу та шляхи його оптимізації. *Актуальні проблеми менеджменту та публічного управління в умовах інноваційного розвитку економіки*: зб. наук. праць. Тернопіль: ТНЕУ, 2020. С. 297-299.

20. Малинин А.Б., Малинин В. А. Менеджмент деятельности спортивных школ. М.: Физ. культура, 2008. 233 с.

21. Михайлова Т. В. Гребной спорт: [учеб. для студ. высш. пед. учеб. зав.]. М.: Издат. центр «Академия», 2006. 400 с.

22. Національна федерація України з академічного веслування. Документація. Результати змагань. URL: <http://www.rowingukraine.org/rezultati-zmagan1>

23. Неретин А. В. Подготовка будущих тренеров к созданию положительного социально-психологического климата в спортивной команде. *Известия ВГПУ*. 2017. № 2. С. 17-22.

24. Новіков М.А. Психологические проблемы, возникающие при комплектовании и подготовке гребных экипажей // *Гребный спорт: щорічник*. М.: Физкультура и спорт, 1974. С. 26-27.

25. Особенности взаимоотношений «спортсмен - спортсмен». URL: https://studme.org/273662/psihologiya/osobennosti_vzaimootnosheniy_sisteme_sportsmen_sportsmen

26. Подласый И. П. Педагогика. Новый курс: учеб. для вузов. М.: Владос, 2000. С. 100 – 124.

27. Пчелов В.М. Отбор спортсменов при комплектовании сборных команд по гребным видам спорта // *Научно-методическое и медико-биологическое обеспечение физкультурно-оздоровительной и спортивной работы*. Днепропетровск, 1990. Ч.2. С.117-120.

28. Пятницька-Позднякова І.С. Основи наукових досліджень у вищій школі: навчальний посібник. К.: 2003. 116 с.

29. Светлова А.А. Взаимоотношение спортсмена и тренера, как фактор успешной спортивной деятельности // *Психологическая наука и образование* (Электронный журнал) № 3. 2014. С. 181-187. URL: https://psyjournals.ru/files/71388/18_Svetlova_psyedu_3-2014.pdf

30. Сетько Є.В. Комплектування гребних екіпажів, як частина спортивного відбору // *Вчені записки: зб. рецензованих наукових. тр.* / Білорус. держ. акад. фіз. культури. Мінськ, 2003. Вип. 6. С. 245-251.

31. Тумянян Г., Харацидис С. Професія - тренер. URL: <https://works.doklad.ru/view/brV28hogpMs/3.html>

32. Уейнберг Р. Основи психології спорту і фізичної культури. К. : Олімпійська література, 2001. 336 с.

33. Федик О.В. Психологія спорту: матеріали для самопідготовки до семінарських занять для студентів спеціальності «Психологія». Івано-Франківськ: Інін, 2013. 226 с.

34. Шакірі М. М. Основні засади формування сприятливого соціально-психологічного клімату в колективі. *Наукові праці МАУП. Сер. Економічні науки. Психологічні науки*. 2013. С. 145–150.

35. Шинкарук О. Веслування академічне. Навчальна програма для ДЮСШ, СДЮСШОР, ШВСМ та спеціалізованих навчальних закладів спортивного профілю. Київ, 2011. 115 с.

36. Якимов А.М. Основы тренерского мастерства. М: Ассоц. «Медицина. Культура. Спорт». 1992, 155 с.

37. Яковенко О. Обґрунтування та розробка алгоритму формування екіпажів в академічному веслуванні. URL: <file:///C:/Users/User/Downloads/578-%D0%A2%D0%B5%D0%BA%D1%81%D1%82%20%D1%81%D1%82%D0%B0%D1%82%D1%82%D1%96-1124-1-10-20200120.pdf>

38. Яковенко О.О. Формування екіпажів в веслуванні академічному на етапі підготовки до вищих досягнень. Автореферат дисерт. на здобуття наукового ступеня кандидата наук з фізичного виховання і спорту 24.00.02. Олімпійський та професійний спорт. 2015. Київ. 25 с.

39. Janssen J. Championship Team Building: What Every Coach Needs to Know to Build a Motivated, Committed & Cohesive Team. Winning the Mental Game, 2002. 190 p.

40. McArthur J. High performance rowing. The Crowood Press Ltd, 2004. 160p.; Churbuck D.C. The book of rowing. Overlook TP. 4 Updated edition, 2008. 320 p.

41. Nolte V. Rowing Faster. Human Kinetics Publishers. 1 st edition. 2004. 304 p.

42. Schneider, Benjamin. Organizational Climate and Culture: Reflections on the History of the Constructs in JAP. California, 2017. 49 p.

ДОДАТКИ

Методика визначення мотиваційного прагнення «Оцінка потреби в досягненні»

Шановний, респонденте!. Просимо Вас вказати Ваші індивідуальні дані і відповіді на запропоновані запитання опитувальника. **Навпроти кожного запитання поставте лише одну Вашу відповідь «так» або «ні».** Ваші відповіді стануть вагомим внеском в магістерське дослідження метою якого є вивчення соціально-психологічного клімату Вашого веслувального екіпажу. Дякуємо за співпрацю.

П.І. _____
 Вік _____
 Спортивна кваліфікація _____
 Ваш номер в екіпажі (-ах) _____

Запитання опитувальника.

1. Думаю, що успіх в житті скоріш за все залежить від випадку, ніж від розрахунку _____;
2. Якщо я позбавлюсь улюбленого заняття, життя для мене втрапить будь-який сенс _____;
3. Для мене в будь-якій справі важливішим є не виконання, а кінцевий результат _____;
4. Вважаю, що люди більш страждають від невдач на роботі, ніж від поганих взаємовідносин з близькими _____;
5. На мою думку, більшість людей живуть майбутнім, а не теперішнім _____;
6. В житті у мене було більше успіхів, ніж невдач _____;
7. Емоційні люди мені подобаються більше, ніж діяльні _____;
8. Навіть в звичайній справі я намагаюсь удосконалити її елементи _____;
9. Замислений про успіх я можу втратити міру безпечності _____;
10. Мої близькі вважають мене ледащим _____;
11. Вважаю, що в моїх невдачах винні певні обставини, ніж я сам _____;
12. Терпіння в мені більше ніж здібностей _____;
13. Мої батьки дуже суворо мене контролювали _____;
14. Лінощі, а не сумнів в успіху, змушує мене часто відмовлятися від власних намірів _____;
15. Думаю, що я впевнена в собі людина _____;
16. Заради успіху я можу ризикнути, навіть якщо шанси невеликі _____;
17. Я працелюбна людина _____;
18. Коли все іде гладко, моя енергія посилюється _____;
19. Якби я був би журналістом, я скоріш за все писав би про винаходи людей, ніж про певні події _____;
20. Мої близькі зазвичай не поділяють мої планів _____;
21. Рівень моїх вимог до життя нижче, ніж у моїх товаришів _____;
22. Мені здається, що наполегливості в мені більше, ніж здібностей _____.

Додаток Б

Методика «Визначення індексу групової сумісності Сішара»

Шановний, респонденте!. Просимо Вас вказати Ваші індивідуальні дані і відповіді на запропоновані запитання опитувальника. **З запропонованих варіантів відповідей на питання необхідно обрати одне, що найбільш Вам притаманне.** Ваші відповіді стануть вагомим внеском в магістерське дослідження метою якого є вивчення соціально-психологічного клімату Вашого веслувального екіпажу. Дякуємо за співпрацю.

П.І. _____
 Вік _____
 Спортивна кваліфікація _____
 Ваш номер в екіпажі (-ах) _____

Бланк опитувальника

I. Як Ви оцінювали б власну належність до групи?

1. Відчуваю себе частиною колективу (5).
2. Приймаю участь в більшості видів діяльності групи (4).
3. Приймаю участь в одних видах діяльності групи і не приймаю в інших (3)
4. Не відчуваю, що є частиною групи (2).
5. Живу та існую окремо від групи (1).
6. Не знаю, важко відповісти (1).

II. Чи перешли б Ви в іншу групу, якщо б Вам випала така можливість?

1. Так, дуже хотів би перейти (1).
2. Скоріш перейшов би, ніж залишився (2).
3. Не бачу жодної різниці (3).
4. Скоріш за все залишився б у своїй групі (4).
5. Дуже хотів би залишитися у своїй групі (5).
6. Не знаю, важко сказати (1).

III. Які взаємовідносини між особами вашої групи?

1. Краще, ніж в більшості колективів (3).
2. Приблизно такі ж, як в більшості колективів (2).
3. Гірше, ніж в більшості колективів (1).
4. Не знаю, важко сказати (1).

IV. Які у вас взаємовідносини з капітаном команди?

1. Кращі, ніж в більшості колективів (3).
2. Приблизно такі ж, як в більшості колективів (2).
3. Гірші, ніж в більшості колективів (1).
4. Не знаю (1).

V. Яке відношення до тренувань (інтерпретація) в вашому колективі?

1. Краще, ніж в більшості колективів (3).
2. Приблизно такі ж, як в більшості колективів (2).
3. Гірше, ніж в більшості колективів (1).
4. Не знаю (1).

Додаток В

Методика «Визначення соціально-психологічного клімату в колективі»

Шановний, респонденте!. Просимо Вас вказати Ваші індивідуальні дані і відповіді на запропоновані запитання опитувальника. Для відповідей на запропоновані запитання необхідно: 1) Уважно прочитати варіанти відповідей; 2) Обрати один з них, який найбільш притаманний Вам; 3) Поставити знак «+» в клітинці, навпроти обраної Вами відповіді. Ваші відповіді стануть вагомим внеском в магістерське дослідження метою якого є вивчення соціально-психологічного клімату Вашого веслувального екіпажу. Дякуємо за співпрацю.

П.І. _____

Вік _____

Спортивна кваліфікація _____

Ваш номер в екіпажі (-ах) _____

Бланк опитувальника

1. Відмітьте, будь ласка, з яким з наведених нижче тверджень Ви більше всього погоджуєтесь?

Більшість членів нашого колективу (екіпажу) – хороші люди	
В нашому колективі (екіпажі) знаходяться різні люди	
Більшість людей нашого колективу (екіпажу) – малоприємні люди.	

2. Чи вважаєте Ви, що було б добре, якби члени Вашого колективу (екіпажу) жили недалеко один від одного.

Ні, звичайно	Скоріше ні, ніж так	Не знаю, не замислювався про це	Скоріше так, ніж ні	Так, звичайно

3. Як Ви вважаєте, чи могли б Ви дати достатньо повну характеристику.

	Так	Скоріше так	Не знаю, не замислювався над цим	Скоріше ні	Ні
Ділових якостей членів колективу (екіпажу)					
Особистісних якостей більшості членів колективу					

4. Зверніть увагу на наведену нижче шкалу. Цифра 1 характеризує колектив, який Вам дуже подобається, цифра 9 – колектив, який Вам дуже не подобається. В яку клітинку Ви помістите Ваш колектив (екіпаж)?

1	2	3	4	5	6	7	8	9

5. Якби у Вас виникла можливість провести відпустку разом з членами Вашого колективу, то як би Ви до цього віднеслися?

Це мене дуже влаштувало б	Не знаю, не замислювався над цим	Так, міг би

6. Чи могли б Ви з впевненістю сказати, про більшість членів Вашого колективу (екіпажу), з ким гарно спілкуватися відносно ділових питань?

Ні, не міг би	Не можу сказати, не замислювався над цим	Так, міг би

7. Яка атмосфера зазвичай домінує у Вашому колективі? На наведеній нижче шкалі цифра 1 відповідає нездоровій, недружній атмосфері, а 9 навпаки, атмосфері взаємодопомоги, взаємоповаги. До якої з клітинок Ви б помістили б власний колектив (екіпаж)?

1	2	3	4	5	6	7	8	9

8. Як Ви думаєте, коли б Ви завершили власну спортивну діяльність, як бажали б Ви підтримувати дружні стосунки з членами Вашого колективу (екіпажу)?

Так, звичайно	Скоріше так, ніж ні	Важко відповісти	Скоріше ні, чим так	Ні, звичайно

Методика «Шкала «Тренер - спортсмен»

Шановний, респонденте!. Просимо Вас вказати Ваші індивідуальні дані і відповіді на запропоновані запитання опитувальника. **Для відповідей на запропоновані запитання необхідно: Уважно прочитати запитання 2) Поставити «+» якщо дане тлумачення Вам притаманно.** Ваші відповіді стануть вагомим внеском в магістерське дослідження метою якого є вивчення соціально-психологічного клімату Вашого веслувального екіпажу. Дякуємо за співпрацю.

П.І. _____

Вік _____

Спортивна кваліфікація _____

Ваш номер в екіпажі (-ах) _____

Бланк опитувальника

1. Тренер може точно передбачити результат своїх спортсменів.
2. Мені важко знаходити спільну мову з тренером.
3. Тренер – справедлива людина.
4. Тренер вміло підводить мене до змагань.
5. Тренеру не вистачає чуттєвості у відносинах з людьми.
6. Слово тренера для мене – закон.
7. Тренер сумлінно планує тренувальну роботу зі мною.
8. Я задоволений тренером.
9. Тренер недостатньо вимогливий до мене.
10. Тренер завжди може дати розумну пораду.
11. Я повністю довіряю тренеру.
12. оцінка тренера дуже важлива для мене.
13. Тренер в основному працює за шаблоном.
14. Працювати з тренером – це задоволення.
15. тренер приділяє мені мало уваги.
16. Тренер, як правило, не враховує моїх індивідуальних особливостей.
17. Тренер погано відчуває мій настрій.
18. Тренер завжди вислуховує мою думку.
19. У мене немає сумнівів щодо правильності засобів і методів тренування, які застосовує тренер.
20. Я не буду ділитися думками зі своїм тренером.
21. Тренер карає мене за незначний проступок.
22. Тренер добре знає мої слабкі і сильні сторони.
23. Я хотів би бути схожим на свого тренера.
24. У нас з тренером часто ділові стосунки.

Опитувальник веслярів досліджуваного екіпажу

1. Чи вважаєте Ви, що соціально-психологічний клімат в екіпажі – це складова спортивного результату?

а) так; б) ні; в) не знаю.

2. Чи повинен тренер бути залучений до формування позитивного соціально-психологічного клімату в екіпажі?

а) так; б) ні; в) не знаю.

3. Чи повинен спортивний психолог бути залучений до формування позитивного соціально-психологічного клімату в екіпажі?

а) так; б) ні; в) не знаю.

4. Чи погоджуєтесь Ви з тим, що формування сприятливого соціально-психологічного клімату в екіпажі тільки в руках самих спортсменів даного екіпажу.

а) так; б) ні; в) не знаю.

5. Чи вважаєте Ви за доцільним впровадження спортивних ігор в посттрениувальний час для екіпажу?

а) так; б) ні; в) не знаю.

6. Чи вважаєте Ви за доцільним впровадження 1 раз на тиждень психологічних тренінг-ігор для згуртованості команди в посттрениувальний час?

а) так; б) ні; в) не знаю.

7. Чи вважаєте Ви за доцільним проведення 1 раз на тиждень проведення дозвілля усім екіпажем із залученням власних друзів для згуртованості команди в посттрениувальний час?

а) так; б) ні; в) не знаю.

**8. Як покращити мотивацію до результативності у спортсменів екіпажу?
Ваша відповідь _____**

9. Чи вважаєте Ви що перегляд відео нарисів змагальних заїздів разом усім екіпажем, посприяло покращенню соціально-психологічного клімату і прагнення до здобутку високого спортивного результату.

а) так; б) ні; в) не знаю.

10. Чи вважаєте Ви за доцільним здійснений цілеспрямований вплив заходів для формування сприятливого соціально-психологічного клімату в екіпажі?

а) так; б) ні; в) не знаю.