



МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ  
**Національний університет «Запорізька політехніка»**

Факультет управління фізичною культурою та спортом  
 Кафедра управління фізичною культурою та спортом  
 Ступінь вищої освіти магістр  
 Спеціальність 017 Фізична культура і спорт  
(шифр і назва)  
 Освітня програма (спеціалізація) Фізичне виховання  
(назва освітньої програми (спеціалізації))

**ЗАТВЕРДЖУЮ**  
**В.о. завідувача кафедри**  
**управління фізичною**  
**культурою та спортом**  
**Василь МАЗІН**

“ ” 20 року

**ЗАВДАННЯ**  
**НА ДИПЛОМНИЙ ПРОЕКТ (РОБОТУ) СТУДЕНТУ**

Саєнко Юрій Віталійович

(прізвище, ім'я, по батькові)

1. Тема проекту (роботи) Формування командної згуртованості у футболістів 14-15 років засобами моделювання ігрових ситуацій керівник проекту (роботи)

Мазін Василій Миколайович доктор педагогічних наук, професор

(прізвище, ім'я, по батькові, науковий ступінь, вчене звання)

затверджені наказом вищого навчального закладу від “29”09 2022 року №305

2. Строк подання студентом проекту (роботи) 01.12.2022

3. Вихідні дані до проекту (роботи) Об'єкт дослідження – навчально-тренувальний процес футболістів 14-15 років у ДЮСШ. Предмет дослідження – формування командної згуртованості футболістів 14-15 років засобами ігрового моделювання. Мета дослідження полягає в теоретичному обґрунтуванні, розробці та експериментальній перевірці методики формування командної згуртованості футболістів 14-15 років засобами ігрового моделювання, які займаються у секції з футболу ДЮСШ.

4. Зміст розрахунково-пояснювальної записки (перелік питань, які потрібно розробити): 1. Вивчити сучасні наукові джерела з проблематики формування командної згуртованості футболістів 14-15 років, які займаються у секції з футболу ДЮСШ. 2. Розробити методику формування командної згуртованості футболістів 14-15 років, які займаються у секції з футболу ДЮСШ засобами ігрового моделювання. 3. Перевірити ефективність розробленої методики в педагогічному експерименті.

5. Перелік графічного матеріалу (з точним зазначенням обов'язкових креслень):  
 робота містить 3 таблиці.

## 6. Консультанти розділів проекту (роботи)

Розділ	Прізвище, ініціали та посада консультанта	Підпис, дата	
		завдання видав	завдання прийняв
Перший	Мазін В.М., в.о. завідувача кафедри УФКС		
Другий	Мазін В.М., в.о. завідувача кафедри УФКС		
Третій	Мазін В.М., в.о. завідувача кафедри УФКС		

7. Дата видачі завдання 30.10.2021

## КАЛЕНДАРНИЙ ПЛАН

№ з/п	Назва етапів дипломного проекту (роботи)	Строк виконання етапів проекту (роботи)	Примітка
1	Огляд літератури з проблематики формування навичок соціальної взаємодії у футболістів		
2	Організація дослідження		
3	Опрацювання і узагальнення емпіричного матеріалу з використанням методів математичної статистики		
4	Робота над текстом, формулювання висновків		
5	Робота над докладом, створення презентації		

Студент

\_\_\_\_\_ Саєнко Ю.В.  
 ( підпис ) ( прізвище та ініціали )

Керівник проекту (роботи)

\_\_\_\_\_ Мазін В.М.  
 ( підпис ) ( прізвище та ініціали )

## РЕФЕРАТ

Пояснювальна записка: 56 сторінок, 3 таблиці, список літератури з 46 найменувань, 2 додатки.

Об'єкт дослідження – соціально-психологічні процеси у команді футболістів 14-15 років в ДЮСШ.

Предмет дослідження – методика формування командної згуртованості футболістів 14-15 років засобами ігрового моделювання.

Мета дослідження полягає в теоретичному обґрунтуванні, розробці та експериментальній перевірці методики формування командної згуртованості футболістів 14-15 років засобами ігрового моделювання, які займаються у секції з футболу ДЮСШ.

Завдання дослідження:

1. Вивчити сучасні наукові джерела з проблематики формування командної згуртованості футболістів 14-15 років, які займаються у секції з футболу ДЮСШ.

2. Розробити методику формування командної згуртованості футболістів 14-15 років, які займаються у секції з футболу ДЮСШ засобами ігрового моделювання.

3. Перевірити ефективність розробленої методики в педагогічному експерименті.

Гіпотезою дослідження є припущення про те, що цілеспрямоване використання ігрового моделювання у навчально-тренувальному процесі футболістів 14-15 років, стане ефективним засобом формування командної згуртованості.

Методи дослідження:

1. Аналіз наукових джерел.

2. Використання соціологічних методик: «Ціннісно-орієнтаційна єдність колективу», «Індекс групової згуртованості Сішора».

3. Педагогічний експеримент.

4. Методи математичної статистики.

Наукова новизна отриманих результатів. Проаналізовано стан групової згуртованості юнаків 14-15 років, які займаються у секції з футболу ДЮСШ; розроблено методику формування групової згуртованості юних футболістів на основі ігрового моделювання; експериментально перевірено дієвість розробленої методики.

Практичне значення результатів. Наведені у роботі дані можуть бути корисними для науковців, які займаються проблемами фізичного виховання дітей та підлітків.

**КЛЮЧОВІ СЛОВА:** ФОРМУВАННЯ, КОМАНДНА ЗГУРТОВАНІСТЬ, ДЮСШ, ФУТБОЛ, ЮНАКИ, ІГРОВЕ МОДЕЛЮВАННЯ.

## ЗМІСТ

Вступ.....	7
Розділ 1. Теоретичні засади формування групової згуртованості у юних футболістів.....	11
1.1. Групова згуртованість, як предмет вивчення .....	11
1.2. Групова згуртованість спортивної команди: формування і оцінювання.....	16
Розділ 2 Методи і організація дослідження .....	29
2.1. Методи дослідження.....	29
2.2. Організація дослідження.....	32
Розділ 3. Перевірка ефективності методики формування командної згуртованості футболістів 14-15 років засобами ігрового моделювання.....	34
3.1. Сутність методики формування групової згуртованості у юних футболістів засобами ігрового моделювання.....	34
3.2. Вплив експериментальної методики на сформованість групової згуртованості у юнаків 14-15 років, які займаються в секції з футболу ДЮСШ .....	42
Висновки .....	46
Список використаних джерел.....	48
Додаток А.....	53
Додаток Б .....	53

## ПЕРЕЛІК УМОВИХ СКОРОЧЕНЬ

ІГЗ – індекс групової згуртованості;

Стат. гіп. – статистична гіпотеза;

ЦОЄГ – ціннісно-орієнтаційна єдність групи;

$H_0$  – нульова статистична гіпотеза;

$H_1$  – альтернативна статистична гіпотеза;

U – значення критерію Манна-Уїтні;

P – рівень значущості.

## ВСТУП

Спортивна діяльність людини – це колективна діяльність, що протікає в присутності інших людей та за їх участю. Спортивна команда – це колектив зі своїми психологічними характеристиками, у якому складається свій соціально-психологічний клімат, а між спортсменами встановлюються певні стосунки.

З точки зору соціальної психології, спортивна команда – це мала група, якій притаманні відповідні соціально-психологічні закономірності та принципи, такі як: динаміка розвитку групи, наявність формальних та неформальних структур тощо.

У групових видах спорту ключове значення для змагальної успішності набуває феномен згуртованості, який розуміється як сила, що утримує і спонукає членів групи чи команди залишатися разом.

Утім, привертає увагу те, що останнім часом дослідники, які вивчають теоретичні і методичні аспекти навчально-тренувальної роботи юних спортсменів, зміщують акценти на рухову компоненту тренування, залишаючи поза увагою соціальні аспекти взаємодії учасників спортивних команд між собою, а саме такий феномен, як командна згуртованість.

Особливе значення формування командної згуртованості набуває у командних видах спорту на ранніх етапах спортивного зростання. Відмітимо, що хоча спортивна діяльність у командних видах спорту сама по собі має великий потенціал для формування групової згуртованості, на цьому етапі у якості додаткового засобу формування та розвитку групової згуртованості можуть бути використані елементи ігрового моделювання – широко розповсюдженого засобу психологічних тренінгів.

Проведений аналіз наукових публікацій зі спортивної педагогіки і соціології (І. Бех [5], Л. Лубишева [20], А. Сидоров [28], В. Столяров [29], та



ін.), показав, що представлені в них ідеї не дають змогу навіть у першому наближенні визначити підходи до формування командної згуртованості у юнацькій футбольній команді, а також встановити критерії та показники її сформованості.

Означене стало підставою для формулювання теми дослідження «Формування командної згуртованості у футболістів 14-15 років засобами моделювання ігрових ситуацій».

Об'єкт дослідження – соціально-психологічні процеси у команді футболістів 14-15 років в ДЮСШ.

Предмет дослідження – методика формування командної згуртованості футболістів 14-15 років засобами ігрового моделювання.

Мета дослідження полягає в теоретичному обґрунтуванні, розробці та експериментальній перевірці методики формування командної згуртованості футболістів 14-15 років засобами ігрового моделювання, які займаються у секції з футболу ДЮСШ.

Завдання дослідження:

1. Вивчити сучасні наукові джерела з проблематики формування командної згуртованості футболістів 14-15 років, які займаються у секції з футболу ДЮСШ.

2. Розробити методику формування командної згуртованості футболістів 14-15 років, які займаються у секції з футболу ДЮСШ засобами ігрового моделювання.

3. Перевірити ефективність розробленої методики в педагогічному експерименті.

Гіпотезою дослідження є припущення про те, що цілеспрямоване використання ігрового моделювання у навчально-тренувальному процесі футболістів 14-15 років, стане ефективним засобом формування командної згуртованості.

Методи дослідження:

1. Аналіз наукових джерел.

2. Використання соціологічних методик: «Ціннісно-орієнтаційна єдність колективу», «Індекс групової згуртованості Сішора».

3. Педагогічний експеримент.

4. Методи математичної статистики.

Наукова новизна отриманих результатів. Проаналізовано стан групової згуртованості юнаків 14-15 років, які займаються у секції з футболу ДЮСШ; розроблено методику формування групової згуртованості юних футболістів на основі ігрового моделювання; експериментально перевірено дієвість розробленої методики.

Практичне значення результатів. Наведені у роботі дані можуть бути корисними для науковців, які займаються проблемами фізичного виховання дітей та підлітків.

## РОЗДІЛ 1

### ТЕОРЕТИЧНІ ЗАСАДИ ФОРМУВАННЯ ГРУПОВОЇ ЗГУРТОВАНОСТІ У ЮНИХ ФУТБОЛІСТІВ

#### 1.1. Групова згуртованість, як предмет вивчення

Групова згуртованість у соціальній психології – це ступінь прихильності до групи її членів.

На сьогодні цим терміном позначається динамічний процес, відображений у тенденції групи триматися разом і залишатися єдиною для досягненні своїх інструментальних цілей та/або для задоволення афективних потреб членів [38].

Висока ступінь групової згуртованості означає, що члени групи поділяють спільні цілі та інтегровані якнайкраще у єдину спільність у рамках якої вони є сумісними в психологічному та соціально-психологічному плані.

Існує думка на згуртованість як результат символічної активності взаємодіючих індивідів. Саме створення єдиного символічного простору групи є головною умовою згуртованості [40].

Вірогідно, що спочатку згуртованість групи ґрунтується на емоційних контактах членів групи один з одним. Надалі спільний процес діяльності призводить до більш тісного згуртування та збігу системи цінностей. На рівні група досягає тієї міри інтеграції, коли члени групи усвідомлено поділяють загальну мету груповий діяльності [40].

Деякі припускають, що згуртованість членів групи розвивається з підвищеного почуття причетності, командної роботи, а також міжособистісного та групового «тяжіння».

На думку ряду науковців групова згуртованість виражається у наступних узагальнених показниках, зростання яких відповідає підвищенню єдності між членами групи:

- частота позитивного вибору членами групи один одного;
- міцність комунікативних зв'язків;
- ступінь привабливості групи для її членів;
- участь у житті групи;
- вплив групи на своїх членів;
- орієнтація на спільні цінності;
- предметно-ціннісна єдність [38].

На думку В. Девишвили, групова згуртованість може розглядатися з трьох різних позицій:

- взаємне ставлення членів групи (показник – сума симпатії всіх учасників групи один до одного);
- привабливість групи для кожного з її членів (показник – сумарна сила чинників, які утримують індивідуума у групі);
- ціннісно-орієнтаційна єдність (показник – ступень збігу оцінок членами групи зовнішніх предметів і явищ) [40].

Утім, аналіз наукових публікацій доводить, що всі атрибути групової згуртованості можна звести до трьох узагальнюючих характеристик, а саме до атракції (тяжіння), відданості спільній справі та єдиній системі цінностей.

Зокрема, за М. Хоггом, згуртованість групи визначається соціальним тяжінням (атракцією) між членами яскраво вираженої соціальної групи. Автор пояснює, що соціальне тяжіння еволюціонує у згуртованість через механізм самокатегоризації, згідно з яким індивіди, оцінюючи подібності та відмінності інших людей, подумки визначають себе та інших як частину групи, поділяючи «своїх» та «чужих» [44].

При цьому Л. Фестінгером, для згуртованості групи необхідне поважне ставлення до її учасників усередині спільноти, а також до всієї групи загалом [41].

В. Оуен говорить про те, що згуртованість групи є результатом глибокого почуття єднання, приналежності до групи загалом [46].

В основі такого єднання, на думку Ш. Сархана лежить близькість відносин членів групи до групових цінностей, тобто об'єктів, найбільш значимих для групи загалом [36].

Автором термін «згуртованість» використовується як синонім до поняття «ціннісно-орієнтаційна єдність групи». При цьому мається на увазі, що в будь-якій групі є якісь фактори, об'єкти, які вважаються найбільш значущими та цінними групи взагалі. При цьому кожен член групи орієнтується на зазначені цінності, використовує в своїй поведінці, тобто. у кожного присутні свої власні оцінки цінностей, позиції стосовно них тощо [36].

У цьому контексті, дослідники відзначають, що залучення в діяльність спільноти та визнання подібних ознак її учасників роблять групу більш згуртованою, а єдина система цінностей створює почуття спільності, яке зміцнює зв'язки єдності [45].

Ряд дослідників вважають, що згуртованість створює спільна робота, в основі якої лежить виконання спільних завдань та досягнення колективних цілей.

З цієї точки зору, члени групи, орієнтовані на рішення конкретних завдань, зазвичай, демонструють велику взаємозалежність і почуваються відповідальними за результати групової роботи.

Вважається, що узи єдності, що виникають у результаті спільної діяльності, орієнтованої на досягнення спільних цілей, свідчать про згуртованість групи.

На відміну від єдиної системи цінностей та взаємного ставлення членів один до одного, робочі зобов'язання сприятливо позначаються на продуктивності та ефективності праці [22].

Відмінною особливістю, яка визначає будь-яку групу, є взаємодія між її членами, вони залежать один від одного і мають спільну мету, мають спілкуватися між собою. Групам також властива взаємозалежність щодо завдання – вони повинні взаємодіяти, щоб виконати роботу [36].

Відмічається, що оптимальним є такий склад групи, при якому її члени є досить активними в обміні інформацією, з метою вирішення спільних завдань. Причому спільність установок, оцінок, думок сприяє виділенню значних змістів спілкування, цілей спільної діяльності. Відмінність у цих характеристиках знижує інтеграцію та згуртованість будь-якої соціальної спільності [36].

У контексті завдань нашого дослідження представляє інтерес феномен групової субкультури, який відображає певні особливості малої групи, пов'язані із традиціями, особливостями взаємин, емоціональним контекстом спілкування тощо.

Аналіз доступних джерел дозволив виділити чотири основні форми внутрішньокомандного культурного контексту (субкультури) груп.

Перший різновид групової субкультури умовно названий «Комбінат». Основна його психологічна характеристика – беззаперечне підпорядкування її членів сильному лідеру (командиру). Підстави для підпорядкування – страх позбутися місця у групі [3].

Така група заснована на дотриманні традиційної ієрархії. Це дуже стабільна групова культура, дії членів у якій чітко визначені, рішення приймаються оперативно – лідер має всю повноту влади та визначає політику та правила групової взаємодії. Зовнішні межі та внутрішню будову групи досить жорсткі. Групові цінності ставляться вище за індивідуальні. Контроль здійснюється безпосередньо лідером. Участь у процесі прийняття рішень у групі визначається місцем суб'єкта у внутрішньогруповій ієрархії. Рішення приймаються лідером з урахуванням балансу впливів різних сил. Проте, останнє слово завжди належить йому [3].

Другий різновид субкультури умовно названий «Кліка». Така група складається з людей, які абсолютно довіряють своєму лідеру, який впливає на членів групи своїм баченням майбутнього. Група немає жорсткої внутрішньої структури. Якщо лідер-візіонер вважає за необхідне створити в ній керівну ланку, то вона в основному слугуватиме для зміцнення харизми лідера, який

може надавати допомогу членам групи та регулювати розподіл загальних ресурсів.

Така група зазвичай нестабільна, має розмиті кордони: у кризових ситуаціях легко розпадається на дрібні підгрупи. Члени організації реалізують у ній свої власні інтереси та цілі. При цьому існує значна внутрішня конкуренція. Цінності в такій організації – індивідуальна креативність, енергійність у постановці нових цілей та розробці проектів, що узгоджуються з баченням лідера, готовність до інновацій. Інтереси індивідуальні вище за групові. Інформація сприймається як спільне знання, яке потрібно виносити зовні. Також відмічається відсутність суворої регламентації групової діяльності – вона схильна до коливань у прагненнях лідера [3].

Наступний тип групової субкультури – «Кружок». Ця субкультура характеризується суворим розподілом повноважень та сфер діяльності всередині колективу, високим ступенем формалізації та стандартизації. Діяльність функціональних областей та їх взаємодія регулюються правилами та процедурами, що рідко змінюються. Джерело впливу – статус. Провідні цінності – синхронність, паралельність, передбачуваність. Кожен повинен знати, що робити, і робити те, що наказано. Усі йдуть в один бік. Кожен повинен відчувати себе залученим та ідентифікувати себе з групою [3].

Останній тип групової субкультури – «Команда». Для цього типу груп характерно відкрите обговорення проблем, хороша циркуляція інформації. Діяльність орієнтована на рішення завдань, цілі змінюються за необхідності. Основна увага приділяється досягненню конкретних результатів: підходящі співробітники та відповідні ресурси об'єднуються задля максимально швидкого та якісного виконання завдання, терміни та етапи її вирішення контролюються [3].

У нашому дослідженні зосередимося саме на останньому типі групової субкультури, як такому, що найбільш повно відповідає особливостям спортивної діяльності у футболі.

Отже, у процесі спільної діяльності, спілкування, символічного обміну люди повніше і яскравіше розкривають один перед одним свої індивідуально-особистісні особливості, вчаться розуміти та враховувати потреби, інтереси один одного, прогнозувати дії партнерів у різних умовах та ситуаціях.

При цьому, очевидно, що процес цілеспрямованого формування групової згуртованості має бути розглянутий більш докладно. Цьому й буде присвячений наступний підрозділ магістерської роботи.

## 1.2. Групова згуртованість спортивної команди: формування і оцінювання

Командні види спорту є не тільки видовищними спортивними подіями, але й складною діяльністю, що пред'являє до гравців серйозні вимоги. Ефективність команди залежить як від високого рівня ігрової взаємодії, так і від відносин між гравцями у рамках спортивної команди, яка представляє собою, з точки зору соціальної психології, окремий випадок малої групи.

Різні аспекти формування групи у процесі спортивної діяльності були розглянуті у дослідженнях П. Беспалова [4], В. Богданової [7], Е. Біспена [6], Г. Грибана [12], Е. Ільїна [15], Д. Качуровського [16], Б. Креті [18], В. Ласькової [19], Л. Любушкіної [21], А. Сидорова [28], А. Тінякова [31], Ю. Ханіна [35] та інших авторів.

У цих роботах вивчалися взаємини у спортивній групі, успішність виступу у змаганнях залежно від згуртованості команди; аналізувалися причини виникнення конфліктів у команді; стиль керівництва спортсменами з боку тренера, досліджувалась також роль лідерів у спортивних командах ігрових видів спорту.

Аналіз наукових праць показує, що до ознак, які характеризують спортивну команду як малу групу, можна віднести:

- єдиний простір міжособистісної взаємодії гравців спортивної команди;
- референтність групи для учасників;



- наявність формального та неформального лідерів;
- єдність та спільність членів спортивної команди;
- внутрішньогрупову активність кожного гравця задля досягнення спільної мети;
- наявність певного психологічного мікроклімату у спортивній команді;
- здатність групи до самоорганізації та самоврядування;
- наявність єдиної «внутрішньогрупової» мови спілкування та комунікації;
- наявність постійної мети спільної діяльності та прийняття її групою;
- наявність міжособистісних емоційних взаємозв'язків членів групи;
- здатність групи протистояти труднощам та перешкодам;
- вироблення специфічної групової культури поведінки [14].

До складу спортивної групи або команди входить щонайменше 2 і, як правило, не більше 25 осіб, об'єднаних єдиними цілями спортивної діяльності. Ця діяльність виконується під контролем тренера, інструктора, судді і характеризується як персональними, так і спільними фізичними зусиллями, спрямованими на досягнення високих особистих та командних результатів, які регламентовані часом, статтю, віком, правилами та нормами [14].

У спортивній групі, як правило, утворюється низка підструктур: рангова (ієрархічна), рольова, спілкування, взаємодії, підпорядкування. Кожна з цих підструктур спортивної групи також поділяється на формальну та неформальну частину [14].

Також у спортивній групі можуть бути виділені міжособистісні стосунки по вертикалі (тренер – спортсмен) та горизонталі (спортсмен – спортсмен) [14].

Авторами відмічається, що у контексті спортивної діяльності згуртованість слід поділяти щонайменше на два аспекти: предметну згуртованість, яка пов'язана з досягненням командою перемоги на змаганнях та соціальну згуртованість, яка передбачає орієнтацію на міжособистісні стосунки, такі як дружба та емоційна підтримка [43].

На емпіричному матеріалі встановлено, що футболісти у складних ситуаціях значно частіше передають м'яч тим колегам по команді, до яких відчують велику симпатію та повагу. Відеозаписи показали, що робиться це автоматично, підсвідомо навіть у тих випадках, коли футболісти отримували суворі інструкції від тренерів не робити цього [14].

Також відмічено, що у командах з високою потребою у дружніх зв'язках, гравці висловлюють велику задоволеність своєю діяльністю порівняно з командами, де ця потреба була нижчою, незважаючи на однакові успіхи тих та інших та змагальної діяльності [14].

Відомо, що зі збільшенням тривалості взаємодії та досягненням успіху внутрішня згуртованість команд стає більш вираженою, а зі збільшенням числа членів групи, може зменшуватися їх згуртованість, зростає ймовірність розпаду на невеликі угруповання, які значно ускладнюють досягнення єдності у просуванні їх розвитку [36].

У спорті спільною метою, чи спільним завданням є досягнення перемоги, яка, частково, залежить від координованих зусиль усіх членів спортивної групи чи команди, їхньої сумісності та згуртованості.

Аналіз джерел дозволив встановити, що об'єктивно групова згуртованість виявляється у зіграності команди, а суб'єктивно – у почутті спільності членів команди, що позначається у мові словом «Ми» і протиставленням себе супернику словом «Вони». Спортивні команди, яким властиве прагнення групового успіху, теж демонструють високі рівні групової згуртованості [36].

Ще однією характеристикою, пов'язаною зі згуртованістю є спрацьованість – єдність взаємодії членів групи в умовах конкретної спільної діяльності [36].

Наявність спрацьованості передбачає оптимальний ритм роботи групи, високу її продуктивність, точність і узгодженість взаємодії по просторово-часовим параметрам, стабільність спільної роботи у важких умовах, високий рівень взаєморозуміння та ін.

У спорті часто поняття «спрацьованість» замінюють поняттям «зіграність».

Шеріф Сархан вказує, що поняттям «зіграність» позначають і міжособистісну емоційну взаємоприймлемість, і подібність думок, установок, і сенсомторну узгодженість, єдність поведінки членів групи та ін. У такому разі вказане поняття виявляється комплексним, тобто. представляється як синонім інтеграції [36].

Щодо згуртованості спортивної команди, можна сказати, що змінюються багато характеристики поведінки її членів залежно від установок та норм команди, у зв'язку з чим спільна діяльність протікає в рамках специфічного психологічного фону. Саме тому згуртована команда виявляється стійкою по відношенню до стресових ситуацій, до невдач команди, до рівнів спортивних досягнень тощо [36].

Характерно, що привабливість команди, відданість кожного її члена спільним цінностям є, у свою чергу, додатковим джерелом мотивації, що підштовхує спортсмена до того, щоб віддати всі сили та можливості для досягнення загально-командних спортивних цілей [36].

У спортивних командах показник груповий згуртованості також залежить від такого інтеграційного показника, як психологічний клімат. Під яким мається на увазі переважний у групі або команді стійкий емоційний настрій, у якому поєднується настрій людей, їх душевні переживання, хвилювання, відносини один до одного, до навколишніх подій тощо [36].

Психологічний клімат є фоном, на якому протікають всі події групового життя і співпраці [36].

Відзначимо, що вищою формою розвитку спортивної команди є колектив.

Класифікувати спортивну команду як колектив можна, як і будь-яку малу групу, за умови досягнення високого рівня розвитку групи, яка характеризується високою згуртованістю, єдністю ціннісно-нормативної

орієнтації, глибокої ідентифікації та відповідальністю за результати спільної групової діяльності [36].

Щодо спортивної команди як колективу, можна визначити такі її особливості:

- спортивна команда завжди є цілісним і реальним утворенням для кожного із спортсменів, які до неї входять. Однак цілісні групові характеристики слід відокремлювати від індивідуальних, оскільки команда – це не арифметична сума особистостей, що до неї входять, а цілісна система, особистісних внесків, у зв'язку з чим команда набуває власної структури, мету, завдання тощо;

- при розгляді спортивної команди як цілісної системи взаємопов'язаних елементів, основну увагу приділяють не окремим спортсменам, а ефективності їх взаємодії і взаємин, завдяки чому вони і утворюють команду;

- цілісність спортивної команди передбачає її відносну самостійність, функціональну автономію по відношенню до інших подібних спільнот. У цьому процесі центральними фігурами є – тренер, капітан, лідер, а також особлива спортивна форма, значки, емблеми тощо;

- системність спортивної команди характеризує не її сталість, а динамічність, тобто. зміна будь-якої частини спортивної команди, як правило, викликає зміну всіх її складових [36].

Взаємозв'язок між згуртованістю та спортивними результатами завжди був у центрі уваги. Однак дослідження показують, що реальна ситуація набагато складніша.

У більшості наукових праць, присвячених дослідженню спортивних команд як малих груп, визнається, що групова згуртованість сприятливо відбивається на змагальній ефективності, а, відповідно, низький рівень розвитку групової згуртованості веде до зниження спортивних результатів.

Тобто, більшість дослідників дійшли висновку, що зв'язок між згуртованістю та ефективністю є взаємним. висока згуртованість підвищує результативність групи, тоді як успішна діяльність підвищує згуртованість [38].

Утім, також відмічається, що групова згуртованість не завжди призводить до результативності команди. Дослідники припустили, що згуртованість може бути пов'язана з тиском конформності, груповим мисленням та деіндивідуацією [37].

Також у наукових джерелах можна знайти свідчення про те, що у деяких видах спорту (переважно колективних, таких як баскетбол, волейбол та хокей) існує позитивна кореляція між згуртованістю та спортивною результативністю, тоді як в інших видах спорту (боулінг, стрільба тощо) виявлена негативна кореляція або відсутність такої кореляції [43].

Відзначимо, що вік і кваліфікація спортсменів по-різному впливає на структуру згуртованості та феномени групової єдності.

Так, дослідженнями виявлений взаємозв'язок групової згуртованості з індексом суб'єктної єдності у дітей і підлітків. Це свідчить про те, що групова діяльність об'єднує дітей і підлітків, їм їй подобається взаємодіяти, з'являються тісні контакти один з одним, і вони одержують задоволення від спільної діяльності. При цьому у підлітків рівень сукупної енергії більший, ніж у дітей [41].

У той же час, членам аматорських команд футбол приносить велике задоволення. У професійних дорослих командах, навпаки: гра дорослих команд оплачується, тому особисті показники для них важливіші, ніж групова згуртованість та задоволення від спільної діяльності [44].

Проте досліджень про потенційну шкідливість групової згуртованості у сфері спортивної психології нами не знайдено. Однією з причин відсутності робіт про негативні наслідки згуртованості може бути той факт, що дослідники, тренери та спортсмени сприймають її як винятково корисне явище.

Групова згуртованість є свого роду гарантом командної ефективності. Тому діяльність, спрямована на формування групової згуртованості, а саме: на покращення психологічного клімату, створення почуття взаємної відповідальності, підвищення рівня довіри, підняття командного духу,

формування почуття спільної перемоги є дуже важливою для будь-якої спортивної команди.

Відзначимо, що у колективах спортивних команд існують різні типи відносин один до одного. При побудові взаємин суттєво позначається вік, характеріологічні особливості. Статусна структура команди, як правило, наочно вказує на присутність мікрогруп з різною часткою співвідношення: «зірки», «популярні», «прийняті», «ізольовані» [24].

Рівень взаємності контактів, що є одним із показників взаємних симпатій, можна виявити соціограмою, яка дозволяє наочно побачити картину взаємин у групі, і, в той же час, готовність членів групи включитися в систему стосунків [24].

Значення параметру «задоволеність у спілкуванні» допомагає розкрити особливості комунікативної ситуації людини в колективі, зрозуміти, чи має він відносини взаємності, приятельства чи дружби [24].

Варто зазначити, що у здоровому колективі завжди є певний рівень негативних взаємодій, який свідчить про нормальні процеси психологічного неприйняття між окремими членами групи, що визначається протистоянням внутрішніх ціннісних смислів, психологічною несумісністю [24].

Утім, слід відмітити, що зв'язки, які пов'язують членів групи один з одним та зі своєю групою загалом, не розвиваються спонтанно. Тому, від тренерів вимагається цілеспрямована виховна робота по «створенню» команди, тобто формування єдиної спільності на основі поєднання особистостей, які відрізняються між собою рівнем темпераменту, інтелектом, характером тощо.

Сутність згуртування групи полягає у формуванні певного типу зв'язків, які дозволяють зовнішню формальну структуру перетворити на неформальну, об'єднану вже зсередини з урахуванням спільних цілей і цінностей.

До факторів, які впливають на процес групового згуртування науковці відносять такі чинники:

- особистісна симпатія членів групи один одному;
- певна схожість членів групи між собою;

- вподобаний групою спосіб функціонування і провідний соціальний мотив членів групи;
- єдність групових цілей;
- задоволеність групи та кожного її члена груповою діяльністю та своїм становищем у групі;
- характер керівництва та стиль прийняття рішень [46].

Особливої актуальності формування команди набуває у футболі, результативність якого, першою чергою залежить саме від групової злагодженості.

Відповідно, заняття футболом мають величезний виховний потенціал у формування рис особистості, пов'язаних із груповою взаємодією.

Так, у роботах Аль Арджа Мухамеда відзначається, що граючи у футбол, діти опановують поняття і навички спортивних взаємин, поваги один одного. У той же час, автор відмічає, що хоча для кожного гравця, важлива перемога, успіх у грі, для суспільства важливіше оздоровлення, фізичний розвиток, моральне виховання дітей у спорті [1].

Спостереження автора показують, що юний футболіст може бути добре навчений техніці і тактиці гри, знати правила змагань, підпорядковуватися рішенням спортивного судді під час матчу, але в спілкуванні з товаришами і тренером, в певних ситуаціях буває нестриманим [1].

З цього спостереження автор робить висновок про те, що спортивна етика проявляється в беззаперечному виконанні вказівок тренера в ході спортивного навчання, тренування, підготовки до матчу а спортивна вихованість – в моральному вигляді спортсменів, в готовності поважати суперника і спортивних уболівальників, не порушувати правила Fire Play та Олімпійських традицій [1].

Всі ці якості, на думку автора, формуються під впливом спортивного колективу, створенням та розвитком якого керує тренер-викладач.

Аль Ардж Мухамед відзначає, що у новій футбольній команді якась частина часу обов'язково буде витрачена на досягнення того рівня

згуртованості, який необхідний для вирішення групових завдань. Згуртованість багато в чому визначається ставленням членів команди до тренера, його авторитетом як усередині, так і поза групою. Психологічне становище своєї захищеності, почуття, що з командою нічого не станеться, забезпечують тренера, які мають пошану і незаперечний авторитет. За твердої впевненості у правильності дій тренера всі зусилля членів групи інтегруються і скеровуються на творче виконання відданих їм розпоряджень. Тому таке важливе питання про авторитет тренера, який має стати не лише формальним, а й неформальним лідером команди [1].

Саме дитячий тренер – головний спортивний вихователь для юних спортсменів. Його педагогічна мета – навчати грі в футбол і командної згуртованості спираючись на моральні принципи спортивного виховання, формувати у юних спортсменів громадянську відповідальність засобами футболу [1].

Вважаємо, що разом із навчально-тренувальним процесом, а також змаганнями, формування групової згуртованості футбольної команди має продовжуватися у «неспортивному» форматі доцільними засобами.

Вважаємо, що у цьому контексті перспективно розглянути соціально-психологічний тренінг як багатофункціональний метод навмисних змін психологічних феноменів людини, групи та організації з метою гармонізації професійного та особистісного буття [24].

Соціально-психологічний тренінг являє собою психологічний вплив, заснований на активних методах групової роботи; форму спеціально організованого спілкування, під час якого вирішуються питання розвитку особистості, формування комунікативних навичок, надання психологічної допомоги та підтримки, що дозволяють змінювати існуючі поведінкові стереотипи людей та вирішувати особистісні проблеми учасників [34].

Цей тренінг, на думку більшості дослідників, сприяє забезпеченню оптимального функціонування малих груп, виконуючи при цьому:

- згуртування колективу;



- вирішення внутрішньогрупових конфліктів;
- зняття психоемоційної напруги у групах;
- освоєння соціальних та групових ролей [24].

Психологічний тренінг будується відповідно до певних принципів:

- принцип комплектування групи тренінгу враховує такі характеристики як вік, стать, а також деякі психічні властивості;
- принцип системної детермінації-втілення серед тренінгу основних чинників змін психологічних феноменів людини і групи;
- принцип моделювання. У тренінгу моделюються різні ситуації, у яких учасники демонструють негативні та позитивні форми поведінки;
- принцип «тут і тепер». Призначений для подолання тенденції відволікання учасників від актуальної ситуації, що відбувається у групі;
- принцип довірливості. Орієнтує учасників на шанобливе ставлення один до одного;
- принцип об'єктивізації (усвідомлення) поведінки [24].

Вважаємо за доцільне спрямувати такий тренінг на отримання не тільки певних змін у команді, а й на закріплення таких змін і на перенесення їх у життя.

Процес безпосередньої соціальної взаємодії, що відбувається в малій групі та створює соціальне «мікросередовище» людини, є надзвичайно сильним чинником формування та виховання особистості, соціально-психологічного стимулювання та регулювання її діяльності. Тому, побудова більш ґрунтовного теоретичного фундаменту для формування та розвитку групової згуртованості у футбольній команді потребує характеристики засобів оцінювання групової згуртованості у спорті.

Перш за все, у якості основи діагностичного інструментарію для визначення параметрів групової згуртованості нагу увагу привернула методика «Ціннісно-орієнтаційна єдність групи» (ЦОЄГ) [17], яка дозволяє встановити, наскільки збігаються цінності, устремління, уявлення про шляхи досягнення спільних цілей і завдань у спортсменів однієї групи.

Зауважимо, що порівняно з іншими методиками, призначеними для ціннісної характеристики малих груп (наприклад, СПСК Р. Немова [25, с. 144]), методика ЦОЄГ має більш високу процедурну компактність, а також виокремлюється простотою обробки емпіричних даних.

Звернемо увагу на те, що в умовах навчально-тренувального процесу процедура використання методики ЦОЄГ має бути спрощена: доцільно скоротити час на проведення опитування, максимально спростити обробку отриманих даних. Переконані, що це може бути зроблено у разі використання сервісу Google форми, який дозволяє організовувати опитування онлайн.

Застосування описаної методики в нашому дослідженні дозволить відповісти на запитання про те, чи можна вважати конкретну футбольну команду згуртованою спільністю за параметром «ціннісна єдність колективу».

Також вважаємо, що для з'ясування згуртованості спортивного колективу найбільш доцільним є використання методики визначення індексу групової згуртованості Сішора (ІГЗ), адаптованої для застосування в спортивних командах [9, с. 75].

На нашу думку, індекс групової згуртованості, отриманий у результаті використання цієї методики, дозволить не тільки дати кількісну оцінку ставленню спортсменів до своєї команди, але й певною мірою схарактеризує розвиток зв'язків у малій групі у напрямку спортсмен – спортсмен.

Також, теоретично, для характеристики спортивної команди як малої групи (зокрема, для оцінки взаємин між тренером і спортивною командою) може бути використаний інструмент «Шкала тренер – спортсмен», розроблений Ю. Ханіним і А. Стамбуловим [35, с. 155].

Порівняно з іншими методиками вимірювання взаємовідносин між тренером і спортсменом (наприклад, «П'ятибальна шкала В. Марищука і Л. Серової» [23, с. 75], «Запис поведінки тренера на тренуванні» [8, с. 121], «Спостереження за поведінкою і діями тренера» [9, с. 155] та ін.) ця методика дає можливість представити своєрідний узагальнений «портрет» тренера, за окремими компонентами міжособистісної взаємодії.

Утім, вважаємо, що характеристика взаємин тренера з командою хоча є одним з чинників групової згуртованості, не є обов'язковим елементом аналізу у нашому дослідженні.

Тому, відносимо дослідження цього компоненту до перспективних напрямків подальшого дослідження.

Також слід сказати, що окремим ефективним напрямком збору інформації, що стосується групової згуртованості в спортивній команді є соціометрія, яка дозволяє виявити внутрішньогрупові зв'язки та ієрархію у малих групах [30].

Також за допомогою соціометрії можна встановити популярність – непопулярність окремих членів групи, вивчити типологію соціальної поведінки людей в умовах колективної діяльності, розкрити неформальну структуру групи, неофіційні мікрогрупи та взаємозв'язок між ними, виявити ступінь соціально-психологічної сумісності її членів тощо [30].

Більшість соціометричних інструментів передбачають побудову графів, які репрезентують відносини між індивідом та групою, а також взаємодій груп людей. При цьому вершинами графа можуть бути окремі люди, а ребрами – зв'язок між ними [30].

Утім, вважаємо, що у нашому магістерському дослідженні достатньо буде достатнім взяти до аналізу найбільш загальні характеристики групової згуртованості, дослідження особистісних взаємин між членами футбольної команди залишивши «на потім».

Отже, на основі проведеного аналізу засобів визначення групової згуртованості зробимо таке узагальнення.

У нашому дослідженні методика визначення групової згуртованості у юнацькій футбольній команді мінімально має інтегрувати інструменти визначення ціннісної єдності колективу, а також прихильності гравців до команди. Такими інструментами можуть виступати: методика дослідження ціннісно-орієнтаційна єдності групи (ЦОЄГ) та методику «Індекс групової згуртованості Сішора» (ІГЗ).

Також відмічаємо, що означені методики можна застосовувати для контролю за внутрішньокolleктивними відносинами в команді, щоб підвищити:

- результативність змагальної діяльності завдяки оптимізації соціально-психологічних умов підготовки та виступу спортсменів;

- рівень виховної роботи в команді в результаті створення найбільш сприятливих ситуацій і обстановки для формування соціально значущих особистісних якостей та системи цінностей у спортсменів.

## РОЗДІЛ 2

### МЕТОДИ І ОРГАНІЗАЦІЯ ДОСЛІДЖЕННЯ

#### 2.1. Методи дослідження

Для вирішення поставлених завдань використовувались наступні методи дослідження:

1. Аналіз наукових джерел.
2. Використання соціологічних методик: «Ціннісно-орієнтаційна єдність колективу» (ЦОЄГ), «Індекс групової згуртованості Сішора» (ІГЗ).
3. Педагогічний експеримент.
4. Методи математичної статистики.

Аналіз наукових джерел.

Пошук наукових джерел проводився у жовтні 2021 р. за допомогою таких баз даних: Google Scholar, Cyberleninka, Research Gate.

Пошукові слова були такими: формування, спортивна команда, згуртованість, футбол, юнаки, ігрове моделювання. Також було проведено пошук ресурсів бібліотеки НУ «Запорізька політехніка» з метою включити публікації минулих років. У результаті проведеного пошуку до аналізованих джерел потрапили близько 100 публікації (з 1966 по 2022 рр.), які суттєво стосуються теми.

У травні 2022 року було проведено додатковий пошук, щоб включити до числа аналізованих джерел статті, які були опубліковані вже після початку нашого дослідження. В результаті до огляду додано 3 нові публікації.

При долученні публікацій до аналізу ми керувалися такими критеріями відбору: по-перше, публікація мала належити до рецензованого академічного дежерела; по-друге, публікація має бути безпосередньо пов'язана зі спортивною педагогікою або соціологією спорту.

Проведений за цими критеріями пошук дав 103 результати. Назва та анотація кожної статті оцінювалися на предмет відповідності предмету нашого магістерського дослідження. У відібраних публікаціях було також проведено пошук інших відповідних елементів бібліографії, які можна було б включити до огляду.

Відзначимо, що частину публікацій нами було вилючено з кінцевого списку джерел у зв'язку із тим, що результати досліджень, які там були описані, значною мірою повторювалися.

Остаточна кількість наукових статей і книг, які безпосередньо стосуються формування групової згуртованості в юнацькій футбольній команді, склала 44. Ці публікації відображено у списку використаних джерел нашої роботи.

#### Використання соціологічних методик

Наступним методом дослідження стало використання соціологічних методик.

#### «Ціннісно-орієнтаційна єдність групи».

Першою такою методикою стала методика «Ціннісно-орієнтаційна єдність групи» (додаток А), призначена для виявлення ціннісно-орієнтаційної єдності групи на основі спільності при виборі найбільш ціннісно-значимих якостей зі стимульного списку.

Респонденту потрібно обрати із цього списку 5 якостей, які, на його думку, є найбільш цінними для успішної спільної командної діяльності. Ці якості записуються в опитувальному листі.

Обробка результатів передбачає:

– по перше, побудову таблиці, у якій відображаються вибори, зроблені респондентами;

– по-друге, обчислення коефіцієнту, що характеризує ступінь ціннісно-орієнтаційної єдності учнів:

$$\text{ЦОЄГ} = 1,4n - N/6N,$$

де N – число учасників експерименту; n – сума виборів, що припадає на p'ять найчастіше обраних якостей особистості.

Якщо ЦОЄГ  $\geq 0,5$  (тобто дорівнює або більше 0,5), то досліджена група досягла рівня колективізму. Якщо коефіцієнт знаходиться в межах від 0,3 до 0,5, то група знаходиться на проміжному рівні розвитку. Якщо ЦОЄГ  $\leq 0,3$ , то ця група недостатньо розвинена як колектив [19].

«Індекс групової згуртованості Сішора».

Ще однією методикою, використаною у нашому дослідженні, є методика «Індекс групової згуртованості Сішора» (додаток Б), яка складається з 5-ти запитань с декількома варіантами відповідей на кожний. Відповіді кодуються в балах згідно з наведеними у дужках значеннями (максимальна сума +19 балів, мінімальна – 5).

Спортсмен на кожне питання обирає одну із запропонованих йому відповідей, за яку йому присуджуються бали, що вказані після кожної відповіді в дужках. Остаточний показник отримують, підсумовуючи окремі оцінки.

Сумарна величина індексу групової згуртованості може знаходитися в діапазоні від 5 (дуже несприятлива оцінка згуртованості команди) до 19 балів (дуже висока оцінка згуртованості команди).

Підсумкові показники аналізуються передусім задля того, щоб виділити спортсменів із крайніми оцінками.

Рівні групової згуртованості виражаються такими балами:

- 16 балів та вище – згуртованість висока;
- 12–15 балів – згуртованість вище середньої;
- 7–11 балів – згуртованість середня;
- 5–6 балів – згуртованість низька [9, с. 75].

Описана методика дозволяє відповісти на запитання про те, чи можна вважати конкретну команду згуртованою спільністю.

Педагогічний експеримент.

Ключовим методом нашого дослідження виступив педагогічний експеримент.

Нами було обрано проведення класичного експерименту за планом «тест-вплив-ретест». При цьому у якості дослідних груп (контрольної та експериментальної) були взяті реальні команди юних футболістів в ДЮСШ.

Методи математичної статистики.

Серед використаних методів математичної статистики порівняння за непараметричним критерієм Манна–Уїтні для незалежних вибірок (при порівнянні міжгрупових показників достовірними вважалися відмінності при  $p < 0,05$ ) [11].

Для опрацювання даних використано програму Statistica 6.

## 2.2. Організація дослідження

Період проведення дослідження тривав 14 місяців (із жовтня 2021 р. по листопад 2022 р. включно) і складався з чотирьох етапів.

Перший етап (жовтень 2021 р.) містив в собі наступні завдання – вибір теми, об'єкту, предмету, мети і завдань дослідження, обґрунтування методів дослідження, складання плану експерименту, роботу з науковими джерелами.

Під час другого етапу (жовтень 2021 р.) розроблялась програма використання тренінгових вправ у навчально-тренувальному процесі юнацької футбольної команди.

Під час третього етапу (листопад 2021 р. – лютий 2022 р.) був здійснений педагогічний експеримент.

Четвертий етап (березень 2022 р. – жовтень 2022 р.) був присвячений обробленню отриманих експериментальних даних, формулюванню висновків дослідження, праці над текстом магістерської роботи.

Експериментальною базою дослідження виступила ДЮСШ 1 м. Маргранець, у якій функціонує секція футболу. У нашому дослідженні брали участь 14 гравців команди. Вік гравців – 14-15 років.



Контрольна група належала ДЮСШ «Колос» м. Нікополь. До контрольної групи входили 15 гравців футбольної команди віком 14-15 років.

Експеримент проводився за класичним планом, який передбачав порівняння експериментальних даних, отриманих у незалежних вибірках гравців юнацьких команд з футболу. Вибірki були вирівняні за показниками статі.

Етапи експериментального дослідження.

1. Підбір діагностичного інструментарію.
2. Первинне оцінювання групової згуртованості в експериментальній та контрольній групах з використанням визначеного інструментарію.
3. Обробка результатів первинного оцінювання рівню групової згуртованості.
4. Підбір вправ, спрямованих на розвиток групової згуртованості футбольної команди, розроблення відповідної методики.
5. Впровадження методики розвитку групової згуртованості футбольної команди в експериментальній групі. Формування цієї згуртованості відбувалося протягом 12 тижнів (з листопада 2021 р. по лютий 2022 р. включно), на кожному з яких, після одного з тренувань, відводився час для проведення ігор та вправ.
6. Оцінка ефективності методики розвитку групової згуртованості футбольної команди з використанням визначеного інструментарію.
7. Аналіз та інтерпретація отриманих даних.

Відзначимо, що учасники дослідження не знали, що беруть участь в експерименті. Також відмітимо, що основний формуючий вплив відбувся до початку бойових дій, тому їх початок не суттєво вплинув на результати дослідження.

## РОЗДІЛ 3

### ПЕРЕВІРКА ЕФЕКТИВНОСТІ МЕТОДИКИ ФОРМУВАННЯ КОМАНДНОЇ ЗГУРТОВАНOSTІ ФУТБОЛІСТІВ 14-15 РОКІВ ЗАСОБАМИ ІГРОВОГО МОДЕЛЮВАННЯ

#### 3.1. Сутність методики формування командної згуртованості у юних футболістів засобами ігрового моделювання

Як було показано, одним з головних завдань виховного процесу в юнацькій спортивній команді з футболу має стати формування групової згуртованості, яка постає найважливішою характеристикою команди як малої групи, визначаючи її спрямованість на досягнення успіху у змагальній діяльності.

В основу нашої методики формування командної згуртованості покладені припущення про те, що дійовим чинником цього має стати тренінг командоутворення, спрямований на підвищення рівню взаємодії у колективі, а також розподіл лідерських та виконавських функцій у команді.

За нашим задумом, цей тренінг має інтергувати групові вправи та ігри для розвитку комунікативних та партнерських, лідерських та виконавських якостей, здатності до співробітництва та співтворчості, спільного вирішення конфліктних та складних ситуацій, а також для формування спортивної команди, сцементованої єдиними цінностями.

Метою тренінгу ми ставили створення єдиної продуктивної команди, що складається з різних особистостей, відмінних між собою уподобаннями, рівнем інтелекту та іншими відзнаками, проте, об'єднаних спільними цінностями та цілями.

Відповідно, при доборі вправ до тренінгу ми виходили з пріоритетності виконання таких завдань:

- розвиток та посилення взаємодій серед спортсменів;

- виявлення та перевірка явних та потенційних лідерів на вміння брати ініціативу, ефективно управляти, підкорятися, взаємодіяти;
- визначення сильних та слабких сторін команди та її гравців;
- профілактика конфліктних ситуацій та взаємодій;
- коригування командної взаємодії в компанії;
- згуртування колективу;
- створення необхідного загального емоційного настрою;
- мотивація на подальшу спільну тренувальну роботу.

Також, корисність тренінгу обумовлювалась тим, що цей тренінг дозволяв гравцям футбольної команди:

- уточнити свої сильні і слабкі сторони для їх використання у колективі;
- розвинути свої вольові та комунікативні лідерські якості у команді;
- розвинути корисні виконавські якості;
- розвинути вміння брати на себе ініціативу та керувати, а також підкорятися та підтримувати лідера, якщо це корисно для виконання спільного завдання;
- підвищити рівень вміння ефективно делегувати повноваження;
- розвинути вміння органічно вливатися в колектив, бути корисним та ефективним у ньому;
- отримати задоволення від спільної діяльності.

Відзначимо, що соціальна роль «вчителя» давала тренеру-викладачеві можливість контролю за процесом формування групової згуртованості. «Намацуючи» межі та якісні показники розвитку юних спортсменів, він підштовхував чи уповільнював процес, змінював його напрям і таким чином істотно впливав на результат.

Тренінг був інтегрований до навчально-тренувального процесу футбольної команди ДЮСШ 1 м. Маргранець на базі якої була створена експериментальна група. Зокрема, вправи тренінгу проводилися в один з днів тижня після нескладного тренування, після якого рівень втоми у спортсменів був не дуже великим.

У тренінгу проводяться такі вправи та ігри: «Падіння на довіру», «40 секунд», «Шикування за днями народження», «Шаради», «Лабіринт», «Повітряна куля», «Спільні риси», «Ідеальний квадрат», «Паперовий літачок», «Будуємо вежу», «Переворот», «Сіль і перець».

Елементи тренінгу проводилися один раз на тиждень протягом 12 тижнів поспіль.

Опишімо докладніше вправи, які використовувалися нами у якості засобів підвищення командної згуртованості.

Вправа «Падіння на довіру».

Учасники вправи «Падіння на довіру» по одному встають на підвищення, повертаються спиною до лінії падіння і складають руки в замок певним чином. В цей час решта учасників (страхувальників) встає в дві шеренги обличчям один до одного вздовж лінії падіння і витягує вперед зігнуті в ліктях руки долонями вгору.

Той, хто падає задає страхуючим питання: «Страхуючі готові?». Страхувальники відповідають: «Готові!». Падаючий повідомляє: «Я падаю!». Страхуючі відповідають: «Падай!», – після чого падає спиною назад на руки страхуючим. На природі падіння може відбуватися з пенька, із закріпленим між двома деревами майданчика або з гірського виступу, в залі – з підвіконня, з майданчика, закріпленого на шведській стінці, з «козла» або «коня». Висота майданчика – від пояса до плеча страхувальників. Мінімальна кількість страхувальників – вісім осіб.

Під час проведення вправи слід звернути увагу на такі моменти.

У гравця завжди залишається вибір – робити чи не робити падіння, про що його обов'язково потрібно повідомити. До цього вибору можна буде апелювати під час проведення вправи, нагадуючи учаснику, що він сам усвідомлено пішов на цей ризик [13, с. 89].

Гра «40 секунд».

Тренер при проведенні вправи «40 секунд» оголошує змагання, індивідуальну першість між учасниками, обіцяючи нагороду найвправнішому та найшвидшому, тому, хто виконає завдання за 40 сек.

Тренер видає аркуші паперу, на яких написано наступне: «ПАМ'ЯТАЙТЕ, У ВАС Є ТІЛЬКИ 40 СЕКУНД!!»

Тренер демонстративно дивиться на годинник, дає команду «Марш».

На листку приведені наступні завдання.

1. Присядьте двічі. 2. Підстрибніть на лівій нозі 5 разів. 3. Підніміть обидві руки вгору двічі. 4. Уважно прочитайте усі завдання. 5. Гучно крикніть своє ім'я. 6. Двічі голосно клацніть. 7. Поцілуйте будь-яких 3-х осіб. 8. Поверніть навколо своєї осі 3 рази. 9. Гучно посмійтеся з тренера. 10. Торкніться рукою будь-яких трьох осіб. 11. Підстрибніть на правій нозі 5 разів. 12. Після того, як Ви прочитали всі завдання, виконайте лише завдання №13 та 14. 13. Присядьте навпочіпки. 14. Покладіть аркуш перед собою на підлогу».

Учасники, отримавши листок, починають діяти. Єдине, що каже тренер це те, що гравці мають лише 40 секунд на виконання цього складного завдання.

Сенс вправи у тому, що під впливом стрес-факторів змагання (обмежений час, конкуренція, обіцяний приз) більшість спортсменів, скоріш за все, не справляться із завданням.

Після цього обговорюються причини помилок у діяльності: втрата концентрації через емоційне хвилювання, прагнення перемогти, особливості характеру тощо [33].

Гра «Шикування за днями народження».

Кількість гравців: від 8 осіб. Час: 10-15 хв.

Правила гри. Попросіть команду вишикуватись у лінію по порядку днів народження, не розмовляючи один з одним. Можна спілкуватися знаками та жестами, підштовхувати один одного, щоб перебудуватись. Вправу можна ускладнити, обмеживши гру за часом!

Чим корисна ця вправа. Крім того, що всі дізнаються, коли у когось день народження (чим згодом завжди можна буде скористатися, щоб розпочати розмову), команда вчиться спілкуватися без слів. І хоча ця вправа досить складна і може викликати негативні емоції, вона тренує навички визначення контурів проблем, спільної роботи та невербальної комунікації.

Наприкінці відбувається аналіз та розбір гри.

Гра «Шаради».

Кількість гравців: 8-10 осіб. Час: 10-25 хв.

Правила гри. Розділіть команду на групи по 4 чи 5 осіб. Першому учаснику показують або дають випадковий предмет (наприклад, принтер, степлер, клавіатуру), не показуючи його іншим. Потім він має показати, як використовувати цей предмет, не показуючи сам предмет команді. Команда має 30 секунд на те, щоб відгадати назву предмета (час можна змінювати в залежності від складності предмета).

Потім настає черга іншої команди. Гра триває доти, доки всі учасники команди не покажуть предмет команді.

Чим корисна ця вправа: Ця весела гра – хороший спосіб відволіктися після складного дня на креативне заняття, не пов'язане з роботою [27].

Гра «Лабіринт».

Мета гри «Лабіринт» в ефективному розподілі функцій та ролей у команді, підвищення якості управління своїми емоціями та вміння створювати підтримуючий позитивний настрій у команді у будь-якій ситуації, підвищення рівня довіри у колективі.

Процес гри.

Чотири групи. На спеціальному полі представники груп із зав'язаними очима йдуть лабіринтом, щоб зустрітися один з одним. Команди керують ними по черзі вимовляючи лише одне слово різними учасниками.

Гра «Повітряна куля».

Мета гри «Повітряна куля» полягає у виявленні лідерів та перевірка їх ефективності, вміння делегувати повноваження, уміння домовлятися у

критичних та складних ситуаціях, уміння підкорятися та підтримувати найбільш ефективну людину чи дію, уміння підкоряти свої амбіції та самолюбства інтересам команди для користі справи.

Процес гри.

Команди є екіпажами умовних «повітряних куль». При загрозі катастрофи та загальної загибелі вони повинні домовитися всередині своїх груп, в якому порядку викидатимуться з куль речі, необхідні для виживання. Необхідність домовитися та ухвалити рішення якомога раніше, щоб врятувати і себе, та інших.

Аналіз та розбір стратегій, варіантів та самих дій. Поєднання цього з робочою практикою.

Гра «Спільні риси».

Кількість гравців: від 10 осіб. Час: 30 хв.

Правила гри. Розділіть команду на групи від трьох до п'яти осіб. Потім попросіть співробітників знайти, що є у всіх учасників групи. Це може бути улюблений серіал, смак морозива чи хобі. Всі повинні постаратися знайти схожі риси, які не будуть надто поверховими чи очевидними. Чим більше спільних рис вони знайдуть у себе, тим краще! Якщо дозволяє час, попросіть різні групи поділитись один з одним своїми знахідками.

Чим корисна ця вправа. Ця гра дозволяє співробітникам дізнатися про те, що було б важко за інших обставин. Її також можна використовувати, щоб знову об'єднати команди, де відчувається роз'єднаність. Обговорення однакових симпатій та антипатій допомагає відчути близькість із колегами [27].

Гра «Ідеальний квадрат».

Кількість гравців: 4-12 осіб. Час: 15-30 хв.

Правила гри. Розділіть команду на групи від чотирьох до шести чоловік і попросіть кожну групу стати до кола. Попросіть усіх учасників зав'язати або заплющити очі і дайте одній людині мотузку. Не дивлячись на те, що вони роблять, команди повинні передавати шмат мотузки так, щоб кожна людина тримала її, і при цьому сформувані ідеальний квадрат. Коли команда

впевнена, що квадрат готовий, можна покласти мотузку на підлогу, зняти пов'язки з очей (або відкрити очі) і подивитися, що вийшло.

Чим корисна ця вправа. Ця гра не просто перевіряє вміння формувати ідеальні геометричні форми, це також відмінна вправа, що розвиває вміння слухати та навички комунікації. Оскільки ніхто не бачить, що робить, учасникам команди потрібно постаратися чітко висловлювати свої думки, поки вони намагаються зробити прямокутник із мотузки. Найчастіше буває дуже весело дивитися на те, які виходять квадрати [27].

Гра «Паперовий літачок».

Кількість гравців: 6-12 осіб. Час: 20-30 хв.

Правила гри. Розділіть команду на групи від двох до чотирьох осіб та роздайте папір. Дайте кожній команді від 10 до 15 хв. на те, щоб створити паперовий літачок, який зможе пролетіти якнайдалі (скористатися інтернетом для пошуку варіантів можна) і придумати назву авіакомпанії.

Коли паперові літаки будуть готові, проведіть змагання у довгому коридорі або на вулиці, щоб дізнатися, який повітряний засіб пролетить далі за всіх.

Чим корисна ця вправа. У цій грі учасникам потрібно разом працювати над проектом із стислими термінами. Це заняття допомагає практикувати навички спілкування, делегування та управління часом [27].

Гра «Будуємо вежу».

Кількість гравців: 8-16 осіб. Час: 20-30 хв.

Правила гри. Розділіть команду на групи по чотири або п'ять осіб і видайте їм по 20 соломинок сухого спагетті, метр скотчу, метр мотузки і одну зефірку. Кожна команда має побудувати якомога вищу вежу, використовуючи лише ці матеріали. Закінчена башта має утримувати зефір зверху. Поставте таймер на 20 хв. і попросіть усіх відійти від веж, коли вийде час, після чого виберіть переможців.

Чим корисна ця вправа. Описане завдання допомагає покращити навички вирішення проблем та комунікації у команді. Учасникам потрібно



буде підготувати прототип, побудувати вежу та подати її за короткий час, діючи за умов певного стресу. Чим краще вони працюють разом, тим вища ймовірність успіху [27].

Гра «Переворот».

Кількість гравців: 6-8 осіб. Час: 20-30 хв.

Правила гри. Покладіть на підлогу рушник, ковдру або простирadlo і попросіть учасників стати на неї. Мета гри в тому, щоб перевернути те, на чому вони стоять, не прибираючи з матеріалу ноги і не торкаючись підлоги. Завдання можна ускладнити, збільшивши розмір команди або скориставшись меншою ковдрою або простирadлом.

Чим корисна ця вправа. Ця гра вимагає чіткої комунікації, навичок спільної роботи та почуття гумору. Це хороший спосіб дізнатися, наскільки добре співробітникам вдасться працювати разом, коли вони стикаються зі складним завданням [27].

Гра «Сіль і перець».

Кількість гравців: 6-20 осіб. Час: 45-60 хв.

Правила гри. Вам знадобиться список речей, які добре поєднуються один з одним, як, наприклад, сіль і перець, лівий і правий носок, день і ніч, арахісова олія та мармелад або інь та янь. Напишіть ці слова на окремих аркушах паперу та прикріпіть їх до спин учасників.

Попросіть учасників почати спілкуватися один з одним, щоб дізнатися, що написано у них на спині, ставлячи лише питання, на які можна відповісти «так» чи «ні» (наприклад, «Я солодкий? Мене можна вдягнути? Я холодний?»). Коли учасники дізнаються хто вони, їм потрібно буде знайти собі пару!

Чим корисна ця вправа. Цю гру можна використовуватиме згуртування колективу та розвитку навичок комунікації. Якщо у вас велика команда, вона надає співробітникам можливість поспілкуватися з людьми, з якими вони зазвичай не розмовляють [27].

За нашими спостереженнями, використання описаних вправ наприкінці тренувального заняття в юнацькій команді з футболу сприяло укріпленню стосунків з колегами по команді, стимулювало їх до прояву притаманних їм соціальних властивостей. Також, ми переконані, що використаний нами педагогічний засіб сприяв усвідомленню юними спортсменами своїх професійних переваг і недоліків.

Загалом, досвід, набутий нами, засвідчує, що використані методи формування групової згуртованості довели свою ефективність. Підтвердженню цього припущення присвячений наступний підрозділ магістерської роботи.

### 3.2. Вплив експериментальної методики на сформованість командної згуртованості у юнаків 14-15 років, які займаються в секції з футболу ДЮСШ

Ключове місце у нашому дослідженні посідала перевірка припущення про ефективність розробленої методики формування групової згуртованості у футбольній команді юнаків.

Як було визначено у підрозділі 2.2, у ході цієї перевірки наприкінці експерименту в експериментальній та контрольній групах проведено анкетування з використанням діагностичних методик «Ціннісно-орієнтаційна єдність групи» (додатк А) та «Індекс групової згуртованості Сішора» (додатк Б). Результати обробки первинних даних, отриманих за цими методиками представлені у табл. 3.1 та 3.2.

*Таблиця 3.1*

Результати дослідження за методикою ЦОЄГ в експериментальній (n=14) і контрольній (n=15) групах

Групи	ЦОЄГ	
	Початок експерименту	Кінець експерименту
Експериментальна	0,41	0,65
Контрольна	0,43	0,43

Як бачимо з табл. 3.1, на початку експерименту в контрольній групі значення коефіцієнту ЦОЄГ складало 0,43, а в експериментальній групі – 0,41. Такі результати свідчать про те, що ступінь ціннісно-орієнтаційної єдності спортивних команд був майже однаковим і, при цьому, кожна з них відповідала проміжному рівні розвитку малої групи на шляху формування колективу.

Отримані на початку експерименту результати свідчать про те, що процес командобудування вже розпочатий і триває, чому сприяє, перш за все, ігровий характер футболу. Проте, у досліджених командах ще не досягнутий максимальний рівень згуртованості, за яким мала група починає автономне соціальне буття.

Отже, дані експериментального дослідження засвідчили доволі невисокий рівень розвитку групової згуртованості гравців даних команд за параметром «ціннісно-орієнтаційна єдність групи» та необхідність реалізації розвиваючої роботи в даному напрямку.

Аналізуючи результати, отримані за методикою ЦОЄГ на заключному етапі експерименту бачимо, що коефіцієнт ціннісно-орієнтаційної єдності в контрольній групі залишився майже той самий, що й на початку – 0,43. Тоді як у контрольній групі значення цього коефіцієнту підвищилося до 0,65.

Інтерпретуючи отримані результати зазначимо, що наприкінці експерименту юнацьку футбольну команду, у якій було впроваджено методику формування групової згуртованості, можна вважати сформованою спільнотою за параметром «ціннісно-орієнтаційна єдність». У той же час, команда, визначена нами контрольною групою, залишилася на тому самому рівні розвитку ціннісно-орієнтаційної єдності, що й на початку дослідження.

Іншим показником згуртованості юнацької футбольної команди нами визначено індекс ІГЗ, установлений за допомогою методики групової згуртованості Сішора.

Результати описових статистик за методикою «Індекс групової згуртованості», приведені у таблиці 3.2.

Таблиця 3.2

Описові статистики результатів тестування за методикою «Індекс групової згуртованості» (ІГЗ) в експериментальній (n=14) і контрольній (n=15) групах

Етап	Група	Среднее	Мінімум	Максимум	Станд. відх.
Початок експерименту	Контрольна	11	6	16	3,21
	Експериментальна	10,71	6	16	3,17
Кінець експерименту	Контрольна	12,27	6	15	2,46
	Експериментальна	16,14	14	19	1,5

Як бачимо з таблиці 3.2, на початку експерименту і в контрольній, і в експериментальній групах середнє значення індексу згуртованості різняться не значно. При цьому стандартне відхилення майже однакове. Такі дані свідчать про те, що доволі значна кількість гравців обох команд сприймала свою команду як колектив із низьким рівнем групової згуртованості.

Також ми бачимо, що наприкінці експерименту середнє значення індексу групової згуртованості в експериментальній групі стало значно більшим, а у контрольній – підвищилося не так суттєво, що може вказувати на значне підвищення групової згуртованості в експериментальній групі. Про більш високу єдність гравців експериментальної групи в аспекті сприйняття групової згуртованості своєї команди свідчить також більш низьке значення стандартного відхилення в експериментальній групі (1,5% в експериментальній проти 2,46% в контрольній групі).

Проте, щоб переконатися у суттєвості відмінностей між рівнем згуртованості експериментальної та контрольної груп, проведемо порівняння даних, отриманих за методикою ІГЗ за критерієм Манна-Уїтні (табл. 3.3).

Таблиця 3.3

Порівняння індексу групової згуртованості (ІГЗ) в експериментальній (n=14) і контрольній (n=15) групах за критерієм Манна–Уїтні

Групи	Сума рангів	U	p	Стат. гіп.	
Експериментальна	67	69	31	0,92	H <sub>0</sub>
Контрольна	37,5	98,5	1,5	0,001	H <sub>1</sub>

Як бачимо з таблиці 3.3, порівняння за критерієм Манна–Уїтні даних, отриманих в експериментальній і контрольній групах за методикою ІГЗ засвідчило, що на початку експерименту статистично значущої розбіжності між групами не було.

Наприкінці експерименту відмінності між значеннями індексу групової згуртованості набувають статистично значущого характеру, що вказує на більш виражений розвиток цього параметру у спортивній команді, де впроваджено розроблену нами методику.

Таким чином, можна зробити висновок про те, що юнацька футбольна команда (експериментальна група), з гравцями якої були проведені спеціальні вправи та ігри, значно підвищила рівень своєї групової згуртованості на відміну від футбольної команди, яка не підлягала дії експериментального фактору.

Зважаючи на виявлене підвищення ціннісно-орієнтаційної єдності та групової згуртованості, а також ціннісно-орієнтаційної єдності групи можна припустити, що в експериментальній команді сформований колектив, поєднуючими чинниками якого є дисциплінованість, працелюбність, ініціативність, відповідальність, товариствість тощо.

## ВИСНОВКИ

Проведене дослідження дозволяє зробити такі висновки.

1. Спортивному колективу притаманні ознаки і структура характерна малої соціальної групи, де враховується такі характеристики, як: групова згуртованість, психологічна атмосфера, стійкість структури, ієрархія членів групи, збереження оптимального обсягу групи тощо.

2. Групова згуртованість спортивної команди представляє собою динамічний процес, відображений у тенденції групи триматися разом і залишатися єдиною для досягненні своїх інструментальних цілей та/або для задоволення афективних потреб членів. Висока ступінь групової згуртованості означає, що члени групи поділяють спільні цілі та інтегровані якнайкраще у єдину спільність у рамках якої вони є сумісними в психологічному та соціально-психологічному плані. Розвиток груповий згуртованості є одним із найважливіших завдань тренера юнацької футбольної команди.

3. Дані попереднього дослідження засвідчили недостатній рівень розвитку групової згуртованості гравців юнацьких футбольних команд, які брали участь у дослідженні, чим засвідчили необхідність розроблення методики цілеспрямованого формування групової згуртованості.

4. З метою розвитку групової згуртованості нами було розроблено методику, в основу якої були покладені ідеї психологічних та соціальних тренінгів. Реалізація цієї методики була узгоджена з навчально-тренувальним процесом футбольної команди ДЮСШ 1 м. Маргранець, на базі якої була створена експериментальна група. У відповідності до методики, вправи, спрямовані на формування групової згуртованості, проводилися в один з днів тижня після нескладного тренування, після якого рівень втоми у спортсменів був не дуже великим. Зокрема, ігри та вправи проводилися один раз на тиждень протягом 12 тижнів поспіль (з листопаду 2021 р. по лютий 2022 р.).

До методики було інтегровано такі вправи та ігри: «Падіння на довіру», «40 секунд», «Шикування за днями народження», «Шаради», «Лабіринт», «Повітряна куля», «Спільні риси», «Ідеальний квадрат», «Паперовий літачок», «Будуємо вежу», «Переворот», «Сіль і перець».

Розроблений тренінг був спрямований не тільки на отримання деяких змін у футбольній команді, а й на закріплення і перенесення їх у життя. Усі вправи тренінгу складено в порядку поступового ускладнення.

5. Після реалізації методики було проведено повторну діагностику з використанням соціологічних методик «Ціннісно-орієнтаційна єдність групи» та «Індекс групової згуртованості Сішора».

Результати повторного діагностичного дослідження виявили значне підвищення рівня групової згуртованості футбольної команди, на основі якої була створена експериментальна група.

У юнацькій футбольній команді, яка виступала контрольною групою, значущих змін у формування групової згуртованості не відмічено.

За нашими спостереженнями, після проведення комплексу вправ ставлення один до одного у футбольній команді стали більш лояльними та конструктивними, що є підтвердженням ефективності обраного способу згуртування спортивної команди.

6. Таким чином, розроблена та апробована методика розвитку групової згуртованості юнацької футбольної команди довела свою ефективність на практиці. Також, ми припускаємо, що підвищення групової згуртованості юнацької футбольної команди позитивно позначиться на її спортивних результатах. Однак, перевірка цього припущення є напрямком нашого подальшого дослідження.

## СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ

1. Аль Арджа Мухаммед. Спортивное воспитание иорданских футболистов на олимпийских традициях. *Ученые записки университета Лесгафта*. 2013. №11 (105). URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/sportivnoe-vospitanie-iordanskih-futbolistov-na-olimpiyskih-traditsiyah> (дата звернення: 20.10.2021).
2. Бузник А. И. Минимизация конфликтного взаимодействия спортсменов в юношеских сборных командах по футболу: дис... канд. наук по физ. воспитанию и спорту: 24.00.01 / Национальный ун-т физического воспитания и спорта Украины. К., 2002. 180 л.
3. Управление персоналом: учебник для вузов / Под ред. Т.Ю. Базарова, Б.Л. Еремина. М.: ЮНИТИ, 2006. 345 с.
4. Беспалов П. В. Парадигмы воспитания личности в детско-юношеских спортивных школах. *Наука и бизнес: пути развития*. 2011. № 4. С. 26–28.
5. Бех І. Д. Виховання особистості. К. : Либідь, 2003. 344 с.
6. Биспен Е. Р. Воспитание смелости и решительности в процессе спортивной тренировки футболистов 13-15 лет : автореферат дис. ... кандидата педагогических наук : 13.00.04. Санкт-Петербург, 1992. 25 с.
7. Богданова В. А. Малая спортивная школа – сообщество детей и взрослых. *Физическая культура в школе*. 2006. № 6. С. 13–17.
8. Бусета Х. М. Тренерская стратегия в тренировке. URL: [http://www.fiba.com/downloads/v3\\_expe/coac/bask4YounPlay/rus/04.pdf](http://www.fiba.com/downloads/v3_expe/coac/bask4YounPlay/rus/04.pdf) (дата звернення: 20.10.2021).
9. Волков И. П. Практикум по спортивной психологии. М. : ФиС, 2002. 288 с.
10. Выготский Л. С. Игра и ее роль в психическом развитии ребенка. *Вопросы психологии*. 1966. № 6. С. 62–76.



11. Грабарь М. И., Краснянская К. А. Применение математической статистики в педагогических исследованиях. Непараметрические методы. М. : Педагогика, 1977. 136 с.

12. Грибан Г. П. Мірошник Л. М., Рожкова С. Г. Активізація навчально-виховної роботи як засіб поліпшення дисциплінованості та успішності учнівської молоді у процесі занять фізичною культурою та спортом (на прикладі роботи Житомирської ДЮСШ при школі-інтернаті для дітей-сиріт). *Вісн. Житомир. держ. ун-ту ім. І. Франка*. 1998. № 2. С. 76–78.

13. Жуков Ю. М., Журавлев А. В., Павлова Е. Н. Технологии командообразования: Учеб. пособие для студентов вузов. М.: Аспект Пресс, 2008. 320 с.

14. Жундибаева Е.К. Групповая сплоченность спортивных команд как условие достижения превосходства в спорте. Матеріали VIII Международная студенческая научная конференция «Студенческий научный форум – 2016». URL: <https://scienceforum.ru/2016/article/2016023761> (дата звернення: 30.10.2021).

15. Ильин Е. П. Психология спорта. СПб.: Питер, 2012. 352 с. URL: <https://www.e-reading-lib.com/book.php?book=1034486> (дата звернення: 25.10.2021).

16. Качуровський Д. О. Світоглядна і морально-вольова підготовка як завдання виховної роботи у сучасному спортивному плаванні. *Педагогіка, психологія та медико-біологічні проблеми фізичного виховання і спорту*. 2012. № 2. С. 51–55.

17. Кондратьев М. Ю. Подросток в замкнутом круге общения. Воронеж : НПО «МОДЭК», 1997. 335 с.

18. Кретти Б. Дж. Психология в современном спорте; пер. с англ. Ю. Л. Ханина. М. : ФиС, 1978 г. 224 с.

19. Ласькова В. Г. Особенности конфликтного взаимодействия в юношеских спортивных командах : дис... канд. психол. наук : 19.00.07. К., 1998. 224 с.

20. Лубышева Л. И. Концепция физкультурного воспитания: методология развития и технология реализации. *Физическая культура: воспитание, образование, тренировка*. 1996. № 1. С. 11–17.

21. Любушкина Л. А. Межличностный конфликт как средство воспитания и развития подростков в физкультурно-спортивной деятельности : дис. ... канд. пед. наук : 13.00.01. Самара, 1998. 177 с.

22. Макаренко А. С. Лекции о воспитании детей. URL: <http://antmakarenko.narod.ru/#poob> (дата звернения: 20.10.2021).

23. Методики психодиагностики в спорте / В. Л. Марищук, Ю. М. Блудов, В. А. Плахтенко, Л. К. Серова. М. : Просвещение, 1990. 168 с.

24. Миненкова А.А., Кондратович С.В. Тренинг как метод формирования групповой сплочённости студенческого коллектива. *Материалы V Международной студенческой научной конференции «Студенческий научный форум»*. URL: <https://scienceforum.ru/2013/article/2013008682> (дата звернения: 20.10.2021).

25. Немов Р. С. Практическая психология: учеб. пособие. М. : Гуманит. изд. центр ВЛАДОС, 1997. 320 с.

26. Огородова Т. В. Психология спорта: учеб. пособие. Ярославль: ЯрГУ, 2013. 120 с.

27. Рейборн А. 45 игр для укрепления команды, позволяющие улучшить общение в коллективе и сформировать чувство локтя. URL: <https://asana.com/ru/resources/team-building-games> (дата звернения: 25.10.2021).

28. Педагогика спорта: учеб. для студентов вузов / А. А. Сидоров, Б. В. Иванюженков, А. А. Карелин, В. В. Нелюбин. М. : Дрофа, 2000. 320 с.

29. Столяров В. И., Фирсин С. А., Баринов С. Ю. Содержание и структура физкультурно-спортивного воспитания детей и молодежи (теоретический анализ): монография. Саратов: ООО Издательский центр «Наука», 2012. 269 с.

30. Сушко В.А. Социометрия и исследование социальных сетей. *Социология*. 2018. №2. URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/sotsiometriya-i-issledovanie-sotsialnyh-setey> (дата звернення: 27.10.2021).

31. Тіняков А. О. Аналіз можливостей юнацького спорту як соціальної системи у вихованні моральних якостей особистості. *Теорія і практика управління соціальними системами*. 2010. № 3. С. 66-73. URL: [http://nbuv.gov.ua/UJRN/Tipuss\\_2010\\_3\\_11](http://nbuv.gov.ua/UJRN/Tipuss_2010_3_11) (дата звернення: 28.10.2021)..

32. Толкач О. Я. Социометрия в помощь куратору. *Высшее техническое образование*. 2009. №8. URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/sotsiometriya-v-pomosch-kuratoru> (дата звернення: 29.10.2021)..

33. Фадеенко О. В. Методические рекомендации по проведению тренинга командного взаимодействия в условиях соревновательной деятельности. Санкт-Петербург 2019. 11 с.

34. Филатова, О. В. Учебное пособие по дисциплине «Основы группового психологического тренинга». Владимир : Изд-во Владим. гос. ун-та, 2008. 160 с.

35. Ханин Ю. Л. Психология общения в спорте. М. : ФиС, 1980. 208 с.

36. Шериф Сархан Психологические характеристики групповой сплоченности спортсменов. *Pedagogics, psychology, medical-biological problems of physical training and sports*. 2011. №7. URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/psihologicheskie-harakteristiki-grupповoy-splochennosti-sportsmenov> (дата звернення: 25.10.2021).

37. Asín-Izquierdo, Iván & Graupera, Jose. (2022). Analysis of Group Cohesion Through Variables Related to Expert Performance in Football. DOI: 10.13140/RG.2.2.23699.96804.

38. Brisimis, Evangelos & Bebetos, Evangelos & Krommidas, Charalampos. (2018). Does group Cohesion predict team sport athletes' satisfaction? *Hellenic Journal of Psychology*. 15.

39. Carron, Albert & Chelladurai, P. (1981). The Dynamics of Group Cohesion in Sport. *Journal of Sport Psychology*. 3. 123-139. DOI: 10.1123/jsp.3.2.123.
40. Devishvili, Vazha & Mdivani, Marina & Elgina, Sheilla. (2017). Group cohesion in sports teams of different professional level. *National Psychological Journal*. 4. 121-128. DOI: 10.11621/npj.2017.0412.
41. Festinger L., Schachter S., Back K. Social Pressures in Informal Groups. *The American Catholic Sociological Review*. 1950. T. 11, vol. 4. P. 268.
42. Gu, Song & Bi, Sheng & Guan, Zhixun & Fang, Xuemo & Jiang, Xulu. (2022). Relationships among Sports Group Cohesion, Passion, and Mental Toughness in Chinese Team Sports Athletes. *International Journal of Environmental Research and Public Health*. 19. 15209. DOI: 10.3390/ijerph192215209.
43. Gu, Song & Xue, Lan. (2022). Relationships among Sports Group Cohesion, Psychological Collectivism, Mental Toughness and Athlete Engagement in Chinese Team Sports Athletes. *International Journal of Environmental Research and Public Health*. 19. 4987. DOI: 10.3390/ijerph19094987.
44. Hogg M. A. Group Cohesiveness: A Critical Review and Some New Directions. *European Review of Social Psychology*. 1993-01. Vol. 4, iss. 1. P. 85-111.
45. Ioan-Sabin, Sopa & Marcel, Pomohaci. (2014). Group cohesion important factor in sport performance. DOI: 10.13140/RG.2.1.4593.4165.
46. Owen W.F. Metaphor Analysis of Cohesiveness in Small Discussion Groups. *Small Group Behavior*. 1985-08. Vol. 16, iss. 3. P. 415–424. DOI:10.1177/0090552685163011.

## Додаток А

## Методика «Ціннісно-орієнтаційна єдність групи»

ДЮСШ \_\_\_\_\_

Стать \_\_\_\_\_ Вік \_\_\_\_\_ Розряд \_\_\_\_\_

Вид спорту \_\_\_\_\_

Прізвище, ім'я (вказати за бажанням) \_\_\_\_\_

*Інструкція*

Інструкція. Выберите из предложенного списка 5 качеств, наиболее ценных для успешной совместной работы.

1. Дисциплінованість
2. Ерудованість
3. Свідомість громадського обов'язку
4. Кмітливість
5. Начитаність
6. Працьовитість
7. Ідейна переконаність
8. Вміння контролювати роботу
9. Моральна вихованість
10. Самокритичність
11. Чуйність
12. Суспільна активність
13. Вміння працювати з книгою
14. Допитливість
15. Вміння планувати роботу
16. Цілеспрямованість
17. Колективізм
18. Прилежність
19. Вибагливість себе

20. Критичність
21. Духовне багатство
22. Вміння пояснювати завдання
23. Чесність
24. Ініціативність
25. Уважність
26. Почуття відповідальності
27. Принциповість
28. Самостійність
29. Комунікабельність
30. Розважливість
31. Скромність
32. Поінформованість
33. Справедливість
34. Оригінальність
35. Впевненість у собі

## Додаток Б

## Методика визначення індексу групової згуртованості Сішора

## Інструкція

Шановні респонденти!

«Уважно прочитайте кожне запитання й підкресліть одну з відповідей, що найбільш точно відповідає Вашій позиції».

Примітка. Шкала ІГЗ з переліком запитань подається респондентам без вказівки оціночних балів у дужках наприкінці кожного питання.

**1. Як би Ви оцінили свою належність до команди?**

- 1) Відчуваю себе членом команди, частиною колективу (5).
- 2) Беру участь у більшості видів діяльності (4).
- 3) Беру участь в одних видах діяльності й не беру участі в інших (3).
- 4) Я не відчуваю, що є членом команди (2).
- 5) Тренуюся окремо від інших членів команди (1).
- 6) Не знаю, важко відповісти (1).

**2. Чи перейшли б Ви тренуватися в іншу команду, якщо б випала така можливість (без зміни матеріальних умов)?**

- 1) Так, дуже хотів би перейти (1).
- 2) Швидше за все, перейшов би, чим залишився (2).
- 3) Не бачу ніякої відмінності (3).
- 4) Швидше за все, залишився б у своїй команді (4).
- 5) Дуже хотів би залишитися в своїй команді (5).
- 6) Не знаю, важко сказати (1).

**3. Оцініть взаємовідносини між спортсменами у Вашій команді.**

*А. На тренуваннях.*

- 1) Краще, ніж у більшості команд (3).
- 2) Приблизно такі ж, як і в більшості команд (2),

3) Гірше, ніж у більшості команд (1).

4) Не знаю (1).

*Б. На змаганнях.*

1) Краще, ніж у більшості команд (3).

2) Приблизно такі ж, як і в інших командах (2).

3) Гірше, ніж у більшості команд (1),

4) Не знаю (1).

*В. Поза тренуваннями й змаганнями.*

1) Краще, ніж у більшості команд (3).

2) Приблизно такі ж, як і в інших командах (2).

3) Гірше, ніж в інших командах (1).

4) Не знаю (1).

**4. Взаємовідносини спортсменів із тренером (тренерами) команди.**

1) Краще, ніж у більшості команд (3).

2) Приблизно такі ж, як і в більшості команд (2).

3) Гірше, ніж у більшості команд (1).

4) Не знаю (1).

**5. Ставлення до справи на тренуваннях і змаганнях.**

1) Краще, ніж у більшості команд (3),

2) Приблизно таке ж, як і в більшості команд (2).

3) Гірше, ніж у більшості команд (1).

4) Не знаю (1).