

УДК 796.056.82

В. Д. Литвиненко,факультет начального, дошкольного и специального образования,
Омский государственный педагогический университет
Научный руководитель: канд. пед. наук, доц. Н. В. Матюнина

Создание психологического микроклимата в студенческой волейбольной команде

Аннотация. В статье раскрываются теоретические основы формирования психологического климата в команде, рассматриваются его основные составляющие и факторы, способствующие снижению уровня стресса, повышению мотивации и улучшению командного взаимодействия. В практической части исследования проведена оценка психологического микроклимата в студенческой волейбольной команде, а также разработаны методические подходы по его улучшению. Эффективность комплексной работы по созданию благоприятного психологического микроклимата подтверждена в ходе педагогического эксперимента с участием студенческой волейбольной команды Павлодарского высшего колледжа управления.

Ключевые слова: волейбол, команда, психологический микроклимат, студенты.

Физическая культура и спорт являются важными элементами образовательного процесса, способствующими гармоничному развитию личности, укреплению здоровья, формированию волевых качеств и социально значимых навыков. В условиях современного образования игровые командные виды спорта влияют на развитие у студентов не только физических, но и коммуникативных навыков, способности к сотрудничеству, самоконтролю и лидерству.

Одним из важнейших факторов, определяющих успешность спортивной команды, является ее психологический микроклимат, представляющий из себя совокупность межличностных отношений, уровня доверия, эмоционального состояния спортсменов и их общей мотивации. В студенческих волейбольных командах этот аспект особенно важен в связи с тем, что команды формируются на основе временных коллективов, а игроки могут обладать различным уровнем подготовленности, опытом и личностными особенностями. Однако механизмы формирования позитивного микроклимата, методы его диагностики и коррекции изучены недостаточно, что явилось основной проблемы нашего исследования.

С целью изучения факторов, влияющих на психологический микроклимат в студенческой волейбольной команде, мы провели исследование, предусматривающее решение ряда задач.

В ходе изучения научно-методической литературы, касающейся проблемы исследования, выявлено, что психологический микроклимат в физкультурно-спортивной практике играет важную

роль. Он влияет на эффективность взаимодействия студентов, их мотивацию, уровень сплоченности и успешность в учебной и спортивной деятельности. Благоприятная атмосфера способствует формированию командного духа, снижению уровня тревожности и повышению вовлеченности студентов в учебный процесс [3; 4].

Рассматривая вопросы формирования студенческого коллектива, можно отметить некоторые особенности, связанные с возрастом, деятельностью и социальной динамикой. Молодежный состав коллектива определяет его активность, наличие стремления к самовыражению и формированию специфической субкультуры. Студенческий коллектив проходит несколько этапов развития, на каждом из которых изменяется структура взаимоотношений, уровень сплоченности и роль коммуникации. По результатам исследований Ю. И. Горловой с соавторами, Е. В. Данкеевой и А. М. Соблирова взаимодействие студентов в условиях физкультурно-спортивной деятельности способствует эффективному формированию межличностных отношений [1; 2].

Анализ особенностей психологического микроклимата в студенческой волейбольной команде осуществлялся в рамках педагогического эксперимента в 2023/24 учебном году с участием 12 юношей 1–4-го курса, входящих в состав студенческой волейбольной команды Павлодарского высшего колледжа управления.

Согласно результатам первичного исследования, проведенного в сентябре 2023 г. по тесту

«Пульсар», мы смогли определить уровень следующих параметров: подготовленность к деятельности, направленность, активность, сплоченность, интегративность. Средний результат команды составил 4,8 балла. Исходя из предложенной в тесте интерпретации результатов, можно сделать вывод о том, что команда недостаточно зрелая и развитая, не всегда способная эффективно справиться с поставленными задачами. Опрос по методике оценки психологической атмосферы в коллективе Ф. Фидлера показал, что средняя оценка команды составила 42,6 балла. Это означает, что в команде царит нейтральная атмосфера.

На формирующем этапе педагогического эксперимента была проведена комплексная работа, направленная на улучшение взаимодействия внутри команды, а именно:

- регулярные товарищеские игры и ротация состава;
- анализ игр и ведение статистики;
- индивидуальная работа и развитие командного духа;
- внекомандные мероприятия для укрепления микроклимата;
- поощрение и поддержка игроков;
- повышение роли тренера в создании здоровой атмосферы;
- формирование дисциплины и коллективной ответственности;
- развитие командного лидерства и поддержка инициативы.

Повторное тестирование, проведенное в июне 2024 г. по тесту «Пульсар», определило, что сред-

нее значение соответствует 9,25 балла, а прирост за период эксперимента составил 92,71 %. На основе полученных данных можно заключить, что игроки команды ставят себя уже на уровень выше и считают команду достаточно зрелой, развитой, способной выполнять коллективные задачи. Опрос по методике Ф. Фидлера свидетельствует о нормализации атмосферы в команде, которая стала благоприятнее для совместной работы. Игроки научились слышать и слушать друг друга, уважать мнение партнеров и работать сообща. Развитие взаимопонимания и командного взаимодействия положительно повлияло на сплоченность, что отразилось как на игровых результатах, так и на психологическом состоянии команды. Прирост этих изменений составил 36,03 %.

Таким образом, благодаря детальному анализу микроклимата в команде удалось определить ключевые трудности и разработать комплекс методических подходов по его улучшению.

Данные тестирования выявили положительные изменения в нескольких направлениях:

- игроки стали увереннее в своих силах, улучшилось взаимодействие внутри команды;
- развитие тактического мышления помогло спортсменам лучше ориентироваться в игре, быстрее принимать решения и действовать слаженно;
- участники команды стали более мотивированными;
- уровень тревожности снизился;
- сплоченность коллектива значительно возросла, доверие между игроками усилилось.

1. Горлова Ю. И., Горбачева О. А., Молчанов А. С. Формирование межличностных отношений в студенческом коллективе // Учен. зап. Орл. гос. ун-та. — 2024. — № 2 (103). — С. 215–219.

2. Данкеева Е. В., Соблиров А. М. Влияние занятий физической культуры на микроклимат студенческой группы // Международный научно-исследовательский журнал. — 2017. — № 4–3 (58). — С. 24–26.

3. Карева Ю. Ю., Шиховцов Ю. В. Содержание процесса спортивной подготовки в студенческом волейболе // Теория и практика физической культуры. — 2017. — № 9. — С. 69.

4. Курочкина Н. А., Булыкина Л. В., Губа В. П. Исследование формальных и неформальных отношений в волейбольной команде // OlymPlus. Гуманитарная версия. — 2020. — № 1 (10). — С. 40–43.