ТМКОУ ДОД «ДЮСШ по национальным видам спорта имени А.Г. Кизима»

**ДОКЛАД**

**Тема:** «Психологическая совместимость в групповой акробатике (на примере троек)»

Портнягина Анастасия Кирилловна

тренер-преподаватель по спортивной акробатике

Дудинка, 2012 год

**Психологическая совместимость в групповой акробатике (на примере троек)**

Актуальность данной проблемы определяется высокой значимостью психологического обеспечения учебно-тренировочного процесса спортсменов парно-групповых видов акробатики, что обуславливает поиск путей, средств и методов, направленных на повышение срабатываемости их совместной деятельности и взаимоотношений, что, в конечном счете, будет способствовать повышению спортивного мастерства акробатов.

Практика показывает, что большинство составов парно-групповых видов спортивной акробатики формируются без учета индивидуально-психологических особенностей спортсменов, что достаточно часто, приводит к негативным взаимоотношениям, повышению эмоциональной напряженности, конфликтным ситуациям, частой сменяемости партнеров или полной раскомплектации состава. В этой связи, одной из важнейших задач психологического обеспечения акробатов-групповиков, является учет индивидуально-психологических особенностей будущих партнеров при комплектовании составов. Реализация этой задачи затрудняется в виду отсутствия научно обоснованной методики комплектования составов парно-групповой спортивной акробатики на основе учета индивидуально-психологических особенностей спортсменов.

Групповая совместимость характеризуется как социально-психологический показатель сплоченности группы, отражающий возможность бесконфликтного общения и согласованности действий ее участников в условиях совместной деятельности. Критериям межличностной совместимости является высокая непосредственная удовлетворенность результатом и, главное, процессом взаимодействия, когда каждый из партнеров оказался на высоте требований другого, и не потребовались специальные усилия на установление взаимопонимания. Феноменом, противоположным совместимости, является несовместимость людей, то есть когда их потребности не находят удовлетворения во взаимодействии и поведение в целом взаимно исключаются друг друга. Этот процесс взаимодействия нередко сопровождается состоянием субъективной неудовлетворенности партнеров, психологической напряженностью, неуравновешенностью в поступках, конфликтными ситуациями. Исследования, проведенные психологами позволили различить явления «совместимости» и «срабатываемости». Эффект совместимости чаще всего возникает в условиях личных отношений, а эффект срабатываемости является результатом деловых отношений и связан с деятельностью (учебной, спортивной, трудовой).

Срабатываемостью называют единство взаимодействий членов группы в условиях конкретной совместной деятельности. Признаками срабатываемости группы является оптимальный ритм работы, достаточно высокая продуктивность, точности и согласованность взаимодействий, надежности совместной работы в трудных условиях и т.д. Между совместимостью и срабатываемостью могут быть различные соотношения. Оптимальным сочетанием считается тогда, когда совместимость и срабатываемость максимальны. Для выработки оптимальных приемов отбора и комплектации групп необходима система прогноза срабатываемости и совместимости партнеров совместной деятельности. Знания в этой области помогут в спортивно-педагогической практике активно формировать межличностные отношения, регулировать социально-психологический климат в коллективе.

Отношения между партнёрами должны строиться по принципу взаимной ответственности. В процессе развития тройка обретает различные новые групповые свойства и качества. Женская групповая акробатика не существует без общения, межличностных влияний и взаимодействия спортсменов друг с другом. Каким должно быть общение и как им управлять, чтобы оно помогло более успешно действовать, достигать высоких результатов? Чтобы ответить на эти вопросы, необходима систематическая экспериментальная разработка проблем общения и взаимоотношений в женских группах.

Перед началом комплектования составов рекомендуется изучить **склонность к коллективным видам деятельности,** то есть выявить тип социального поведения, уровень самоконтроля, уверенности в себе, эмоциональной стабильности. При комплектовании женских троек очень важно учесть тревожность спортсменов, так как именно она является фактором успешного выступления на соревнованиях.

Спортсмены с высоким уровнем тревожности добросовестны, старательны на тренировках, а спортсмены с низким уровнем тревожности избегают длительных и монотонных тренировок. В соревнованиях низкого ранга спортсмена с высокой тревожностью способны показывать высокие спортивные результаты, однако в ответственных напряженных и неожиданных стартах выступают ниже своих возможностей.

Спортсмены с низким уровнем тревожности менее старательны и работоспособны на тренировках, неровно и неустойчиво выступают в соревнованиях низкого ранга, но на наиболее значимых и ответственных соревнованиях демонстрируют свои лучшие результаты.

**Психологическая совместимость** – схожесть людей по вниманию, мышлению, памяти, интеллекту, эмоциональной уравновешенности и беспокойству, тревоге, а также целому ряду психических качеств. Психологический уровень совместимости предполагает взаимодействие характеров, мотивов поведения. В условиях спортивной деятельности между членами команды обнаруживается сразу или формируется после длительных совместных действий и общения. Природа возникновения совместимости в каждом из этих случаев различна. Быстрое обнаружение совместности по ряду социальных, психологических и психологических и психофизиологических качеств у нескольких членов команды свидетельствуют о наличии у них одинаковых врожденных или приобретенных, воспитанных качеств. Малознакомые или впервые появившиеся в одну команду спортсмены после непродолжительной совместной деятельности обнаруживают, что между ними есть в чем-то сходство, что у них есть качества, вызывающие одностороннюю или взаимную симпатию.

В практической работе тренеру ежедневно приходится решать задачи по улучшению взаимодействия спортсменов и их совместимости. При этом важно руководствоваться следующими факторами, обеспечивающими слаженность действий и взаимопонимание партнеров: критериями функциональной совместности в спортивной деятельности, характером межличностных отношений, психофизиологической и социально-психологической совместимостью. Функциональная совместимость определяется скоростью процессов мышления, восприятия и действий. Большие различия в качественных и количественных показателях этих процессов лишают спортсменов возможности достичь успеха в совместных действиях, поскольку, например, один партнер будет опережать другого.

Психологическая совместимость предполагает соответствие спортсменов по уровню физического развития, степени подготовленности, проявлению характера, темперамента и способностей. При такого рода совместимости успех деятельности определяется не столько индивидуальным вкладом спортсменов, имеющих более высокий уровень мастерства, сколько качеством взаимодействия и взаимосодействия.

Женская тройка – это спортивный коллектив, то есть организованная группа, в которой члены объединены общими ценностями, целями и задачами деятельности, значимыми для групп в целом и для каждого ее члена в отдельности, где межличностные отношения опосредуются общественно ценными и личностно значимым содержанием совместной деятельности.

Женская тройка является одной из разновидностей контактной группы, то есть малой спортивной группой и поэтому обладает всеми признаками, характеризующими практически любую группу такого рода: в ней возникают разнообразные социально-психологические явления (групповое настроение, коллективные волевые усилия, суждения). Спортсменки, из которых состоит тройка, постоянно испытывают воздействие со стороны других ее членов и поэтому ведут себя и действуют иначе, чем предоставленные сами себе. Спортивная команда влияет на интеллект, эмоциональную и волевую активность спортсменов, на их взгляды, убеждения, поступки, поведение.

Для нормального функционирования женской тройки имеет значение оптимальная согласованность личных и групповых устремлений. Нельзя требовать от членов тройки полного отказа от своих индивидуальных желаний, но в тех случаях, когда встает вопрос о существовании группы как целого, личные, а тех случаях, когда встает вопрос о существовании группы как целого, личные, а тем более эгоистические, устремления должны быть подчинены коллективным требованиям, общим для всех партнеров.

Наиболее важным психологическими признаками женской тройки должны быть единые цели и задачи, высокая способность к самоуправлению, самоорганизации, оптимальные показатели сплоченности или разобщённости и психологического климата, коллективный характер внутригрупповой приемлемости, уровень авторитетности формальных лидеров, их взаимоотношения с неформальными лидерами, психологический микроклимат в тройке в целом, а также отношение спортсменов к предстоящим соревнованиям и взаимоотношения между спортсменами и тренерами.

Вывод:

* Срабатываемые акробатические составы характеризуются стабильным выполнение групповых элементов, быстрым освоением пирамид и вальтижа, хорошим уровнем срабатываемости с партнером.
* Низкосрабатываемые акробатические составы характеризуются нестабильным выполнением парно-групповых элементов, их длительным освоением, низкой срабатываемостью. В данных составах наблюдается недостаточно благоприятная психологическая атмосфера, низкая сплоченность состава, удовлетворительная совместимость с партнерами, ухудшение эмоционального состояния спортсменов в процессе совместной деятельности.