

**ВЛИЯНИЕ ПСИХОЛОГИЧЕСКОГО КЛИМАТА  
СПОРТИВНОЙ КОМАНДЫ НА РЕЗУЛЬТАТИВНОСТЬ  
ВЫСТУПЛЕНИЯ ЧЛЕНОВ КОМАНДЫ**

Агеева С.В., Крюков С.Н.

Цели:

- Выявить взаимосвязь психологического климата спортивной команды и результатов выступления этой команды.
- Подобрать и использовать наиболее эффективные методы коррекции психологического климата спортивного коллектива.

**Гипотеза:** при написании этой работы нами было выдвинуто предположение о том, что психологический климат спортивной команды будет оказывать значительное влияние на результативность выступлений как отдельных спортсменов, так и команды в целом.

Задачи:

- Диагностировать текущее состояние психологического климата спортивной команды.
- Соотнести состояние психологического климата спортивной команды с результатами выступлений спортсменов.
- При необходимости подобрать методы коррекции и провести коррекцию психологического климата коллектива.

Данная научная работа проводится на базе спортивной команды по пауэрлифтингу «ССЛК». Тренер команды – Крюкова Екатерина Николаевна. Пауэрлифтинг – силовое троеборье, включающее в себя три упражнения: приседания со штангой на плечах, жим штанги, лежа на горизонтальной скамье двумя руками, и становая тяга штанги от пола – которые в сумме и определяют профессионализм спортсмена.

Специфика спорта. Пауэрлифтинг является индивидуальным видом спорта, но при этом зачастую в спортивных группах складываются теплые дружеские отношения. Это объясняется тем, что члены команды достаточно много

времени проводят вместе на тренировках и на соревнованиях. Кроме этого, спортсмены зачастую помогают друг другу готовиться к выступлению. Конкуренция в данном виде спорта практически отсутствует. Это обусловлено тем, что спортсмены находятся в разных весовых и возрастных категориях. Конкуренция наблюдается исключительно в личных зачетах. Поэтому, на наш взгляд, в таких командах нужно уделять достаточное количество внимания как психологической подготовке каждого спортсмена в отдельности, так и психологическому климату коллектива в целом.

Разряд	Количество человек	
	Пауэрлифтинг	Жим лежа
кмс	1	2
I взрослый	1	1
II взрослый	2	1
III взрослый	3	1
1 юношеский	-	3
2 юношеский	1	-

Этапы работы:

- Диагностика текущего состояния психологического климата спортивной команды.
- Составление программы коррекции психологического климата коллектива. Обсуждение ее с тренером.
- Проведение коррекции.
- Контрольный срез
- Анализ проведенной работы.

#### 1 этап. Диагностика

Для изучения текущего состояния психологического климата коллектива были выбраны две методики: шкала-опросник «Атмосфера в спортивной команде» и экспресс-методика по изучению социально-психологического климата в трудовом [спортивном] коллективе О. С. Михалюка и А. Ю. Шалыто.

Спортсмены заполняли специально подготовленные бланки по шкале-опроснику «Атмосфера в спортивной команде», где делали по одному выбору для каждого из десяти предложенных пунктов. Итоговый показатель этой шкалы колеблется от 10 (наиболее положительная оценка) до 80 (самая неблагоприятная оценка). Он оказался равным 14, из чего я сделал вывод, что члены спортивной команды оценивают свой коллектив как очень благоприятный. Это говорит о том, что в данном коллективе каждый спортсмен чувствует себя комфортно, что является немаловажным фактором во время соревнований и тренировок.

Экспресс-методика по изучению социально-психологического климата в трудовом [спортивном] коллективе О.С. Михалюка и А.Ю. Шалыто предназначена для изучения когнитивного, эмоционального и поведенческого компонентов общения трудового коллектива. Эта методика подходит и для спортивной команды, которая тоже является коллективом. В этом коллективе трудовая деятельность замещена спортивной, при сохранении трех вышеперечисленных основных компонентов общения.

Экспресс-методика выявила, что эмоциональный и поведенческий компоненты общения команды находятся в положительной части своей шкалы, а когнитивный компонент в неопределенной части шкалы. Исходя из этого, сделан вывод, что спортсмены не очень хорошо знают друг друга. На мой взгляд, это связано со спецификой вида спорта.

## **2 этап. Составление программы коррекции**

Для коррекции эмоционального и когнитивного компонентов общения на основе программы тренинга, предложенного в книге А.Г. Лидерс «Психологический тренинг с подростками» была разработана программа психологического тренинга, состоящая из трех занятий. Главной целью этой программы было повышение командной сплоченности и развитие когнитивного компонента общения.

После обсуждения программы тренинга тренерам команды и внесение ее дополнений в нее, приступили к проведению тренинга.

На основе полученных в процессе исследования данных нами сделан вывод, что климат спортивной команды в целом благоприятный, но нуждается в некоторой коррекции эмоционального и когнитивного компонентов общения.

## **3 этап. Проведение коррекции**

Программа разработанного нами тренинга должна способствовать сплочению спортивной команды и дать возможность спортсменам лучше узнать друг друга.

Используемые средства: групповые дискуссии, работа в парах, ролевые игры.

После каждой игры проводится обсуждение. Участники делятся впечатлениями о том, как они чувствуют себя в той или иной роли, мотивируют свои поступки.

Программа состоит из 3 занятий, каждое из которых длится два с половиной часа. Встречи проводятся через день с расчетом выполнения программы за одну неделю. Помещение для занятий должно позволять расставить стулья для участников по кругу.

Каждое занятие имеет два слоя. Первый – непосредственно тренинговая работа, второй слой составляет чаепитие, которое является своеобразным продолжением тренинга. Ситуация чаепития еще больше сплачивает группу. Во время чаепития подростки имеют возможность в свободной форме высказать свое отношение к событиям занятия.

## **4 этап. Контрольный срез**

Через неделю после проведения тренинга, проведено повторное исследование по тем же методикам, по которым проводилась и диагностика.

Шкала - опросник «Атмосфера в спортивной команде» показала улучшение психологического климата на 14%.

Экспресс-методика по изучению социально-психологического климата в трудовом [спортивном] коллективе О.С. Ми-

халюка и А.Ю. Шалыто показала улучшение уровня когнитивного компонента на 45%, эмоционального – на 18%, а поведенческого компонента – на 10%. Все три по-

казателя компонентов оказались в положительной части шкалы, что определяет психологический климат команды как весьма благоприятный.

**Экспресс-методика по изучению социально-психологического климата в трудовом (спортивном) коллективе О.С. Михалюка и А.Ю. Шалыто. Обработка результатов:**

Компонент	Эмоциональный		Когнитивный		Поведенческий	
	До	После	До	После	До	После
AB	Положительный	Положительный	Неопределенный	Положительный	Положительный	Положительный
FB	Положительный	Положительный	Неопределенный	Положительный	Положительный	Положительный
ALB	Неопределенный	Положительный	Неопределенный	Неопределенный	Неопределенный	Положительный
AD	Положительный	Положительный	Положительный	Положительный	Положительный	Положительный
KK	Неопределенный	Положительный	Положительный	Положительный	Положительный	Положительный
IN	Положительный	Положительный	Неопределенный	Положительный	Положительный	Положительный
ET	Положительный	Положительный	Положительный	Положительный	Положительный	Положительный
DT	Положительный	Положительный	Неопределенный	Положительный	Положительный	Положительный
VT	Положительный	Положительный	Неопределенный	Положительный	Положительный	Положительный
AУ	Положительный	Положительный	Неопределенный	Неопределенный	Положительный	Положительный
DУ	Положительный	Положительный	Неопределенный	Неопределенный	Положительный	Положительный

В соответствии с приведенной выше шкалой оценивая можно сказать, что эмоциональной и поведенческий компоненты в коллективе (спортивной группе) находятся в положительной части, а ког-

нитивный компонент – в неопределенной части данной шкалы.

Исходя из вышеприведенного, мы заключаем, что климат коллектива в целом благоприятный.

#### **Исследование по шкале - опроснику «Атмосфера в спортивной команде»**

Итоговый показатель колеблется от 10 (наиболее положительная оценка) до 80 (самая неблагоприятная оценка).

Итоговый показатель до проведения коррекции:

$$25+8+8+23+9+10+8+11+20+22+10=154$$

$$154:11=14$$

Итоговый показатель после проведения коррекции:

$$22+8+8+19+9+10+11+19+15+10=131$$

$$131:11=12$$

	1	2	3	4	5	6	7	8	
Дружелюбие									Враждебность
Согласие									Несогласие
Удовлетворенность									Неудовлетворенность
Увлеченность									Равнодушие
Продуктивность									Непродуктивность
Теплота									Холодность
Сотрудничество									Отсутствие сотрудничества
Взаимная поддержка									Недоброжелательность
Занимательность									Скука
Успешность									Неуспешность

### 5 этап. Анализ проведенной работы

Изучая достижения спортивной команды «ССЛК», обратили внимание на результаты выступления отдельных спортсменов и команды в целом. Мы предположительно связали успех выступлений с благоприятным психологическим климатом этого коллектива. Проведенные нами исследования подтвердили предположения о благоприятном психологическом климате команды.

Психологический климат является менее устойчивым показателем по сравнению со сплоченностью, но характеризуется более изменчивой атмосферой в команде.

Он определяет общую групповую атмосферу в команде, характеризует ее состояние и общее настроение ее членов. Показателями психологического климата является наличие или отсутствие конфликтов, удовлетворенность или неудовлетворенность ее членов положением дел в команде, комфорт или напряженность во взаимоотношениях внутри команды.

В спортивных коллективах наблюдается так называемый феномен «социального влияния».

У индивидов, действующих в составе группы, даже психические процессы протекают по-иному. По данным различных исследователей (В.М. Бехетерев, 1928, Н.Н. Обозов, 1979), у них снижаются параметры таких, в частности, качеств, как чувствительность, объем и концентрация внимания. Вместе с тем повышается сила мышечного напряжения, продуктивность внимания. Таким образом, ситуация группового контакта может существенно влиять на результативность деятельности человека.

Сравнивая таблицу достижений команды за 2008 год и результаты исследования психологического климата команды, мы пришли к выводу, что благоприятный психологический климат в спортивной команде играет немаловажную роль в высокой результативности выступления спортсменов.

№	Дата	Соревнования	Кол-во участников	Кол-во I мест	Кол-во II мест	Кол-во III мест
1	8-9. 02	Чемпионат Костанайской области среди мужчин, женщин и ветеранов	4	2	-	-
2	26-30.03	Чемпионат Казахстана среди мужчин и женщин	2	1	1	-
3	14-15.04	Чемпионат Костанайской области по жиму лежа среди мужчин, женщин и юниоров	1	-	1	-
4	19.04	Чемпионат Костанайской области по жиму лежа среди юношей и девушек	4	3	-	-

5	14-15.06	Чемпионат Костанайской области по пауэрлифтингу среди юношей и юниоров	3	1	-	1
6	30.07-3.08	Чемпионат РК по пауэрлифтингу среди юношей, девушек, юниоров и юниорок	3	1	-	1
7	16-17.12	Открытый кубок города Костаная по жиму лежа среди юношей, юниоров, мужчин, женщин и ветеранов	10	2	2	1

## ЛИТЕРАТУРА

1. Л.Д. Столяренко «Основы психологии. Практикум» Р-н-Д, издательство «Феникс», 2006 г.
2. В.Л. Маришук, Ю.М. Блудо, В.А. Плахтиенко, Л.К. Серова «Методики психодиагностики в спорте», Москва, издательство «Просвещение», 1984 год
3. И.А. Юров «Психологическое тестирование и психотерапия в спорте» Москва, издательство «Советский спорт», 2006 год
4. А.Г. Лидере «Психологический тренинг с подростками» Москва, издательство «Академия», 2001 г.

**Түйіндеме**

*Команданың 2008 жылғы жетістіктерін кесте зерттеулері мен нәтижелері арқылы тексере отырып, біз спорттық командыда қолайлы психологиялық ахуал спортышлардың үлкен жетістіктерге жетуіне деген ролі зор екендігі туралы айтылады.*

**Conclusion**

*Having compared the achievement table of the team for 2008 and the results of physiological atmosphere, we concluded that favorable psychological atmosphere in sport team plays an important role in high results of sportsmen s performance.*

**РЕКРЕАЦИОННАЯ ОЦЕНКА ПРИРОДНЫХ РЕСУРСОВ**

**Гайдукова Т.И.**

В последнее время туризм получил значительное развитие и превратился в массовое движение международного масштаба. Во многих странах, в том числе и в нашей республике к туризму проявляется повышенный интерес как к отрасли народного хозяйства. Предоставление туристских услуг является доходной и основной статьёй государственного бюджета Республики Казахстан.

Между тем, теория и практика организации туризма и повышение его эффективности разработаны недостаточно. Важную роль при этом играют рекреационные ресурсы, использование которых должно быть подчинено задачам, стоящим перед индустрией туризма Республики Казахстан.

Это определяет необходимость особого подхода к оценке и определению

значимости рекреационных ресурсов, поскольку оценка всегда связана с планами дальнейшей деятельности и прогнозами ожидаемых результатов.

Оценка природных условий для целей отдыха и туризма очень сложна. В отличие от оценки лечебных ресурсов здесь выступают такие факторы, как привлекательность пейзажей, их неожиданность, экзотичность, неповторимость. Поисками объективных критериев оценки природных условий для рекреационных целей заняты ученые многих стран мира.

Англичане, например, разработали систему, по которой характерные английские пейзажи оцениваются по 18- балльной системе, а наблюдающиеся в Гималаях на закате по 32- балльной. В. Рейнград (Германия), рассмотревший более 20 методов рекреационной оценки ландшаф-