ВІННИЦЬКИЙ ДЕРЖАВНИЙ ПЕДАГОГІЧНИЙ УНІВЕРСИТЕТ
ІМЕНІ МИХАЙЛА КОЦЮБИНСЬКОГО
Факультет фізичного виховання і спорту
Кафедра теорії і методики спорту

К В А Л І Ф І К А Ц І Й Н А Р О Б О Т А

на тему: **ПІДВИЩЕННЯ ПОКАЗНИКІВ ГРУПОВОЇ ЕФЕКТИВНОСТІ В ІГРОВІЙ ДІЯЛЬНОСТІ КВАЛІФІКОВАНИХ ФУТБОЛІСТОК**

студента ступеня вищої освіти магістра
2 курсу групи МСОФКЗ
заочної форми навчання
Галузі знань 01 Освіта / Педагогіка
Освітньої програми: Середня освіта.
Фізична культура. Фізична культура і спорт
Спеціальності: 014 Середня освіта
за предметною спеціальністю:
014.11 Середня освіта (Фізична культура)
Додаткової спеціальності:
017 Фізична культура і спорт

Шпака Віталія Володимировича

Науковий керівник Войтенко С.М., доцент кафедри теорії і методики спорту, кандидат наук з фізичного виховання і спорту

Розширена шкала _____

Кількість балів _____ Оцінка: ECTS _____

Голова Екзаменаційної комісії _____ _____
(підпис) (ініціали, прізвище)

Члени Екзаменаційної комісії _____ _____
(підпис) (ініціали, прізвище)

_____ _____
(підпис) (ініціали, прізвище)

Вінниця – 2024

АНОТАЦІЯ

Шпак В.В. Підвищення показників групової ефективності в ігровій діяльності кваліфікованих футболісток

Кваліфікаційна робота на здобуття ступеня вищої освіти магістра спеціальності 014.11 Середня освіта (Фізична культура). Галузі знань 01 Освіта / Педагогіка. Вінницький державний педагогічний університет імені Михайла Коцюбинського. Вінниця, 2024.

Кваліфікаційна робота присвячена дослідженню проблеми підвищення показників спільної діяльності кваліфікованих футболісток.

Метою нашого дослідження є підвищення показників групової ефективності кваліфікованих футболісток засобами гри.

Розроблено програму «Формування групової ефективності кваліфікованих футболісток в ігровій діяльності», яка дозволяє тренеру або фахівцю в галузі психології спорту цілеспрямовано покращувати якісні показники спільної діяльності кваліфікованих футболісток на їх спільний результат.

Реалізація розробленої програми здійснювалася шляхом впровадження відповідних блоків тренувальних занять. Про ефективність розробленої програми свідчить зафіксовані позитивні зміщення якісних показників спільної діяльності групової: ефективності, самооцінки, суб'єктності, та взаємодії кваліфікованих футболісток експериментальної групи яка застосовувала розроблену програму на відміну від контрольної групи яка займалися за традиційною програмою футбольних команд.

Ключові слова: спільні дії, групова ефективність, групова самооцінка, групова суб'єктність, групова взаємодія.

ANNOTATION

Shpak V.V. Increasing the indicators of group efficiency in the game activity of qualified soccer players.

Qualification work for obtaining a master's degree of higher education in specialty 014.11 Secondary education (Physical culture). Fields of knowledge 01 Education / Pedagogy Vinnytsia State Pedagogical University named after Mykhailo Kotsiubinsky. Vinnytsia, 2024.

The qualification work is devoted to the study of the problem of increasing the indicators of the joint activity of qualified female soccer players.

The purpose of our research is to increase the group efficiency of qualified female soccer players by means of the game.

The program "Formation of the group effectiveness of qualified soccer players in game activities" has been developed, which allows a coach or a specialist in the field of sports psychology to purposefully improve the quality indicators of the joint activity of qualified soccer players for their joint result.

The implementation of the developed program was carried out by implementing the corresponding blocks of training sessions. The effectiveness of the developed program is evidenced by the recorded positive shifts in the qualitative indicators of joint group activity: efficiency, self-esteem, subjectivity, and interaction of qualified soccer players of the experimental group that used the developed program, in contrast to the control group that was engaged in the traditional program of soccer teams.

Key words: joint actions, group effectiveness, group self-esteem, group subjectivity, group interaction.

ЗМІСТ

ПЕРЕЛІК УМОВНИХ СКОРОЧЕНЬ …… 6

ВСТУП …….. 7

РОЗДІЛ 1. ПСИХОЛОГІЧНІ ФАКТОРИ УСПІШНОСТІ КОМАНДНОЇ СПІЛЬНОЇ ДІЯЛЬНОСТІ: ТЕОРЕТИЧНИЙ ТА МЕТОДИЧНИЙ АСПЕКТИ……..……..……..…….. 11

1.1. Психологічні чинники взаємозв`язку цілісності команди та ефективності групової діяльності ……..…. 11

1.2. Проблема розвитку групового суб'єкта …… 21

1.3. Джерела, детермінація та механізми розвитку групового суб'єкта……..……. 25

1.4 Характер, рівні та етапи розвитку групового суб'єкта …….. 31

Висновки до розділу 1 …… 37

РОЗДІЛ 2. МЕТОДИ ТА ОРГАНІЗАЦІЯ ДОСЛІДЖЕННЯ ……... 38

2.1. Методи дослідження ……... 38

2.1.1. Теоретичний аналіз та узагальнення даних наукової і методичної літератури та даних мережі Інтернет**……..…..** 38

2.1.2. Педагогічний експеримент**……..** 38

2.1.3. Формувальний експеримент**…….** 44

2.1.4. Методи математичної статистики …….. 45

2.2. Організація дослідження ……. 45

РОЗДІЛ 3. ЕФЕКТИВНІСТЬ СПІЛЬНОЇ ДІЯЛЬНОСТІ КВАЛІФІКОВАНИХ ФУТБОЛІСТОК…… 47

3.1. Порівняльна характеристика показників ефективності спільної діяльності жіночих футбольних команд ……... 47

3.2. Відмінності показників ефективності спільної діяльності кваліфікованих футболісток різних амплуа **..**……... 57

Висновки до розділу 3 …… 69

РОЗДІЛ 4. ПРОГРАМА ПІДВИЩЕННЯ ГРУПОВОЇ ЕФЕКТИВНОСТІ У КВАЛІФІКОВАНИХ ФУТБОЛІСТОК …… 71

4.1. Зміст та структура авторської програми формування групової ефективності кваліфікованих футболісток в ігровій діяльності…….. 71

4.2. Результати впровадження програми формування групової ефективності кваліфікованих футболісток в ігровій діяльності ……. 76

Висновки до розділу 4 …… 89

ВИСНОВКИ ……..……..... 91

СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ ……... 96

ДОДАТКИ …… 108

ПЕРЕЛІК УМОВНИХ СКОРОЧЕНЬ

ЕК – експериментальна група

КГ – контрольна група

ВДПУ – Вінницький державний педагогічний університет імені Михайла Коцюбинського

КЗ ВО ДЮСШ з футболу Нива – Комунальний заклад Вінницької обласної дитячо-юнацької спортивної школи з футболу «Нива»

ЕМС-Поділля – жіноча футбольна команда

ВСТУП

Актуальність дослідження. Психологія спорту сьогодні розвивається не тільки як теоретична дисципліна, але і як область особливої практичної діяльності спортсмена в удосконаленні працювати в команді з урахуванням інтелектуальних і емоційних можливостей (В.Н.Платонов, 2004; О.Р.Гринь, 2015; Костюкевич, 2022; С.М.Войтенко, Н.А.Олійник, 2020). Першочергова необхідність спортивного психолога (тренера) переважно зустрічається в специфічних, нестандартних умовах до яких, звичайно, належать і умови групової ефективності кваліфікованих футболісток.

Готуючись до змагань, кваліфікована футболістка формує судження про власну здатність її виконати. Така оцінка власної діяльності впливає на мислення, емоції, а також конкретні дії, інтегруючи її загальний стан у вигляді спільного образу командної дії для успішного вирішення завдання. Саме так визначали самоефективність (індивідуальну ефективність) на підставі власних досліджень (А. Бандура, 1997; Т.В. Вознюк, А.Б.Колосов, 2018, та ін.) «віра в себе і свої можливості організувати і виконати спільні дії, необхідні для виконання поставленого завдання» (С.М. Войтенко, 2022).

Ідея вивчення групової ефективності вивчалася в працях (A. Bandury, 1986; C. D. Lirgg, D. L. Feltz, M. A. Chase, 2000; A.V. Carron, 2002 та ін.), які розглядали її як функціональне розширення індивідуальної ефективності, хоч і не еквівалентну сумі індивідуальної самоефективності групи. Групову ефективність можна визначити як сприйняття футболістками своїх можливостей в контексті групової діяльності, включаючи взаємодію між гравцями для досягнення спільних цілей (Г.В. Ложкін, 2017; А.Б. Колосов, 2022). Це також відображає загальне переконання групи (команди) у їхній спроможності організовуватися та спільно працювати задля досягнення конкретного результату (Т.В. Вознюк, 2021; С.М. Войтенко, 2023).

Ефективність гри (будь то тренувальна або змагальна) для індивідуального або групового суб’єкта залежить від його здатності ініціювати та розвивати специфічні регулятивні ресурси, а також від

організації власної активності. Цикл створення та використання таких ресурсів відбувається через насичення інформаційно-енергетичними засобами ситуації, що виникає під час спортивних подій, таких як футбольна гра. Ці змагання характеризуються своїми унікальними просторовими та часовими аспектами, що надають можливість досвідченій футболістці оптимально використовувати свої регулятивні здібності (Г.В.Проценко, 2010; Шериф Сархан, 2012; Н.А.Олійник, 2020; В.М.Костюкевич, 2022).

Під час організації та проведення навчально-тренувальних заходів важливо систематично аналізувати психологічні особливості футболісток у складі команди, звертаючи особливу увагу на їх групову суб'єктність. Групова суб'єктність сприяє власному розвитку кожної футболістки, розширюючи її особистий досвід через участь у різноманітних формах спільної діяльності, внутрішньої групової взаємодії та спілкуванні тощо. Недостатність засобів для управління груповою ефективністю у футболісток призводить до дисбалансу уваги тренера між індивідуальними та командними аспектами, що може призвести до зниження результативності їхньої спортивної діяльності. Цей аспект створює передумови для зниження результативності в спортивній самореалізації, розвитку та контролі, що викликають науковий і практичний інтерес для подальшого дослідження.

Хоча кількість наукових публікацій з питань підвищення групової ефективності спортсменів безперервно збільшується, практика спортивної підготовки все ще відчуває гостру необхідність у нових ідеях та методах для підвищення показників групової ефективності в ігровій діяльності кваліфікованих футболісток.

Мета дослідження: підвищення показників групової ефективності кваліфікованих футболісток засобами гри.

Завдання дослідження:

1. Вивчити сучасні науково-методичні підходи спільної діяльності у спорті.

2. Установити відмінності якісних показників спільної діяльності кваліфікованих футболісток та гравців різних амплуа.

3. Розробити програму формування групової ефективності кваліфікованих футболісток в ігровій діяльності.

4. Експериментально обґрунтувати ефективність розробленої програми формування групової ефективності кваліфікованих футболісток в ігровій діяльності.

Об'єкт дослідження – спільна спортивна діяльність кваліфікованих футболісток.

Предмет дослідження – групова ефективність кваліфікованих футболісток.

Методи дослідження:

Теоретичний аналіз та узагальнення даних наукової і методичної літератури та даних мережі Інтернет за проблематикою дослідження, для визначення сутності спільної спортивної діяльності кваліфікованих футболісток; синтез, порівняння й узагальнення даних для зіставлення різних поглядів учених на питання групової ефективності кваліфікованих футбольних команд.

Педагогічний експеримент (констатувальний та формувальний етапи): анкетування, психодіагностичне тестування за допомогою методик для оцінки якісних показників спільної діяльності кваліфікованих футболісток та перевірки ефективності розробленої програми формування групової ефективності кваліфікованих футболісток в ігровій діяльності.

Методи математичної статистики: середніх величин; ранжування результатів; непараметричний дисперсійний аналіз Крускала – Уолліса (Kruskal-Wallis ANOVA by ranks H-test); кореляційний аналіз Спірмена (r_s Spearman rank); оцінка зсуву показників Т - критерію Вілкоксона (Wilcoxon matched pair T-test); оцінка відмінності між двома групами U-критерію Манна – Уітні (Mann-Whitney U-test) та графічне представлення результатів дослідження (розрахунки проводили з використанням персонального комп'ютера, зокрема програм «Excel», STATISTICA 10 в операційній системі «Windows Vista»).

Наукова новизна одержаних результатів:

- *уперше* отримано наукові дані про відмінності якісних показників спільної діяльності кваліфікованих футболісток та гравців різних амплуа;
- *уперше* обґрунтовано ефективність розробленої програми формування групової ефективності кваліфікованих футболісток в ігровій діяльності;
- *набули подальшого розвитку* методи оцінювання групової ефективності кваліфікованих футболісток як засобу діагностики та контролю ефективності їх спільних дій.

Практичне значення одержаних результатів полягає у розробленні та впроваджені у процес програми «Формування групової ефективності кваліфікованих футболісток в ігровій діяльності» яка дозволяє тренеру або фахівцю в галузі психології спорту цілеспрямовано покращувати якісні показники спільної діяльності кваліфікованих футболісток на їх спільний результат. Результати цього дослідження можуть бути підставою для розробки методичних рекомендацій, спеціальних курсів зі спортивної психології, а також для розробки програм підвищення кваліфікації та в системі професійної підготовки тренерів з ігрових видів спорту.

Апробація результатів дослідження на XVI Всеукраїнській студентській науково-практичній конференції. Фізична культура, спорт та фізична реабілітація в сучасному суспільстві: збірник наукових праць. Вінниця: ТОВ «Твори» 2024.

Структура і обсяг роботи. Кваліфікаційна робота викладена на 95 сторінках основного тексту, складається із вступу, чотирьох розділів, висновків, списку використаних джерел та додатків. Ілюстрований матеріал містить 26 таблиць, 4 малюнки і 5 додатків. Використано 113 джерел, з них 30 іноземною мовою.

РОЗДІЛ 1
ПСИХОЛОГІЧНІ ФАКТОРИ УСПІШНОСТІ КОМАНДНОЇ СПІЛЬНОЇ ДІЯЛЬНОСТІ: ТЕОРЕТИЧНИЙ ТА МЕТОДИЧНИЙ АСПЕКТИ

1.1. Психологічні чинники взаємозв`язку цілісності команди та ефективності групової діяльності

З проблемою групової цілісності активно займалися ще з 1940-х років (Wittenbaum, Moreland, 2008) і вона на сьогодні залишається однією з актуальних тем в соціальній психології. Серед ключових питань, на які психологи намагаються знайти відповіді, особливо важливими є: 1) що робить групу групою та як вона формується з випадкового набору людей?; 2) як визначити та виміряти цілісність групи?; 3) чи збільшується продуктивність у цілісної групи?

У соціальній психології перше питання акцентується на дослідженні проблеми групи. Друге питання більш чітко висвітлює науковий інтерес до внутрішніх характеристик групи, таких як цілісність та згуртованість. Третє питання реалізує практичний попит на розробку технологій створення та розвитку різних типів суспільних груп, а також на підвищення продуктивності їх спільної діяльності.

Ця концепція базується на припущенні, що підвищення ефективності групової діяльності відбувається через посилення групової динаміки. Зв’язок між цілісністю групи та її ефективністю потребує аналізу проблеми цілісності у різних типах соціальних груп. Загалом, щоб вважати якийсь соціальний агрегат групою, необхідний певний рівень міжособистісних відносин, спілкування, взаємодії та суб’єктності [21].

Так, виявлення феноменів цілісності та згуртованості та їх сприйняття може залежати від конкретного типу групи. У кожному випадку можуть бути свої унікальні аспекти, які впливають на сприйняття цих явищ та їх вивчення.

Для висвітлення різниці в сутності цілісності між різними групами можна розглядати наступні підходи:

1. Природа цілісності виявляється однаково для різних видів соціальних груп, але різняться рівні її вираженості (Hamilton et al., 2002; Lickel 2000 та ін.). Наприклад, Б. Лікелем була розроблена типологія соціальних груп, яка знайшла застосування у кількох основних дослідженнях соціального пізнання. В цій типології виділяються чотири основні категорії соціальних груп: інтимні, спрямовані на досягнення певних цілей (групи, орієнтовані на завдання), соціальні (чи соціальні категорії) і слабко асоційовані групи («дифузні групи») [152]. Більшість дослідників розглядає концепцію цілісності, яку запропонував Б. Лікел і типологію груп як взаємно узгодженими. Люди виробляють різноманітні когнітивні моделі для обробки та зберігання інформації про соціальні групи, із збільшенням ступеня цілісності групи зростає рівень задоволення основних мотиваційних потреб її учасників [47, 146].

2. Формування, досягнення та сприйняття цілісності різних типів груп можуть відрізнятися. Наприклад, для робочої групи чи спортивної команди (Arrow, McGrath, 1995) характеризується як «комплексні, повторювані патерни взаємовідносин між учасниками групи, які використовують набір інструментів для досягнення спільних цілей або завдань», що визначає їх цілісність [37, 93]. Однак таке визначення цілісності може бути не застосовним для етнічних груп чи інших номінальних категорій груп (Meneses et al., 2008). Способи, якими робоча група формує та підтримує свою цілісність, значно відрізняються від спортивної команди. Ми вважаємо, що цілісність різних типів соціальних груп має спільні основи, але конкретні їх емпіричні прояви можуть розходитися залежно від контексту.

Підстава розділяється на два аспекти: динамічний, коли індивіди, що відрізняються за різними характеристиками, об’єднуються в групи за спільними цілями та функціями, при цьому структура групи може змінюватися з часом і статичний, коли групи ґрунтуються на спільності

ознак, зберігаючи цілісність незалежно від змін у стилі взаємодії. Ця система відображає статичний і динамічний підходи до визначення соціальної групи [37, 39].

Підходи до цілісності соціальних груп, запропоновані (Штро, 2001; 2007), можна розділити на три аспекти: топологічний та структурний, що відповідає статичному підходу і процесуальний, який відображає динамічний характер. На нашу думку, розрізняти динамічний і статичний підходи може бути корисно не лише для класифікації груп, але й допомагає краще розуміти цілісність різних соціальних груп (у тому числі спортивних команд). У цьому контексті ми визначимо контактні групи як динамічні, а решту типів груп та інших соціальних об'єктів пов'яжемо зі статичними (Ip et al., 2006; Rutchick та ін., 2008) для спрощення аналізу.

Другим ключовим фактором для виявлення різниць у сприйнятті цілісності та її наслідків може бути класифікація груп залежно від того, чи це «наша» група, чи «чужа». Ефекти, спостережені при сприйнятті «власної» групи порівняно з «іншою», можуть суттєво відрізнятися або взагалі бути відсутніми у відношенні до аут-рупи.

Початок дослідження зв'язку між цілісністю групи та ефективністю її діяльності співпав з початком дослідження групової згуртованості (Carron, Brawley, 2000; Dion, 2000; Greer, 2012; Mudrack, 1989) у другій половині XX століття. Це нове поняття вводилося з метою передбачення продуктивності, з особливим наголосом на робочі групи, спортивні команди та команди в організаціях. Зразу ж стало звичним досліджувати згуртованість у контактних інгрупах, проте визначення та методи її вимірювання суттєво варіювалися [21, 105, 185].

Більшість дослідників, зокрема (Carron, Brawley, 2000; Chang, 2001 та ін.), погоджуються, що згуртованість – це міра, в якій члени групи відчувають сильний зв'язок з групою і бажають залишатися в ній [106]. Класичне визначення згуртованості, запропоноване Л.Фестінгером, описує її як «сукупність спільних сил, що утримують членів групи в ній» [21]. Це

включає не лише внутрішні сили, такі як «тяжіння» та «відчуження» у групі, а й зовнішні фактори, які охоплюють інші соціальні об’єкти та їх стан. Цей підхід знайшов своє відображення у розумінні згуртованості групи як привабливості для її членів один до одного та групи в цілому.

У сучасній соціальній психології, визначення згуртованості, яка спочатку базувалася на атракції до членів групи, було розширено врахуванням важливості внутрішніх відносин у групі, що веде до виникнення «ми-почуття» і формування «групової гідності» (Mullen, Copper, 1994; Hogg et al., 2004). Згодом з’явилися нові підходи, які оцінюють згуртованість через позитивну ідентифікацію з групою (Carron, Brawley, 2000; Chang et al., 2001; Dion, 2000; Greer, 2012; Zaccaro, Lowe, 1988) [21, 105, 185].

А. Керрон у своєму визначенні згуртованості акцентує увагу на тому, що це «динамічна властивість групи, що проявляється в тенденції її членів залишатися разом під час досягнення групових цілей та задоволення афективних потреб» [106].

У цій моделі перший компонент включає два аспекти: «індивідуальна привабливість групи», яка відображає бажання членів реалізувати особисті цілі та задовольняти потреби у міжособистісному спілкуванні, та «групова інтеграція», яка ґрунтується на загальних установках, цінностях, віруваннях, схожості між членами групи та наявності групових меж.

Більшість авторів, які досліджували валідність цієї моделі (Beal et al., 2003; Dion, 2000), підтримують існування другого компоненту - «афективне згуртування». Проте першому компоненту - «індивідуальна привабливість групи / групова інтеграція» - ставиться під сумнів (Dyce, Cornell, 1996). Фактично, для членів групи, які вбачають свою приналежність до неї як частину власної ідентичності, складно відрізнити свої індивідуальні та групові сприймання. Щодо встановлення зв’язку між згуртованістю та ефективністю групової діяльності, було проведено значну кількість досліджень, результати яких узагальнено в декількох аналітичних оглядах (Beal et al., 2003; Evans, Dion, 2012; Mullen, Copper, 1994).

Автори застерігають щодо необхідності обережного використання отриманих даних з кількох причин. По-перше, вимір згуртованості зазвичай базується на сприйнятті членами групи або спостерігачами. По-друге, більшість досліджень в цій області проводилися на конкретних типах груп, таких як терапевтичні групи (Ezquerro, 2010), військові підрозділи (Mullen, Copper, 1994) або спортивні команди (Carron, Brawley, 2000). По-третє, методи вимірювання результативності різних типів груп значно відрізняються. Наприклад, для спортивних команд це може бути кількість забитих голів або виграних ігор, для військових підрозділів - кількість поразок цілей, а в лабораторних умовах - кількість і якість вирішених завдань [71, 102, 105].

Існують три точки зору на зв’язок між згуртованістю та ефективністю групової діяльності:

1. Деякі дослідники, такі як Evans і Dion (2012), стверджують, що між ними існує прямий зв’язок, особливо яскраво це спостерігається в умовах військових чи спортивних груп.

2. Інші вчені вважають, що зв’язок між згуртованістю та ефективністю не є прямим, існують різні змінні-медіатори, такі як групові норми, які можуть впливати на цей зв’язок (Hackman et al., 1978).

3. Також є думка, що цей зв’язок складний і залежить від кількох факторів, таких як характер завдання, довкілля та емерджентні властивості самої групи. Наприклад, (Mullen і Copper, 1994) вказують на двосторонній характер зв’язку, якщо завдання потребує взаємозалежності індивідів, а (Beal et al., 2003) вказують на те, що в реальних групах зв’язок може бути сильнішим, ніж в лабораторних умовах.

Дослідження зв’язку цілісності та групової ефективності мають кілька недоліків.

Перш за все, дослідження цілісності соціальних груп, засновані на категорії «згуртованість групи», мають обмеження. Вони часто обмежуються дослідженням лише контактних груп, тобто груп, які базуються на членстві.

Однак вивчення груп, що ґрунтуються на структурному аспекті, стає ускладненим при застосуванні терміна «згуртованість». Наразі це поняття не є достатньо релевантним для великих соціальних груп, таких як етнічні групи чи регіональні спільноти. Для дослідження таких типів груп можливе використання терміна «соціальне згуртування» (Mannarini et al., 2012; Wilkinson, 2007).

Ще один важливий недолік категорії «згуртованість» полягає у її методичному характері. Існуючі методики призначені для вимірювання згуртованості лише з перспективи інгрупи. Таким чином, учасник дослідження може оцінити емоційну прихильність лише до тієї групи, до якої він сам належить. Це призводить до надмірного замикання у внутрішньому просторі групи.

Третій недолік полягає у дослідженні міжгрупових відносин, що є однією з найбільш досліджуваних тем у сучасній соціальній психології: протягом періоду з 1975 по 2006 рік було опубліковано більше половини досліджень на цю тему [134].

Четвертий значущий недолік полягає у відносно слабкій передбачуваній силі зв'язку між рівнем згуртованості та ефективністю діяльності групи. Деякі дослідження явно показують відсутність будь-якого зв'язку між ними. У більшості досліджень (Greer, 2012) цей зв'язок є помірно позитивним. Парадоксально, виявилося, що міжособистісна згуртованість має сильніший зв'язок з груповою ефективністю, ніж згуртованість для виконання завдання (task cohesion) (Beal et al., 2003). Наприклад, спортивна команда може бути ефективною в самому спортивному виконанні, але в контексті організації може мати другорядне значення. З іншого боку, внутрішня єдність може сприяти відокремленню групи від інших структур.

П'ятий і можливо, найважливіший недолік полягає в тому, що, подібно до початкових досліджень згуртованості, дослідники (Chiocchio, Essiembre, 2009) все ще не можуть відповісти на питання щодо динаміки

згуртованості як процесу, вказуючи на те, що це все ще є «майбутнім напрямком» досліджень (Greer, 2012).

У сучасній психології, поняття діяльності належить до двох «рівнів» дослідження, що дозволяє вивчати як індивідуальну реальність, так і групові процеси, які загалом відомі як групова динаміка. Дослідження групової (спільної) діяльності дозволяє з одного боку використовувати різні характеристики діяльності як показники цілісності групи, а з іншого боку, сприяє безпосередньому визначенню її ефективності. Дослідження групи за допомогою індексу ціннісно-орієнтаційної єдності вважається одним із «найбільш послідовних і продуктивних» [31, 68].

В рамках цього важливого напряму в історії дослідження колективу та його самовизначення (Meneses et al., 2008) проводилася перевірка припущень щодо збігу (відповідності) цінностей у членів групи, наявності особливого типу ідентифікації у колективі, а також зв'язку рівня інтеграції групи зі ставленням до новачка та характером відносин між членами групи з різними рольовими позиціями [39]. А.І. Донцов розширив цей груповий параметр, додавши до нього поняття предметно-ціннісної єдності, що відображає збіг ціннostних орієнтацій стосовно предмета спільної групової діяльності [37].

Особлива увага була зосереджена на дослідженні групової або спільної діяльності (Журавльов, 2001; 2005). Ще одним напрямком, параметричним, є розвиток ідей Л.І. Уманського [26]. У 1990-х роках було проведено дослідження спільної діяльності, які знайшли продовження, а роботи Уманського були перекладені іспанською мовою. М. Фуентес, використовуючи ці дослідження як основу, вивчала рівневий розвиток групи. Вона встановила, що з розвитком соціальної зрілості внаслідок взаємодії групи можна досягти підвищення численних її структурних і параметричних характеристик. Зміни, що відбуваються в залежності від особливостей діяльності групи, впливають на уявлення її членів про соціальну значимість цієї діяльності. Для оцінки рівня соціальної зрілості (Meneses та ін., 2008)

були розроблені якісні методи, що фіксують зміни в сприйнятті значущості діяльності групи її учасниками [33, 37].

Науковці використовують об’єктивні експериментальні дані, отримані з використанням апаратних засобів фіксації процесів у групі, для обґрунтування згуртованості та інтеграції як реальних процесів. Розроблені неапаратурні методи вимірювання цілісності (якісні методи), а також діагностика ціннісно-орієнтаційної єдності та шкала групового розвитку NDG (Roca, 2001, та ін.) спростили методологічне опрацювання, оскільки вони не вимагали уваги до перцептивних процесів та сприйняття групи. Фіксація згуртованості за допомогою об’єктивних показників призвела до зменшення суб’єктивного відчуття цілісності групи, а також призвела до втрати важливості позиції спостерігача. Як зазначено, спостерігаючи за тим, що відбувається всередині групи у її членів (інгруппа), та науковця, який не є членом групи (аут-група), має зовсім різний погляд. Ці відмінності стали об’єктом вивчення закордонного напряму, який сконцентрувався на самій сприйнятій цілісності групи (entitativity).

Популярність підходу до вивчення цілісності як сприйманого явища була викликана можливістю дослідження нових областей, які вийшли за межі динаміки малих груп (див. табл. 2): контекст великих соціальних груп, номінальних груп (груп – соціальних категорій); міжгрупових відносин (у тлумаченні європейської школи); та багатьох інших нових напрямків дослідження (наприклад, цілісності віртуальних команд; лояльності та прихильності до організаційної психології). Це призвело до визнання необхідності розуміння цілісності соціальної групи не лише з позиції дослідження згуртованості. Для відповіді на ці виклики була розроблена концепція сприйняття цілісності. Поняття entitativity, запропоноване Д.Т.Кемпбеллом, визначається як ступінь, до якої група сприймається як єдиний, реально існуючий об’єкт [140].

Згідно з Д.Т. Кемпбеллом, відчуття групи як єдиного цілого формується при сприйнятті чотирьох особливостей групи. Ці особливості

виникли на основі домінант організації сприйняття в гештальт-психології: близькість, подібність, загальна доля і прегнантність. Наступні наукові дослідження та перевірка цього припущення будуть ключовими для поєднання різних напрямків досліджень у більш комплексну та всебічну концепцію сприйняття груп (Hamilton, 2007).

Концепція «сприйнята цілісність» була ретельно досліджена науковою групою під керівництвом Б. Ликела (Lickel et al., 2000). Згідно з цими даними, проникність між групами та їх розмір не корелюють із сприйнятою цілісністю. Виявлено, що час існування групи має дещо більший вплив, але найбільш значущим фактором є взаємодія між її учасниками. Іншими словами, саме взаємодії роблять групу сприйнятою як цілісну для зовнішніх і внутрішніх глядачів (Gaertner, Schopler, 1998).

Існує зв'язок між згуртованістю та сприйнятою цілісністю, яка підтверджується тим, що цілісна група може бути більш згуртованою (Zyphur, Islam, 2006). Групова цілісність у цьому контексті визначається як сприйняття, когнітивна оцінка згуртованості групи, а не емоційне прагнення утримуватися у ній [96, 104].

Перцепція рис глибокого рівня сприяє згуртованню стосовно завдання, тоді як сприйняття поверхневих рис є передумовою для соціального та емоційного згуртування (Dunlop, Beauchamp, 2011). Декілька досліджень підкреслили, що згуртованість і цілісність - два додаткові параметри, що характеризують групу, і базуються на тих же ознаках, як подібність, загальні цілі тощо (Hogg et al., 2007). Отже, при сприйнятті згуртування приписування високої згуртованості або високої цілісності залежить від особливостей спостереження спостерігача.

Серед вивчень результатів сприйняття цілісності, виділяються різноманітні впливи обробки інформації під час сприйняття групи (Hamilton et al., 2002). Люди часто асоціюють себе з групами, які, на їхню думку, мають більшу сприйняту цілісність, ніж ті, що вважаються менш цілісними (Castano et al., 2003; Yzerbyt et al., 2000). Цей ефект може бути посилено в певних

ситуаціях, таких як почуття невизначеності або тривоги (Castano et al., 2002b; Hamilton, 2007; Hogg та ін., 2007).

У ситуації невизначеності люди частіше ідентифікують себе з групами, які сприймаються як цілісні (Hogg et al., 2007). Це означає, що сприйняття групи як маючої високу цілісність може слугувати ефективним захистом від невизначеності, в тому числі відносно самого себе, допомагаючи членам групи краще розуміти, які характеристики, риси, переконання та поведінка є важливими для цієї групи (Crawford, Salaman, 2012).

Цілісність є дуже бажаною якістю, особливо для інгрупи, з огляду на те, що люди частіше сприймають членів своєї групи як несхожих один на одного, ніж членів інших груп (Boldry et al., 2007). У той же час, вони сприймають свою групу як однорідніщу, ніж групу, до якої не належать (Castano et al., 2002a; Mannarini et al., 2012).

У цілісних групах відповідальність часто приписується всій групі як колективу (Lickel et al., 2003), і навіть у випадках, коли вплив ситуації на поведінку був очевидним, люди використовують диспозиційну атрибуцію (Yzerbyt et al., 1998). Цілісна аут-група сприймається як група, що може бути суб'єктом активності (Dasgupta et al., 1999; Ip et al., 2006; Донцов, 1984; Журавльов, 2001).

Опис взаємозв'язків між сприйняттям цілісності та рядом соціально-психологічних факторів, таких як схожість, невизначеність, міжгрупові стереотипи, інгруповий фаворитизм, відповідальність, стилі атрибуції та ставлення до девіантної поведінки, сприяє кращому розумінню впливу на сприйняття групи як цілісної, а також його наслідків. Проте, сфера взаємодії цілісності та ефективності діяльності групи (наприклад, спортивної команди) залишається недостатньо дослідженою.

1.2. Проблема розвитку групового суб'єкта

Значна увага до проблеми групового суб'єкта стала відзначеною рисою української психології на рубежі XX-XXI століть. Концепція суб'єктно-діяльнісного підходу, яка була розроблена С.Л. Рубінштейном і далі розвинута К.А. Абульхановою, Л.І. Анціферовою, А.В. Брушлинським та іншими, поповнена важливими методологічними і теоретичними положеннями представників інших шкіл та напрямів вітчизняної психології, належно займає провідне місце у її методологічному фундаменті. Роль категорії суб'єкта чітко визначив А.В. Брушлинський: «Поняття суб'єкта дозволяє більш глибоко й широко висвітлити психологію людини порівняно з поняттям особистості. Це стосується як індивідуального, так і групового суб'єкта» [6; с.16].

Однак, слід відзначити, що за ступенем і глибиною обробки проблематика групового суб'єкта значно відстає від досліджень суб'єкта в його традиційному розумінні, тобто як окремої особи. Останні десятиліття характеризуються зменшенням інтересу українських психологів до досліджень груп, включаючи малі групи (спортивних команд).

Методологічні труднощі в розробці проблеми малої групи (спортивної команди) переважно пов'язані із недостатньою увагою дослідників до взаємозв'язку загальної та спеціальної методологій, які були визначені Г.М.Андрєєвою [2]. Це призвело до того, що багато дослідників та наукових колективів обмежувалися одним рівнем методології, що часто ускладнює науковий пошук та розробку теорій, здатних розширити наші знання в даній області та відкрити нові перспективи. Ця проблема також стосується психології малої групи. Протягом тривалого часу її розвиток ґрунтувався на методологічному принципі діяльності, який був розглянутий як загальнодіяльнісний, хоча він насправді є лише частиною спеціальної методології соціальної психології. Створені на цій основі теорії опосередкованої діяльності міжособистісних відносин А.В. Петровського, параметрична концепція Л.І. Уманського та інші, хоча й сприяли уявленню

про широкий спектр соціально-психологічних явищ у групі, але не дали повної відповіді на ключові питання, зокрема, про процес розвитку малої групи (спортивної команди).

У 1980-х роках у соціальній психології з'явився системний підхід, головним чином завдяки дослідженням Б.Ф. Ломова [14 та ін.], який став використовуватися в аналізі малих груп, первинних колективів і організацій [7, 12, 17 та ін.]. Проте, не дивлячись на те, що цей підхід часто вважається основою досліджень, він не завжди ефективно використовується для пояснення психологічних фактів, формулювання гіпотез тощо, через «труднощі перекладу» на мову психології.

Системний підхід, насправді, може і повинен виступати як загальнонаукова методологія в соціально-психологічних дослідженнях групи. Це відповідає самій природі групи як системного об'єкта (Г.М. Андреєва, П.П. Блонський, О.С. Газман, Я.Л. Коломінський, Л.І. Уманський; Р. Акофф, Ф. Емері та ін.). Для групи (спортивної команди) як системи її складовими є індивіди (спортсмени). Між ними обов'язково складаються взаємозв'язки та взаємовідносини, що забезпечують впорядкованість групи і дозволяють їй як цілісному утворенню функціонувати та розвиватися. Різні аспекти цієї впорядкованості створюють основу для структури групи та її організації як системи. При цьому взаємодія елементів, тобто людей, що входять до неї, а також підгруп, що виникають у цій взаємодії, призводить до появи інтегративних якостей, які не властиві її окремим представникам. Такі якості прийнято називати системними. Все це дозволяє розглядати групу (спортивну команду) саме як системну цілісність [7, 12, 17 та ін.]..

Як спеціальний (частковий) методологічний підхід, суб'єктний підхід, який наразі отримує визнання, може виступати як спеціальний методологічний підхід для дослідження психології групи. Під суб'єктним підходом ми розуміємо теоретико-методологічний напрямок, що спрямований на розробку та застосування принципів, методів і засобів для вивчення психології суб'єктів (як індивідуальних, так і групових). Статус

цього підходу як спеціальної методології підтверджується тим, що він базується на принципах системного підходу та служить ефективним інструментом організації психологічного дослідження. Цей підхід дозволяє використовувати загальнонаукові та філософські принципи для вивчення конкретної наукової області – у нашому випадку, психології групи (спортивної команди) [7, 12, 17 та ін.].

Ми вважаємо, що саме на основі суб'єктного підходу розробка проблематики групи (спортивної команди) може отримати сьогодні новий поштовх. Цей підхід є перспективним для психології спорту, оскільки він надає можливість досліджувати загальні базові феномени та характеристики групи (спортивної команди), а на їх основі – конкретні прояви, процеси, стани, включно з індивідуалізованими, притаманними лише цій групі (команді), які відображають її індивідуальність. Суб'єктний підхід відкриває перспективи для створення нової концепції малої групи - суб'єктної концепції групи, яка дозволить розкрити психологію групового суб'єкта як самоорганізовуючої та саморозвиваючої системи, глибше зрозуміти взаємозв'язок, взаємодію та взаємовплив таких рівнів соціальної організації, як індивід - підгрупа - група, як у межах групи, так і міжгрупових планів.

З погляду суб'єктного підходу, група розглядається як суб'єкт різних видів активності, які мають як зовнішньо-, так і внутрішньонаправлений характер (діяльність, поведінка, спілкування, пізнання, самоорганізація, самокерування і інше), загалом кажучи - як суб'єкт життєдіяльності, у якій діяльність відіграє дуже важливу, але не єдину роль.

Ми погоджуємося з А.В. Брушлинським [5 та ін.], який стверджував, що методологічна роль суб'єктного підходу полягає в тому, що саме він може стати основою для інтеграції психологічної науки, об'єктом вивчення якої виступають як індивідуальні, так і групові суб'єкти.

Груповий суб'єкт - це системна та динамічна властивість соціальної групи взаємопов'язаних і взаємодіючих осіб. Вона проявляється, коли група діє як єдине ціле у важливих соціальних ситуаціях, здійснюючи різноманітні

види активності (діяльність, спілкування, пізнання та інші), включаючи трансформацію цих ситуацій і самої себе. Ця свідомість дозволяє групі розуміти, що вона є джерелом цих дій та змін.

Проблема розвитку групового суб'єкта є однією з найбільш значущих, але в той же час менше досліджених у психології груп. Роботи, опубліковані наприкінці минулого століття [7, 12, 16, 21 та інші], свідчать про те, що образ розвитку реальної малої групи набагато складніший, суперечливіший та різноманітніший, ніж це традиційно уявлялося в соціально-психологічній теорії - як неухильний рух від нижчого рівня розвитку до вищого, від неколективу до колективу.

Розвиток групового суб'єкта характеризується не лише послідовною зміною якихось станів або властивостей, але й появою в результаті змін якісно нових утворень (у тому числі перехід окремих групових підструктур на новий рівень розвитку, трансформація складового складу структури групи, перебудова взаємозв'язків як між окремими елементами однієї підструктури, так і між самими підструктурами, що може призвести до появи нових функцій групового суб'єкта, освоєння ним нових видів активності тощо).

Початкові стадії розвитку психології групового суб'єкта вітчизняної соціальної психології поки що не мають готових відповідей на питання щодо того, як саме відбувається процес його розвитку в реальних умовах життєдіяльності. Тому ми пропонуємо один із можливих шляхів наукового пошуку – на основі інтеграції загальнонаукового (системний підхід) та спеціального методологічного (суб'єктний підхід) підходів. На наш погляд, дослідження цього процесу має бути спрямоване, насамперед, на наступні дві теми: джерела, детермінація та механізми розвитку групового суб'єкта; характер, рівні та етапи його розвитку.

1.3. Джерела, детермінація та механізми розвитку групового суб'єкта

Розвиток групового суб'єкта залежить від впливу як його внутрішнього (психологічного), так і зовнішнього середовища. Оскільки група постійно обмінюється інформацією, енергією та іншими ресурсами з навколишнім середовищем, її розглядають як відкриту систему. У цій відкритості міститься суперечливість, яка стає джерелом розвитку групового суб'єкта (спортвмної команди). Говорячи про протиріччя, ми спираємося на загальноприйняте трактування цього поняття як наявності в явищі, об'єкті, системі взаємовиключних, один одного заперечуючих і одночасно взаємопередбачаючих сторін, протилежностей. Будь-яка система, включаючи груповий суб'єкт, характеризується як внутрішніми, так і зовнішніми суперечностями. Для групового суб'єкта найбільш фундаментальною внутрішньою суперечністю є протистояння між прагненням індивіда бути членом групи, а отже, набути спільних з іншими її учасниками властивостей, якостей тощо, та одночасним бажанням зберегти свою індивідуальність, «не розчинитися» в групі, усвідомленням власної самоцінності. Основною зовнішньою суперечністю є протистояння між прагненням до самовиявлення та самореалізації групи як самостійного цілісного суб'єкта у внутрішній організації і необхідністю взаємодії з іншими групами у зовнішньому середовищі. І в першому, і в другому випадку обидві тенденції як відкидають одна одну, так і взаємно передбачають. Таким чином, збереження індивідуальності потребує підкреслення відмінностей від інших членів групи, а не схожих рис, проте індивідуальність може бути реалізована лише в групі, при цьому загальні якості, що виникають у взаємодії з іншими людьми, включаючи себе в систему особистості, набувають індивідуалізованого характеру, підкреслюючи тим самим її унікальність.

Групові суперечності формують багаторівневу систему. Їх можна розділити на три типи:

1) суперечності міжсистемного (до макросистемного) рівня - між груповим суб'єктом та представником іншої групи, цією та іншою групою в цілому або широкою соціальною організацією, в яку включений даний груповий суб'єкт;

2) суперечності мезосистемного рівня - між окремими частинами групового суб'єкта або структурними компонентами його психології;

3) суперечності мікросистемного рівня - між складовими групи конкретними індивідами і / або їх мікрогрупами.

Оскільки всі три типи суперечностей формують систему, очевидно, що вони взаємодіють між собою і впливають один на одного. Наприклад, у групі може виникнути суперечність між окремими її учасниками (мікросистемний рівень), пов'язана з різною мотивацією для участі в спільній діяльності. Це може погіршити груповий результат і призвести до появи суперечності на мезосистемному рівні - між сформованою спрямованістю діяльності групового суб'єкта та недостатньою підготовленістю до діяльності. Це може негативно вплинути на загальну ефективність групи і викликати макросистемну суперечність - між низькими досягненнями групи в певній області і високими очікуваннями від неї з боку основної організації, яким вона не відповідає. Очевидно, що вирішення всіх цих суперечностей сприятиме подальшому розвитку групового суб'єкта.

Ми згодні з А.В. Сидоренковим у тому, що на різних етапах життєдіяльності однієї і тієї ж групи «…як провідне, як найбільш визначальне для процесу прогресивного чи, навпаки, регресивного розвитку може виступати той чи інший вид суперечності. Беручи до уваги той факт, що виникаючі в групі суперечності пов'язані між собою, домінування якого-небудь одного з них призводить до загострення або/і амортизації інших суперечностей» [19, с. 45]. Вважаємо, що поява суперечностей у групі зумовлена її системною природою та особливостями соціальної ситуації її життєдіяльності, яка завжди динамічна та змінюється; їх вирішення

супроводжується формуванням нової ситуації життєдіяльності та якісними змінами групової психології, іншими словами - розвитком.

Коли йдеться про детермінацію розвитку групового суб'єкта, важливо пам'ятати слова Б.Ф. Ломова: «... в дослідженні психічних явищ спроба знайти одну єдину детермінанту цього або іншого явища - тупиковий шлях. Будь-яке явище визначається системою детермінант» [15, с. 30]. Згідно з системним підходом, детермінація розвиваючогося явища завжди системна, тобто багатопланова, багатовимірна, багаторівнева. Суперечності як джерела розвитку групового суб'єкта (спортивної команди) виступають у ролі провідних, основоположних детермінант цього процесу, що визначають його логіку, характер і тощо. Однак, крім цього, згідно з Б.Ф. Ломовим, існують ще кілька рівнів системної детермінації, пов'язаних між собою динамічними взаєминами.

Перший рівень - причинно-наслідкові зв'язки, які мають системоутворюючий характер. Виділяють три типи таких зв'язків: макросистемні, мезосистемні (міжгрупові) та мікросистемні (внутрішньогрупові). Усі вони постійно розвиваються.

Найбільш динамічні внутрішньогрупові зв'язки, оскільки психічні стани учасників групи (команди) дуже мінливі, що призводить до змін і постійного розвитку міжособистісних відносин у групі (команді).

Другий рівень системної детермінації - зовнішні фактори, які існують поза групою. Це можуть бути, передусім, завдання і цілі, поставлені перед групою більш широким соціальним колективом, а також формально заданий розподіл ролей у групі (команді).

Третій рівень системної детермінації представлений внутрішніми факторами, які є властивими кожному з учасників групи (спортсмену) і групі в цілому (команді) і є соціально значущими для особистості і спільності.

Нарешті, загальні та специфічні передумови є плідним «підґрунтям», на якому розгортаються соціально-психологічні процеси у групі (спортивній

команді). Без певних передумов інші детермінанти можуть не проявити свою дієвість.

Підкреслимо ще одне важливе методологічне положення, висловлене Б.Ф. Ломовим: співвідношення між детермінантами різних типів є змінним і рухливим. Цій думці відповідає ідея А.Л. Журавлева про те, що у ряді ситуацій групової діяльності можлива зміна детермінант, наприклад, економічних факторів психологічними.

Отже, дослідження процесу розвитку групового суб'єкта (спортивної команди) з позицій системного підходу вимагає врахування того, що його детермінація, по-перше, має системний характер, а по-друге, не є жорсткою і однозначною. Багатозначність і багаторівневість детермінації розвитку, яка переводить групову систему в ймовірний стан, викликає «саморух» групового суб'єкта та певні зміни його психологічних характеристик. У свою чергу, це дозволяє йому гнучко реагувати як на значні, так і на незначні впливи зовнішнього та внутрішнього середовища, реалізуючи наявний потенціал і накопичуючи нові резерви розвитку. Отже, багатозначна і нерішуча системна детермінація одночасно є основою розвитку групового суб'єкта (спортивної команди) та збереження його цілісності.

Досить важливим є питання про механізми розвитку групового суб'єкта. Системний підхід у його філософсько-діалектичному розумінні містить загальні методологічні орієнтири для його вирішення, але не пропонує готових відповідей. Шукати останні скоріше за все варто на базі спеціальної (часткової) методології конкретної науки, оскільки було б спрощенням думати, що розвиток настільки різних за своєю природою систем, як біологічні, соціальні, психологічні та інші, можна пояснити єдиним чином, за допомогою якихось універсальних механізмів. Інша справа, що формально-динамічні характеристики механізмів розвитку різних систем подібні. Очевидно, це і породжує уявлення про їх універсальність. Під формально-динамічними характеристиками ми розуміємо, передусім, інтегративно-дезінтегративний характер цих механізмів, їх спрямованість на

підтримку, або навіть підвищення рівня цілісності, організованості, ефективності системи, або на зниження цього рівня аж до руйнування її як такої. Важливо зауважити, що уявлення про інтеграцію/дезінтеграцію, інтеграцію/диференціацію як механізми розвитку систем є певною науковою абстракцією, моделлю, що описує цей процес у його суттєвих, але все ж загальних рисах, не розкриваючи специфіки. Остання визначається предметним змістом механізмів розвитку, яке кожного разу буде властивим для певного виду систем. Щодо змістовного аналізу механізмів розвитку групового суб'єкта, ми вважаємо, що він повинен послідувати за описом формально-динамічних характеристик цього процесу. На жаль, щодо останніх сьогодні не існує єдиної позиції, тому визначення змісту цих механізмів, ймовірно, є питанням майбутнього, яке потребує серйозної теоретичної рефлексії та розвинутого емпіричного обґрунтування. З урахуванням сказаного, запропонуємо наше бачення формально-динамічної сторони розвитку групового суб'єкта.

Таким чином, з загальнометодологічної позиції модель механізмів розвитку групового суб'єкта може бути представлена як триада взаємопов'язаних процесів інтеграції - диференціації - дезінтеграції. Вона допомагає зрозуміти складність, багатозначність, гетерохронність процесу його розвитку.

По-перше, диференціація, як вже підкреслювалося, має двонаправлений характер і може «працювати» на користь як інтеграції групового суб'єкта, так і його дезінтеграції. На який саме з цих процесів вона буде спрямована у даному моменті, залежить від характеру наявних у групового суб'єкта протиріч і певної соціальної ситуації його життєдіяльності.

По-друге, процеси інтеграції - диференціації - дезінтеграції одночасно передбачають і відкидають один одного. Тому їх відношення багатозначне. Вони не лише постійно змінюються один одного як домінуючі, але і протікають одночасно й взаємопов'язано, зачіпаючи, однак, різні сфери

життєдіяльності групового суб'єкта (спортивну команду) та різні компоненти її структур - як психосоціальні, так і соціально-психологічні. Зокрема, зростання злагодженості та організованості мікрогрупи (інтеграція) може супроводжуватися відчуженням від неї інших мікрогруп чи окремих учасників групи (дезінтеграція); ієрархізація системи цінностей і норм у складі такої підструктури психології групового суб'єкта, як його спрямованість (диференціація), може поєднуватися з посиленням емоційної єдності, що виражається в подібному позитивному ставленні та прийнятті всіма чи більшістю членів групи цих норм і цінностей (інтеграція).

Особливості співіснування цих процесів можна розглядати також, розглядаючи різні рівні активності групового суб`єкта. Наприклад, у ситуації міжгрупової конкуренції студентських груп всередині факультету можуть одночасно мати місце диференціально-інтегративні тенденції на внутрішньогруповому рівні (спеціалізація та перебудова зв'язків між частинами групи сприяє підвищенню її ефективності та цілісності, збільшуючи шанси на перемогу), а також диференціально-дезінтегративні тенденції на міжгруповому рівні (виділення даної групи з основного колективу та розрив зв'язків, хоч і тимчасовий, з іншими групами, втрата психологічної єдності з ними). У ситуації міжфакультетського змагання напрям тенденцій може змінитися, але вони все ж проявлятимуться одночасно. Тепер вже на рівні внутрішньо-групового будуть діяти диференційно-дезінтегративні тенденції (потрібно виокремити представників з групи до факультетської команди, вони повинні на певний час «випасти» з групового контексту, щоб налагодити зв'язки з членами команди - представниками інших груп факультету), а на міжгруповому рівні переважатимуть диференційно-інтегративні тенденції (відбудеться психологічне відчуження від інших факультетів, осмислення відмінностей свого факультету від них і водночас зросте психологічна єдність факультету, що вболіває за свою команду на міжфакультетських змаганнях).

1.4. Характер, рівні та етапи розвитку групового суб'єкта

Взаємозв'язок і одночасне проявлення в конкретних механізмах розвитку групового суб'єкта інтегративних, диференціаційних і дезінтегративних тенденцій часто призводять до нерівномірного, «пульсуючого» характеру цього процесу. Зазвичай цей розвиток не відбувається послідовно від менш розвиненого рівня до більш високого. У ньому можуть мати місце як часткові регресивні перетворення, які виявлені в дослідженнях студентських груп, трудових колективів вченими А.Л.Журавлевим, Р.С.Немовим, Л.І.Уманським. Крім того, наряду з прогресивними або регресивними змінами у розвитку групового суб'єкта можливі періодичні зупинки на певному етапі або рівні. Ці зупинки є дуже важливими, оскільки вони дозволяють закріпити досягнуті результати і розширити потенціал групового зростання. Нерівномірність і гетерохронність розвитку групового суб'єкта проявляються також у тому, що деякі етапи можуть займати більше часу, ніж інші і темпи переходу від одного етапу до іншого можуть різнитися. Деякі складові психосоціальної структури групового суб'єкта у своєму розвитку можуть випереджати інші, хоча в наступному періоді «лідерство» у розвитку може перейти вже до інших.

При дослідженні процесу групового розвитку ми використовуємо підхід А.Л. Журавлева щодо доцільності його двопланового аналізу: за рівнями і за етапами. Ця ідея вважається продуктивною, оскільки, по-перше, чітко поставлений питання про відмінність між поняттями «рівень розвитку» і «етап розвитку» (протягом досить тривалого часу багато дослідників не звертали уваги на різницю між ними і часто зводили їх до одного), а по-друге, дозволяє повніше розкрити картину групової розвитку.

Під рівнем групового розвитку ми розуміємо певне кількісне і якісне співвідношення соціально-психологічних характеристик групи (спортивної команди). Етап - це певний період у розвитку групи, який має свої якісні особливості порівняно з іншими періодами її життєдіяльності, обумовлені

переважаючими на цей час внутрішніми і / або зовнішніми протиріччями, характерною спрямованістю механізмів розвитку (інтегративного, дезінтегративного) і їх співвідношенням, а також специфічною соціальною ситуацією життєдіяльності групи (спортивної команди). Зокрема, певний етап розвитку групи виражається в якісних особливостях прояву її суб'єктності.

Наша думка полягає в тому, що вияви групової суб'єктності можуть мати загальний і специфічний характер. У першому випадку використовується типологічний підхід, запропонований А.Л. Журавлевим, в якому визначені три типи групової суб'єктності - потенційна, реальна та рефлексивна суб'єктності, кожен з яких може переважати на певному етапі розвитку. Специфічні прояви групової суб'єктності можуть бути визначені шляхом аналізу характеристик, що активізуються в різних сферах діяльності групи (спортивної команди), таких як спільна робота (тренувальна або змагальна), комунікація, взаємовідносини, пізнання тощо. Оскільки група може виявляти свою суб'єктність у різних сферах, це впливає на її якісні характеристики в конкретний період часу і визначає той чи інший етап її розвитку. Наприклад, домінування суб'єктності групи у сфері спілкування відображається на її властивостях, таких як комунікабельність, соціальна сприйнятливість тощо, а переважання суб'єктності групи у сфері спільної діяльності характеризується цілеспрямованістю, організованістю, узгодженістю тощо.

Етап і рівень розвитку групового суб'єкта не співпадають, проте розумно припустити, що між ними існують певні зв'язки. Зауваження А.Л.Журавлева вказує на те, що розвиток групи за етапами не автоматично повторює її розвиток за рівнями. Під час переходу до наступного етапу у розвитку групового суб'єкта рівень цього розвитку може змінитися (не обов'язково підвищитися, але і знизитися) або залишитися незмінним. З іншого боку, рівень розвитку групового суб'єкта може розглядатися як один

із моментів конкретного етапу. Тому можна очікувати змін у рівні розвитку групового суб'єкта в межах одного і того ж етапу.

Одним з ключових навичок, якою мають оволодіти спортсмени, є вміння взаємодіяти та перебувати у режимі діалогу. Зазначені зміни у загальній парадигмі спорту, які мають місце сьогодні, відображаються у переході від індивідуальної форми засвоєння знань до визнання провідної ролі навчально-тренувальної співпраці. Це, на наш погляд, надає особливої актуальності організації взаємодій у системі «спортсмен-спортсмен», тобто груповим взаємодіям спортсменів.

Групова взаємодія - це форма організації тренувальної діяльності спортсменів, яка передбачає спільне вирішення тренувальних завдань при безпосередньому особистому контакті двох чи більше спортсменів, супроводжуваного їхніми позитивними взаємними змінами, виникненням міжособистісних взаємин між ними і має не лише особисту, але й групову ефективність.

Аналіз численних досліджень, присвячених проблемі взаємодії та співпраці в навчально-тренувальному процесі (В.М. Костюкевич, С.М. Войтенко, Н.А.Олійник, В.Ложкін та ін.), дає підстави говорити про те, що організація групових взаємодій спортсменів не лише забезпечує високий рівень фізичного результату, але сприяє досягненню особистісного та метапредметного результату, насамперед, розвитку комунікативних універсальних навчально-тренувальних дій.

У першу чергу, використання групової форми організації навчальної роботи на тренуванні надає широкі можливості для вираження індивідуальності кожного спортсмена футболіста. Тренер, розділяючи футбольну команду на групи, може враховувати взаємні схильності спортсменів футболістів, їх рівень підготовки та темп роботи. Це дозволяє скоротити час, що витрачається на формування понять, вмінь та навичок, порівняно з фронтальною роботою. Також розширюється обсяг засвоюваного матеріалу, підвищується його глибина розуміння, рівень осмислення та

кількість нестандартних рішень, що в підсумку сприяє підвищенню результативності та продуктивності навчально-тренувальної діяльності.

В другу чергу, організація групової взаємодії спортсменів футболістів на тренувані створює умови для вираження суб'єктності кожним футболістом. Позитивна мотивація до тренування зміцнюється, спільний пошук знань стимулює пошукову активність та творчу самостійність.

В третю чергу, групові взаємодії сприяють формуванню плідних міжособистісних відносин у групі ровесників. Спортсмени отримують більше задоволення від занять, відчувають себе комфортніше у команді, покращуються кооперативні відносини. Організація групових взаємодій також сприяє створенню позитивного емоційного фону спільної діяльності, розвитку взаємопідтримки та підвищенню рівня самооцінки спортсменів футболістів, що сприяє їх самореалізації.

Незважаючи на усвідомлення широких можливостей групової взаємодії в досягненні спортивних результатів футболстів, проблема розвитку вміння співпрацювати з однолітками як на тренувані, так і в позатренувальній діяльності залишається досить актуальною на наш погляд. Ми виділяємо два аспекти цієї проблеми: з одного боку, недостатня готовність тренерів до вирішення цього завдання, а з іншого боку, недостатньо розроблене методичне забезпечення розвитку групової взаємодії та групової суб'єктності футболістів.

Тренування та навчання - це взаємопов'язані процеси, які сьогодні в значній мірі знаходяться під впливом традицій і стереотипів. «Педагогам, звикшим до рецептурності методичних рекоендацій, психологічно особливо важко прийняти … збільшену суб'єктність та суб'єктивність спортсменів футболістів» [8, с. 15]. Зміни у характеристиках взаємодій у системі «тренер - спортсмен», як показує аналіз практики, відбуваються складно і тривалий час. Нові цінності та форми поведінки передусім тренеру, за ним - спортсмену, та навіть батькам. Незважаючи на те, що найвідоміші роботи в цьому напрямку представляють праці педагогів-новаторів 80-х років

минулого століття, і в сучасній педагогіці викладено і теоретичні положення цього питання, дано багато практичних рекомендацій щодо їх втілення, однак «неактивні» форми та методи в реальній спортивній практиці, на жаль, до сих пір переважають [1; 2; 4; 8].

У процесі реалізації нових стандартів спортивної освіти головний акцент робиться саме на професійній позиції тренера: його спрямованості на успіх, вірі в спортсменів, вмінні планувати та організовувати спільну діяльність тренера та спортсменів, яка має сенс і значення для атлетів, умінні поєднувати командну роботу з усім колективом з індивідуальною роботою з конкретним гравцем. Слід зауважити, що зміст спортивної освіти менше, ніж процесуальний компонент, піддається змінам, викликаним різними суб'єктивними факторами, він визначається стандартами та затвердженими програмами. Однак сукупність методів, прийомів, форм організації навчання в програмах спортивних предметів описується лише у загальних рисах як рекомендації, тому будування безпосередньо процесу засвоєння змісту практично повністю піддається впливу таких суб'єктивних факторів, як досвід конкретного тренера, ідентифікація та усвідомлення ним освітніх цілей, його мобільність тощо.

Визнання активної ролі футболіста призводить до зміни уявлень про взаємодію гравця з тренером та партнерами по команді. Тренування вже не розглядається як просте виконання команд тренера, а виступає як співпраця - спільна робота тренера та гравців під час засвоєння комбінацій та вирішення ситуацій на полі. Таким чином, сучасний тренер повинен володіти методами та стратегіями гри, які відповідають цінностям сучасного футболу, в тому числі способами «розвитку спілкування, співпраці», а також усвідомлювати їх важливість у досягненні спортивних результатів.

В результаті нашої дослідницько-пошукової роботи ми прийшли до висновку, що систематичне включення футболістів у групові взаємодії та розвиток у них навичок групової взаємодії потребує перегляду змісту основних компонентів навчально-тренувального процесу: у мотиваційно-

цільовий компонент включається завдання з формування позитивної установки на участь у групових взаємодіях; у оперативної діяльності – прийоми, пов’язані з актуалізацією досвіду міжособистісного взаємодії та спрямовані на формування навичок побудови взаємодії; у оціночно-результативний компонент передбачається оцінювання не лише результатів, а й процесу спільної роботи. Це є комплексний підхід до проблеми групових взаємодій, не лише щодо їх організації, а й щодо розвитку у спортсменів навичок, необхідних для реалізації взаємодій.

Організація групових взаємодій футболістів на тренуванні можлива за умови грамотного методичного супроводу, яке включає вирішення конкретних предметних і метапредметних завдань за допомогою підбору та використання на тренуванні спеціальних завдань проблемно-пошукового або творчого характеру («обговорень», «порівнянь», «роботи над висновками»), якість виконання яких значно підвищується при груповому обговоренні. Схожі завдання створюють для гравців певні пізнавальні труднощі, надають їм можливість активно використовувати наявні знання та є стимулом до активного використання творчого мислення, мають відносно високий рівень складності, можливість використання та осмислення футболістом досвіду взаємодії з природним та соціальним середовищем, інформації тощо.

Для розвитку навичок групової взаємодії використовуються завдання з інструкціями щодо їх виконання, в яких відображається специфіка реалізації певних навичок. Наприклад, введення конструкцій для формування вміння задавати питання та брати участь у діалозі. Крім того, у структуру навчального заняття включають психолого-педагогічні методи, спрямовані на вдосконалення певних навичок взаємодії та створення сприятливої емоційної атмосфери в команді.

Висновки до розділу 1

Дослідження сприйняття цілісності групи в сучасній спортивній психології є провідним напрямком. Використання підходу, що розглядає цілісність як явище, має переваги, оскільки може бути застосовано до різних типів соціальних груп. Згуртованість та ефективність спільної діяльності взаємопов'язані, проте взаємозв'язок ефективності згуртованості був досліджений глибше, ніж з цілісністю групи та її груповою ефективністю. Опис взаємозв'язків між сприйняттям цілісності та соціально-психологічними факторами сприяє кращому розумінню впливу сприйняття групи як цілісної та її наслідків. Проте, сфера взаємодії цілісності та ефективності діяльності групи залишається недостатньо дослідженою, що є актуальною проблемою для сучасних досліджень у спорті.

Теоретичне дослідження процесу розвитку групового суб’єкта (спортивної команди), шляхом аналізу сукупності таких аспектів, як джерела, детермінація, механізми, характер розвитку групового суб’єкта, взаємозв’язок його поетапного та поступового розвитку дозволяє побудувати модель цього процесу. Її емпіричне обґрунтування складає одну з перспектив вивчення психології спорту групового суб’єкта (спортивної команди).

Вивчення питань організації та розвитку групових взаємодій та суб’єктності кваліфікованих футболістів у навчально-тренувальному процесі є перспективним напрямом розвитку не лише педагогіки, а й предметних методик. Це вимагає розробки спеціальних прийомів їх реалізації при вивченні конкретного предметного матеріалу, а також при роботі з футболістками різного віку. Одним із перспективних напрямків, на нашу думку, є розробка проблеми розвитку підвищення групової ефективності за рахунок навичок ідентичності, взаємодії та суб’єктності у навчально-тренувальному процесі кваліфікованих футболісток.

РОЗДІЛ 2
МЕТОДИ ТА ОРГАНІЗАЦІЯ ДОСЛІДЖЕННЯ

2.1. Методи дослідження

Для реалізації мети та завдань кваліфікаційної роботи були використані наступні **методи дослідження**:

- теоретичний аналіз та узагальнення даних наукової і методичної літератури та даних мережі Інтернет;
- педагогічний експеримент (констатувальний та формувальний етапи);
- методи математичної статистики.

2.1.1. Теоретичний аналіз та узагальнення даних наукової і методичної літератури та даних мережі Інтернет. Метою даного аналізу є теоретичний аналіз та узагальнення даних наукової та методичної літератури за проблемою дослідження, аналіз психологічних чинників зв'язку цілісності команди та їх групової ефективності; проблеми розвитку групового суб'єкта (джерела, детермінація та механізми розвитку); характер, рівні та етапи розвитку групового суб'єкта.

2.1.2. Педагогічний експеримент (констатувальний та формувальний етапи). Проводився з метою отримання оцінки якісних показників спільної діяльності кваліфікованих футболісток та експериментальної перевірки ефективності розробленої програми формування групової ефективності кваліфікованих футболісток в ігровій діяльності.

Реалізація *констатувального* експерименту проводилася за допомогою анкетування, психодіагностичного тестування в ході якого досліджувалися якісні показники спільної діяльності кваліфікованих футболісток:

1. Для визначення *групової самооцінки* застосовували анкету «Бланк для фіксування результатів даних спортсмена» (Додаток А), а дані, зібрані під час анкетування, реєструвалися на спеціально розроблених аркушах.

2. Для оцінки *групової ефективності* кваліфікованих футболісток використовувався опитувальник «Групова ефективність спортивної команди» Д.Фельц та С.Ліргг, (1998), що був адаптований Колосовим А.Б. та ВойтенкоС.М. (2017). Цей опитувальник дозволяє оцінити сприйняття спортсменами здібностей своєї команди до організації та виконання спільних дій, необхідних для досягнення командного результату [23, 123].

Запитання для опитувальника складаються з 20 різних пунктів, що стосуються уявної змагальної ситуації, яка описана в інструкції. Ці запитання розподілені на п’ять показників: здібність, єдність, стійкість, підготовленість та зусилля. Футболісткам пропонується оцінити впевненість своєї команди за 10-бальною шкалою Лайкерта, де 1 означає «зовсім не впевнений», а 10 – «абсолютно впевнений», враховуючи більше або менше кількість набраних балів (Додаток Б).

Ключ опитувальника «Групова ефективність спортивної команди» (табл. 2.1).

Таблиця 2.1

Ключ опитувальника «Групова ефективність спортивної команди»

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

Оцінки результатів тестування визначалися шляхом підрахунку суми балів за якісними показниками групової ефективності:

- Здібність, яка оцінює можливості демонструвати вищу майстерність, ніж суперник.

- Єдність, що відображає спільність у діях.

- Стійкість, що оцінює опір можливим невдачам.

- Підготовленість, яка відображає внутрішню психологічну готовність до конкретних змагань.

- Зусилля, яке оцінює готовність демонструвати найкращі можливості.

3. В якості вивчення *групової взаємодії* кваліфікованих футболісток у команді пропонується методика «Карта-схема психолого-педагогічної характеристики групи» (Додаток В) [21].

Методика описує карту-схему, що складається з опитувальних листів, в якій знаходиться п'ятибальна шкала, вбудована у набір конкретних якостей, таких як спрямованість активності, організованість, інтелектуальна комунікативність та психологічний клімат. Ці якості відображають інтегративні властивості групи (футбольної команди).

Для оцінки рівня розвитку окремих конкретних якостей використовується п'ятибальна система:

«5» призначається, коли якість демонструється дуже сильно і постійно;

«4» - коли якість проявляється постійно, але менш сильно;

«3» - коли якість проявляється слабко;

«2» - якщо виявляється протилежна негативна якість;

«1» - якщо дуже сильно проявляється протилежна негативна якість (Додаток В).

Для оцінки якостей групи (футбольної команди), які представлені на карті-схемі у більшості випадків по протилежності, важливо враховувати обидві сторони. Щоб оцінити яку-небудь якість, необхідно спершу прочитати позитивну оцінку зліва, а потім відповідну негативну справа, і тільки потім встановити оцінку протилежності за допомогою хрестика.

Під час обробки та аналізу результатів використовується кількісна оцінка, яка базується на порівнянні загальної суми за всіма інтегративними властивостями з наступною шкалою виміру рівня розвитку колективу (футбольної команди) (див. табл. 2.2).

Таблиця 2.2

Шкала оцінки рівня розвитку колективу

Рівень розвитку колективу	Сума балів
Високий	180 – 220
Хороший	140 – 179
Середній	100 – 139
Недостатній	60 – 99

Спрямованість активності означає, що більшість гравців команди об’єднуються навколо конкретних цілей, інтересів і моральних цінностей.

Організованість виявляється в здатності команди самостійно організовуватися, узгоджено висувати лідерів-організаторів та взаємному підкорянні вимогам один одного. Це також включає узгодженість думок і дій, а також готовність кожного гравця команди взяти на себе ініціативу з підвищеною відповідальністю.

Інтелектуальна комунікативність проявляється у здатності команди швидко і легко знаходити спільну мову, досягати спільних думок і встановлювати подібність у судженнях.

Психологічний клімат визначається переважанням певного психологічного настрою, а також рівнем психологічної захищеності кожного гравця команди. Він може бути піднятим або пригніченим і включає в себе доброзичливість, підтримку та взаємну допомогу, або напруженість, докори та байдужість.

4. Для визначення показника групової суб’єктності кваліфікованих футболісток використовувався тест-опитувальник «Типи групової суб’єктності», що ґрунтується на концепції колективного суб’єкта А.Л.Журавльова, розробленої К.М. Гайдар [32].

У процесі дослідження проводилась оцінка футбольної команди за допомогою ряду характеристик. Спочатку футболістки обирали полюс характеристики, який, на їхню думку, найбільш вірно описує їхню команду.

Потім вони оцінювали ступінь вираженості цієї якості, використовуючи відповідну половину шкали відповідей (праву або ліву). Футболістки мали вибір з трьох варіантів відповіді: «якість абсолютно виражено», «якість значно виражено», «якість виражено». Гравці позначали свою відповідь символом «+», розташованим між двома полюсами характеристики (Додаток Г).

Після збору даних проводилась обробка та аналіз результатів.

Ключ до тесту-опитувальника «Типи групової суб'єктності» наведений у таблиці 2.3, а співвідношення якісної і кількісної шкали відповідей представлене у таблиці 2.4.

Таблиця 2.3

Ключ до тесту

Шкала	**Номера пункту**
Потенційна суб'єктність	-1, -4, 7, 10, 13, 16, -19, -22, -25, 28, 31, -34, 37
Реальна суб'єктність	2, 5, -8, -11, 14, -17, -20, 23, -26, 29, -32, 35, 38
Рефлексуюча суб'єктність	-3, 6, -9, 12, -15, -18, 21, 24, -27, -30, -33, 36, 39

Таблиця 2.4

Співвідношення якісної і кількісної шкали відповідей

Варіанти відповідей лівої половини шкали (позитивний полюс)	Бал	Варіанти відповідей правої половини шкали (негативний полюс)	Бал
Якість абсолютно виражено	6	Якість виражено	3
Якість значно виражено	5	Якість значно виражено	2
Якість виражено	4	Якість абсолютно виражено	1
Варіанти відповідей лівої половини шкали (негативний полюс)	Бал	Варіанти відповідей правої половини шкали (позитивний полюс)	Бал
Якість абсолютно виражено	1	Якість виражено	4
Якість значно виражено	2	Якість значно виражено	5
Якість виражено	3	Якість абсолютно виражено	6

Група (футбольна команда) з домінуючим типом «потенційна суб'єктність» характеризується взаємопов'язаністю і взаємозалежністю між її гравцями. Вони мають встановлені взаємини та взаємозв'язки, що створюють передумови для формування єдиного суб'єкта для спільної активності. Група (команда) спрямована на спільну роботу та має готовність допомагати один одному та долати труднощі разом. Її гравці вже уявляють себе як «команду», єдине ціле, яке може спільно працювати та домовлятися про ролі та позиції. В команді панує згуртованість та відчуття взаємної відповідальності за успіхи та невдачі. Психологічна атмосфера сприятлива, існує нахил до контактів між гравцями, що сприяє бажанню зберегти членство у команді.

Група (футбольна команда) з домінуючим типом «реальна суб'єктність» відзначається активною спільною діяльністю, яка виявляється у різних формах і видах (взаємодія, групові дії, спільна діяльність, групове відношення, групова поведінка, міжгрупові відносини і взаємодії тощо). Це дозволяє команді виступати як єдиному цілому відносно інших соціальних об'єктів або навіть самої себе. Груповий суб'єкт формулює єдині цілі, здійснює взаємне інформування, приймає спільні рішення та реалізує їх, дотримується групових норм і цінностей. Внутрішньогрупове спілкування охоплює як ділову, так і міжособистісну сферу, що сприяє активному розвитку відношень до важливих для команди подій, питань, а також прагненню гравців проводити час разом.

Група (футбольна команда) з домінуючим типом «рефлексуюча суб'єктність» відзначається насамперед груповою саморефлексією. Футболісти усвідомлюють свою психологічну єдність, у них розвинуте почуття «Ми», і вони здатні оцінювати свої потенціали, порівнюючи їх з командними цілями. Груповий суб'єкт вміє формулювати узгоджені думки і судження, включаючи спільне уявлення про власні якості й особливості. Учасники команди обговорюють мету і завдання, аналізують спільні досягнення і невдачі, користуючись спільною мовою та груповою пам'яттю.

Статистичні норми для тесту-опитувальника «Типи групової суб'єктності» наведені в таблиці 2.5.

Таблиця 2.5

Статистичні норми тесту

Шкала	Кількість балів	Рівень розвитку
Потенційна суб'єктність	13 – 38	низький
	39 – 45	нижче середнього
	46 – 54	середній
	55 – 61	вище середнього
	62 – 78	високий
Реальна суб'єктність	13 – 40	низький
	41 – 45	нижче середнього
	46 – 54	середній
	55 – 59	вище середнього
	60 – 78	високий
Рефлексуюча суб'єктність	13 – 40	низький
	41 – 44	нижче середнього
	45 – 53	середній
	54 – 59	вище середнього
	60 – 78	високий

2.1.3. Формувальний експеримент передбачав запровадження програми «Формування групової ефективності кваліфікованих футболісток в ігровій діяльності» з метою впливу на підвищення показників групової ефективності кваліфікованих футболісток експериментальної групи яка займалася за розробленою програмою та співставлення показників групової ефективності контрольної групи, яка займалася за традиційною системою тренувань, загальноприйнятими рекомендаціями (програмами ДЮСШОР).

До дослідження було залучено 53 гравця жіночих футбольних команд ЕМС-Поділля, КЗ ВОДЮСШ з футболу «Нива» Вінниця, жіноча збірна ВДПУ ім. Михайла Коцюбинського. У формувальному педагогічному експерименті футболісток було поділено на дві групи (експериментальну

групу – ЕМС-Поділля 18 осіб та контрольну групу жіноча збірна ВДПУ ім.Михайла Коцюбинського 17 осіб.

Далі проводився формувальний педагогічний експеримент який включає в себе розробку програми «Формування групової ефективності кваліфікованих футболісток в ігровій діяльності» у тренувальному процесі; проведення та узагальнення результатів формувального експерименту; встановлення ефективності авторської програми. Апробація програми здійснювалася на вибірці 35 кваліфікованих футболісток .

2.1.4. Методи математичної статистики

Обробку результатів досліджень здійснювали за допомогою методів психометрії та математичної статистики, описаних в спеціальній літературі [53, 74 та ін.]. Було проаналізовано показники середніх величин; ранжування результатів; непараметричний дисперсійний аналіз Крускала – Уолліса (Kruskal-Wallis ANOVA by ranks H-test); кореляційний аналіз Спірмена (r_s Spearman rank); оцінка зсуву показників Т - критерію Вілкоксона (Wilcoxon matched pair T-test); оцінка відмінності між двома групами U-критерію Манна – Уітні (Mann-Whitney U-test) та графічне представлення результатів дослідження (розрахунки проводили з використанням персонального комп'ютера, зокрема програм «Excel», STATISTICA 10 в операційній системі «Windows Vista»).

2.2. Організація дослідження

Методологія нашого дослідження передбачала проведення поетапного педагогічного експерименту.

Перший етап (вересень – грудень 2023 р.). Проведено аналіз наукової і методичної літератури, Інтернет-ресурсів з обраної проблеми дослідження групової ефективності футбольних команд, вивчався стан проблеми в науці і практиці. Здійснювався вибір об'єкта і предмета дослідження, визначалися мета, завдання і методи дослідження. Проводився збір інформації про об'єкт дослідження.

Другий етап (січень – червень 2024 р.). був проведений констатувальний педагогічний експеримент. Здійснювалося анкетування, психодіагностичне тестування для оцінки процесів групової самооцінки, групової ефективності, групової суб'ктності, групової взаємодії кваліфікованих футболісток, у результаті якого було отримано новітні експериментальні дані про відмінності якісних показників спільної діяльності кваліфікованих футболісток та гравців різних амплуа.

Дослідження проводились на базі КЗ ВОДЮСШ з футболу «Нива» Вінниця. На цьому етапі у дослідженні брали участь 53 футболістки, віком від 16 до 21 років, які на момент проведення експерименту проходили навчально-тренувальну та змагальну підготовку.

Третій етап (липень – вересень 2024 р.) проводився формувальний педагогічний експеримент який включає в себе розробку програми «Формування групової ефективності кваліфікованих футболісток в ігровій діяльності» у тренувальному процесі; проведення та узагальнення результатів формувального експерименту; встановлення ефективності авторської програми. Апробація програми здійснювалася на вибірці 36 кваліфікованих футболісток .

Четвертий етап (жовтень – листопад 2024 р.) було здійснено: аналіз отриманих результатів дослідження; обробка за допомогою методів математичної статистики; оформлення та подання отриманих результатів; представлення результатів емпіричного дослідження на наукових конференціях, семінарах; сформульовано висновки та оформлено текст кваліфікаційної роботи.

РОЗДІЛ 3
ЕФЕКТИВНІСТЬ СПІЛЬНОЇ ДІЯЛЬНОСТІ КВАЛІФІКОВАНИХ ФУТБОЛІСТОК

3.1. Порівняльна характеристика показників ефективності спільної діяльності жіночих футбольних команд

Одним із завдань кваліфікаційної роботи передбачалося установити відмінності якісних показників спільної діяльності кваліфікованих футболісток та гравців різних амплуа.

Ми провели аналіз ефективності якісних показників спільної діяльності в жіночих футбольних командах шляхом застосування статистичного аналізу визначення достовірності змін за допомогою Н-критерію Крускала – Уолліса. Для цього було створено три групи з кваліфікованих футболісток жіночих команд: ЕМС-Поділля, КЗ ВОДЮСШ з футболу «Нива» Вінниця та збірна ВДПУ ім. Михайла Коцюбинського.

Порівняльна характеристика якісних показників *групової самооцінки* кваліфікованих футболісток засвідчує відмінність за усіма даними «здібність групи вирішувати складні ситуації» ($H = 11,42$; $p<0,01$), «фізична підготовленість команди» ($H = 8,31$; $p < 0,042$), «технічна підготовленість команди» ($H = 28,78$; $p < 0,001$), «тактична підготовленість команди» ($H=17,78$; $p < 0,001$), «ефективність командної взаємодії» ($H = 42,58$; $p<0,001$) та «середнє значення» ($H=24,69$; $p < 0,001$), результати аналізу наведено в табл. 3.1.

Найвищі значення показника «здібність групи вирішувати складні ситуації» було виявлено серед кваліфікованих футболісток ЕМС-Поділля ($7,71 \pm 1,3$). Цю ситуацію можна пояснити через комбінацію значущих для футболісток подій, їхніх потреб, цінностей і уявлень, що впливають на їх групову діяльність та світогляд під час підготовчого циклу або змагального періоду, а також через свідоме використання міжособистісних відносинних ресурсів. Натомість найнижчі дані ($7,43 \pm 1,7$) зафіксовано серед футболісток

КЗ ВОДЮСШ «Нива». Це може бути пов'язано зі зниженою важливістю спільних дій футболісток, їхньою неефективною стратегією вибору вирішального впливу, а також з нестачею сміливості та наполегливості у складних ситуаціях, спрямованих на досягнення успіху та подолання труднощів.

Таблиця 3.1

Порівняльна характеристика показників групової самооцінки жіночих футбольних команд

Показник	Команда			H	p
	ЕМС-Поділля *n = 18*	КЗ ВОДЮСШ з футболу «Нива» *n = 18*	збірна ВДПУ ім. Михайла Коцюбинського *n = 17*		
	$\bar{x} \pm S$	$\bar{x} \pm S$	$\bar{x} \pm S$		
Здібність групи вирішувати складні ситуації	7,71 ± 1,3	7,43 ± 1,7	7,69 ± 1,3	11,42	0,01*
Фізична підготовленість команди	8,07 ± 1,4	7,76 ± 1,3	7,89 ± 1,2	8,31	0,042*
Технічна підготовленість команди	7,43 ± 1,1	7,31 ± 1,8	7,75 ± 1,7	28,78	0,001*
Тактична підготовленість команди	7,79 ± 1,6	7,32 ± 1,2	7,68 ± 1,6	17,36	0,001*
Ефективність командної взаємодії	8,51±1,5	7,63 ± 1,3	8,36 ± 1,8	42,58	0,001*
Середнє значення	7,90 ± 1,3	7,49 ± 1,0	7,87 ± 1,0	24,69	0,001*

*Примітка: * – показники, які є достовірно відмінними за H-критерієм ($n = 53$, $v=3$, $H_{кр\ (p \le 0,05)} = 7,81$; $H_{кр\ (p \le 0,01)} = 11,34$; $H_{кр\ (p \le 0,001)} = 16,27$)*

За показником «фізична підготовленість команди» найвищі показники були зафіксовані у кваліфікованих футболісток ЕМС-Поділля (8,07 ± 1,4), що свідчить про високу оцінку рівня розвитку фізичних якостей, а також сформованості необхідних рухових навичок і вмінь для успішного виконання завдань. У той же час футболістки команди КЗ ВОДЮСШ «Нива» та збірна ВДПУ ім. Михайла Коцюбинського продемонстрували нижчі результати, оцінюючи фізичні якості своєї команди.

Виявлено значну різницю у показниках, які характеризують «технічну підготовленість команди». Найвищі показники були виявлені у кваліфікованих футболісток збірної ВДПУ ім. Михайла Коцюбинського (7,75±1,7), що можна пояснити високим рівнем технічної майстерності спортсменів, точним виконанням різноманітних технічних дій, вдосконаленням координаційних вмінь та здатністю взаємодіяти з партнерами для досягнення спільних цілей. Найнижчі показники (7,31 ± 1,8) були зафіксовані у футболісток команди КЗ ВОДЮСШ «Нива».

Найвищий рівень «тактичної підготовленості команди» був зафіксований у кваліфікованих футболісток ЕМС-Поділля (7,79 ± 1,6), що вказує на найбільш оптимальний спосіб використання тактичних прийомів у конкретних ситуаціях змагальної діяльності, забезпечуючи досягнення результату при мінімальних енергозатратах спортсмена. Найнижчі показники були виявлені у футболісток команди КЗ ВОДЮСШ «Нива» (7,32±1,2).

Спостерігається значна різниця у показниках «ефективність командної взаємодії». Найвище значення було виявлене у футболісток команди КЗ ВОДЮСШ «Нива» (7,63 ± 1,3), тоді як найнижчі показники мали футболістки збірної ВДПУ ім. Михайла Коцюбинського (8,36 ± 1,8). Це може бути пояснено різним рівнем розвитку навичок взаємодії між партнерами в команді, коли діяльність стає спільною, а не індивідуальною.

Відмінність у «середніх значеннях» може вказувати не лише на фактичний стан справ, але й на різні критерії, за якими футболістки різних команд оцінюють рівень підготовленості.

Порівняльна характеристика якісних показників *групової суб'єктності* кваліфікованих футболісток засвідчує достовірну відмінність за двома показниками «потенційна суб'єктність» (H = 7,56; p < 0,05) та «реальна суб'єктність» (H = 9,56; p < 0,05) таблиця 3.2.

Таблиця 3.2

Порівняльна характеристика показників групової суб'єктності жіночих футбольних команд

Показник	Команда			H	p
	ЕМС-Поділля *n = 18*	КЗ ВОДЮСШ з футболу «Нива» *n = 18*	збірна ВДПУ ім. Михайла Коцюбинського *n = 17*		
	$\bar{x} \pm S$	$\bar{x} \pm S$	$\bar{x} \pm S$		
Потенційна суб'єктність	39,23± 6,7	39,01 ± 3,9	39,13 ± 7,1	7,56	0,05*
Реальна суб'єктність	39,62 ± 6,9	39,58 ± 5,1	39,71 ± 6,8	2,23	0,463
Рефлексуюча суб'єктність	38,41 ± 5,7	38,29 ± 3,8	38,21 ± 6,4	9,56	0,05*
Середнє значення	39,12 ± 6,4	38,96 ± 4,3	39,02 ± 6,8	6,45	0,181

*Примітка: * – показники, які є достовірно відмінними за H-критерієм (n = 53, v=3, $H_{кр\ (p \le 0,05)} = 7,81$; $H_{кр\ (p \le 0,01)} = 11,34$)*

Найвище значення показника «потенційна суб'єктність» зафіксовано у футболісток ЕМС-Поділля (7,79 ± 1,6). Це може свідчити про взаємопов'язаність і взаємозалежність між ними. Встановлення чітких стосунків і взаємозв'язків між гравцями є соціально-психологічною передумовою для формування єдиного суб'єкта різних видів спільної

групової активності. Така команда орієнтована на спільну командну працю, гравці готові допомагати один одному та подолати труднощі разом. Серед характерних ознак цієї команди - згуртованість та взаємна відповідальність за успіхи і невдачі. Вони створюють сприятливу психологічну атмосферу і мають велике бажання залишитися членами власної команди. Такі гравці відчувають себе частиною цілісного колективу і можуть розглядати себе як один цілісний футбольний колектив. Найнижчі показники (39,01 ± 3,9) зафіксовано у футболісток команди КЗ ВОДЮСШ «Нива» що, засвідчує заниженням групової суб'єктності гравців.

Також було зафіксовано достовірну відмінність показника «рефлексуюча суб'єктність», найрезультативніші значення було зафіксовано у футболісток ЕМС-Поділля (38,41 ± 5,7). Це може свідчити про спроможність футболісток аналізувати свої власні думки, почуття, переконання та дії. Це вміння самоспостереження і самовідображення, що дозволяє особі усвідомлювати і рефлексувати про себе, свої внутрішні стани та взаємодії з оточуючим світом. Рефлексія допомагає спортсменці краще розуміти себе, свої мотивації та цінності, а також дозволяє адаптувати свої дії та реакції на різні змагальні ситуації. Рефлексуюча суб'єктність може допомагати футболісткам аналізувати свої тренування, стратегії гри, а також ефективність комунікації та спілкування з партнерами та тренерами. Найнижчі показники (38,21 ± 6,4) зафіксовано у футболісток збірної ВДПУ ім. Михайла Коцюбинського що, засвідчує заниженням групової саморефлексії гравців. За іншими показниками групової суб'єктності статистично вірогідних відмінностей не зафіксовано.

Аналіз порівняльної характеристики показників «*групової взаємодії*» кваліфікованих футболісток дані представлено у таблиці 3.3. Зокрема, зафіксовано достовірну відмінність за показниками «організованість команди» ($H = 16,81$; $p < 0,001$), «психологічний клімат» ($H= 24,68$; $p<0,001$), «середнє значення» ($H = 12,49$; $p < 0,01$), та «оцінка ступеня розвитку» ($H=15,44$; $p<0,001$).

Таблиця 3.3

Порівняльна характеристика показників групової взаємодії жіночих футбольних команд

Показник	Команда			H	p
	ЕМС-Поділля *n = 18*	КЗ ВОДЮСШ з футболу «Нива» *n = 18*	збірна ВДПУ ім. Михайла Коцюбинського *n = 17*		
	$\bar{x} \pm S$	$\bar{x} \pm S$	$\bar{x} \pm S$		
Спрямованість активності	41,95 ± 4,9	39,17 ± 5,9	41,75 ± 6,9	5,52	0,151
Організованість	43,28 ± 3,7	38,32 ± 6,1	43,09 ± 5,7	16,81	0,001*
Інтелектуальна комунікативність	41,88 ± 4,8	39,74 ± 5,7	41,13 ± 4,6	2,94	0,398
Психологічний клімат	43,44 ± 3,1	39,32 ± 6,8	43,60 ± 2,1	24,68	0,001*
Середнє значення	42,63 ± 4,01	39,13±6,51	42,07 ± 4,32	12,49	0,01*
Оцінка ступеня розвитку	170,46 ±16,2	156,48±22,2	169,38 ±21,7	15,44	0,001*

*Примітка: * – показники, які є достовірно відмінними за H-критерієм (n = 53, v=3, $H_{кр\ (p \le 0,05)} = 7,81$; $H_{кр\ (p \le 0,01)} = 11,34$; $H_{кр\ (p \le 0,001)} = 16,27$)*

Найвище значення показника «організованість» зафіксовано у футболісток ЕМС-Поділля (43,01 ± 6,3). Це свідчить про високий рівень командної організації та відповідальності у бездоганному виконанні спільної діяльності гравців навіть у напружених умовах з мінімальним розмахом відхилень між найкращими та найгіршими результатами. Футболістки

зосереджені на узгодженні спільних дій та ретельному вивченні необхідного плану для досягнення загального результату.

Найнижчі показники (39,17 ± 5,9) були зафіксовані у футболісток команди КЗ ВОДЮСШ «Нива». Ймовірно, це свідчить про низький рівень якостей колективу, таких як спрямованість, самоствердження, лідерство, згуртованість дій, стресостійкість, тощо.

Футболістки збірної ВДПУ ім. Михайла Коцюбинського показали найвищі значення показника «психологічний клімат» (43,60 ± 2,1). Це свідчить про те, що вони відчувають емоційне задоволення внаслідок участі у високоорганізованій спільній спортивній діяльності. Цей факт також проявляється в меншій кількості конфліктних ситуацій всередині команди та сприяє розкриттю їх потенційних можливостей. Найнижчі показники (39,32±6,8) були зафіксовані у футболісток команди КЗ ВОДЮСШ «Нива».

Вірогідна відмінність показників середнього значення засвідчує найвищі дані (42,63 ± 4,01) у футболісток команди ЕМС-Поділля.

За показником «оцінка ступеня розвитку» групової взаємодії найвищі дані зафіксовано у гравців команди ЕМС-Поділля (170,46 ±16,2). Це свідчить про високий рівень співпраці та взаємодії між футболістками. Такі показники можуть свідчити про ефективну комунікацію, розуміння та підтримку один одного всередині команди. Гравці цієї команди можуть мати відмінну здатність до спільної роботи, взаємопідтримки та вирішення спільних завдань, що сприятиме успішному виступу команди в цілому..

За аналізом показників *групової ефективності* кваліфікованих футболісток вірогідну відмінність зафіксовано за усіма досліджуваними показниками крім показника «єдність» таблиця 3.4. Зокрема, зареєстровано відмінність за показниками «здібність» ($H = 16,12$; $p<0,001$), «стійкість» ($H=11,52$; $p < 0,01$), «підготовленість» ($H=17,65$; $p < 0,001$), «середнього значення» ($H=11,54$; $p<0,01$).

Групова ефективність це сприймання здібностей своєї команди до організації та виконання необхідних спільних дій для досягнення поставлених цілей.

Таблиця 3.4

Порівняльна характеристика показників групової ефективності жіночих футбольних команд

Показник	**Команда**			**H**	**p**
	ЕМС-Поділля ***n = 18***	**КЗ ВОДЮСШ з футболу «Нива»** ***n = 18***	**збірна ВДПУ ім. Михайла Коцюбинського** ***n = 17***		
	$\bar{x}$ **± S**	$\bar{x}$ **± S**	$\bar{x}$ **± S**		
Здібність	33,71 ± 4,5	32,69 ± 5,3	30,74 ± 5,0	16,12	0,001*
Єдність	30,73 ± 5,1	31,09 ± 6,2	30,09 ± 5,2	2,65	0,347
Стійкість	32,01 ± 4,9	28,78 ± 4,5	30,31 ± 5,0	11,52	0,01*
Підготовленість	33,01 ± 5,4	34,12 ± 4,2	30,78 ± 5,3	17,65	0,001*
Зусилля	33,12 ± 3,1	31,54 ± 4,6	30,69 ±4,9	9,68	0,05*
Середнє значення	32,52 ± 5,2	31,64 ± 4,1	30,52 ± 6,2	11,54	0,01*

*Примітка: * – показники, які є достовірно відмінними за H-критерієм (n = 53, v=3, $H_{кр\ (p \le 0,05)} = 7,81$; $H_{кр\ (p \le 0,01)} = 11,34$; $H_{кр\ (p \le 0,001)} = 16,27$)*

За показником «здібність» найвищі значення зафіксовано у футболісток команди ЕМС-Поділля (33,71 ± 4,5), а найнижчі у футболісток збірної ВДПУ ім. Михайла Коцюбинського (30,74 ± 5,0). Це може свідчити про те, що гравці команди ЕМС-Поділля швидше набувають навичок та ефективно використовують їх у грі, набуваючи вищої майстерності порівняно з гравцями збірної ВДПУ, коли застосовують ці знання на практиці в ігровому процесі.

Вірогідну відмінність зафіксовано за показником «стійкість» найвищі значення зафіксовано у футболісток команди ЕМС-Поділля (32,01 ± 4,9), а найнижчі у футболісток команди КЗ ВОДЮСШ «Нива». (28,78 ± 4,5). Ці дані вказують на командну готовність протистояти можливим невдачам та на витривалий стан гравців до непохитності, їх рішучість та наполегливість у виконанні спільних командних завдань.

Вірогідну відмінність зафіксовано за показником «підготовленість» найвищі значення зафіксовано у футболісток команди КЗ ВОДЮСШ «Нива». (34,12 ± 4,2), а найнижчі у футболісток збірної ВДПУ ім. Михайла Коцюбинського (30,78 ± 5,3). Ця оцінка свідчить про психологічне налаштування гравців і відображає стійку динаміку їх спільної діяльності.

Статистичну відмінність зафіксовано за показником «зусилля» найвищі значення зафіксовано у футболісток команди ЕМС-Поділля (33,12 ± 3,1), а найнижчі у футболісток збірної ВДПУ ім. Михайла Коцюбинського (30,69±4,9). Це може вказувати на високу оцінку реальних можливостей колективної діяльності футбольної команди, спрямованої на досягнення поставлених цілей.

Також була виявлена відмінність за показником «середнього значення», де найвищі результати були зафіксовані у футболісток команди ЕМС-Поділля (32,52 ± 5,2), а найнижчі у футболісток збірної ВДПУ ім. Михайла Коцюбинського (30,52 ± 6,2). Це підтверджує отримані раніше дані і підсилює аргументи про різницю між командами за цим показником.

Після аналізу статистично значущих відмінностей у показнику оцінки групової ефективності кваліфікованих футболісток було проведено ранжування даних та визначено рейтинг команд. За найвище значення показника було присвоєно 3 бали, за найнижче - 1 бал табл. 3.5.

За ранжуванням отриманих даних найвище 13 балів отримали у футболісток команди ЕМС-Поділля. Дещо нижчий показник 11 балів у футболісток команди КЗ ВОДЮСШ «Нива» і найнижчі 6 балів зафіксовано у футболісток збірної ВДПУ ім. Михайла Коцюбинського.

Таблиця 3.5

Рейтинг жіночих футбольних команд за показниками групової ефективності

Показник	**Команда**		
	ЕМС-Поділля ***n = 18***	**КЗ ВОДЮСШ з футболу «Нива»** ***n = 18***	**збірна ВДПУ ім. Михайла Коцюбинського** ***n = 17***
Здібність	3	2	1
Єдність	2	3	1
Стійкість	3	1	2
Підготовленість	2	3	1
Зусилля	3	2	1
Сума рангів	***13***	***11***	***6***

Можна припустити, що оцінка групової ефективності кваліфікованих футболісток у різних командах відображає різний рівень злагодженості їх спільних дій у досягненні цілей, визначених командою.

На підставі ранжування середньостатистичних даних якісних показників спільної діяльності кваліфікованих футболісток у командах було визначено їх рейтинг (табл. 3.6).

Футболістки команди ЕМС-Поділля мають найвищу суму рангів (12), після них - футболістки збірної ВДПУ ім. Михайла Коцюбинського з результатом (7), та найнижчі показники рангів (5) у футболісток команди КЗ ВОДЮСШ «Нива».

Таблиця 3.6

Рейтинг жіночих футбольних команд за середніми показниками спільної діяльності

Показник	**Команда**		
	ЕМС-Поділля ***n = 18***	**КЗ ВОДЮСШ з футболу «Нива»** ***n = 18***	**збірна ВДПУ ім.Михайла Коцюбинського** ***n = 17***
Групова самооцінка	3	1	2
Групової суб’єктності	3	1	2
Групова взаємодія	3	1	2
Групової ефективності	3	2	1
Сума рангів	***12***	***5***	***7***

Це вказує на те, що футболістки виявили здатність до узгодженого формулювання думок і суджень, а також до спільного уявлення та сприйняття завдань команди для успішного вирішення їх.

3.2. Відмінності показників ефективності спільної діяльності кваліфікованих футболісток різних амплуа

Ефективність спільних дій кваліфікованих футболісток за різними амплуа у футбольних командах зазвичай визначається їхнім особистим зростанням та здатністю вирішувати особисті та групові завдання для досягнення успіху команди.

Наступним завданням у кваліфікаційній роботі, спрямованій на формування групової ефективності кваліфікованих футболісток, було визначення відмінностей у якісних показниках спільної діяльності футболісток за різними амплуа. Для цього експерименту було створено чотири групи згідно з ігровими позиціями кваліфікованих футболісток: захисник, півзахисник, нападаючий та воротар.

Перевірка достовірності змін у кваліфікованих футболісток за різними амплуа відбувалася за використання H-критерію Крускала – Уолліса.

Аналіз статистично достовірних відмінностей характеристики показників *групової самооцінки* у кваліфікованих футболісток за різними амплуа зафіксовано за усіма показниками (табл. *3.7).* А саме, «здібність групи вирішувати складні ситуації» ($H = 37,85$; $p < 0,001$); «фізична підготовленість» ($H = 26,39$; $p < 0,001$); «технічна підготовленість» ($H=32,84$; $p<0,001$); «тактична підготовленість» ($H = 42,54$; $p < 0,001$); «ефективність командної взаємодії» ($H = 36,11$; $p < 0,001$) та «середнє значення» ($H = 49,44$; $p<0,001$;).

За першим показником самооцінки «здібність групи вирішувати складні ситуації» зафіксовано найвищі данні за амплуа «воротар» ($8,61 \pm 0,5$), а найнижчі данні за амплуа «захисник» ($7,34 \pm 1,2$). На нашу думку, зафіксовані показники можуть свідчити про те, що воротарі проявляють вищий рівень самооцінки у вирішенні складних ситуацій порівняно з іншими амплуа. Це може бути пов'язано з особливостями ролі воротаря в команді, де їм часто доводиться приймати швидкі та важливі рішення в умовах великого тиску та відповідальності за результат. У той же час, захисники, можливо, відчувають меншу необхідність у прийнятті індивідуальних рішень у порівнянні з воротарем, оскільки їхня роль полягає у забезпеченні оборони та груповій ефективності з іншими членами команди.

За показником самооцінки «фізична підготовленість команди» найвищі данні зафіксовано за амплуа «нападаючий» ($8,61 \pm 1,3$), а найнижчі данні за амплуа «захисник» ($7,68 \pm 1,4$). Ймовірно, нападаючі висувають більш

значимі вимоги щодо рівня власної фізичної підготовленості ніж лінія захисту.

Таблиця 3.7

Порівняльна характеристика показників групової самооцінки у кваліфікованих футболісток за амплуа

Показник	Ігрове амплуа				H	p
	Захисник ***n = 16***	**Пів-захисник** ***n = 16***	**Напа-даючий** ***n* = 14**	**Воротар** ***n = 7***		
	$\bar{x} \pm S$	$\bar{x} \pm S$	$\bar{x} \pm S$	$\bar{x} \pm S$		
Здібність групи вирішувати складні ситуації	7,34 ± 1,2	8,32 ± 1,1	8,22 ± 1,4	8,61 ± 0,5	37,85	0,001*
Фізична підготовленість команди	7,68 ± 1,4	8,32 ± 1,4	8,61 ± 1,3	8,33 ± 1,4	26,39	0,001*
Технічна підготовленість команди	7,99 ± 1,8	8,15 ± 1,5	7,23 ± 1,7	8,44 ± 1,5	32,84	0,001*
Тактична підготовленість команди	8,80 ± 1,2	8,28 ± 1,7	7,29 ± 1,2	8,33 ± 1,5	42,54	0,001*
Ефективність командної взаємодії	7,63 ± 1,3	8,38 ± 1,6	8,41 ± 1,3	9,28 ± 1,1	36,11	0,001*
Середнє значення	7,88 ± 1,6	8,29 ± 1,9	7,95 ± 1,5	8,59 ± 0,8	49,44	0,001*

*Примітка: * – показники, які є достовірно відмінними за H-критерієм (n = 53, v=3, $H_{кр\ (p \le 0,05)} = 7,81$; $H_{кр\ (p \le 0,01)} = 11,34$; $H_{кр\ (p \le 0,001)} = 16,27$)*

За показником самооцінки «технічна підготовленість команди», зафіксовано найвищі данні за амплуа «воротар» (8,44 ± 1,5), а найнижчі данні за амплуа «нападаючий» (7,23 ± 1,7). Це може свідчити про те, що воротарі володіють різноманітним набором технічних прийомів і дій, які є важливими для успішного виконання їхніх завдань на полі. Серед цих навичок можуть бути вміння правильно виходити на м'яч, відбивати прострілі, взаємодіяти з захисниками та володіння м'ячем ногами. З іншого боку, нападаючі показали найнижчі показники самооцінки своєї технічної підготовленості порівняно з іншими позиціями на полі. Низький рівень самооцінки може відображати власну свідомість про потребу в подальшому розвитку цих технічних аспектів гри.

За показниками самооцінки «тактична підготовленість команди» найвищі результати зафіксовано серед захисників, які оцінили свої тактичні здібності на рівні (8,80 ± 1,2). Це може свідчити про те, що захисники демонструють високий рівень розуміння тактичних аспектів гри, таких як позиціонування на полі, взаємодія з партнерами по команді, та ефективне використання стратегій та тактичних схем. Найнижчі результати самооцінки були зафіксовані серед «нападаючих», які оцінили свою тактичну підготовку на рівні (7,29 ± 1,2).

За показниками самооцінки «ефективність командної взаємодії» найвищі результати були зафіксовані серед «воротарів», які оцінили рівень взаємодії в команді на рівні (9,28 ± 1,1). Це може свідчити про високий рівень спілкування, взаєморозуміння та координації між воротарем і іншими гравцями команди. Воротарі, ймовірно, демонструють здатність до ефективної організації оборони та ведення команди під час гри. Найнижчі результати самооцінки були зафіксовані серед «захисників», які оцінили ефективність командної взаємодії на рівні (7,63 ± 1,3). Це може вказувати на те, що захисники можуть мати складнощі у взаємодії з іншими членами команди, виконанні своїх ролей у системі оборони, а також у спілкуванні та координації дій з партнерами по команді.

За показниками самооцінки «середнього значення» у кваліфікованих футболісток за різними амплуа найвищі результати були зафіксовані серед «воротарів» (8,59 ± 0,8), а найнижчі результати самооцінки були зафіксовані серед «захисників».

Аналізуючи динаміку показників *групової суб'єктності* у кваліфікованих футболісток за різними амплуа було зафіксовано статистично вірогідну відмінність за показником «реальна суб'єктність» (Н = 9,29; p<0,05), «рефлексуюча суб'єктність» (Н = 11,65; p<0,01) та «середнє значення» (Н = 7,82; p<0,05) таблиця 3.8.

Таблиця 3.8

Порівняльна характеристика показників групової суб'єктності у кваліфікованих футболісток за амплуа

Показник	**Ігрове амплуа**				**Н**	**p**
	Захисник ***n = 16***	**Пів-захисник** ***n = 16***	**Напа-даючий** ***n* = 14**	**Воротар** ***n = 7***		
	$\bar{x} \pm S$	$\bar{x} \pm S$	$\bar{x} \pm S$			
Потенційна суб'єктність	39,73 ± 6,6	39,69 ± 4,9	39,80± 6,5	39,98 ± 6,6	2,83	0,417
Реальна суб'єктність	38,16 ± 7,0	38,36 ± 3,9	38,30 ± 7,1	38,43 ± 7,0	9,33	0,05*
Рефлексуюча суб'єктність	38,26±7,2	38,48± 6,1	38,33 ± 5,9	38,90±7,2	11,65	0,01*
Середнє значення	38,71 ± 6,9	38,75 ± 4,9	38,81 ± 6,5	39,40 ± 6,9	7,82	0,05*

*Примітка: * – показники, які є достовірно відмінними за Н-критерієм (n = 53, v=3, $H_{кр\ (p \le 0,05)} = 7,81$; $H_{кр\ (p \le 0,01)} = 11,34$)*

Найвище значення за показником «реальна суб'єктність» зафіксовано за амплуа «воротар» (38,43 ± 7,0), а найнижчі данні за амплуа «півзахисник»

(38,36 ± 3,9). Це свідчить про те, що в кваліфікованих футболісток існує взаємопов'язаність і взаємозалежність, формування спільного суб'єкта різних видів спільної активності. У них розвинена психологічна готовність діяти разом, виявляти загальну активність. Вони відзначаються згуртованістю, відчуттям взаємної відповідальності за успіхи та невдачі команди. Такі гравці створюють сприятливу психологічну атмосферу, а також вміло взаємодіють між собою та прагнуть зберегти членство в команді.

Найвище значення за показником «рефлексуюча суб'єктність» зафіксовано за амплуа «воротар» (38,43 ± 7,0), а найнижчі данні за амплуа «захисник» (38,36 ± 3,9). Це може вказувати на те, що кваліфіковані футболістки оцінюють свої власні здібності відповідно до вимог, які ставляться перед ними у команді залежно від їхніх амплуа. Вони можуть проводити самоаналіз своїх сильних і слабких сторін, використовувати різноманітні ресурси і формулювати узгоджені думки про свої якості. Футболістки, які виступають на захисних позиціях, можуть бути особливо схильними до розвитку відчуття «ми» в команді та формування психологічної єдності.

Найвище значення за показником «середнє значення» зафіксовано за амплуа «воротар» (38,43 ± 7,0), а найнижчі данні за амплуа «захисник» (38,36±3,9). Це свідчить про те, що воротарі проявляють більш виражену групову спрямованість і почуття єдності з командою, що може бути важливим аспектом їхнього внеску в групову ефективність. Натомість, за іншими амплуа цю характеристику виражено менше, що може свідчити про меншу групову спрямованість або взаємодію футболісток.

При аналізі показників *групової взаємодії* у кваліфікованих футболісток за різними амплуа зафіксовано достовірну відмінність за усіма показниками (табл. *3.9).* А саме за показниками «спрямованість активності» (H = 8,8; p<0,01), «організованість» (H=16,75; p<0,001), «інтелектуальна комунікативність» (H = 9,34; p<0,01), «психологічний клімат» (H = 34,62;

p<0,001), показником «середнього значення» (H = 17,32; p<0,001), та «оцінка ступеня розвитку» (H = 24,67; p < 0,001).

Таблиця 3.9

Порівняльна характеристика показників групової взаємодії у кваліфікованих футболісток за амплуа

Показник	Ігрове амплуа				H	p
	Захисник *n = 16*	Півзахисник *n = 16*	Нападаючий *n* = 14	Воротар *n = 7*		
	$\bar{x} \pm S$	$\bar{x} \pm S$	$\bar{x} \pm S$	$\bar{x} \pm S$		
Спрямованість активності	41,22 ± 5,5	42,26 ± 5,5	42,68±5,7	42,64±5,5	8,8	0,01*
Організова-ність	41,43 ± 6,2	41,44 ± 6,2	42,60±6,3	41,96 ± 6,2	16,75	0,001*
Інтелектуальна комунікатив-ність	41,88 ± 6,0	42,91 ± 6,0	41,48±5,7	42,95 ± 6,0	9,34	0,01*
Психологічний клімат	41,91 ± 5,7	41,94 ± 5,7	42,88±5,3	42,84 ± 5,7	34,62	0,001*
Середнє значення	41,59±5,81	42,13±5,21	42,41±5,93	42,59±5,59	17,32	0,001*
Оцінка ступеня розвитку	168,24±19,7	177,53±19,7	171,37±19,5	176,23±19,7	24,67	0,001*

*Примітка: * – показники, які є достовірно відмінними за H-критерієм (n = 53, ν=3, $H_{кр\ (p \le 0,05)} = 7,81$; $H_{кр\ (p \le 0,01)} = 11,34$; $H_{кр\ (p \le 0,001)} = 16,27$)*

За показником «спрямованість активності» найвищі дані (42,68 ± 5,7) зафіксовано за амплуа «нападаючий», а найнижчі данні за амплуа «захисник» (38,36±3,9). Аналіз показника «спрямованість активності» вказує на те, що у нападаючих футболісток більш виражена внутрішня мотивація, яка є ключовою для досягнення високих результатів і спільних цілей з командою.

Це може свідчити про їхню готовність вкладати більше зусиль та енергії в гру, надихаючись власними цілями та цінностями команди. Такий внутрішній стимул може сприяти зміцненню командного духу та досягненню колективних успіхів на полі.

Найвище значення за показником «організованість» зафіксовано за амплуа «нападаючий» (42,60 ± 6,3), а найнижчі данні за амплуа «захисникі півзахисник» (41,43 ± 6,2). Такі данні демонструють високий рівень організованості у взаємодії між гравцями за визначеним амплуа, що є ключовим для досягнення їхнього ігрового успіху. Організованість є основною якістю, яка визначає розвиток всієї футбольної команди. У високоорганізованих футбольних колективах взаємодія та ефективність спільної діяльності гравців відображає повноту їхніх можливостей та адекватність оцінки один одного.

За показником «інтелектуальна комунікативність» відзначається різниця між амплуа гравців. Найвище значення зафіксовано за амплуа «воротар» (42,95±6,0), тоді як найнижчі дані зафіксовані за амплуа «нападаючий» (41,48±5,7). Цей показник свідчить про те, що футболістки швидко та ефективно встановлюють комунікацію у межах своїх амплуа в команді, легко генерують спільні ідеї та мають здатність до узгодження думок.

Статистична відмінність встановлена за показником «психологічний клімат». Найвище значення зафіксовано за амплуа «нападаючий» (42,88±5,3), а найнижчі дані за амплуа «захисник» (41,91 ± 5,7). Це свідчить про те, що у кваліфікованих футболісток вищий рівень емоційного задоволення, симпатії та взаємного тяжіння один до одного. Таким гравцям приємно бути разом та брати участь у спільних діях команди, що сприяє позитивному психологічному клімату у колективі.

Зафіксовано відмінність за показником «середнього значення». Найвище значення зафіксовано за амплуа «воротар» (42,59±5,59), в той час як найнижчі дані були зафіксовані за амплуа «захисник» (41,59±5,81).

Достовірна відмінність виявлена у показнику «оцінка ступеня розвитку». Найвище значення зафіксовано для амплуа «півзахисник» (177,53±19,7), в той час як найнижчі дані були зафіксовані для амплуа «захисник» (168,24±19,7). У кваліфікованих футболісток спостерігаються суттєві зміни у вираженні зв'язків між інтегрованими властивостями психологічної характеристики та власної компетентності, що може вказувати на різницю у розвитку футбольних навичок та стратегій гри між гравцями різних амплуа.

За результатами аналізу динаміки змін *групової ефективності* у кваліфікованих футболісток за різними амплуа зафіксовано достовірну відмінність за показниками «здібність» ($H = 45,73$; $p < 0,001$), «єдність» ($H=23,32$; $p < 0,001$), «стійкість» ($H = 31,66$; $p < 0,001$), «підготовленість» ($H=54,21$; $p < 0,001$), «зусилля» ($H = 39,59$; $p < 0,001$), «середнє значення» ($H= 38,91$; $p < 0,001$) (табл. *3.10).*

За показником «здібність» найвище значення зафіксовано для амплуа «воротар» (35,91 ± 3,2), тоді як найнижчі дані зафіксовані для амплуа «нападаючий» (33,15 ± 4,6). Це може свідчити про індивідуально-психологічні особливості футболісток, які виявляють бажання володіти чіткими функціями та досягати успішних результатів у спільних діях з іншими гравцями. Ця особливість може бути пов'язана з наполегливістю у тренуваннях футболісток, що грають на позиції воротаря, а також їхнім загальним рівнем інтелектуального розвитку.

Виявлено вірогідну відмінність за показником «єдність», де найвище значення зафіксоване для амплуа «воротар» (33,69 ± 4,6), тоді як найнижчі дані зафіксовані для амплуа «півзахисник» (32,36 ± 5,5). Ця оцінка групової ефективності підкреслює спільне узгодження думок футболісток під час прийняття командних рішень і є важливим мотиваційним фактором для успішної спільної діяльності, як для кожної футболістки окремо, так і для всієї лінії амплуа.

Таблиця 3.10

Порівняльна характеристика показників групової ефективності у кваліфікованих футболісток за амплуа

Показник	Ігрове амплуа				H	p
	Захисник *n = 16*	Півзахисник *n = 16*	Нападаючий *n* = 14	Воротар *n = 7*		
	$\bar{x} \pm S$	$\bar{x} \pm S$	$\bar{x} \pm S$	$\bar{x} \pm S$		
Здібність	34,25± 4,6	34,48 ± 3,9	33,15 ± 4,6	35,91 ± 3,2	45,73	0,001*
Єдність	32,58± 6,0	32,36 ± 5,5	31,48 ± 6,0	33,69 ± 4,6	23,32	0,001*
Стійкість	33,28± 4,2	33,17 ± 4,6	32,17 ± 4,2	34,10 ± 5,1	31,66	0,001*
Підготовленість	33,36± 2,4	34,85 ± 3,9	32,26 ± 5,4	36,27 ± 2,7	54,21	0,001*
Зусилля	32,55± 5,6	34,31 ± 4,0	31,54 ± 4,6	34,80 ± 3,7	39,59	0,001*
Середнє значення	33,21± 5,8	33,83 ± 4,1	32,12 ± 4,7	34,95 ± 4,1	38,91	0,001*

*Примітка: * – показники, які є достовірно відмінними за H-критерієм (n = 53, v=3, $H_{кр\ (p \le 0,05)} = 7,81$; $H_{кр\ (p \le 0,01)} = 11,34$; $H_{кр\ (p \le 0,001)} = 16,27$)*

Вірогідну відмінність зафіксовано за показником «стійкість» найвище значення зафіксоване для амплуа «воротар» (34,10 ± 5,1), тоді як найнижчі дані зафіксовані для амплуа «нападаючий» (32,36 ± 5,5). Ця характеристика футболісток може свідчити про їх здатність до наполегливості у досягненні стійких результатів, як в особистому виконанні, так і в рамках командних досягнень, де успіх визначається стійкістю кожного гравця.

Також виявлено вірогідну відмінність за показником «підготовленість»: найвище значення зафіксоване для амплуа «воротар» (36,27 ± 2,7), тоді як найнижчі дані зафіксовані для амплуа «нападаючий» (32,26 ± 5,4). Цей показник групової ефективності відображає рівень

внутрішньої психологічної готовності футболісток до очікуваної футбольної гри.

Зафіксовано статистично вірогідну відмінність за показником «зусилля», найвище значення зафіксоване для амплуа «воротар» (34,80 ± 3,7), тоді як найнижчі дані зафіксовані для амплуа «нападаючий» (31,54 ± 4,6). Цей показник групової ефективності вказує на потенційний психологічний резерв у футболістів, який вони використовують у спільних діях на полі у складі команди та своїх ігрових позиціях.

Зафіксовано статистично значущу відмінність за показником «середнє значення»: найвище значення виявлено у гравців амплуа «воротар» (34,95±4,1), тоді як найнижчі результати спостерігаються у гравців амплуа «нападаючий» (32,12 ± 4,7). Це вказує на рівень здатності футболісток з різних амплуа організувати та виконати спільні дії, що мають значення для командного результату.

Відповідно до аналізу статистично вірогідних відмінностей показників групової ефективності у кваліфікованих футболісток за різними амплуа, було проведено ранжування даних та складено рейтинг, який подано в табл. 3.11.

Таблиця 3.11

Рейтинг кваліфікованих футболісток за амплуа з показниками групової ефективності

Показник	**Ігрове амплуа**			
	Захисник ***n = 16***	**Півзахисник** ***n = 16***	**Нападаючий** ***n* = 14**	**Воротар** ***n = 7***
Здібність	2	3	1	4
Єдність	3	2	1	4
Стійкість	3	2	2	4
Підготовленість	2	3	1	4
Зусилля	2	3	1	4
Сума рангів	***12***	***13***	***6***	***20***

Результати аналізу свідчать, що найвищий ранг, який становить 20 балів, було зафіксовано у кваліфікованих футболісток, які виступають на позиціях нападаючих. Ці гравці відзначилися найвищою ефективністю за всіма показниками групової ефективності. У той час як у футболісток, які грають на позиціях півзахисників, ранг трохи нижчий і складає 13 балів, а для захисників цей показник становить 12 балів. Гравці, які виступають на позиціях нападаючих, мають найнижчий ранг - лише 6 балів. Це свідчить про високий рівень взаємодії та співпраці гравців у межах їхніх футбольних позицій, що сприяє найбільш ефективній координації групових дій кваліфікованих футболісток.

На підставі ранжування середньостатистичних даних якісних показників спільної діяльності кваліфікованих футболісток за різними амплуа було установлено їх рейтинг (табл. 3.12).

Таблиця 3.12

Рейтинг амплуа кваліфікованих футболісток
за середніми показниками спільної діяльності

Показник	**Ігрове амплуа**			
	Захисник ***n = 16***	**Півзахисник** ***n = 16***	**Нападаючий** ***n* = 14**	**Воротар** ***n = 7***
Групова самооцінка	1	3	2	4
Групової суб’єктності	1	2	3	4
Групової взаємодії	1	2	3	4
Групової ефективності	2	3	1	4
Сума рангів	***5***	***10***	***9***	***16***

Футболістки, які займають позиції воротарів, показали найвищу суму рангів, досягнувши 16 балів. У той же час для гравців, які виступають на позиціях півзахисників, сума рангів становить 10, а для нападаючих - 9. Найнижчий показник суми рангів, що складає 5, зафіксовано у футболісток, які грають на позиціях захисників. Ці дані свідчать про рівень спільної дії серед кваліфікованих футболісток у межах їхніх амплуа. Вони відображають готовність працювати разом не лише задля досягнення індивідуальних цілей, а й для досягнення групових результатів, що є ключовим аспектом успішної командної гри.

Висновок до розділу 3

Порівнюючи якісні показники спільної діяльності у жіночих футбольних командах, таких як групова самооцінка, групова суб'єктність, групова взаємодія та групова ефективність, було складено рейтинг. Найвищу суму рангів (12) отримали кваліфіковані футболістки команди ЕМС-Поділля, на другому місці - гравці збірної ВДПУ ім. Михайла Коцюбинського з результатом (7), тоді як найнижчі показники рангів (5) були виявлені у кваліфікованих футболісток команди КЗ ВОДЮСШ «Нива». Це свідчить про їхню здатність до узгодженого формулювання думок і суджень, а також до спільного уявлення та сприйняття завдань команди для успішного їх вирішення.

За показниками групової ефективності кваліфікованих футболісток було проведено ранжування даних та визначено рейтинг жіночих футбольних команд. Найвище 13 балів отримали у футболісток команди ЕМС-Поділля. Дещо нижчий показник 11 балів у футболісток команди КЗ ВОДЮСШ «Нива» і найнижчі 6 балів зафіксовано у футболісток збірної ВДПУ ім.Михайла Коцюбинського. Можна припустити, що оцінка групової ефективності кваліфікованих футболісток у різних командах відображає різний рівень злагодженості їх спільних дій у досягненні визначених командою завдань.

Аналізуючи відмінності якісних показників спільної діяльності групової самооцінки, групової суб'єктності, групової взаємодії та групової ефективності кваліфікованих футболісток за різними амплуа встановлено їх рейтинг. Кваліфіковані футболістки, які займають позиції воротар, показали найвищу суму рангів, досягнувши 16 балів. У той же час для гравців, які виступають на позиціях півзахисників, сума рангів становить 10, а для нападаючих - 9. Найнижчий показник суми рангів, що складає 5, зафіксовано у футболісток, які грають на позиціях захисників. Ці дані свідчать про рівень спільної дії серед кваліфікованих футболісток у межах їхніх амплуа. Вони відображають готовність працювати разом не лише задля досягнення індивідуальних цілей, а й для досягнення групових результатів, що є ключовим аспектом успішної командної гри.

За показниками групової ефективності у кваліфікованих футболісток за різних амплуа, було проведено ранжування даних та складено рейтинг. Найвищий ранг 20 балів, було зафіксовано у гравців, які виступають на позиції нападаючий. Ці гравці відзначилися найвищою ефективністю за всіма показниками групової ефективності. У той час як у футболісток, які грають на позиції півзахисників, ранг трохи нижчий і складає 13 балів, а для захисників цей показник становить 12 балів. Гравці, які виступають на позиціях нападаючих, мають найнижчий ранг - лише 6 балів. Це свідчить про високий рівень взаємодії та співпраці гравців у межах їхніх футбольних позицій, що сприяє найбільш ефективній взаємодії групових дій кваліфікованих футболісток.

РОЗДІЛ 4. ПРОГРАМА ПІДВИЩЕННЯ ГРУПОВОЇ ЕФЕКТИВНОСТІ У КВАЛІФІКОВАНИХ ФУТБОЛІСТОК

4.1. Зміст та структура авторської програми формування групової ефективності кваліфікованих футболісток в ігровій діяльності

Сьогодні, актуальним завданням кваліфікованої футбольної команди є створення умов, сприятливих для її трансформації у успішний суб'єкт групової діяльності. Ця трансформація впливає на футболісток як суб'єктів спільної командної роботи, спонукаючи їх до підвищення ефективності та співпраці. До умов ефективного виконання спільних дій кваліфікованих футболісток відносяться такі психолого-педагогічні фактори, як чисельність, згуртованість, внутрішньо-психологічна сумісність, лідерство гравців, тощо [24, 32, 69, 87].

На наш погляд, щоб краще збагнути і відтворити дану проблему, доцільно розробити авторську розвиваючу програму, направлену на підвищення групової ефективності кваліфікованих футболісток.

Для кращого розуміння та вирішення цієї проблеми доцільно розробити авторську розвиваючу програму, спрямовану на підвищення групової ефективності кваліфікованих футболісток. Ця програма може включати в себе такі елементи, як тренування з комунікаційних навичок, розвиток групової ідентичності, сприяння згуртованості команди та розвиток стратегічного мислення.

Враховуючи високий рівень професіоналізму футболісток, така програма може допомогти їм ефективніше співпрацювати на футбольному полі та досягати кращих результатів у змаганнях.

Зважаючи на науково-практичну актуальність дослідження даного спрямування, було розроблено програму «Формування групової ефективності кваліфікованих футболісток в ігровій діяльності» яка використовувалася задля досягнення заданої мети.

Програма «Формування групової ефективності кваліфікованих

футболісток в ігровій діяльності» це підбір способів, методів і методичних прийомів які цілеспрямовані на підвищення групової ефективності кваліфікованих футболісток у навчально-тренувальному процесі. У навчально-тренувальному процесі футболісток була встановлена і ретельно спланована спільна командна робота, яка відбувалася протягом певного часу. Це було зроблено з метою того, щоб гравці мали можливість ознайомитися та вивчити основні аспекти програми, які визначають якість групової ефективності, а також щоб вони могли оцінити свій прогрес у цьому напрямі.

В організаційному та методичному аспекті наш експеримент включає такі етапи:

1. Підготовчий етап: організаційні питання, підбір кваліфікованих футболісток (експериментальної групи команда ЕМС-Поділля і контрольної групи жіноча збірна команда ВДПУ імені Михайла Коцюбинського), розробку програми та вступної лекції.

Попередньо за допомогою діагностичних методик нами було установлено рівень показників спільної діяльності у кваліфікованих футболісток досліджуваних груп.

2. Основний етап включає в себе реалізацію завдань, що визначені у розробленій програмі: визначення змісту роботи, створення плану проведення навчально-тренувальних занять та детальна підготовка процесу їх проведення відповідно до структури програми. Це включає в себе розміщення підібраних вправ у різних частинах тренувального заняття та визначення очікуваних результатів від них у кваліфікованих футболісток.

3. Заключний етап полягає у підсумку результатів програми. Було здійснено повторну діагностику рівня показників спільної діяльності у кваліфікованих футболісток у досліджуваних групах, а також проведено порівняння їх результатів до та після впровадження розробленої програми в навчально-тренувальному процесі.

Розроблена програма «Формування групової ефективності кваліфікованих футболісток в ігровій діяльності», структурована з трьох фаз:

- фаза орієнтації (інформаційна та мотиваційна діяльність);

- фаза засвоєння (спортивно-педагогічна діяльність);

- фаза практичного оволодіння (практична діяльність).

Педагогічний експеримент проводився на базах дитячо-юнацьких футбольних команд Вінницької обласної дитячо-юнацької спортивної школи з футболу Нива Вінниця. На цьому етапі у дослідженні брали участь 35 кваліфікованих футболісток, віком від від 16 до 21 років, які склали експериментальну групу (n=18) гравці команди ЕМС-Поділля та контрольну групу (n=17) гравці команди ВДПУ ім. Михайла Коцюбинського які на момент проведення експерименту проходили навчально-тренувальну та змагальну діяльність. Експеримент здійснювався відповідно вимогам робочої програми ДЮСШ з футболу річного циклу підготовки.

Програма «Формування групової ефективності кваліфікованих футболісток в ігровій діяльності», складалася з двох блоків та розрахована на 22 години.

Метою програми є підвищення показників спільної діяльності кваліфікованих футболісток у навчально-тренувальному процесі відповідно до інтерактивних, перцептивних та регулятивних функцій.

Відповідно до мети програми було визначено такі завдання:

1. Сформувати систему знань, спрямовану на підвищення показників спільної діяльності кваліфікованих футболісток.

2) Вивчити нові адаптивні методи регуляції показників спільної діяльності кваліфікованих футболісток та замінити старі, не адаптивні.

3) Розробити та впровадити прийоми, спрямовані на підвищення групової ефективності кваліфікованих футболісток.

Зважуючи мету та завдання дослідження, було структуровано програму «Формування групової ефективності кваліфікованих футболісток в ігровій діяльності», на два послідовно розвиваючі блоки:

Перший блок програми спрямований на розвиток *групової ідентичності* кваліфікованих футболісток.

Однією з ключових психолого-педагогічних характеристик особистості є її соціальна ідентичність або «групова ідентифікація». Це означає, що кваліфікована футболістка має певне психологічне ставлення до команди, з якою вона спільно тренується і спільно приймає її цінності, норми та установки. Групова ідентичність може набувати різних форм, залежно від розміру команди, до якої належить футболістка. Кожна кваліфікована футтболістка одночасно може відчувати приналежність до різних спільнот і виникає ієрархія ідентичностей. Спілкування в команді відіграє ключову роль у формуванні цієї ідентичності, вона стає засобом об'єднання гравців, способом відчуження цієї команди від інших, а також засобом розрізнення «своїх» і «чужих» [21].

Феномен «ідентичності групи» розкривається на певному етапі розвитку малої групи, коли її члени не лише усвідомлюють себе частками спільноти, але і команда починає захищати свою самобутність, унікальність та автономію. Таким чином, кваліфіковані футболістки у команді стають суб'єктом своєї ідентичності.

Другий блок програми спрямований на розвиток *групової згуртованості* кваліфікованих футболісток.

У спортивній діяльності поняття «групова згуртованість» розглядається як ключовий аспект взаємодії та згуртованості команди або групи спортсменів. Згідно з дослідженнями Уейнберга, (1998) та інших науковців, ефективність команди не обмежується просто сумою здібностей окремих спортсменів. Чим краще спортсмени працюють разом, тим вищий рівень їхньої успішності.

Одним з таких процесів є динамічна групова згуртованість, яка виявляється у тенденції групи об'єднатися для досягнення спільних цілей. Автори, такі як Carron, (1982) Kiran Sanjana та Reid Marie, (2004), розглядають згуртованість як динамічний процес, що відображає прагнення групи (футбольної команди) до спільного успіху та досягнення цілей. У

кваліфікованих футболісток, де присутні ці прагнення, спостерігаються високі рівні групової згуртованості.

Характеристики згуртованості команди кваліфікованих футболісток включають наступні аспекти:

1. Розвиток неформальних відносин всередині команди, таких як активне спілкування між гравцями та наявність лідерів у групі.

2. Здатність до спільного прийняття рішень та співпраця між гравцями, а також самостійність команди у вирішенні спільних завдань.

3. Почуття належності до команди та її єдність, яка відображає соціально-психологічний клімат у групі. Ці аспекти оцінюються під час тренувань, коли футболістки спілкуються та приймають групові рішення.

Створення футбольної команди починається з розвитку групової згуртованості, без якої формальна робоча одиниця або звичайна група не може перетворитися на команду. Процес формування футбольної команди проходить через кілька етапів, які можна описати наступним чином за дослідженням американського вченого Б. Баса:

1. Прийняття членів групи одне одного. На цьому етапі усуваються недовіра та відчуження між кваліфікованими футболістками і з’являється бажання до співпраці.

2. Розвиток комунікації та вироблення механізмів ухвалення групових рішень. Розширення та поглиблення відвертого спілкування дозволяє кваліфікованим футболісткам ухвалювати спільні рішення.

3. Формування групової солідарності. На цьому етапі посилюється взаємодія кваліфікованих футболісток, зростає довіра та почуття групової ідентичності, що приносить задоволення від спільного часу.

4. Прагнення до максимізації групового успіху через раціональне використання індивідуальних здібностей, можливостей та взаємодопомогу кваліфікованих футболісток. На цьому етапі акцент з міжособистісної солідарності переміщується на спільну роботу.

В експерименті використовувалася міжгрупова схема: першу умову незалежної змінної було запропоновано досліджуваним ЕГ, другу – КГ. До складу програми «Формування групової ефективності кваліфікованих футболісток в ігровій діяльності», увійшли розроблені психолого-педагогічні завдання та вправи (Додаток Д), а також були запозичені та дещо видозмінені вправи з праць Фопеля, (2000); Чернишенко, (2008); Войтенка, (2018) та інших авторів.

Представлені в програмі завдання щодо підвищенню показників спільної діяльності кваліфікованих футболісток передбачали методи активного психологічного-педагогічного впливу: дискусія, тренінг, ситуаційно-рольові та творчі ігри. Підбір вправ здійснювався відповідно рівня підготовленості кваліфікованих футболісток. Переважно основна частина програми має здійснюватися у підготовчому періоді на етапі спеціалізованої базової підготовки.

Ведучий тренувального заняття активно бере участь у проведенні вправ та ігор для ефективної взаємодії між гравцями. Також ведучий притримується основних критеріїв: зворотній зв’язок, поетапне навчання, активізація ресурсів та розширення власної компетентності.

Для обробки та аналізу експериментальних даних застосовувалися методи математичної статистики (аналіз середніх величин, аналіз вірогідності зрушень Т-критерій Вілкоксона).

4.2. Результати впровадження програми формування групової ефективності кваліфікованих футболісток в ігровій діяльності

Метою проведення формувального експерименту існувала перевірка ефективності розробленої програми, спрямованої на підвищення групової ефективності кваліфікованих футболісток у тренувальному процесі ігровими засобами.

Простежимо результати досліджень якісних показників ефективності спільної діяльності кваліфікованих футболісток експериментальної групи –

команди ЕМС-Поділля 18 осіб яка займалася за розробленою програмою та контрольної групи жіноча збірна команда ВДПУ імені Михайла Коцюбинського 17 осіб, яка займалася за традиційною тренувальною програмою.

Для виявлення ступеню достовірності змін у експериментальних вибірках результатів експериментальної і контрольної групи до та після проведення педагогічного експерименту визначалися за допомогою оцінки зсуву показників Т – критерію Вілкоксона (Wilcoxon matched pair T-test).

За результатами аналізу зміщень показників *групової самооцінки* кваліфікованих футболісток нами отримано певні зміни в показниках кваліфікованих футболісток досліджуваних команд (табл. 4.1 і 4.2).

Таблиця 4.1

Порівняльний аналіз зміщення показників групової самооцінки кваліфікованих футболісток ЕГ

Показник	До експерименту	Після експерименту	T	p
	$\bar{x} \pm S$	$\bar{x} \pm S$		
Здатність групи вирішувати складні ситуації	7,26 ± 2,2	8,26 ± 1,5	7,50	< 0,01*
Фізична підготовленість команди	7,19 ± 1,7	8,41 ± 1,4	11,50	< 0,01*
Технічна підготовленість команди	6,48 ± 2,3	7,72 ± 2,5	14,00	< 0,01*
Тактична підготовленість команди	6,55 ± 2,2	8,03 ± 2,4	5,50	< 0,01*
Ефективність командної взаємодії	7,19 ± 1,4	8,98 ± 1,1	3,50	< 0,01*
Середнє значення	6,93 ± 1,8	8,28 ± 1,3	3,00	< 0,01*

*Примітка: * – показники, які є достовірно відмінними за Т – критерієм, ЕГ (n = 18, $T_{кр\ (p \le 0,01)}$= 15, $T_{кр\ (p \le 0,05)}$ = 25)*

Виходячи з аналізу та оцінки показників спільної діяльності «групової самооцінки» кваліфікованих футболісток, зафіксовано, що після впровадження програми, ЕГ на відміну від КГ, набуває кращих показників. Статистично достовірні зміни відбулися за показниками: «здатність групи вирішувати складні ситуації» (T = 7,50; $T_{кр}$ = 15; p < 0,01; n = 18); «фізична підготовленість команди» (T = 11,50; $T_{кр}$ = 15; p < 0,01; n = 18); «технічна підготовленість команди» (T = 14,00; $T_{кр}$ = 15; p < 0,01; n = 14); «тактична підготовленість команди» (T = 5,50; $T_{кр}$ = 15; p < 0,01; n = 18); «ефективність командної взаємодії» (T = 3,50; $T_{кр}$ = 15; p < 0,01; n = 18) та «середнє значення» (T = 3,00; $T_{кр}$ = 15; p < 0,01; n = 18).

Таблиця 4. 2

Порівняльний аналіз зміщення показників групової самооцінки кваліфікованих футболісток КГ

Показник	**До експерименту**	**Після експерименту**	**T**	**p**
	$\bar{x} \pm S$	$\bar{x} \pm S$		
Здатність групи вирішувати складні ситуації	7,62 ± 1,9	7,99 ± 0,7	12,50	< 0,01*
Фізична підготовленість команди	7,31 ± 0,9	7,68 ± 0,3	13,00	< 0,01*
Технічна підготовленість команди	7,43 ± 0,6	7,37± 0,5	42,50	> 0,05
Тактична підготовленість команди	7,44 ± 0,3	7,75 ± 0,2	23,00	< 0,01*
Ефективність командної взаємодії	7,18 ± 0,9	7,29 ± 0,4	37,50	> 0,05
Середнє значення	7,39 ± 0,7	7,61 ± 0,5	27,00	< 0,05*

*Примітка: * – показники, які є достовірно відмінними за T – критерієм, КГ (n = 17, $T_{кр\ (p \le 0,01)}$= 23, $T_{кр\ (p \le 0,05)}$= 35)*

Очевидно, вправи авторської програми є достатньо значущими для ефективності спільної діяльності команди, відповідно до чого і відбулось покращення показників групової самооцінки.

Натомість в КГ статистично достовірне значення зафіксовано за показниками: «здатність групи вирішувати складні ситуації» (T = 12,50; $T_{кр}$=25; p < 0,01; n = 17); «фізична підготовленість команди» (T = 13,00; $T_{кр}$=25; p < 0,01; n = 17); «тактична підготовленість команди» (T = 23,00; $T_{кр}$=25; p < 0,01; n = 17), та «середнє значення» (T = 27,00; $T_{кр}$ = 15; p < 0,05; n= 17).

Порівняльний аналіз зсуву показників середнього значення групової самооцінки кваліфікованих футболісток досліджуваних футбольних команд експериментальної (ЕМС-Поділля) і контрольної (ВДПУ імені Михайла Коцюбинського) груп до та після формувального експерименту представлено на рис. 1

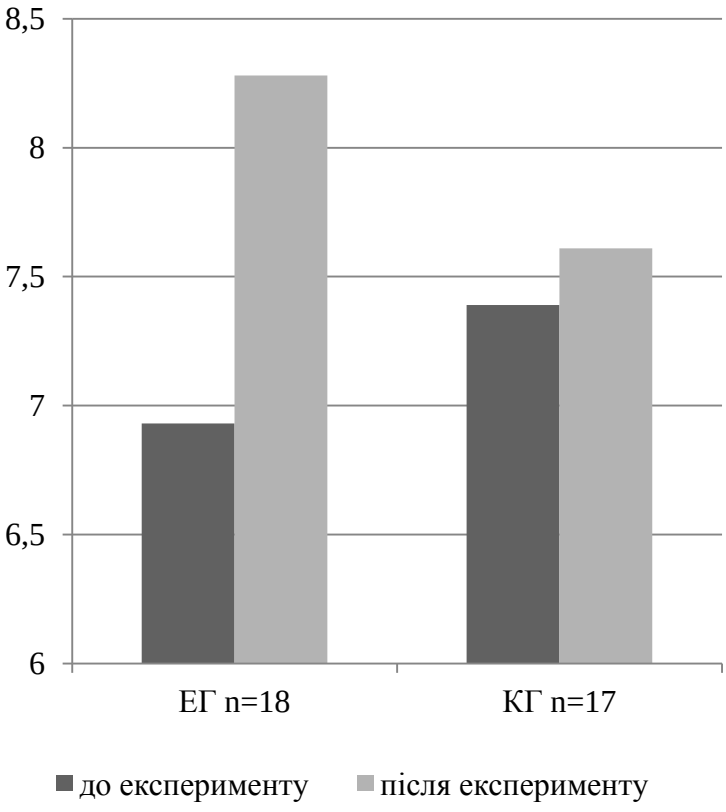

Рис. 1 Порівняльний аналіз зсуву показників середнього значення групової самооцінки кваліфікованих футболісток

Проведено аналіз змін у показниках спільної діяльності «групової суб'єктності» серед кваліфікованих футболісток після впровадження програми (табл. 4.3 і 4.4).

В експериментальній групі було виявлено статистично значущу відмінність у показнику «потенційна суб'єктність» (Т = 25,50; $T_{кр}$ = 25; p < 0,05; n = 18). Це досягалося переважно через встановлення чітких взаємовідносин та взаємозв'язків серед кваліфікованих футболісток під час навчально-тренувального процесу. Це є соціально-психологічною передумовою для формування гравців у команді як єдиного суб'єкта в різноманітних групових діях.

Таблиця 4.3

Порівняльний аналіз зміщення показників групової суб'єктності кваліфікованих футболісток ЕГ

Показник	До експерименту	Після експерименту	Т	p
	$\bar{x} \pm S$	$\bar{x} \pm S$		
Потенційна суб'єктність	53,70 ± 7,3	56,42 ± 7,6	25,50	< 0,05*
Реальна суб'єктність	51,92 ± 7,6	55,63 ± 8,3	9,00	< 0,01*
Рефлексуюча суб'єктність	52,56 ± 6,2	54,13 ± 6,8	9,50	< 0,01*
Середнє значення	52,72 ± 7,5	55,39 ± 7,7	5,50	< 0,01*

*Примітка: * – показники, які є достовірно відмінними за Т – критерієм, ЕГ (n = 18, $T_{кр\ (p \le 0,01)}$= 15, $T_{кр\ (p \le 0,05)}$ = 25)*

В експериментальній групі було виявлено статистично значущу відмінність у показнику «реальна суб'єктність» (Т = 9,00; $T_{кр}$=15; p < 0,01; n=18). Це виявлялося через активну співпрацю та взаємодію між кваліфікованими футболістками, що проявлялася у спільних діях, спілкуванні, групових взаємозв'язках, поведінці та відносинах у команді та інших аспектах.

Також була виявлена статистично значуща відмінність у показника «рефлексуюча суб'єктність» в експериментальній групі (Т = 9,50; $T_{кр}$ = 15; p<0,01; n = 18), що свідчить про підвищення психологічної єдності серед кваліфікованих футболісток та зміцнення в них почуття «Ми». Такі кваліфіковані футболістки здатні на самоаналіз своїх сильних і слабких сторін, висловлювати власні думки та судження, необхідні для досягнення спільної мети.

Статистично значуща відмінність змін зафіксовано також за показником «середнього значення» (Т = 5,50; $T_{кр}$ = 15; p < 0,01; n= 18).

Отримані результати порівняльного аналізу зміщень показників «групової суб'єктності» кваліфікованих футболісток контрольної групи дають підстави стверджувати, що покращення даних досліджуваних показників не зафіксовано таблиця 4.4.

Таблиця 4.4

Порівняльний аналіз зміщення показників групової суб'єктності кваліфікованих футболісток КГ

Показник	До експерименту	Після експерименту	Т	p
	$\bar{x} \pm S$	$\bar{x} \pm S$		
Потенційна суб'єктність	53,13 ± 10,5	52,88 ± 10,0	53,50	> 0,05
Реальна суб'єктність	49,26 ± 6,6	49,38 ± 5,7	40,00	> 0,05
Рефлексуюча суб'єктність	50,69 ± 9,8	50,89 ± 8,5	36,50	> 0,05
Середнє значення	50,02 ± 8,7	50,05 ± 8,5	56,50	> 0,05

*Примітка: * – показники, які є достовірно відмінними за Т – критерієм, КГ (n = 17, $T_{кр\ (p \le 0,01)}$= 23, $T_{кр\ (p \le 0,05)}$= 35)*

Порівняльний аналіз зсуву показників середнього значення групової суб'єктності кваліфікованих футболісток досліджуваних футбольних команд експериментальної (ЕМС-Поділля) і контрольної (ВДПУ імені Михайла

Коцюбинського) груп до та після формувального експерименту представлено на рис. 2

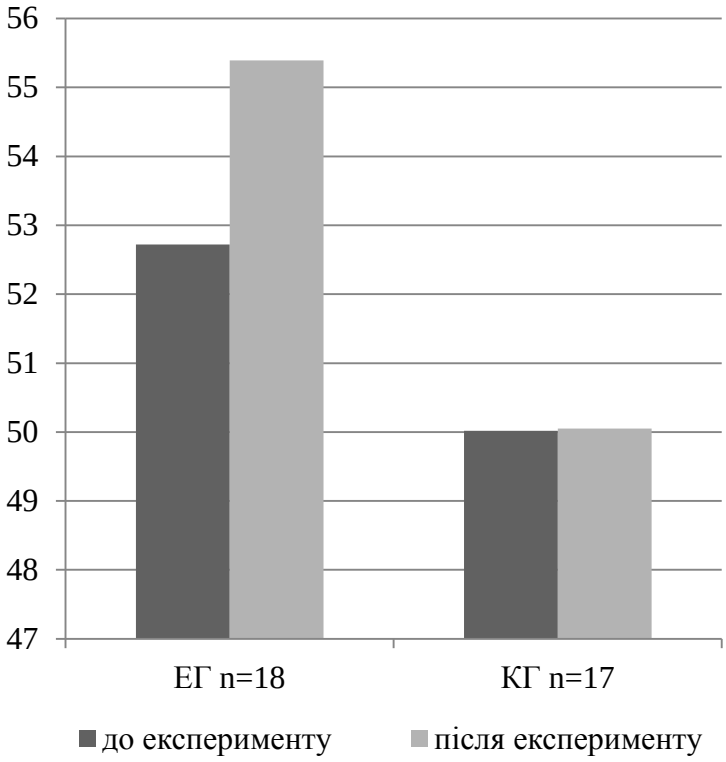

Рис. 2 Порівняльний аналіз зсуву показників середнього значення групової суб'єктності кваліфікованих футболісток

Зауважимо, що після проведення експерименту відбулось зміщення показників «групової взаємодії» кваліфікованих футболісток експериментальної групи (табл. 4.5 і 4.6).

В експериментальній групі було виявлено статистично значущу відмінність за показником «спрямованість активності» (Т= 13,55; $T_{кр}$ = 15; p < 0,01; n = 18). Цей показник відображає те, що кваліфіковані футболістки активно спрямовують свою увагу на предмети, явища та відносини, які вони вважають найціннішими. Він також відображає зміст цілей та моральних цінностей, які об'єднують всіх футболісток.

В експериментальній групі було зафіксовано статистично значущу відмінність за показником «організованість» (Т = 3,25; $T_{кр}$ = 15; p < 0,01; n=18). Цей показник відображає здатність кваліфікованих футболісток до

самоврядування та уміння створювати організацію у складних або непередбачених ситуаціях. Вони вміють узгоджено висувати лідерів-організаторів і підкорятися вимогам своїх товаришів (лідерів). Зафіксована узгодженість у думках та діях, а також готовність кожної футболістки брати на себе ініціативу та високу відповідальність.

Таблиця 4.5

Порівняльний аналіз зміщення показників групової взаємодії кваліфікованих футболісток ЕГ

Показник	До експерименту	Після експерименту	T	p
	$\bar{x} \pm S$	$\bar{x} \pm S$		
Спрямованість активності	30,57 ± 5,4	45,63 ± 4,6	13,55	< 0,01*
Організованість	34,22 ± 5,2	45,27 ± 5,9	3,25	< 0,01*
Інтелектуальна комунікативність	39,27 ± 6,8	43,11 ± 5,8	15,65	< 0,01*
Психологічний клімат	38,68 ± 6,5	43,47 ± 8,1	10,35	< 0,01*
Оцінка ступеня розвитку	159,25 ± 19,2	178,57 ± 16,01	13,30	< 0,01*
Середнє значення	35,68 ± 5,4	44,37 ± 4,3	13,15	< 0,01*

*Примітка: * – показники, які є достовірно відмінними за Т – критерієм, ЕГ (n = 18, $T_{кр\ (p \le 0,01)}$= 15, $T_{кр\ (p \le 0,05)}$ = 25)*

Зафіксовано статистично значущу відмінність за показником «інтелектуальна комунікативність» (Т = 15,65; $T_{кр}$ = 15; p < 0,01; n = 18). Цей показник відображає здатність кваліфікованих футболісток швидко та легко знаходити спільну мову, досягати спільної думки та встановлювати збіжність у судженнях.

Статистично значуща відмінність була виявлена за показником «психологічний клімат» (Т = 10,35; $T_{кр.}$ = 15; p < 0,01; n = 18). Це свідчить про переважання певного психологічного настрою (наприклад, мажорний,

піднятий, песимістичний, пригнічений) та рівень психологічної захищеності кожної кваліфікованої футболістки. Ця захищеність може виявлятися у доброзичливості у взаєминах та підтримці у скрутній ситуації, або, навпаки, у напруженості у взаєминах, закидах та спробах принизити гідність особистості, а також у байдужості."

Також зафіксовано достовірні зміни ЕГ за показником «оцінка ступеня розвитку» (T=13,30; $T_{кр}$ = 15; p < 0,01; n = 18) та «середнє значення» (T = 13,15; $T_{кр}$ = 15; p < 0,01; n = 18).

Зафіксовано статистично значуща відмінність у двох показниках кваліфікованих футболісток КГ (табл. 4.6).

Таблиця 4.6

Порівняльний аналіз зміщення показників групової взаємодії кваліфікованих футболісток КГ

Показник	До експерименту	Після експерименту	T	p
	$\bar{x} \pm S$	$\bar{x} \pm S$		
Спрямованість активності	38,72 ± 3,1	39,22 ± 4,2	12,50	< 0,01*
Організованість	37,85 ± 3,2	37,99 ± 4,5	49,50	> 0,05
Інтелектуальна комунікативність	37,55 ± 3,6	38,67 ± 4,7	14,25	< 0,01*
Психологічний клімат	38,27 ± 4,5	37,15 ± 3,3	52,50	> 0,05
Оцінка ступеня розвитку	150,47 ± 13,3	155,27 ± 9,7	41,90	> 0,05
Середнє значення	37,09 ± 3,7	38,25 ± 4,2	41,85	> 0,05

*Примітка: * – показники, які є достовірно відмінними за T – критерієм, КГ (n=17, $T_{кр\ (p \le 0,01)}$= 23, $T_{кр\ (p \le 0,05)}$= 35)*

Зазначимо, що відмінність відбулася за показниками: «спрямованість активності» (T = 12,50; $T_{кр}$ = 23; p < 0,01; n = 17) що визначає автономію або самоуправління кваліфікованих футболісток, а також вміння підкорятися

правилам своїх лідерів по команді; «інтелектуальна комунікативність» (Т = 14,25; $Т_{кр.}$ = 25; p < 0,01; n=17) що характеризує перевагу таких психологічних настроїв, як мажорний, піднятий, песимістичний, пригнічений.

Порівняльний аналіз зсуву показників середнього значення групової взаємодії кваліфікованих футболісток досліджуваних футбольних команд експериментальної (ЕМС-Поділля) і контрольної (ВДПУ імені Михайла Коцюбинського) груп до та після формувального експерименту представлено на рис. 3

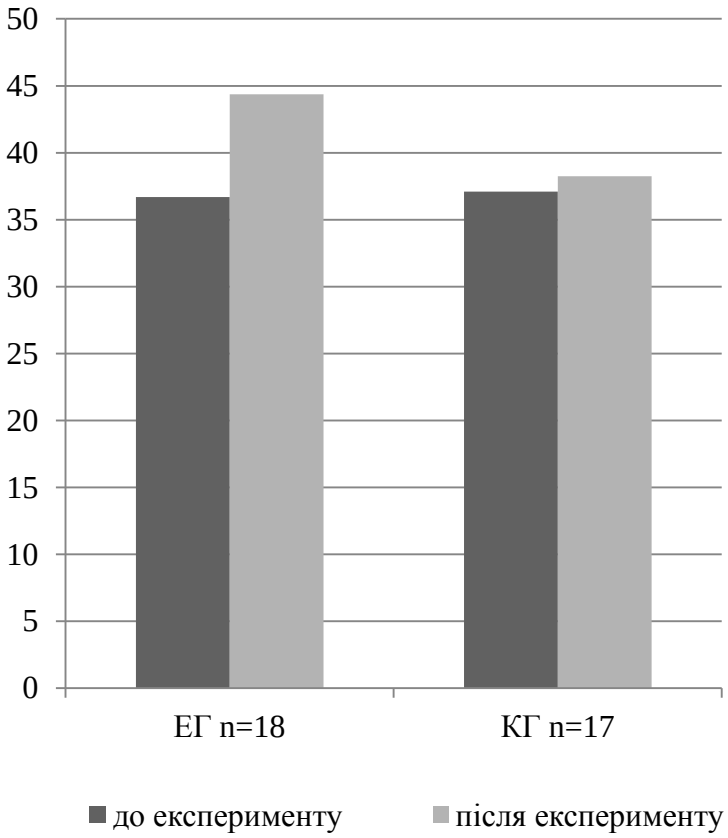

Рис. 3 Порівняльний аналіз зсуву показників середнього значення групової взаємодії кваліфікованих футболісток

Проведено аналіз змін у показниках спільної діяльності «групової ефективності» серед кваліфікованих футболісток після впровадження розробленої програми (табл. 4.7 і 4.8).

Таблиця 4.7

Порівняльний аналіз зміщення показників групової ефективності кваліфікованих футболісток ЕГ

Показник	До експерименту	Після експерименту	T	p
	$\bar{x} \pm S$	$\bar{x} \pm S$		
Здібність	31,37 ± 5,5	33,53 ± 5,5	4,60	< 0,01*
Єдність	31,17 ± 3,7	34,37 ± 4,8	4,70	< 0,01*
Стійкість	31,78 ± 5,8	34,19 ± 5,3	6,70	< 0,01*
Підготовленість	31,93 ± 4,4	34,24 ± 2,5	10,60	< 0,01*
Зусилля	31,66 ± 5,3	32,73 ± 5,7	10,40	< 0,01*
Середнє значення	31,78 ± 4,3	33,81 ± 4,8	7,00	< 0,01*

*Примітка: * – показники, які є достовірно відмінними за Т – критерієм, ЕГ (n = 18, $T_{кр\ (p \le 0,01)}$= 15, $T_{кр\ (p \le 0,05)}$ = 25)*

Найбільше виражені зміни було зафіксовано в ЕГ, яка демонструє приріст упевненості кваліфікованих футболісток у здібностях своєї команди організувати та виконати спільні дії гравців які необхідні у досягнені заданого результату. Зокрема, достовірне зміщення зафіксовано в показниках: «здібність» (T = 4,70; $T_{кр}$ 15; p < 0,01; n = 18). Ці показники відображають конкретні властивості кваліфікованих футболісток, які є ключовими для успішного виконання спільної діяльності гравців та забезпечують ефективність їхнього виконання у грі.

Зафіксовано достовірне зміщення показника «єдність» (T=4,70; $T_{кр}$= 15; p < 0,01; n = 18) кваліфікованих футболісток. Цей показник відображає судження про спільність у діях гравців, їх згуртованість, цілісність та неподільність у вирішенні загальнокомандних завдань, а також настрій і стиль команди, що створює ефект захищеності.

Також зафіксовано достовірну відмінність показника «стійкість» (T=6,70; $T_{кр}$ = 15; p < 0,01; n = 18), серед кваліфікованих футболісток. Цей

показник визначає поведінку гравців у збереженні та прояві їх власних сильних сторін, а також їхню стійкість до руйнування в середині команди та опору впливу супротивника в ігрових ситуаціях, витримуючи зовнішній тиск.

Зафіксовано достовірну відмінність показника «підготовленість» (Т=10,60; $T_{кр}$. = 15; p < 0,01; n = 18) кваліфікованих футболісток. Цей показник свідчить про наявність у гравців професійно-психологічних знань та якостей, необхідних для подолання складних ігрових ситуацій у екстремальних умовах футбольної гри.

Достовірну відмінність зафіксовано у показника «зусилля» (Т = 10,40; $T_{кр}$ = 15; p < 0,01; n = 18) кваліфікованих футболісток. Цей показник відображає напруження фізичних і розумових сил гравців, необхідних для виконання поставлених перед командою завдань.

Відповідно також зафіксовано достовірну відмінність показника «середнього значення» (Т = 7,00; $T_{кр}$ = 15; p < 0,01; n = 18) що підтверджує зрушення показників групової ефективності кваліфікованих футболісток експериментальної групи.

Таблиця 4.8

Порівняльний аналіз зміщення показників групової ефективності кваліфікованих футболісток КГ

Показник	До експерименту	Після експерименту	Т	p
	$\bar{x} \pm S$	$\bar{x} \pm S$		
Здібність	27,67 ± 2,6	27,55 ± 2,4	39,10	> 0,05
Єдність	29,22 ± 3,4	29,22 ± 3,7	52,10	> 0,05
Стійкість	28,43 ± 3,2	28,55 ± 2,1	37,40	> 0,05
Підготовленість	28,27 ± 3,6	28,63 ± 3,3	23,60	< 0,01*
Зусилля	28,67 ± 2,1	28,96 ± 1,2	15,10	< 0,01*
Середнє значення	28,45 ± 2,4	28,58 ± 2,1	49,50	> 0,05

*Примітка: * – показники, які є достовірно відмінними за Т – критерієм, КГ (n=17, $T_{кр\ (p \le 0,01)}$= 23, $T_{кр\ (p \le 0,05)}$= 35)*

Натомість в контрольній групі, де не застосовували розроблену програму, підвищення даних було зафіксовано за двома показниками «підготовленість» (Т = 15,00; $T_{кр}$ = 23,60; p < 0,01; n = 17) що характеризує у кваліфікованих футболісток оцінку внутрішньої психологічної готовності до конкретних змагань і «зусилля» (Т = 15,10; $T_{кр}$=23; p < 0,01; n = 17) оцінка готовності кваліфікованих футболісток демонструвати найкращі можливості команди.

«Типове» зрушення є достовірно переважаючим за інтенсивністю, якщо $T_{кр} \leq 0,05$, і тим більш достовірно переважаючим, якщо $T_{кр} \leq 0,01$ [23].

Порівняльний аналіз зсуву показників середнього значення групової ефективності кваліфікованих футболісток досліджуваних футбольних команд експериментальної (ЕМС-Поділля) і контрольної (ВДПУ імені Михайла Коцюбинського) груп до та після формувального експерименту представлено на рис. 4

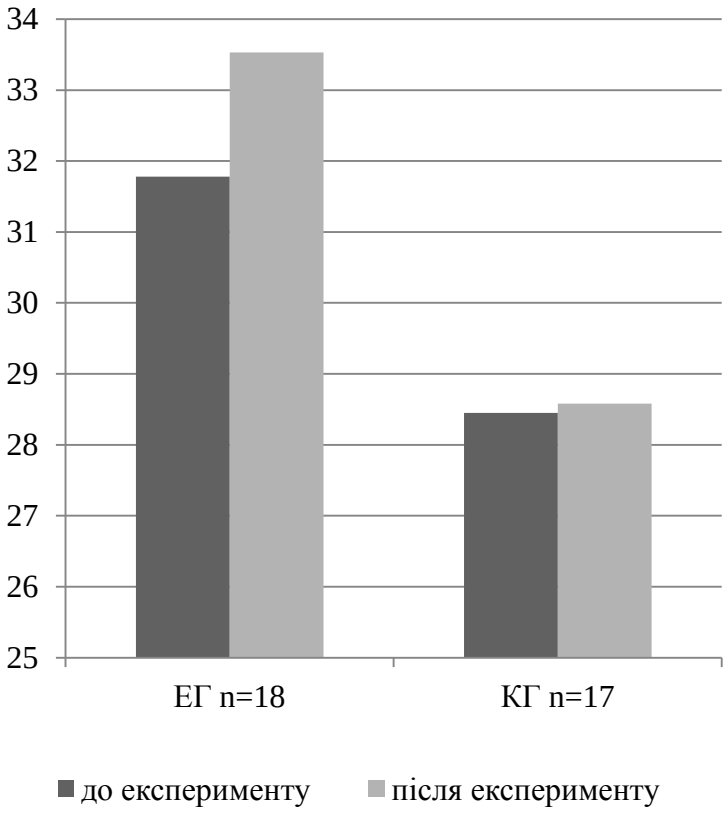

Рис. 4 Порівняльний аналіз зсуву показників середнього значення групової ефективності кваліфікованих футболісток

За порівняльним аналізом зсуву достовірно відмінних показників спільної діяльності кваліфікованих футболісток до та після формувального експерименту було зафіксовано в експериментальній групі позитивне зміщення за усіма досліджуваними показниками з (22/22) на відміну від контрольної групи де зсув відбувся з (22/8) показниках (табл.4.9).

Таблиця 4.9

Порівняльний аналіз зсуву достовірно відмінних показників спільної діяльності кваліфікованих футболісток

Показник	**ЕГ**	**КГ**
	Кількість, одиниць	
Групова самооцінка	6/6	6/4
Групова суб'єктність	4/4	4/0
Групова взаємодія	6/6	6/2
Групова ефективність	6/6	6/2
Всього	22/22	22/8

Зафіксовані зміни підтверджують позитивний результат формувального експерименту щодо підвищення групової ефективності кваліфікованих футболісток на основі застосування впровадженої програми.

Висновки до розділу 4

Успішність групової ефективності кваліфікованих футболісток в багатьох випадках визначається особистісними характеристиками та накопиченим досвідом взаємодії з іншими гравцями під час навчально-тренувальних та змагальних процесів. У кожної футболістки формуються унікальні якості, які впливають на узгодженість дій всієї команди. Для забезпечення високої ефективності в підвищенні показників спільної діяльності кваліфікованих футболісток ми розробили програму «Формування групової ефективності кваліфікованих футболісток в ігровій діяльності», яка використовувалася як інструмент досягнення цієї мети.

Експериментальні результати демонструють значний успіх розробленої програми «Формування групової ефективності кваліфікованих футболісток в ігровій діяльності». Позитивні зрушення відбулися в усіх 22 досліджуваних показниках у експериментальній групі, яка використовувала цю програму, що свідчить про її ефективність у покращенні спільної діяльності та групової ефективності кваліфікованих футболісток.

Натомість у контрольній групі, яка використовувала традиційну програму, позитивні зміни були зафіксовані лише в 8 з 22 показників. Це свідчить про те, що традиційні методи можуть бути менш ефективними у досягненні високої групової ефективності порівняно з новаторськими програмами, спрямованими на розвиток індивідуальних і групових навичок та властивостей у навчально-тренувальному процесі відповідно до інтерактивних, перцептивних та регулятивних функцій.

Зафіксовані зміни підтверджують позитивний результат формувального експерименту щодо підвищення показників групової ефективності кваліфікованих футболісток засобами гри.

Висновки

1. Сучасна психологія спорту розвивається як теоретична наука і як практична дисципліна, яка відіграє важливу роль у підвищенні ефективності тренувань та виступів спортсменів. Особливою увагою у цьому контексті виступає розвиток спортивного психолога (тренера), який виявляється особливо корисним у специфічних та нестандартних умовах, які характерні для роботи з командами, зокрема з кваліфікованими футболістками.

Роль спортивного психолога полягає в розумінні та оптимізації інтелектуальних і емоційних можливостей спортсменів, сприяючи їхньому психологічному комфорту, концентрації та максимальній виразності їхнього потенціалу. У контексті групової ефективності кваліфікованих футболісток, спортивний психолог може допомагати в управлінні командною динамікою, підвищенні міжособистісного спілкування та сприяти побудові позитивного групового середовища, що сприяє успіху команди.

Дослідження ефективності спільної діяльності в сучасній спортивній психології становить провідний напрямок. Використання підходу, що аналізує згуртованість як явище, має свої переваги, оскільки може бути застосовано до різних типів соціальних груп. Згуртованість та ефективність спільної діяльності тісно пов'язані, однак взаємозв'язок між ефективністю та згуртованістю був більш детально досліджений, ніж взаємозв'язок з цілісністю групи та її груповою ефективністю. Опис взаємозв'язків між сприйняттям цілісності та соціально-психологічними факторами сприяє кращому розумінню впливу сприйняття групи як цілісної та її наслідків. Однак сфера взаємодії цілісності та ефективності діяльності групи залишається менш дослідженою, що є актуальною проблемою для сучасних наукових досліджень у спортивній психології.

Теоретичне вивчення процесу розвитку групового суб’єкта, такого як спортивна команда, шляхом аналізу різних аспектів, таких як джерела, детермінація, механізми та характер розвитку, дозволяє побудувати модель

цього процесу. Емпіричне обґрунтування такої моделі є однією з перспектив вивчення психології спортивної команди. Вивчення організації та розвитку групових взаємодій та суб'єктності кваліфікованих футболісток у навчально-тренувальному процесі є перспективним напрямом розвитку не лише педагогіки, а й спортивних методик. Це передбачає розробку спеціальних методів їх реалізації під час навчання конкретного матеріалу та роботи з футболістами різного віку. Одним з перспективних напрямків є розвиток підвищення групової ефективності шляхом навчання навичкам ідентичності, взаємодії та суб'єктності у навчально-тренувальному процесі кваліфікованих футболісток.

2. Порівнюючи якісні показники спільної діяльності у жіночих футбольних командах, таких як групова самооцінка, групова суб'єктність, групова взаємодія та групова ефективність, було складено рейтинг. Найвищу суму рангів (12) отримали кваліфіковані футболістки команди ЕМС-Поділля. Найвищі данні зареєстровано за показником:групової самооцінки «здібність групи вирішувати складні ситуації» (7,71 ± 1,3); «фізична підготовленість команди» (8,07 ± 1,4); «тактична підготовленість команди» (7,79 ± 1,6); «ефективність командної взаємодії» (8,51±1,5); групової суб'єктності «потенційна суб'єктність» (39,23 ± 6,7); «рефлексуюча суб'єктність» (38,41±5,7); групової взаємодії «організованість» (43,01 ± 6,3); «оцінка ступеня розвитку» (170,46 ±16,2); групової ефективності «здібність» (33,71±4,5); «стійкість» (32,01 ± 4,9); «підготовленість» (33,01 ± 5,4); «зусилля» (33,12 ± 3,1). На другому місці - гравці збірної ВДПУ ім. Михайла Коцюбинського з результатом (7), тоді як найнижчі показники з рангом (4) було виявлено у кваліфікованих футболісток команди КЗ ВОДЮСШ «Нива». Це свідчить про їхню здатність до узгодженого формулювання думок і суджень, а також до спільного уявлення та сприйняття завдань команди для успішного їх вирішення.

За показниками групової ефективності кваліфікованих футболісток було проведено ранжування даних та визначено рейтинг жіночих футбольних

команд. Найвище 13 балів отримали у футболісток команди ЕМС-Поділля. Дещо нижчий показник 11 балів у футболісток команди КЗ ВОДЮСШ «Нива» і найнижчі 6 балів зафіксовано у футболісток збірної ВДПУ ім.Михайла Коцюбинського. Можна припустити, що оцінка групової ефективності кваліфікованих футболісток у різних командах відображає різний рівень злагодженості їх спільних дій у досягненні визначених командою завдань.

Аналізуючи відмінності якісних показників спільної діяльності групової самооцінки, групової суб'єктності, групової взаємодії та групової ефективності кваліфікованих футболісток за різними амплуа встановлено їх рейтинг. Кваліфіковані футболістки, які займають позицію воротар, показали найвищу суму рангів, досягнувши 16 балів.

Найвищі данні зареєстровано за показником:групової самооцінки «здібність групи вирішувати складні ситуації» (8,61 ± 0,5); «технічна підготовленість команди» (8,44 ± 1,5); «ефективність командної взаємодії» (9,28 ± 1,1); групової суб'єктності «реальна суб'єктність» (38,43 ± 7,0); «рефлексуюча суб'єктність» (38,90±7,2); групової взаємодії «інтелектуальна комунікативність» (42,95 ± 6,0); групової ефективності «здібність» (35,91±3,2); «стійкість» (32,01 ± 4,9); «єдність» (33,69 ± 4,6); «стійкість» (34,10 ± 5,1); «підготовленість» (36,27 ± 2,7); «зусилля» (34,80 ± 3,7). У той же час для гравців, які виступають на позиціях півзахисників, сума рангів становить 10, а для нападаючих - 9. Найнижчий показник суми рангів, що складає 5, зафіксовано у футболісток, які грають на позиціях захисників. Ці дані свідчать про рівень спільної дії серед кваліфікованих футболісток у межах їхніх амплуа. Вони відображають готовність працювати разом не лише задля досягнення індивідуальних цілей, а й для досягнення групових результатів, що є ключовим аспектом успішної командної гри.

За показниками групової ефективності у кваліфікованих футболісток за різних амплуа, було проведено ранжування даних та складено рейтинг. Найвищий ранг 20 балів, було зафіксовано у гравців, які виступають на

позиції нападаючий. Ці гравці відзначилися найвищою ефективністю за всіма показниками групової ефективності. У той час як у футболісток, які грають на позиції півзахисників, ранг трохи нижчий і складає 13 балів, а для захисників цей показник становить 12 балів. Гравці, які виступають на позиціях нападаючих, мають найнижчий ранг - лише 6 балів. Це свідчить про високий рівень взаємодії та співпраці гравців у межах їхніх футбольних позицій, що сприяє найбільш ефективній взаємодії групових дій кваліфікованих футболісток.

3. Успішність групової ефективності кваліфікованих футболісток в багатьох випадках визначається особистісними характеристиками та накопиченим досвідом взаємодії з іншими гравцями під час навчально-тренувальних та змагальних процесів. У кожної футболістки формуються унікальні якості, які впливають на узгодженість дій всієї команди. Для забезпечення високої ефективності в підвищенні показників спільної діяльності кваліфікованих футболісток ми розробили програму «Формування групової ефективності кваліфікованих футболісток в ігровій діяльності», яка використовувалася як інструмент досягнення цієї мети.

Експериментальні результати демонструють значний успіх розробленої програми «Формування групової ефективності кваліфікованих футболісток в ігровій діяльності». Позитивні зрушення відбулися в усіх 22 досліджуваних показниках експериментальної групи, яка використовувала цю програму, що свідчить про її ефективність у покращенні спільних дій та групової ефективності кваліфікованих футболісток.

В ЕГ зафіксовані достовірні зміщення в показниках групової самооцінки: «здатність групи вирішувати складні ситуації» ($T = 7{,}50$; $T_{кр} = 15$; $p < 0{,}01$; $n = 18$); «фізична підготовленість команди» ($T = 11{,}50$; $T_{кр} = 15$; $p < 0{,}01$; $n = 18$); «технічна підготовленість команди» ($T = 14{,}00$; $T_{кр} = 15$; $p < 0{,}01$; $n = 14$); «тактична підготовленість команди» ($T = 5{,}50$; $T_{кр} = 15$; $p < 0{,}01$; $n = 18$); «ефективність командної взаємодії» ($T = 3{,}50$; $T_{кр} = 15$; $p < 0{,}01$; $n = 18$).

Достовірні зміни в ЕГ зафіксовано за показником групової суб'єктності: «потенційна суб'єктність» (Т = 25,50; $T_{кр}$ = 25; p < 0,05; n = 18); «реальна суб'єктність» (Т = 9,00; $T_{кр}$=15; p < 0,01; n=18); «рефлексуюча суб'єктність» (Т = 9,50; $T_{кр}$ = 15; p<0,01; n = 18).

Відбулось зміщення групової взаємодії кваліфікованих футболісток експериментальної групи за показниками: «спрямованість активності» (Т=13,55; $T_{кр}$ = 15; p < 0,01; n = 18); «організованість» (Т = 3,25; $T_{кр}$ = 15; p<0,01; n=18); «інтелектуальна комунікативність» (Т = 15,65; $T_{кр}$ = 15; p<0,01; n = 18); «психологічний клімат» (Т = 10,35; $T_{кр.}$ = 15; p < 0,01; n = 18); «оцінка ступеня розвитку» (Т=13,30; $T_{кр}$ = 15; p < 0,01; n = 18).

А також зафіксовано зміщення групової ефективності кваліфікованих футболісток експериментальної групи в показниках: «здібність» (Т = 4,70; $T_{кр}$15; p < 0,01; n = 18); «єдність» (Т=4,70; $T_{кр}$= 15; p < 0,01; n = 18); «стійкість» (Т=6,70; $T_{кр}$ = 15; p < 0,01; n = 18); «підготовленість» (Т=10,60; $T_{кр .}$ = 15; p < 0,01; n = 18); «зусилля» (Т = 10,40; $T_{кр}$ = 15; p < 0,01; n = 18).

Натомість у контрольній групі, яка використовувала традиційну програму, позитивні зміни були зафіксовані лише в 8 з 22 показників. Це свідчить про те, що традиційні методи можуть бути менш ефективними у досягненні високої групової ефективності порівняно з новаторськими програмами, спрямованими на розвиток індивідуальних і групових навичок та властивостей у навчально-тренувальному процесі відповідно до інтерактивних, перцептивних та регулятивних функцій.

Зафіксовані зміни підтверджують позитивний результат формувального експерименту щодо підвищення показників групової ефективності кваліфікованих футболісток засобами гри.

СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ

1. Асаулюк, І. & Буй, І. (2020). Організація фізичної підготовки в різні періоди спортивного тренування біатлоністів. *Фізична культура, спорт та здоров'я нації: зб. наук. пр., 9*(28), 106-111.

2. Асаулюк І. Професійно-прикладна фізична підготовка студентів мистецьких спеціальностей: монографія. Вінниця, 2019. 424 с.

3. Асаулюк І, Дяченко А, Каплінський В. Педагогічні аспекти діяльності тренера. Фізична культура, спорт та здоров'я нації. 2017;3(22):125.

4. Блажко Богдан, Александренко Микола. Управління міжособистісними конфліктами футбольних команд. Фізична культура, спорт та фізична реабілітація в сучасному суспільстві: збірник наукових праць XIII Всеукраїнської студентської науково-практичної конференції. Вінниця: ТОВ «Твори» 2021. С.68-73.

5. Борисова О.В, Сушко Р.О. (2016). Розвиток спортивних ігор в умовах глобалізації спорту [методичні рекомендації]. Київ.: Вид. «Науковий світ». 35с.

6. Бринзак С.С. Прогнозування психологічної сумісності спортсменів у команді (на прикладі ігрових видів спорту) : автореф. дис... канд. наук з фіз. виховання і спорту: 24.00.01 / С. С. Бринзак; Нац. ун-т фіз. виховання і спорту України. К., 2009. 20 с.

7. Бріскін Ю.А, Пітин М.П, Богуславська В.Ю. (2016). Проблеми теоретичної підготовки в спорті. Фізична культура, спорт та здоров'я нації: зб. наук. праць. 1. 257-261.

8. Бузнік А.І. Мінімізація конфліктної взаємодії спортсменів у юнацьких збірних командах з футболу [автореферат]. Державний НДІ фізичної культури і спорту. К., 2002. 18 с.

9. Вейнберг Р.С., Гоулд Д. Психологія спорту : навч. вид. Київ : Олімп. л – ра, 2001. 116 с.

10. Вознюк Т.В. Основи теорії та методики спортивного тренування. Вінниця: ФОП Корзун Д.Ю., 2017. 240 с.

11. Вознюк Т.В. Оптимізація тренувального процесу кваліфікованих баскетболісток засобами швидкісно-силової спрямованості на передзмагальному етапі підготовки : автореф. дис. ... канд. наук з фіз. вих. і спорту : спец. 24.00.01 Олімпійський і професійний спорт. Львів, 2006. 23 с.

12. Вознюк Т.В. (2008). Оцінка перспективності юних баскетболісток. Фізичне виховання, спорт і культура здоров'я у сучасному суспільстві. Східноєвропейський національний університет імені Лесі Українки. 3.198-201.

13. Вознюк Т.В., Перепелиця М.О. Групові тактичні взаємодії провідних юнацьких команд Європи з хокею на траві у фазі володіння м'ячем. В: Куц ОС, редактор. Фізична культура, спорт та здоров'я нації. Зб. наук. пр. Вінниця: Вінницький держ. пед. ун-т імені Михайла Коцюбинського; 2012;14, с. 86 – 91

14. Вознюк Т.В., Перепелиця О.А. Управління підготовкою кваліфікованих спортсменів в командних ігрових видах спорту на основі аналізу змагальної діяльності. В: Костюкевич ВМ, редактор. Актуальні проблеми фізичного виховання та методики спортивного тренування. Зб. наук. пр. Вінниця: Вінницький держ. пед. ун-т імені Михайла Коцюбинського; 2014. с. 87–91.

15. Вознюк Т.В, Свірщук Н.С, ГалайдюкМ.А. (2021) Формування внутрішньої мотивації до рухової діяльності учнів середніх класів при вивченні варіативного модуля «Баскетбол». Фізична культура, спорт та здоров'я нації: зб. наук. пр. Вінниця. 11(30). 15-27.

16. Войтенко С.М. Аналіз зв'язків групової ефективності з якісними показниками спільної діяльності спортивних команд. Фізична культура, спорт та здоров'я нації : зб. наук. пр. IX Міжнар. наук.-практ. конф. Вінниця, 2014. Вип. 18, т. 1. С. 367 – 374.

17. Войтенко С.М. Взаємозв'язок показників спільної діяльності із груповою ефективністю футбольних команд. Фізична культура, спорт та здоров'я нації: зб. наук. пр. Вінниця, 2021. № 11(30). С. 124-132.

18. Войтенко С.М. Ефективність суб’єкта спортивної діяльності: теоретичні засади та емпіричні фактори. Фізична культура, спорт та здоров’я нації : зб. наук. праць. Вип. 16. Вінниця, 2013. С. 100 – 107.

19. Войтенко С.М. Засоби регуляції спільної діяльності спортивних команд: Монографія. Вінниця: ВДПУ, 2022. 211 с.

20. Войтенко С.М. Методика підвищення групової ефективності спортивних команд : навч.-метод. посіб. Вінниця : ОЦ ВНАУ, 2015. 122 с.

21. Войтенко С.М. Психолого-педагогічні засоби регуляції спільної діяльності спортивних команд із різним типом взаємодії: автореф. дис. … канд. наук з фіз. виховання і спорту: 24.00.01; ЛДУФК. Львів, 2017. 23 с.

22. Войтенко С.М, Перепелиця М.О, Свірщук Н.С. (2020). Соціально-психологічні умови становлення суб’єктності малих груп (спортивних команд). Вісник Запорізького національного університету: Збірник наукових праць. Фізичне виховання та спорт. Запоріжжя: Видавничий дім «Гельветика». 2. 113 – 120.

23. Войтенко С.М. (2019). Психологічні основи формуваннягрупової ефективності в малих групах. Фізична культура, спорт та здоров’я нації: зб. наук. пр. Житомир, 8 (27).329 – 336.

24. Войтенко С.М. Розвиток наукових уявлень про спільну спортивну діяльність: феноменологія, структура, регуляція. Актуальні проблеми фізичної культури і спорту. 2013. Вип. 26(1). С. 55 – 65.

25. Войтенко С.М. Співвідношення рольового статусу та групової ідентифікації чоловіків та жінок у спільній спортивній діяльності. Молода спортивна наука України : зб. наук. пр. з галузі фіз. виховання, спорту та здоров’я людини. Львів, 2013. С. 178 – 181.

26. Войтенко С.М. Костюкевич В.М. Стасюк І.І. Теорія і методика викладання футзалу : навчальний посібник. Вінниця : ТВОРИ, 2022. 212 с.

27. Войтенко Сергій, Перепелиця Максим, Перепелиця Олександр. Характер спільної діяльності жіночих футбольних команд. Фізична культура,

спорт та здоров‘я нації: збірник наукових праць. Вип. 16 (35). Житомир: Вид-во ЖДУ ім. І. Франка, 2023.

28. Воронова В.І. Психологія спорту : навч. посіб. Київ : Олімпійська література, 2007. 298 с.

29. Воронова, Ст. І. Психологічний супровід спортивної діяльності у футболі; Федерація футболу України, Науково-методичний (технічний) комітет. Київ, 2001.

30. Воронова В, Петровська Т, Ковальчук В, Смоляр І. Психологічне дослідження особистості як суб’єкта спортивної діяльності. Теорія і методика фізичного виховання і спорту. 2020. №2. С. 116-123.

31. Гринь О.Р. Психологічне забезпечення та супровід підготовки кваліфікованих спортсменів: навч. посіб. Київ : Олімпійська література, 2015. 276 с.

32. Джус, О. (2009). Програмування навчально-тренувального процесу у футболі: практикум з футболу.

33. Дорошенко, Е. Ю. (2014). *Теоретико-методичні основи управління техніко-тактичною діяльністю в командних спортивних іграх*. (Автореф. дис. д-ра наук з фізичного виховання та спорту). Київ.

34. Драчук, С., Богуславська, В., & Швець, О. (2023). Складові тренувальних навантажень пауерліфтингу. *Фізична культура, спорт та здоров’я нації: зб. наук. пр.,*15(34), 202-209.

35. Зеленцов А.М, Лобановський В.В. Моделювання тренування у футболі. 2-ге вид. перероб. та дод. Київ: Альтерпрес; 1998. 216 с.

36. Ільїн Є.П. Психологія спорту. СПб.: П., 2009. 420 с.

37. Казаков Д.О. Спеціальна психологічна підготовка як чинник підвищення успішності ігрової діяльності кваліфікованих волейболісток : автореф. дис. … канд. наук з фіз. вих. і спорту : 24.00.01 / Дмитро Олександрович Казаков, Харків. держ. акад. фіз. культури. Харків : Б.в., 2014. 20 с.

38. Кенані Слім Бен Ріда. Індикатори психологічного клімату спортивної команди: автореф. дис. … канд. наук з фіз. вихованню та спорту:

[спец.] 24.00.01 «Олімпійський та професійний спорт» / Кенані Слім Бен Ріда. Київ. 2005. 21 с.

39. Кирилюк М., Коцюбняк В. Теоретичне обґрунтування наукових уявлень про спільну діяльність кваліфікованих футболістів. Фізична культура, спорт та фізична реабілітація в сучасному суспільстві: збірник наукових праць XIII Всеукраїнської студентської науково-практичної конференції. Вінниця: ТОВ «Твори» 2023. С.

40. Козіна, Ж.Л. (2010). Спортивні ігри: навч. посіб. Харків: Точка. Том 1. 200 с.

41. Козіна Ж.Л. Індивідуалізація підготовки спортсменів в ігрових видах спорту: монографія. Харків: Точка, 2009. 396 с.

42. Коннов, С. (2021). Показники інтегральної оцінки техніко-тактичної діяльності команди високої кваліфікації в хокеї на траві. *Фізична культура, спорт та здоров'я нації: зб. наук. пр.*, 12(31), 45-54.

43. Колосов А.Б. Когнітивний ресурс підвищення стрес-стійкості кваліфікованих спортсменів : дис. … канд. психол. наук : 19.00.07 / Андрій Борисович Колосов. Київ, 2007. 232 с.

44. Колосов А.Б, Войтенко С.М. Оцінка спільної діяльності спортивних команд різної кваліфікації. Спортивний вісник Придніпров'я. 2016. № 1. С. 58–63.

45. Колосов А.Б, Войтенко С.М. Психометрична адаптація опитувальника групової ефективності спортивної команди. Актуальні проблеми фізичної культури і спорту. 2014. Вип. 32 (4). С. 46 – 51.

46. Костюкевич В. М., Перепелиця О. А., Гудима С. А., Поліщук В. М. Теорія і методика викладання футболу: навчально-методичний посібник. 2-е вид. перероб. та доп. Київ: КНТ, 2017. 310 с.

47. Костюкевич В.М., Войтенко С.М., Стасюк І.І. Контроль у футболі : навчальний посібник. Вінниця : ТВОРИ, 2023. 244 с.

48. Костюкевич В.М. Моделі тактики гри футбол: монографія. Вінниця: ТОВ «ТВОРИ», 2019. 168 с.

49. Костюкевич В.М., Врублевський Є. П., Вознюк Т.В. Теоретико-методичні основи контролю у фізичному вихованні та спорті: монографія. Вінниця: ТОВ «Планер».2017. 217 с.

50. Костюкевич В.М. Спортивна метрологія Навчальний посібник для студентів факультетів фізичного виховання педагогічних університетів. Вінниця: ДОВ «Вінниця», 2001. 183 с.

51. Костюкевич В.М. (2007). Теорія і методика тренування спортсменів високої кваліфікації: навчальний посібник. Вінниця: Планер. 273 с.

52. Костюкевич В.М., ред. (2017). Теоретико-методичні основи контролю у фізичному вихованні та спорті: монографія. Вінниця: ТОВ «Планер». 218 с.

53. Костюкевич В.М. (2012). Теоретичні та методичні основи моделювання тренувального процесу спортсменів ігрових видів спорту: автореф.дис. доктора. наук з фіз. виховання і спорту: 24.00.01. НУФВСУ. К. 44 с.

54. Костюкевич В.М. Управління тренувальним процесом футболістів у річному циклі підготовки. 2-ге вид., доповнене та доопрацьоване. Київ : КНТ, 2016, 683 с.

55. Круцевич Т.Ю. (2017). Теорія та методика фізичного виховання. Загальні основи теорії та методики фізичного виховання. [Підручник]. К.: Олімпійська література. 392 с.

56. Лісенчук Г., Перепелиця П., Хоменко О. Підвищення рівня командних і групових взаємодій юних футболістів. Теорія і методика фізичного виховання і спорту. 2014. № 2. С. 23 – 26. Режим доступу: http://nbuv.gov.ua/UJRN/TMFVS_2014_2_6.

57. Лісенчук Г., Тищенко В. Інноваційна технологія комп'ютерного тестування психомоторики у спортивних іграх. Наука у олімпійському спорті. Київ: Олімпійська літ-ра, 2019. № 1. С. 36-41.

58. Лісенчук Г.А. Управління підготовкою футболістів. К.: Олімпійська література, 2003. 272 с.

59. Лисенчук Г., Лисенчук С., Піскоха А. Стан і проблеми управління підготовкою в командних спортивних іграх. Вісник Запорізького національного університету : Фізичне виховання та спорт. Запоріжжя : Запорізький національний університет, 2018. № 2. С. 105-111.

60. Ловаков А.В. Розробка та апробація методики діагностики організаційної ідентифікації. Психологія Журнал Вищої школи економіки. 2010. Т. 7, № 4. С. 108 - 116.

61. Ложкін Г.В. Команда як колективний суб'єкт спільної діяльності Соціальна психологія. 2005. № 6(14). С. 52 – 58.

62. Ложкін Г., Савченко Ю. Структура соціально-психологічного клімату спортивної команди. Wychowanie fizyczne i sport, Quarterly. T. XLVI. V.46. № 1, Warsaw: 2002. P. 50-51.

63. Ложкін Г.В., Драчук А. І., Костюкевич В.М. Психологічний клімат спортивної команди : навч.-метод. посіб. – Вінниця : ВДПУ ім.М.Коцюбинського, 2006. 113 с.

64. Ложкін Г.В., Коць М.О., Петровська Т. В., Зубкова І. Ю. Технології розв'язання конфліктів у педагогічній взаємодії : Навч.-метод. посіб. для студ. вищ. навч. закл.; Ін-т психології АПН України. - К.; Луцьк, 2000. 154 с.

65. Ложкін Г.В., Пов'якель Н. І. Психологія конфлікту: теорія і сучасна практика: навч. посіб.; МОН України. К. : Професіонал, 2007. 416 с. Бібліогр.: с. 404-407.

66. Ложкін Г.В., Коцан І.Я., Бараннік В.А., Подляшаник В.В. Психологія: терміни, поняття, визначення : слов.-довід.,; Волин. нац. ун-т ім. Лесі Українки. - Луцьк, 2011. 186 с.

67. Олійник Н.А., Войтенко С.М. Психологічні особливості спортивної діяльності: Монографія. Вінниця: ВНАУ, 2020. 240 с.

68. Мітова О.О. (2021). Теоретико-методичні основи контролю в командних спортивних іграх в процесі багаторічного вдосконалення. дисертація. доктора. наук з фіз. виховання і спорту: 24.00.01. НУФВСУ. К. 595 с.

69. Мітова О., Шинкарук О. (2022). Обґрунтування підходу до формування системи контролю у командних спортивних іграх. Спортивний вісник Придніпров'я.1. 191-200.

70. Платонов В.М. Система підготовки спортсменів у олімпійському спорті. Загальна теорія її практичних додатків: навч. для тренерів Кн. 1. Київ: Олімпійська література, 2015. 680 с.

71. Проценко Г.В. Стиль спілкування тренера як фактор успішності сумісної діяльності у спортивній команді (на прикладі юних волейболісток) : автореф. дис. ... канд. наук з фіз. виховання і спорту : 24.00.01 / Г. В. Проценко; Нац. ун-т фіз. виховання і спорту України. К., 2010. 20 с.

72. . Приходько, В. В. (2018). *Концепція управління сучасною системою підготовки спортсменів: монографія*. Дніпро.

73. Свами Сатьянанда Сарасвати Асана Пранаяма Мудра Бандха : пер. с англ. / Е. Леонтовского. – К. : София, 2000. 272 с.

74. Тактика та стратегія у футболі / А.М. Зеленцов та ін. Київ: Здоров'я, 1988. 192 с.

75. Третяк Д.Я. (2021). Проєктування та реалізація здоров'язберігаючих технологій у підготовці футболістів на етапі попередньої базової підготовки [дисертація]. Івано-Франківськ. 220 с.

76. Фопель К. Згуртованість та толерантність у групі. Психологічні ігри та вправи; пер. з нім., 2003. 330с.

77. Хуртенко О.В. Оцінка рівня техніко-тактичної майстерності та прояву психологічних показників інтелектуального компонента кваліфікованих спортсменів. Вісник Національного університету оборони України : зб. наук. праць. Київ : НУОУ, 2014. № **4** (41). С. 318 – 322.

78. Хуртенко О.В., Бортун Б.О. Структурні особливості формування мотивації до занять спортом у студентів. Теорія і практика сучасної психології : збірник наукових праць. 2019. № 2, Т.1. С. 119-123.

79. Шамардін В.М. (2012). Технологія підготовки футбольної команди найвищої кваліфікації: монографія. Дніпропетровськ: Інновація. 352с.

80. Шеріф Сархан. Соціально-психологічні особливості групової згуртованості спортсменів. Спортивний вісник Придніпров'я : зб. наук. праць. Дніпропетровськ, 2011. №2. С. 75 – 79.

81. Шериф Сархан. Детермінанти психологічної згуртованості у спортивній команді: (на прикладі футболу): автореферат дисертації на здобуття наукового ступеня кандидата наук з фізичного виховання та спорту: спеціальність 24.00.01 Олімпійський та професійний спорт / Шериф Сархан. Київ, 2012. 18 с.

82. Шиян Б.М, Вацеба О.М. (2008). Теорія і методика наукових педагогічних досліджень у фізичному вихованні і спорті: [навчальний посібник]. Тернопіль.: Навчальнакнига – Богдан. 276 с.

83. Щепотіна Н.Ю. (2014). Модельні характеристики підготовленості та змагальної діяльності кваліфікованих волейболісток. Фізична культура, спорт та здоров'я нації. 18(2). 239-246.

84. Akpınar, S., Kirazcı, S. ve Aşçı, H. (2011). Group cohesion in exercise classes: An examination of gender and type of exercise class differences. Journal of Human Sciences, 8(2), 845-862.

85. Bandura, A. (1997) Self-Efficacy: The Exercise of Control. WH Freeman/Times Books/Henry Holt & Co., New York.

86. Bandura, A. (2001). Guidelines for Constructing Self-Efficacy Scales. Palo Alto, CA: Stanford University.

87. Belbin, R. M. and Life, E. A. (1983). 'Management development for the management team'. In Taylor, B.and Lippett, G. (Eds), Handbook for Management Development and Training. London: McGraw-Hill.

88. Bray,S.R.(2004).Collectiveefficacy,groupgoals,andgroupperformanceofa muscularendurancetask.SmallGroupResearch, 35,230238.

89. Brown, T.C. (2003). Theeffectofverbalself-guidancetrainingon collectiveefficacyandteamperformance.PersonnelPsychology,56, 935–964.

90. Carron A.V. Bray S.R., Eys M.A. Team cohesion and team success in sport. Journal of Sport Sciences. 2002. N. 20. P. 119–126.

91. Carron, A. V., & Brawley, L. R. (2000). Cohesion: Conceptual and measurement issues. Small group research, 31(1), 89-106. https://doi.org/https://doi.org/10.1177/104649640003100105

92. Carron, A. V., Bray, S. R., & Eys, M. A. (2002a). Team cohesion and team success in sport. Journal of sports sciences, 20(2), 119-126. https://doi.org/https://doi.org/10.1080/026404102317200828

93. Carron, A. V., Colman, M. M., Wheeler, J., & Stevens, D. (2002b). Cohesion and performance in sport: A meta analysis. Journal of Sport Exercise Psychology, 24(2), 168-188. https://doi.org/https://doi.org/10.1123/jsep.24.2.168

94. Cretty Bryant J. Psychology in modern sport. Moscow: Physical culture and sport, 1988. 224 p.

95. Charbonneau, D., & Wood, V. M. (2018). Antecedents and outcomes of unit cohesion and affective commitment to the Army. Military Psychology, 30(1), 43-53. https://doi.org/https://doi.org/10.1080/08995605.2017.1420974

96. Feltz, D. L., & Lirgg, C. D. (2001). Self-efficacy beliefs of athletes, teams, and coaches. In R. N. Singer, H. A. Hausenblas, & C. Janelle (Eds.), Handbook of Sport Psychology, 2nd ed. (pp. 340-361). New York: John Wiley & Sons.

97. Feltz, D.L., Lirgg, C.D. (1998). Perceived team and player efficacy in hockey, Journal of Applied Sport Psychology, v. 83, p. 557-564

98. Friedman, H., & Jones, G, Glover, G. (2002). Adaptive leadership: When change is not enough–Part One. Organizational Development Journal, 20, 15-31. & Glover, G., Rainwater, K., Jones, G., & Friedman, H. (2002). Adaptive leadership: When change is not enough–Part Two. Organizational Development Journal, 21, 18-38.

99. George T.R., Feltz D.L. Motivation in sport from a collective efficacy perspective. International Journal of Sport Psychology. 1995. Vol. 26. P. 98 – 116.

100. Kolosov A., Voitenko S. Cognitive resource of athlete's resistance to stres. Olympic Sports and Sport for All : XVI International Scientific Congress & VI International Scientific Congress «Sport, Stress, Adaptation» (National Sports Academy «Vassil Levski»). Sofia, Bulgaria (may, 17–19, 2012). P. 633 – 635.

101. Kolosov A. Interpersonal addiction in the sports interaction. Olympic Sport and Sport for All. Proceedings book of 17th International Scientific Congress. Capital University of Physical Education and Sports in Beijing. China 2nd–6th, June, 2013. P. 288 – 289.

102. Kostiukevych V, Lazarenko N, Shchepotina N, Vozniuk T, ShynkarukO, Voronova V., Kutek T., Konnov S., Stasiuk I., Poseletska K., Dobrynskiy V. Factor Analysis of Special Qualities of Elite Field Hockey Players. Sport Mont. 2021. Vol. 19. №S2. P. 41. DOI 10.26773/smj.210908

103. Khurtenko O, Miloradova N, Makarova O, Dzhahupov H, Bereziak K, Kravchenko T. The Process of Individual Decision-Making in Non-Standard Situations: A Theoretical Aspect: Theoretical and Neuropsychological Aspects. BRAIN. Broad Research in Artificial Intelligence and Neuroscience. 2021. T. 11. N4. P. 17-36

104. Laborde, S. Positive personality-trait-like individual differences in athletes from individual-and team sports and in non-athletes / S. Laborde, F. Guillén and E. Mosley // Psychol. Sport Exerc. – № 26. – 2016. – P. 9-13.

105. Lirgg, C.D.; Feltz, D.L. Chase, M.A. (1994). Relationships of individual and collective efficacy to team performance, Journal of Sport & Exercise Psychology, v. 16, p. 142-148,

106. Myers, N. D., Feltz, D. L., & Short, S. (2004). Group Dynamics, 8, 126-138.

107. Steca, P. Associations between personality, sports participation and athletic success / P. Steca, D. Baretta, A. Greco, M. D'Addario and D. Monzani // A comparison of Big Five in sporting and non-sporting adults. Pers. Individ. Dif. 121, 2018. – P . 176-183

108. Shumova, N.S. Psychodiagnostics in physical culture and sports: methods and algorithms for their use: textbook / N.S. Shumova. – M.:RGUPEKSMIT, 2017. – 232 p.

109. Swann, C. Psychological states underlying excellent performance in sport: toward an integrated model of flow and clutch states / C. Swann, L. Crust, P. Jackman, S.A. Vella, M.S. Allen and R. Keegan // J. Appl. Sport Psychol. 29, 2017. – P. 375-401.

110. Watson, C.B.; Chemers, M.M.; Preiser, N. (2001). Collective efficacy: A multilevel analysis, Personality and Social Psychology Bulletin, v. 27, n. 1057-1068,

111. Weinberg R., Gould D. Foundation of sport and exercise psychology; 3-ed. Champaign : Human Kinetics, 2007. 585 p.

112. Zaccaro, S. J. Social loafing: The role of task attractiveness, Personality and Social Psychology Bulletin, v. 10, p. 99-106, 1984.

113. Zaccaro, S. J. Blair, V. Peterson, C. Zazanis, M. (1995). Collective efficacy in J.Maddux (Ed.), Self-efficacy, adaptation and adjustment, New York: Plenum, 305-328

ДОДАТКИ

Додаток А

Бланк для фіксування результатів даних спортсмена

П.І.Б._____Дата народження___/___/____р.
Спеціалізація_____Кваліфікація_____
Ігрове амплуа (позиція, роль) _____
Спортивний стаж (років)_____, в тому числі в даній команді_____
Найвищий рівень змагань, де Ви брали участь у складі даної команди:
 – Чемпіонат України (Супер ліга)
 – Першість України (у тому числі серед молоді, юніорів, університетів (універсіада), шкіл (гімназіада) тощо)
 – Регіональні змагання (зональні турніри та ін.)
Найбільш успішний досвід командної взаємодії у складі цієї команди _____
_____
_____
Оцініть Ваші кондиції станом на даний момент щодо…

1. фізичної підготовленості	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
2. технічної підготовленості	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
3. … тактичної підготовленості	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
4. … психологічна підготовленість	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
5. … ефективності командної взаємодії	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10

Модуль «факторна структура у змагальній діяльності» (Обвести кружком відповідь).

1. Чи виникає почуття хвилювання перед змаганнями і коли:

а) багато днів;

б) протягом дня;

в) у день змагань;

г) перед стартом за годину;

д) 30 хвилин;

е) 5 хвилин.

2. Ви віддаєте перевагу бути перед початком гри наодинці чи у колі знайомих спортсменів (якщо так, то ви контактуєте з ними, підтримуючи розмову)?

Додаток Б

Стимульний матеріал опитувальника

«Групова ефективність спортивної команди»

Ситуація:

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

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

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

Додаток В

Стимульний матеріал до тесту групової взаємодії

«Карта-схема психолого-педагогічної характеристики групи»

«Оцініть наведені нижче якості вашої команди, прочитавши ліворуч позитивну його оцінку, а праворуч негативну, хрестиком позначивши оцінку проти відповідного бала». «5» ставиться тоді, коли якість дуже сильно і постійно проявляється, «4» - проявляється постійно, але не так сильно, «3» - не дуже проявляється, «2» - проявляється протилежна негативна якість, «1» - сильно проявляється протилежне негативна якість.

Спрямованість активності						
Група активна, сповнена творчої енергії	5	4	3	2	1	Група інертна, пасивна
Група вище всього ставить позитивні духовні запити (мистецтво, література, навчання, вдосконалення в професії)	5	4	3	2	1	Група вище всього ставить примітивні матеріальні блага, гроші, розваги тощо
У своїх справах група ставить перед собою суспільно корисні цілі	5	4	3	2	1	Групу відрізняють суспільно шкідливі асоціальні цілі
Групу об'єднує одна спільна мета діяльності, а не лише подібні цілі кожного члена групи окремо	5	4	3	2	1	У групі з'єдналися люди, у яких збігаються лише загальні цілі, але вони не стали загальнокомандними
У групі найбільше поважають колективістів, які роблять все заради інших	5	4	3	2	1	Популярні члени групи – егоїсти, які працюють лише для себе
Члени групи прагнуть постійно спілкуватися між собою	5	4	3	2	1	У членів групи відсутнє прагнення постійно спілкуватися
Група прагне спілкуватися і співпрацювати з іншими групами	5	4	3	2	1	У групі спостерігається прагнення відокремитися, ізолюватися від інших груп
Групу відрізняють стійкі інтереси	5	4	3	2	1	Групу відрізняє швидка зміна інтересів
Група постійно здійснює свої інтереси на ділі	5	4	3	2	1	Група пасивна. Цікавлячись чимось, не прагне на ділі це здійснити
Актив, ядро групи спонукає її до суспільно корисної праці	5	4	3	2	1	Актив веде групу на антигромадські справи
У групі існує справедливе ставлення до всіх її членів, прагнення підтримати слабких у загальній діяльності, почуття захищеності	5	4	3	2	1	Група помітно розділяється на «привілейованих», які і «нехтують», зневажливо ставляться до слабких
Організованість						
У групі розумно, доброзичливо вирішуються питання взаємодопомоги	5	4	3	2	1	При вирішенні групового завдання необхідність взаємопідлеглості викликає протидію і навіть конфлікти
Група може самостійно обрати собі організаторів з різних видів діяльності	5	4	3	2	1	Група не може самостійно, без допомоги старших вирішити питання про вибір організаторів чи проводить вибори несерйозно, за принципом «кого-небудь, тільки не мене»
Члени групи взаємодіють у тому напрямі який приносить успіх всієї групи в цілому	5	4	3	2	1	Більшість членів групи орієнтуються на себе і роблять те, що їм зручно і вигідно
Важкі умови, ситуація небезпеки, несподівані сильні впливи ще більш згуртовують групу	5	4	3	2	1	У цих умовах відбувається неузгодженість групи навіть до її повного розпаду

Продовження додатка В

Невдача у досягненні групової мети приводить до ще більшого єдності та згуртування групи	5	4	3	2	1	Невдача у досягненні групової мети розслабляє групу до повної відмови від реалізації поставленої мети
Група постійно і стійко підтримує зв'язок і здійснює взаємодію з іншими групами	5	4	3	2	1	Група прагне ізолюватися від інших груп, протидіє контактам з ними
Група доброзичливо, співчутливо ставиться до нових членів, намагається допомогти влитися в своє середовище	5	4	3	2	1	Група вороже ставиться до нових членів, протидіє їх входженню у нове для них середовище
Група швидко, з високою результативністю узгоджує свої дії	5	4	3	2	1	Група здатна до узгодження своїх дій
Група становить стійке єдине ціле. Наявні в групі окремі угруповання (наприклад, за симпатіями) активно взаємодіють, підтримуючи загальногрупову єдність	5	4	3	2	1	Група не являє собою єдиного цілого, розпадається на ряд окремих угруповань, які ворогують
Члени групи активно прагнуть зберегти групу як єдине ціле. Група наполегливо протидіє розформуванням	5	4	3	2	1	Члени групи ставляться байдуже до свого збереження. Легко піддається розформуванню або навіть сприяє йому
У групу входять здібні організатори, які є її авторитетом і повноважними представниками	5	4	3	2	1	Група не має здібних організаторів
Інтелектуальна комунікативність						
Група має чітке єдине судження про можливості її дійсних організаторів	5	4	3	2	1	Група не має єдиної думки, єдиного судження про можливості своїх організаторів. Думки групи суперечливі
Всі члени групи прислухаються до думки своїх товаришів і приходять до одностайного судження	5	4	3	2	1	Члени групи не дослухаються до думки своїх товаришів,їх пропозиції гостро суперечливі
Члени групи добре і постійно інформовані про все, що стосується групи: її завданнях, внутрішньо групових відносинах, її місце серед інших груп, результати її діяльності	5	4	3	2	1	У групі не знають про її завдання, внутрішньогрупових відносин, її місце серед інших груп, результати діяльності тощо
Група легко знаходить «спільну мову», взаєморозуміння при вирішенні групових завдань	5	4	3	2	1	У групі немає взаєморозуміння при вирішенні спільних завдань
При обговоренні актуальних питань, що стосуються групи і поведінки окремих її членів, група активно домагається єдиної думки і знаходить одностайне рішення	5	4	3	2	1	Група не спроможна дійти єдиної думки при обговоренні питань, що стосуються як групи в цілому, так і окремих її членів
У змінених життєвих ситуаціях група швидко оцінює зміни, створює нову громадську думку	5	4	3	2	1	Група не спроможна оцінювати непостійну обстановку, сліпо слідує звичкам, сформованим судженням
При оцінці сприйманих фактів і подій навколишнього життя в групі існує стійка єдність суджень	5	4	3	2	1	Для членів групи характерні протилежні судження й оцінка фактів, подій
Група має єдину і чітку думку про свої можливості, достоїнства і недоліки	5	4	3	2	1	У групі мають місце явно суперечливі думки про свої можливостей і недолік в відносно її
Група одностайно і правильно оцінює своє місце серед інших груп	5	4	3	2	1	Група невірно і суперечливо оцінює своє місце серед інших груп

Продовження додатка В

Критичні зауваження з боку членів групи сприймаються доброзичливо і сприяють створенню єдиної думки	5	4	3	2	1	Критичні зауваження з боку одних членів групи сприймаються іншими її членами вороже і сприяють роз'єднанню групової думки
Критичні зауваження ззовні сприймаються доброзичливо, самокритично і створюють прагнення до осмислення і виправлення недоліків	5	4	3	2	1	Критичні зауваження ззовні приймаються групою вороже і викликають прагнення до відсічі, наполягання на недоліках, груповій упертості
Психологічний клімат						
Переважання мажорного, піднесеного загального настрою в групі	5	4	3	2	1	Переважання пригніченого настрою, песимістичного настрою в групі
Доброзичливість у взаєминах серед членів симпатія	5	4	3	2	1	Конфліктність у відносинах, відштовхування, антипатія
Прагнення до спільності переживання події, життєвих явищ, творів мистецтва тощо	5	4	3	2	1	Тенденція до замкнутості членів групи один від одного, відмова або ухилення від групового характеру переживань
Успіхи чи невдачі групи в цілому переймаються активно всіма її членами	5	4	3	2	1	Успіхи чи невдачі групи залишають членів групи, байдужими
Успіхи чи невдачі товаришів викликають переживання, щиру участь інших членів групи. Мають місце схвалення вчинків, підтримка, а критика робиться з доброзичливих позицій	5	4	3	2	1	У цих умовах у групі проявляються заздрість, зловтіха, а закиди і критика виходять з бажання принизити, образити
У складних ситуаціях відбувається емоційне єднання, загальний мобілізаційний настрій	5	4	3	2	1	У цих умовах група втрачається, «розкисає», спостерігається розгубленість, сварки, взаємні звинувачення і т. д.
Негативна оцінка групи з боку ширших спільнот або їх органів викликає групове співпереживання, що виражає єднання групи і сприяє йому	5	4	3	2	1	У даних обставинах у частини групи мають місце переживання, що виражають роз'єднання групи або сприяють цьому
У відношенні між емоційними об'єднаннями (угруповання за симпатіями) існує взаємне розташування і доброзичливість	5	4	3	2	1	Угруповання конфліктують між собою, вороже ставляться один до одного
Групові емоційні «вибухи» в складних життєвих ситуаціях (наприклад, загальне обурення) регулюються групою	5	4	3	2	1	Групові емоційні стани вибухового характеру виходять з-під контролю групи, протікають стихійно і визначають зміст групової поведінки
Членам групи подобається проводить вільний час разом,є бажання частіше перебувати в групі, брати участь у спільній діяльності	5	4	3	2	1	Члени групи не прагнуть бувати разом, виявляється байдужість до спілкування, виражається негативне емоційне ставлення до спільної діяльності
Група здібна стримувати прояв власного відчуття, коли цього потребують інтереси справи	5	4	3	2	1	Група не в змозі стримувати емоційні пориви в необхідних ситуаціях

Додаток Г

Стимульний матеріал до тесту-опитувальника

«Типи групової суб'єктності»

Показник	**Абсолютно виражено**	**Значно виражено**	**Виражено**	**Виражено**	**Значно виражено**	**Абсолютно виражено**	**Показник**
1. Група шаблонно підходить до взаємозалежності між її членами, не схильна до узгодженої роботи	1	2	3	3	2	1	1. Група здатна знаходити найкращі варіанти взаємозалежності між своїми членами і працювати спільно
2. Група швидко, з високою результативністю узгодить свої дії і вчинки, дотримуючись при цьому групових норм і цінностей	6	5	4	4	5	6	2. Група зазвичай не проявляє узгодженості в своїх діях і вчинках, може порушувати групові норми і цінності
3. У групі немає взаєморозуміння при вирішенні спільних завдань	1	2	3	3	2	1	3. У групі немає взаєморозуміння при вирішенні спільних завдань
4. Необхідність надання взаємодопомоги товаришам викликає опір, незадоволення і навіть агресію	1	2	3	3	2	1	4. При необхідності надання взаємодопомоги товаришам група поводиться конструктивно і доброзичливо
5. У виборі єдиної мети, вироблення спільної позиції у групі беруть участь всі її члени	6	5	4	4	5	6	5. Вибір єдиної мети, вироблення спільної позиції групи здійснюється лише незначною частиною її членів
6. При оцінці фактів і подій навколишнього життя в групі існує стійка єдність суджень	6	5	4	4	5	6	6. Для групи характерні протилежні судження в оцінці фактів і подій
7. Група здатна діяти узгоджено, утворюючи взаємопов'язану систему, готову до спільної діяльності	6	5	4	4	5	6	7. Група не являє собою взаємопов'язану систему, готову до спільної діяльності
8. У групі немає активних лідерів, які сприяють ефективному виконанню загальногрупової діяльності	1	2	3	3	2	1	8. У групі є активні лідери, які сприяють ефективному виконанню загальногрупової діяльності
9. У групі немає «єдиної мови» спілкування	1	2	3	3	2	1	9. У групі існує «єдина мова» спілкування
10. Група орієнтована на спільну справу, вміє злагоджено визначати ролі та функції його учасників	6	5	4	4	5	6	10. Група не орієнтована на спільну справу, її члени - це егоїсти, що працюють лише для себе, не бажають погоджувати свої ролі та функції в групі
11. Мікрогрупи всередині групи конфліктують між собою, не вміють узгоджувати свої обов'язки, не включаються в загальну справу	1	2	3	3	2	1	11. У взаємодії між мікрогрупами існує взаєморозуміння в розподілі обов'язків, вони легко включаються в загальну справу
12. Члени групи добре відчувають психологічну єдність	6	5	4	4	5	6	12. Члени групи не вважають, що їм властива психологічна єдність
13. Успіх чи невдачі товаришів викликають переживання, щира участь інших членів групи (схвалення, підтримку), а докори і критика у разі потреби робляться з доброзичливих позицій	6	5	4	4	5	6	13. У цих умовах у групі переважає заздрість а докори і критика виходять з бажання принизити, образити

Продовження додатка Г

14. У групі чітко простежуються функціональні зв'язки її членів у спільній діяльності	6	5	4	4	5	6	14. У групі відсутні функціональні зв'язки її членів, що перешкоджає спільній діяльності
15. У групі не знають про власні цілі, завдання та результати загальної групової діяльності, місце серед інших груп	1	2	3	3	2	1	15. Члени групи постійно і добре обізнані про все, що стосується групи: її цілі, завдання та результати загальногрупової діяльності, місці серед інших груп
16. У групі прийнято проявляти взаємну відповідальність за успіхи і невдачі (як індивідуальні, так і загальногрупові)	6	5	4	4	5	6	16. Групі не властиве проявляти взаємну відповідальність за успіхи і невдачі (як індивідуальні, так і загальногрупові)
17. При зміні ситуації та умов члени групи не в змозі швидко інформувати про це один одного і погоджено змінити свої дії з метою досягнення загального успіху	1	2	3	3	2	1	17. При зміні ситуації та умов члени групи прагнуть швидко інформувати про це один одного і узгоджено змінюють свої дії з метою досягнення загального успіху
18. Група приймає рішення, не усвідомлюючи власні потенціали, не співвідносячи їх з груповими домаганнями, за відсутності єдності	1	2	3	3	2	1	18. Група приймає рішення, усвідомлюючи власні потенціали, і співвідносить їх з груповими домаганнями, виявляючи при цьому
19. У групі немає згуртованості її членів	1	2	3	3	2	1	19. У групі присутня висока згуртованість між її членами
20. У групу об'єдналися люди, у яких лише подібні цілі, але вони не стали загальногруповими	1	2	3	3	2	1	20. Групу об'єднує спільна мета діяльності, а не лише подібні цілі кожного її члена окремо
21. Групі властиві почуття «Ми»	6	5	4	4	5	6	21. Групі не властиве почуття «Ми»
22. У групі відсутня взаємозалежність між її членами, що заважає діяти їм спільно і долати труднощі	1	2	3	3	2	1	22. У групі присутня взаємозалежність між її членами, яка дозволяє спільно долати труднощі
23. Члени групи беруть активну участь у спільній підготовці та проведенні дозвілля	6	5	4	4	5	6	23.Члени групи не прагнуть до спільного проведення дозвілля
24. При зміні ситуації та умов група обговорює, які стоять перед нею цілі та завдання і приймає нове рішення, спрямоване на досягнення загального успіху	6	5	4	4	5	6	24. Група не спроможна обговорювати і правильно оцінювати ситуацію, що змінилася, погано уявляє поставлені перед нею цілі і завдання, звично дотримуючись виробленого раніше рішення
25. Група не становить сталого єдиного цілого. Наявний в ній окремі мікрогрупи не орієнтовані на взаємні контакти, негативно налаштовані один до одного	1	2	3	3	2	1	25. Група являє стійке єдине ціле. Наявні в ній окремі мікрогрупи, націлені на взаємні контакти, позитивно ставляться один до одного
26. Зазвичай група не в змозі виробити спільне рішення і злагоджено обрати відповідний спосіб виконання загальногрупової дії	1	2	3	3	2	1	26 Зазвичай, прийнявши спільне рішення, група узгоджено обирає спосіб виконання загальногрупової дії і швидко починає його реалізацію
27. Група схильна неадекватно оцінювати свої якості, сильні і слабкі сторони	1	2	3	3	2	1	27. Група здатна до об'єктивної оцінки своїх сильних і слабких сторін, що сприяє адекватній самооцінці

Продовження додатка Г

28. У групі переважає сприятлива психологічна атмосфера, яка сприяє підтриманню дружніх відносин	6	5	4	4	5	6	28. Члени групи не підтримують дружніх відносин між собою, що порушує сприятливу психологічну атмосферу в ній
29. Група активно взаємодіє (співпрацює, змагається, конкурує, кооперується) з іншими групами	6	5	4	4	5	6	29. У процесі міжгрупової взаємодії група пасивна, не виявляє ініціативи
30. Група не схильна обговорювати свої цілі, можливості та перспективи, не проводить аналіз своєї діяльності, успіхів і невдач	1	2	3	3	2	1	30. Група становить згуртований колектив, добре усвідомлює свої цілі, можливості та перспективи, що допомагає правильно аналізувати і оцінювати свою діяльність, успіхи і невдачі
31. У спільній діяльності група готова до подолання будь-яких труднощів	6	5	4	4	5	6	31. Група не готова долати будь-які труднощі у спільній діяльності
32. Члени групи висловлюють негативне відношення до різних видів спільної діяльності	1	2	3	3	2	1	32. Члени групи охоче беруть участь у здійсненні різних видів спільної діяльності
33. Відсутність єдності думок і суджень групи про свої можливості перешкоджає її згуртуванню у складних умовах	1	2	3	3	2	1	33. Група здатна формулювати єдині і чіткі думки, судження про свої можливості, що сприяє її згуртуванню у складних умовах
34. Члени групи відокремлені один від одного, не сприймають себе єдиною «командою» і переконані в тому, що їх гурт не є єдиним цілим	1	2	3	3	2	1	34. Група вважає себе єдиною «командою», погоджується з тим, що її так сприймають
35. У спільній з іншими групами діяльності група надає допомогу і прагне реалізувати суспільно корисні цілі на благо своїх партнерів	6	5	4	4	5	6	35. У спільній з іншими групами діяльності група виявляє ворожість, конкурує з ними і прагне до задоволення своїх вузькогрупових інтересів
36. Група зберігає у своїй пам'яті як приємні події спільного життя, так і загальні невдачі, які супроводжуються загальногруповими переживаннями, сприяють єднанню групи, наступності ситуацій групової життєздатності	6	5	4	4	5	6	36. Група уникає зберігати в пам'яті неприємні події свого життя, оскільки спогади про них породжують емоційні «вибухи», що роз'єднують групу
37. Члени групи активно прагнуть зберегти групу як єдине ціле, перешкоджаючи спробам її розформування	6	5	4	4	5	6	37. Члени групи байдуже ставляться до збереження групи як єдиного цілого, їх не хвилює можливість її розформування
38. Група визнає важливість міжгрупових відносин, постійно і стійко розвиває і підтримує взаємозв'язки, співпрацює з іншими групами	6	5	4	4	5	6	38. Група не вважає важливими міжгрупові відносини, не розвиває і не підтримує дані зв'язку, прагне відокремитися від інших груп
39. Група чітко уявляє своє місце і статус основної організації	6	5	4	4	5	6	39. Група не має чіткого уявлення про своє місце і статус основної організації

Додаток Д

Блок перший «Розвиток групової ідентичності кваліфікованих футболісток»

Метою першого блоку є актуалізація і розвиток рефлексії кваліфікованих футболісток спрямованої на більш ясну свідомість того, що об'єднує гравців в єдине ціле. Підвищення рівня усвідомленості внутрішньо групових відносин футболісток, можливих протиріч, шляхів їхнього подолання за допомогою зміцнення взаємозв'язку і взаємовідношення. Підвищення рівня довіри, та психологічної єдності в команді.

Гра 1 «Що ми знаємо про свою команду?»

Завдання які вирішуються в грі: усвідомлення і обговорення функціонуючих в команді норм і правил поведінки, ступеня їх сприйняття та виконання.

Тривалість гри: 20 хвилин

Матеріали: ручка і папір для кожного учасника.

Хід вправи та інструкція:

«Я хочу запропонувати вам пояснити явні і неявні правила діючі в команді, напишіть будь ласка, завершення для кожної незакінченої пропозиції, яку я буду зачитувати»:

1. Наша команда любить ...
2. У нашої команди є такі розваги , як ...
3. У нашій команді небажано ...
4. Якщо дати визначення нашій команді, можна сказати, що це ...
5. Якби нашу команду показали по телевізору, репортаж був би про ..,
6. Улюблене заняття команди **...**
7. Гарний настрій нашої команди можна змінити, якщо ...
8. З нашої команди буде виключений той, хто ...
9. Для щастя нашій команді потрібно всього лише ...
10. Щоб повністю дізнатися свою команду, нам треба ...

Продовження додатка Г

11. У нашій команді вітається ...

12. Погана звичка нашої команди – це ...

13. Останній раз ми сміялися усією командою над ...

14. Коли ми разом, ми ...

15. У нашій команді поважають того, хто ...

16. У нашій команді ігнорується ...

17. Нашу команду завжди веселить ...

18. У команді до цих пір залишається загадкою ...

19. У нашій команді небезпечно ...

20. Якби у всіх навчальних команд були назва, наша називалася б ...

21. Наша команда не може обійтися без ...

22. Якщо звичайний настрій команди представити у вигляді погоди, то буде...

23. Наша команда найбільше боїться ...

Питання для спільного обговорення (10-15хв.):

1. Чи легко було виконувати цю вправу?

2. Які почуття при цьому ви переживали?

3. Наскільки діючі в команді правила зрозумілі вам?

4. Наскільки широкий спектр неявних норм?

5. Які сфери життєдіяльності команди він охоплює?

6. Які з виявлених норм і правил корисні, а які обтяжливі більшості в команді?

7. Чи варто спільно приймати в нашій команді додаткові правила?

8. Що ви відчуваєте, виконуючи прийняті в команді правила поведінки?

9. Чи легко дотримуватися загальних норм і правил?

Гра 2 «Маски»

Завдання які вирішуються в грі: демонстрація реакції команди на конкретні якості її учасників, перебування в ролі іншого учасника команди.

Продовження додатка Г

Тривалість гри: 35 хвилин

Матеріали: ручка і папір для кожного учасника.

Хід вправи: футболістки на картках записують різні риси характеру, які помічали один у одного в процесі тренування (наприклад, тихоня, бешкетниця, активістка тощо). Кожна повинна заповнити по 2 картки – одна підкреслює позитивну якість, а друга – негативну. Всі заповнені картки віддаються ведучому. Після цього гравці сідають наступним порядком: половина команди сідає у внутрішнє коло, інші сідають за ними в друге (зовнішнє) коло так, щоб за спиною кожного гравця з внутрішнього кола сидів один учасник із зовнішнього кола. Ведучий пропонує учасникам навмання витягнути одну з карток. Отримана картка стає якістю першого гравця, який сидить навпроти другого учасника (спиною до нього). Після того, як всі учасники зовнішнього кола отримали картки і підняли їх над головою сидячих гравців внутрішнього кола, ведучий пропонує поговорити про те, що команда хотіла б зробити разом. Розмовляють лише учасники внутрішнього кола, враховуючи якості, які вони читають на піднятих над їх головами картках. Свою якість вони прочитати не можуть. Завдання кожного учасника це вгадати, яка якість дісталося особисто йому. Сусіди по колу можуть їм у цьому допомагати. Після того, як всі якості розгадали, команди у колі міняються місцями.

Питання для спільного обговорення (7-10 хв.):

1. Які емоції ви отримали при виконанні цієї вправи?
2. У якому колі було легше – у внутрішньому чи зовнішньому?
3. Чи легко було вгадати свою якість? Якщо ні, то чому?
4. Якщо діставалося негативна якість, що ви при цьому відчували?
5. Чи виникало подібне почуття у вас у команді раніше?

Гра 3 «Коло для єнотів»

Завдання які вирішуються в грі: набуття досвіду командної довіри.

Тривалість гри: 15 хвилин

Продовження додатка Г

Матеріали: міцна корсажна стрічка довжиною 3,5м, кінці стрічки міцно зв'язані

Інформування учасників команди:

«Що породжує, захисні бар'єри, недовіри»?Страх. Людина боїться, що її обдурять, зрадять, дізнаються секрети, скористаються нею тощо. Тому пробивна (активна людина) йде в наступ першою, (пасивна людина) бажає «сховатися» у безпечному місці або заручитися підтримкою сильнішого. «Захисні бар'єри» в повсякденності крадуть у людини радість життя. В команді ж «захисні бар'єри» руйнують командний дух, який завжди базується на довірі. Щоб дозволити собі довіряти партнерові, необхідна чимала сміливість.

Довіра не означає перекладання відповідальності на плечі того, кому віриш. Довіра заснована на відчутті незримого зв'язку, що існує між людьми близькими по духу. Довіра базується на прийнятті індивідуальності іншого і розумінні «не випадковості, спільних дій».

Інструкція: ведучий запрошує гравців стати в коло утворене з корсажної стрічки, промовляючи:

«Ви бачите в моїх руках звичайну корсажну стрічку. Я прошу вас взятися за неї обома руками і потягнути її на себе. Займіть таке положення, щоб наше коло утворилося на витягнутих руках. Розслабтеся, та відчуйте як воно Вас утримує. Всі разом ми можемо утворити коло, яке утримує нас. Ми можемо настільки йому довіряти, що навіть закриємо очі ... Тримає? Звичайно, адже ми привели його в стан рівноваги і завдяки тому, що ми всі довіряємо йому тримати себе, він утримує нас! Виявляється, довіра здатна підтримувати того, хто довіряє і того, кому довіряють. Спробуємо відпустити одну руку і триматися за стрічку у колі тільки однією рукою. Зручно? Ні? Вас це обтяжує? Недивно! Хіба можна довіряти наполовину? Давайте знову візьмемося за стрічку у колі двома руками, відкинемося назад, тримаючись на витягнутих руках, встановимо рівновагу і закриємо очі.

Продовження додатка Г

Давайте запам’ятаємо кожною клітиною нашого тіла відчуття взаємної довіри та підтримки. Це коло називають «єнотове», – продовжує ведучий, поки учасників гри підтримує коло. Ви відчуваєте, що коло дійсно об’єднує нас всіх? Давайте запам’ятаємо це почуття і будемо викликати його в собі щоразу, коли в нас є спільна робота! Дякую!»

Питання для спільного обговорення (7-10 хв.):

1. Які емоції Ви отримали при виконанні цієї вправи?
2. Чи легко було виконувати її?
3. Що Ви відчували, перебуваючи в загальному колі?
4. Чи заважало щось вам довіряти команді?
5. Чи відчували Ви довіру з боку команди?

Гра4 «Зворотній зв'язок»

Завдання які вирішуються в грі: зворотній зв’язок гравцю про те, що в його роботі схвалює команда, що заважає іншим, та що на думку команди йому слід робити в майбутньому.

Тривалість гри: 25 хвилин

Інструкція: «Я хочу запропонувати вправу, яка допоможе вам більш ефективно працювати в майбутньому, як єдиній команді. Досі, кожен із вас, робив багато такого, що інші члени команди зустрічали зі схваленням, бо це допомагало їм або ж всій команді. З іншого боку, я допускаю, що кожен робив і щось таке, що інші вважали непотрібним або навіть шкідливим. Тому, я вважаю, що ви хотіли б в майбутньому так, щоб команда змогла працювати ще краще як єдине ціле. У кожного з Вас є власне уявлення про це, тому я хочу запропонувати Вам обговорити це один з одним і дійти у зрозумілих і чітких домовленостях.

Зараз ви утворите два кола: зовнішнє і внутрішнє, розташовуючись обличчям один до одного. Внутрішнє коло стоїть на місці, зовнішнє рухається за годинниковою стрілкою від гравця до гравця. Учасник із зовнішнього кола, порівнявшись з учасником з внутрішнього, повинен

закінчити три фрази: «Продовжуй і далі ...», «Будь ласка, припини ... ». «Почни в майбутньому ... ».

При цьому необхідно дотримуватися наступних правил:

1. Не міняти місцями пропозиції, важливим є їх порядок.

2. Ви можете висловити іншому члену команди будь-яку кількість побажань .

Завдання кожного учасника внутрішнього кола уважно вислухати співрозмовника і подякувати за чесність.

Питання для спільного обговорення (7-10 хв.):

1. Розкажіть про ваші враження після почутого.

2. Які побажання команди вам хочеться виконувати, а які ні?

3.Якщо ви не хочете виконувати запропоноване, то що пропонуєте Ви?

Гра 5 «Вежа»

Завдання які вирішуються в грі: розвиток навичок організації спільної діяльності, ефективної роботи в умовах обмеженого часу і можливостей; підвищення згуртованості учасників команди

Тривалість гри: 25 хвилин

Матеріали: аркуші паперу, клей, скоч, ножиці, степлер, пов'язка на очі для кожної групи.

Хід вправи: команда розбивається на групи по 6-7 чоловік. Кожен вибирає роль і відповідно до неї бере участь у будівництві вежі в складі своєї групи.

Спочатку учасникам дається 5 хв. на обговорення питання «Як Ви будете будувати вежу?», після чого протягом 1.5 хв. відбувається саме будівництво.

Ролі учасників груп:

- не вміє чути, але вміє бачити, говорити і ходити;

- не вміє бачити, але вміє чути, говорити і ходити;

- не вміє говорити , але вміє чути, бачити і ходити;

- не вміє ходити, але вміє чути, бачити і говорити;

- не працює ліва рука;

- не працює права рука;

- сьомий учасник може виконувати функції спостерігача і контролера.

Інструкція: Вам необхідно побудувати найвищу і найкрасивішу вежу. Важкість полягає в тому, що ролі які я вам надам дещо обмежать вас в дії, наприклад, хтось не буде чути або бачити. Тому спочатку протягом 5 хв. обговоріть процес будівництва з вашими друзями, після чого ми розпочнемо гру. Ніякими іншими матеріалами, крім запропонованих вам, користуватися не можна».

Питання для спільного обговорення (10-15 хв.):

1. Чи був вироблений у вашій групі чіткий план дій ?

2. Наскільки вдало були розподілені функції між учасниками?

3. Яка була ваша роль у будівництві вежі ?

4. Як ви відчували себе в своїй ролі? Хотілося б вам спробувати себе в іншій ролі?

5. Чия діяльність, на вашу думку, була найбільш продуктивною в групі?

6. Наскільки злагоджено ви працювали?

7. Що заважало всім працювати в команді продуктивно? А що допомагало?

8. Чи задоволені ви підсумковим результатом? Що, можливо, хотіли б змінити?

Продовження додатка Г

Другий блок «розвиток групової згуртованості кваліфікованих футболісток»

Метою другого блоку є планомірне формування впорядкованого мікроклімату та впевненості кваліфікованих футблісток, вільного спілкування один з одним, вміння ділитися досвідом та висловлювати свої почуття, набуття відповідальності і самостійності гравців, вміння взаємодіяти в команді, а також визначати спільні проблеми та знаходити найкращі варіанти їх рішення.

Гра 1 «Вчимося цінувати індивідуальність»

Завдання які вирішуються в грі: сприяння розвитку цінувати власну індивідуальність, та легше сприймати думку партнера.

Тривалість гри: 25 хвилин

Матеріали: папір, олівці

Хід вправи: гравці розсідаються по колу. На початку гри ведучий оголошує наступне: «Ми нерідко хочемо бути схожими на партнерів і страждаємо, відчуваючи, що відрізняємося від них, але не менш важлива і наша індивідуальність, яку необхідно цінувати».

Інструкція:

1. Запропонуйте кожному гравцеві написати три ознаки, які відрізняють його від інших членів команди. Це може бути визнання своїх очевидних переваг або талантів, життєвих принципів тощо. У будь-якому випадку інформація має носити позитивний характер.

2. Наведіть три приклади з власного життя, щоб учасникам стало повністю зрозуміло, що від них вимагається. Для створення ігрової атмосфери використовуйте свою фантазію і почуття гумору.

3. Учасники записують свої імена і виконують завдання 3 хв. Попередьте, що Ви зберете записи і зачитаєте їх, а члени команди будуть відгадувати, хто є автором тих чи інших тверджень. Якщо автора не вдається розпізнати, він повинен назватися сам.

4. Відзначте ще раз позитивні аспекти того, що члени команди не схожі один на одного: ми стаємо цікаві один одному, можемо знайти нестандартне рішення проблеми, дати один одному імпульси до змін та навчання, тощо.

Гра 2 «Ерудит»

Завдання які вирішуються в грі: краще пізнати один одного та потренуватися в спільній творчій роботі

Тривалість гри: 20 хвилин

Матеріали: картки з літерами, олівці

Хід вправи: відставте вбік зайві предмети, щоб учасники могли вільно рухатися по приміщенню. Крім того, Вам доведеться попередньо зробити картки з літерами. Вони будуть потрібні кожному гравцеві. Напишіть на картках літери алфавіту від А до Я (букви Е, Ю, можна виключити). Крім того, намалюйте на чотирьох картках значок «*». Карта із зірочкою – це джокер, він може використовуватися як будь-яка літера. Для групи, що включає більше двадцяти чоловік, можна підготувати додаткові картки з голосними й іншими часто використовуваними літерами (наприклад А, Є О, І, П, М).

Інструкція:

1. Кожен гравець отримує по картці з літерою;

2. По команді ведучого, «Почали!» гравці протягом хвилини знаходять трьох партнерів по команді із літерами, з яких (разом із його літерою) можна скласти слово.

Поясніть призначення джокера. Той, кому дісталася ця картка, швидко знайде партнерів;

3. Як тільки чотири гравці утворили слово, вони повинні вишикуватися у відповідній послідовності, підняти картки і чекати;

4. Через 1 хвилину Ви кажете «Стоп! ». Це означає , що кожен завмирає на тому місці, де його застає Ваш сигнал;

Продовження додатка Г

5. Пройдіться від однієї команди до іншої і запропонуйте «четвіркам» хором і голосно вигукнути своє слово. Ви можете подякувати командам за успішну роботу;

6. Як тільки всі «четвірки» вигукнули свої слова, знову скажіть «Почали!», розпочинаючи другий раунд. Колишні «квартети» розпадаються, і кожен гравець повинен за 1 хвилину знову зійтися з трьома іншими людьми і утворити нове слово;

7. Проведіть п’ять-вісім раундів, щоб у кожного гравця був шанс взяти участь у створенні слова.

Гра 3 «Уявний м'яч»

Завдання які вирішуються в грі: навчитися погоджуватися з ініціативою інших членів команди, організованість та здатність діяти.

Тривалість гри: 20 хвилин.

Хід вправи: поясніть, що це типова командна гра, успіх якої залежить від того, наскільки гравці зможуть зосередитися, налаштуватися на партнерів, підтримати чужу ініціативу і проявити власну активність.

Інструкція: щоб розпочати гру, призначений гравець під № 1 перекидає одному з учасників уявний м’яч. Оскільки справжнього м'яча у нас не існує, гравець № 1 повинен описати, про який м'яч йде мова; його вага, розмір, форма і його матеріал підкажуть, як його потрібно кидати і ловити, далі назвати ім’я того, кому буде адресований цей м’яч.

Наприклад: гравець № 1 зустрічається очима з гравцем № 2, вимовляє його ім’я і каже перед кидком «Футбольний м'яч», другий гравець ловить м’яч так, як нібито він справжній і готується передавати іншому при цьому змінивши уявний предмет на інший, наприклад кулю для боулінгу або надувну кульку. Коли гравці кидають або ловлять м’яч, необхідно задіяти все своє тіло. Вид м’яча визначатиме, як ми рухаємося, діємо і реагуємо.

Питання для спільного обговорення (5 хв.):

1. Як відбувається в команді спільна робота?

2. Чи всі учасники були задіяні в цій грі?

3. Чи було важко приймати уявний м’яч за дійсний?

4. Чи не відчували ви себе нерозумно під час гри?

5. Чи всі гравці старалися однаково?

6. Як можна поліпшити спільну роботу?

Гра 4 «Рахуємо до тридцяти»

Завдання які вирішуються в грі: оцінка згуртованості команди

Тривалість гри: 20 хвилин

Хід вправи: гравці розходяться по приміщенню і рівномірно розподіляються по кімнаті, та ні в якому разі не утворюють ряд або коло. Як тільки кожен знайде зручне для себе місце, закриває очі.

Інструкція: команда повинна порахувати від одного до тридцяти. При невеликій кількості гравців досить дорахувати до десяти. При цьому діють наступні правила, один гравець не може назвати два числа поспіль, наприклад, чотири і п’ять, але в ході гри кожен учасник може назвати більше одного числа. Якщо кілька гравців одночасно назвали одне і те ж число, гра починається спочатку. Учасники не повинні заздалегідь домовлятися про стратегію гри. Під час виконання завдання не дозволяється розмовляти.

Гра 5 «Уяви себе іншим»

Завдання які вирішуються в грі: представитись незвичайним способом, який дасть можливість мовцеві відсторонитися від своєї реальної біографії та подивитися на себе по новому

Тривалість гри: 30 хвилин

Інструкція:

1. Учасники гри розбиваються на пари;

2. Кожен гравець повинен придумати історію свого життя, яка могла б трапитися, якби він вибрав інший життєвий шлях, находив інші рішення в складних життєвих ситуаціях, опирався на інші атрибути своєї особистості;

Продовження додатка Г

3. Історія повинна сприйматися як правдоподібна, сам оповідач повинен бути щирим. Він вільний змінювати все, що завгодно у своїй біографії: професійну діяльність, обставини життя, взаємини тощо.

Запропонуйте учасникам бути розкованими і не обдумувати свою розповідь занадто довго. Кожен гравець говорить протягом 8 хвилин;

4. Тепер кожен слухач ділиться з оповідачем своїм враженням про розповідь. Нехай гравці висловлять припущення про надуману біографію своїх партнерів. На виконання цього завдання кожен гравець отримує 5 хвилин;

5. Наступний етап: гравці розповідають свою справжню життєву історію.

Питання для спільного обговорення:

1. Як ви себе зараз почуваєте?

2. Що вам сподобалося в цій вправі, які враження?

3. Що викликало труднощі? Як ви їх долали?