

Міністерство освіти і науки України

Національний університет фізичного виховання і спорту України

МІХНОВ АНДРІЙ ПАВЛОВИЧ

УДК: 796.323.2.071.12

ПІДВИЩЕННЯ ЕФЕКТИВНОСТІ ЗМАГАЛЬНОЇ ДІЯЛЬНОСТІ
ВИСОКОКВАЛІФІКОВАНИХ ХОКЕЇСТІВ ЗАСОБАМИ КОРЕКЦІЇ
САМООЦІНКИ

24.00.01 – олімпійський і професійний спорт

Автореферат на здобуття наукового ступеня
кандидата наук з фізичного виховання і спорту



Київ – 2017

Дисертацією є рукопис

Роботу виконано в Національному університеті фізичного виховання і спорту України, Міністерство освіти і науки України

Науковий керівник кандидат педагогічних наук, професор **Воронова Валентина Іванівна**, Національний університет фізичного виховання і спорту України, професор кафедри психології і педагогіки

Офіційні опоненти:

доктор наук з фізичного виховання і спорту, професор **Костюкевич Віктор Митрофанович**, Вінницький державний педагогічний університет імені Михайла Коцюбинського, завідувач кафедри теорії і методики фізичного виховання та спорту;


кандидат психологічних наук, доцент **Гант Олена Євгенівна**, Харківська державна академія фізичної культури, завідувач кафедри педагогіки та психології

Захист відбудеться 31 жовтня 2017 р. о 12.30 на засіданні спеціалізованої вченої ради Д 26.829.01 Національного університету фізичного виховання і спорту України (03150, Київ-150, вул. Фізкультури, 1).

З дисертацією можна ознайомитися в бібліотеці Національного університету фізичного виховання і спорту України (03150, Київ-150, вул. Фізкультури, 1).

Автореферат розіслано 29 вересня 2017 р.

В.о. ученого секретаря
спеціалізованої вченої ради



Ю. О. Павленко

ЗАГАЛЬНА ХАРАКТЕРИСТИКА РОБОТИ

Актуальність теми. У сучасному спорті спостерігається неухильне підвищення спортивної конкуренції на змаганнях з хокею із шайбою. Цей процес призводить до постійного збільшення як фізичних, так і психічних навантажень на спортсменів, що у свою чергу висуває особливі вимоги до пошуку нових методів підготовки хокеїстів до змагань.

На даному етапі розвитку хокею фізична, технічна й тактична підготовленість найсильніших хокейних команд перебуває на приблизно однаковому рівні, тому результат спортивних двобоїв значною мірою визначається психологічними факторами (Ю. В. Никонов, 2008; В. М. Костюкевич, 2009; О. Є. Гант, 2014). Чим вищий рівень кваліфікації спортсменів і чим відповідальніший двобій, тим більшої значущості набуває рівень психологічної підготовленості спортсменів.

Складність і багатогранність тренувального процесу хокеїстів обумовлюють важливість індивідуального підходу й розробки нових методів корекції їх стану з урахуванням сучасних тенденцій їх тренувальної й змагальної діяльності. Рівень розвитку комплексу індивідуальних особистісних властивостей і особливостей спортсмена, від яких залежить ефективність і надійність виконання ігрових дій в екстремальних умовах, залежить від великої кількості факторів, серед яких особливе значення належить самооцінці гравця.

Самооцінка хокеїста є однією з найбільш значущих серед інших властивостей його особистості, оскільки вона стимулює підвищення ефективності змагальної діяльності й відіграє роль регулятора цієї діяльності, забезпечуючи тим самим найкращу її адаптацію до ігрових умов, що постійно змінюються. У зв'язку із цим досягнення та підтримка ідеального, з погляду результативності, рівня самооцінки для хокеїстів може вважатися підставою успішної участі в змаганнях, що є одним з актуальних і перспективних питань теорії та методики підготовки в хокеї.

Аналіз наукової літератури і спортивної практики показує, що самооцінка хокеїста, як фактор, що значно впливає на поведінку спортсмена, його мотивацію, ефективність ведення змагальної діяльності, практично не вивчалася окремо. У спеціальній літературі можна зустріти роботи авторів, які досліджували питання самооцінки в комплексі з іншими складовими психологічної підготовленості хокеїстів. Інтегральний підхід дослідників у даному напрямку не ставитися під сумнів і, безумовно, є важливим при вивченні системних взаємозв'язків складових підготовленості спортсменів, однак на нашу думку поглиблене дослідження самооцінки хокеїстів високого класу, пошук адекватних засобів і методів її корекції може значно підвищити якість процесу підготовки й подальшої змагальної діяльності спортсменів. У цьому зв'язку, на наш погляд, актуальність вивчення даної проблеми є цілком очевидною.

Дослідженню самооцінки та її складових приділяли увагу багато фахівців (А. В. Петровский, А. В. Брушлинский, 1986; А. А. Реан, 2001; Г. В. Лозовая, 2001, 2003; И. С. Кон, 2006 та ін.). У спортивній науці на сьогодні досить активно вивчаються питання, які пов'язані з визначенням ролі й значущості самооцінки в адаптаційних можливостях спортсмена. Так, визначені особливості самооцінки

юних спортсменів, а також спортсменів різної статі, досліджена специфіка самооцінки в деяких видах спорту, а також взаємозв'язок самооцінки й окремих властивостей особистості спортсменів (В. В. Медведєв, 1993; Г. Б. Горская, 1999; А. Л. Попов, 2000; С. В. Жилин, 2003; Г. В. Лозова, 2003; Ж. Л. Козина, 2009).

На думку авторів (М. Г. Ярошевский, 2000; У. Джемс, 2003; А. В. Петровский, С. Л. Рубинштейн, 2007; Р. Бернс, 2008), самооцінка відіграє значну роль у житті людини, залежить від рівня домагань і складається з комплексу структурних компонентів, впливаючи на розвиток особливої групи особистісних якостей: самоповаги, совісті, гордості. Деякі автори вважають, що в успішних особистостях спостерігається тенденція до завищеної самооцінки (С. Бишоп, 2002, Т. О. Гордеева, 2006; Е. В. Зинько, 2006).

Огляд наукової літератури свідчить про те, що на сьогодні відсутні розробки, які пов'язані з вивченням самооцінки хокеїстів високого класу, технологій та методів її корекції, або впливу на рівень її прояву. Вивчення специфічних особливостей прояву самооцінки хокеїста може бути ефективним напрямком удосконалення його майстерності, розвитку спортивної форми й пошуку додаткових психологічних резервів, а вивчення взаємозв'язків самооцінки й ефективності змагальної діяльності хокеїстів є цікавим і перспективним напрямком спортивної науки. Недостатність вивчення цих питань і їх безсумнівна актуальність обумовили вибір теми цього дисертаційного дослідження.

Зв'язок роботи з науковими планами, темами. Робота виконана в рамках науково-дослідних тем 2.4. «Теоретико-методичні основи й індивідуалізація навчально-тренувального процесу в ігрових видах спорту» й 2.19 «Детермінанти психологічного супроводу й педагогічних засобів удосконалення підготовки спортсменів у різних видах спорту» відповідно до «Зведеного плану НДР у сфері фізичної культури та спорту на 2011–2015 рр.» Міністерства України у справах сім'ї, молоді і спорту. Автор – співвиконавець тем.

Мета дослідження – розробити на підставі властивостей особистості хокеїстів програму корекції самооцінки і впровадити у процес їх підготовки.

Завдання дослідження:

1. Дослідити й проаналізувати дані науково-методичної літератури та мережі Інтернет з питань вивчення особливостей прояву самооцінки спортсменів.
2. Визначити специфічні характеристики особистості й факторну структуру психологічної підготовленості хокеїстів високого класу, що забезпечують фундамент для формування самооцінки спортсменів.
3. Дослідити рівень самооцінки хокеїстів високого класу й визначити її взаємозв'язок з ефективністю їх змагальної діяльності.
4. Розробити та впровадити спеціалізовану програму з корекції самооцінки хокеїстів високого класу і визначити її ефективність.

Об'єкт дослідження – психологічна підготовка хокеїстів високого класу.

Предмет дослідження – самооцінка висококваліфікованих хокеїстів, її вплив на ефективність змагальної діяльності та засоби її корекції.

Методи дослідження:

1. Аналіз і узагальнення даних науково-методичної літератури і мережі Інтернет.
2. Педагогічне спостереження та контроль у процесі тренувальної і змагальної діяльності хокеїстів.
3. Методи психодіагностики
4. Педагогічний експеримент.
5. Метод експертних оцінок.
6. Методи математичної статистики.

Наукова новизна отриманих результатів полягає в тому, що:

- уперше запропоновано алгоритм дослідження рівня самооцінки у хокеїстів високого класу, який вміщує окремі блоки та шкали показників;
- уперше вивчено і виявлено інтегральний показник самооцінки у хокеїстів високого класу, з урахуванням окремих складових підготовленості;
- уперше вивчені й виявлені взаємозв'язки між рівнем самооцінки хокеїстів високого класу й ефективністю їх змагальної діяльності. Установлені взаємозв'язки між окремими показниками самооцінки спортсменів і реалізацією техніко-тактичних дій у матчі;
- уперше установлені взаємозв'язки рівня стрес-стійкості хокеїстів з ефективністю їх змагальної діяльності в матчі;
- уперше розроблена спеціалізована програма, спрямована на корекцію самооцінки хокеїстів високого класу;
- доповнено відомості про значущість переваги гравців в хокейній команді із сангвінічним і холеричним типами темпераменту;
- підтверджені дані про значущість самооцінки для успішної тренувальної та змагальної діяльності висококваліфікованих спортсменів.
- доповнено напрями використання у практичній діяльності способу оцінювання ефективності змагальної діяльності хокеїстів високого класу, що ґрунтується на застосуванні модельних характеристик реалізації техніко-тактичних дій спортсменів з урахуванням ігрової спеціалізації.

Практична значущість роботи полягає в тому, що розроблена спеціалізована програма дозволяє корегувати рівень самооцінки хокеїстів високої кваліфікації, рівень домагань, впевненості спортсменів, мотивацію досягнення успіху, рівень стресостійкості, рішучості та цілеспрямованості.

Результати досліджень були впроваджені в підготовку хокейних команд високого класу, що, у свою чергу дозволило підвищити ефективність їх подальшої змагальної діяльності:

у процес підготовки хокеїстів для участі у матчах Відкритого чемпіонату Білорусі (ВЧБ) (ХК Металург-Жлобин, Білорусь), у сезоні 2013–2014 рр., вибіркових і групових матчах Національної збірної команди України у 2013–2014 рр.; навчальний процес кафедри спортивних ігор НУФВСУ з дисципліни «Теорія й методика викладання хокею», а також кафедри психології та педагогіки для викладання студентам-магістрантам дисциплін: «Психодіагностика у спорті» і «Психорегуляція у спорті» (підтверджено відповідними актами).

Особистий внесок здобувача в опубліковані у співавторстві наукові праці полягає у виборі методів, організації та проведенні дослідження, інтерпретації результатів і формулюванні висновків.

Апробація результатів дослідження. Основні результати роботи були представлені та винесені на обговорення на XVII і XVIII Міжнародних науково-практичних конференціях «Молода спортивна наука України» (Львів, 2013, 2014), VII та VIII Міжнародних наукових конференціях молодих учених «Молодь і олімпійський рух» (Київ, 2014, 2015), Міжнародній науково-практичній конференції «Наукове обґрунтування фізичного виховання, спортивного тренування та підготовки кадрів з фізичної культури та спорту» (Мінськ, 2013), Всеросійській заочній науково-практичній конференції з міжнародною участю «Сучасні перспективи і проблеми розвитку регіональної освіти в умовах модернізації та реформування Російського суспільства» (Сургут, 2015), а також щорічних підсумкових науково-практичних конференціях кафедр спортивних ігор (2010–2014) та психології і педагогіки Національного університету фізичного виховання і спорту України (2014–2016).

Публікації. За темою дисертаційної роботи опубліковано 11 наукових публікацій. З них 6 опубліковано у спеціалізованих науково-теоретичних журналах і збірниках наукових праць, рекомендованих Міністерством освіти і науки України, з яких 5 включено до міжнародних наукометричних баз, 2 публікації апробаційного характеру та 3 публікації додатково відображають наукові результати дисертації.

Структура та обсяг дисертації. Дисертаційна робота викладена на 187 сторінках основного тексту, складається із вступу, шести розділів, практичних рекомендацій, висновків, списку використаних літературних джерел, який включає 228 джерел, із яких 28 відображають результати досліджень зарубіжних фахівців, а також додатків.

Результати досліджень проілюстровані у 58 рисунках та 16 таблицях.

ОСНОВНИЙ ЗМІСТ

У **вступі** обґрунтована актуальність проблеми, визначені об'єкт, предмет, мета та завдання дослідження, вказані етапи його організації та використані методи, дана характеристика наукової новизни та практичної значущості роботи, встановлено особистий внесок здобувача в спільно опублікованих наукових працях, наведені основні аспекти апробації результатів досліджень, вказана кількість публікацій.

У першому розділі «**Аналіз проблеми взаємозв'язку самооцінки хокеїстів і ефективності змагальної діяльності**» проведено аналіз літературних джерел з питань: дослідження самооцінки спортсменів; специфіки змагальної діяльності в хокеї, яка обумовлює формування їх самооцінки; вивчення взаємозв'язку самооцінки із властивостями і якостями особистості хокеїста; управління процесом психологічної підготовки хокеїстів на підставі корекції самооцінки.

Оптимальний рівень розвитку самооцінки – одна з найбільш важливих ланок психологічної підготовленості спортсмена, оскільки самооцінка є центральним компонентом довільної саморегуляції гравця, яка визначає спрямованість і рівень

його активності, ставлення до навколишнього середовища, партнерів по команді й суперників. Самооцінка виступає як важлива детермінанта всіх форм і видів діяльності, відбиваючи при цьому рівень самоповаги, створює підґрунтя для сприйняття власного успіху або невдачі, досягнення намічених планів і цілей (С. Бишоп, 2002; Р. Баумейстер, Д. Кемпбелл, Д. Крюгер, 2005).

Дослідженнями підтверджено, що низька самооцінка спортсмена призводить до негативних наслідків: зайвого самозвинувачення, невдоволення результатами, заниження своєї гідності, неприйняття себе, виникнення страху, особливо в тих видах спорту, де існує фізичний контакт із суперником (Г. В. Лозова, 2003). В той же час, незважаючи на те, що у спортивній діяльності оптимальним рівнем самооцінки вважається середній або високий рівень, ряд авторів зазначає, що у спорті вищих досягнень самооцінка повинна бути завищеною (А. В. Родионов, 2004; Л. К. Серова, 2007; А. Е. Тарас, 2007). На думку Н. А. Батуріна (1988), С. В. Жиліна (2003), Е. І. Кутової (2007), І. А. Галкіної (2009) самооцінка спортсмена є центральним компонентом особистості й бере активну участь у регуляції його поведінки й діяльності.

Результати великої кількості досліджень фахівців свідчать, що високий рівень самооцінки обов'язково впливає на успішність змагальної діяльності (И. В. Боязитова, 1998; В. І. Воронова, 2007). Багато спортсменів високого класу мають завищену самооцінку. При цьому досить складно з'ясувати, наслідком чого є подібний феномен: початковий високий рівень прояву самооцінки, який міг стати серйозним фактором, що стимулює прагнення спортсмена до успіху, або ж постійні успіхи талановитого гравця й підвищена увага до його особистості, вплинули на зростання рівня самооцінки. Цілком можливо, що зазначені складові мають обопільний вплив.

Змагальна діяльність у хокеї із шайбою висуває значні вимоги до психологічної підготовленості гравців у цілому і рівня самооцінки зокрема (Д. К. Семин, 2007; Ю. В. Никонов, 2008). Ігрові дії хокеїстів вирізняються різноманіттям і варіативністю, постійним проявом винахідливості. Спортсменам доводиться діяти в умовах вираженого дефіциту часу при зміні ігрових ситуацій і необхідності знаходити адекватну відповідь. Високі швидкості переміщення спортсменів на льоду несуть підвищену загрозу одержання травми. Безліч техніко-тактичних дій виконується гравцями у процесі безпосереднього єдиноборства із суперником, причому подібна боротьба може однаково ефективно вестися як під час фізичного контакту, так і в моральному плані. Умови гри вимагають від спортсменів прояву рішучості й уміння йти на усвідомлений ризик. Цілком очевидно, що адекватно високий рівень самооцінки відіграє важливу роль у досягненні та утриманні бажаного спортивного результату. Необхідність контролю й корекції самооцінки хокеїстів визначається ще й тим, що на сьогодні гравці високого класу беруть участь у великій кількості змагань (національних, регіональних, міжнародних), а весь сезон може тривати від восьми до дев'яти місяців (В. П. Савин, 2003; П. Твист, 2006). Невдалий виступ в окремих іграх може негативним чином відбитися на рівні самооцінки й упевненості спортсмена, вплинути на результати подальшого виступу в межах усього сезону.

Аналіз літератури дає підставу стверджувати, що актуальним на сьогодні напрямом є поглиблене дослідження самооцінки хокеїстів високого класу, виявлення взаємозв'язків з іншими складовими їх психологічної підготовленості (мотивація, схильність до ризику, стрес-стійкість тощо), а також установлення впливу рівня самооцінки на успішність змагальної діяльності гравців, особливості реалізації ними окремих техніко-тактичних дій у матчі. Розробка спеціалізованої програми, пошук адекватних засобів і методів корекції самооцінки може значно підвищити якість процесу підготовки й подальшої змагальної діяльності спортсменів.

У другому розділі дисертації **«Методи та організація досліджень»** представлені використані у роботі методи досліджень, обґрунтована доцільність їх застосування, описана організація досліджень та надана характеристика контингенту випробуваних.

У дослідженні брали участь 16 хокеїстів високої кваліфікації МС і МСМК, віком від 19 до 34 років. Дослідження проводилися на базі хокейного клубу (ХК) Металург-Жлобин (Білорусь), що приймав участь у матчах Відкритого чемпіонату Білорусі (ВЧБ) у сезоні 2013–2014 рр.

Обстеження проводилося двічі до початку проведення експерименту й після впровадження програми, спрямованої на підвищення рівня самооцінки. Усього проведено десять спеціалізованих занять з корекції рівня самооцінки спортсменів.

На першому етапі (2012–2013) були вивчені та проаналізовані психологічні особливості хокеїстів, які виникають у процесі тренувальної та змагальної діяльності, що дозволило їх структурувати і визначити пріоритетні фактори впливу на результативність виступів спортсменів. Для підтвердження теоретичних даних і одержання практичного матеріалу у процесі досліджень були застосовані такі методики: визначення рівня самооцінки й рівня домагань на підставі моторних проб Шварцландера, шкала самооцінки тривоги У. Цунга, тест комунікативної толерантності В. В. Бойка, інвентаризація симптомів стресу В. Іванченка, тест «Прогнозування ефективності змагальної діяльності». Отримані результати стали підґрунтям для розробки стратегічних напрямків досліджень на другому й третьому етапах.

На другому етапі досліджень (2013–2014) були виявлені та вивчені показники взаємозв'язку психологічних особливостей особистості хокеїстів з їх самооцінкою шляхом аналізу й зіставлення отриманих даних і застосування методів математичної статистики. У ході цих досліджень ми одержали дані констатуючого експерименту, що дало можливість розширити наявні теоретичні знання з даного питання й сформулювати модельні характеристики висококваліфікованих хокеїстів, які сприяють підвищенню ефективності змагальної діяльності. Для досягнення поставлених цілей була розроблена й апробована програма психологічного впливу з корекції самооцінки спортсменів. Корекція самооцінки була здійснена шляхом проведення комплексу вправ з підвищення самооцінки в групі із шістнадцяти спортсменів. Випробувані були нарівно розділені на контрольну й основну групи.

Представники основної групи займалися за програмою комплексу вправ для корекції рівня самооцінки. Після проведення психокорекції здійснене повторне опитування спортсменів і отримано результати формуючого експерименту.

На третьому етапі (2014–2015) на підставі результатів досліджень, отриманих на попередніх етапах, після одержання експериментальних даних та їх наукової інтерпретації був проведений аналіз, узагальнення й зіставлення з наявними даними в дослідженнях інших авторів, а також нами були розроблені й апробовані практичні рекомендації з методики керування процесом підготовки кваліфікованих хокеїстів з урахуванням їх психологічних особливостей.

У результаті здійсненої роботи розроблена і впроваджена у тренувальний процес програма корекції самооцінки хокеїстів високої кваліфікації у формі системи психокоригувальних вправ, орієнтованих на підвищення ефективності змагальної діяльності.

У третьому розділі «Самооцінка хокеїстів високого класу та її вплив на ефективність змагальної діяльності» з метою виявлення значущих напрямків самооцінки хокеїстів високого класу було проведено експертне опитування. У ході проведення опитування експертам необхідно було вказати найбільш важливі сторони підготовленості й особистісні якості, які можуть бути використані при дослідженні самооцінки хокеїстів, що дозволило сформуванню загальної структури дослідження рівня самооцінки у хокеїстів високого класу (рис. 1).

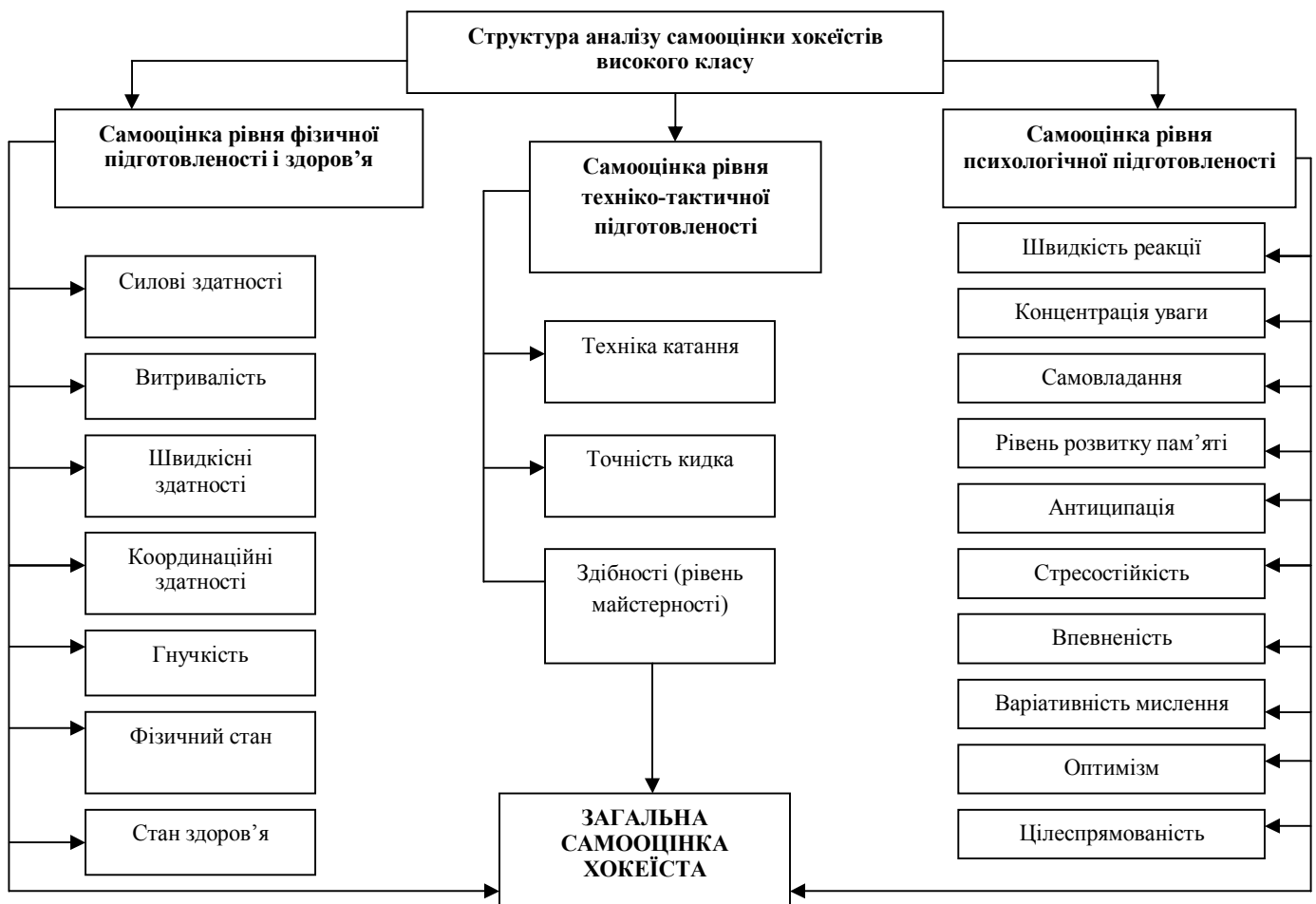


Рис. 1. Структура аналізу самооцінки хокеїстів високого класу

Найбільш високий рівень самооцінки й домагань зафіксовано за компонентами самооцінки, які відбивали техніко-тактичну й психологічну підготовленість спортсменів. Найбільш високі значення цільового відхилення спостерігалися за компонентом психологічна підготовленість (17,91 бала), найменші – за техніко-тактичною підготовленістю (9,7 бала).

Отримані дані вказують на необхідність акцентування особливої уваги на психологічному компоненті у процесі подальшої роботи з корекції самооцінки гравців. Дане припущення підтверджується виявленими коефіцієнтами кореляційного взаємозв'язку, які були отримані при зіставленні ефективності змагальної діяльності гравців (за інтегральним коефіцієнтом ефективності) і середнього рівня різних компонентів самооцінки (табл. 1).

Таблиця 1

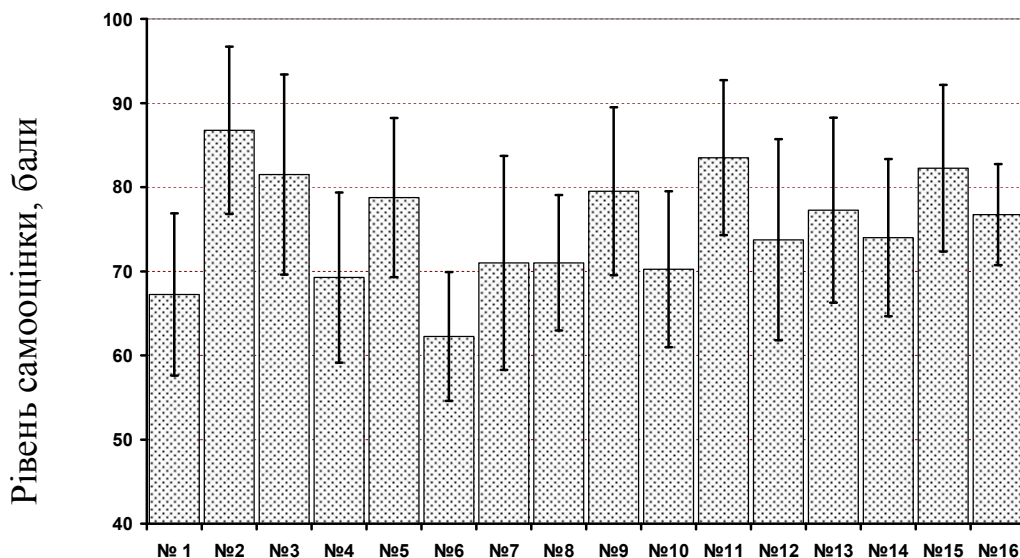
Кореляційний взаємозв'язок між ефективністю змагальної діяльності хокеїстів високого класу й рівнем прояву досліджуваних компонентів самооцінки (n=16)

Показник	1	2	3
Інтегральний показник ефективності гри	0,748	0,490	0,837

Примітки: 1 – фізична підготовленість і здоров'я; 2 – техніко-тактична підготовленість; 3 – психологічна підготовленість; ($r=0,468$, $a=0,05$; $r=0,590$, $a=0,01$; $r=0,708$, $a=0,001$), де r – коефіцієнт кореляції; a – рівень надійності

Найбільш високий рівень взаємозв'язку ефективності змагальної діяльності й самооцінки спостерігався саме з тим компонентом, який відображав психологічну підготовленість спортсменів ($r=0,837$).

Проведений аналіз самооцінки хокеїстів високого класу дозволив виявити в обстежених спортсменів середній і високий рівень самооцінки (рис. 2).



Гравці

Рис. 2. Рівень прояву інтегральної самооцінки хокеїстів високого класу

Рівень самооцінки у випробовуваній групі хокеїстів склав $74,31 \pm 6,62$ бала, рівень домагань – $89,92 \pm 4,92$ бала, а рівень відхилення від цільового, бажаного результату – $14,60 \pm 3,82$ бала. Спортсменів з низькою самооцінкою виявлено не було.

З метою визначення впливу самооцінки хокеїстів на ефективність їх змагальної діяльності були проведені спеціальні дослідження, де, перш за все, була проаналізована ефективність змагальної діяльності гравців. Для вирішення цього завдання, експерти запропонували техніко-тактичні дії, які нами умовно були розділені на чотири групи: активні атакуючі, організаційно-маневруючі, активні захисні та ігрові дії воротаря. Для того, щоб визначити наскільки ефективно виступали спортсмени, які брали участь в експерименті були проаналізовані їх дані в ігровому сезоні, що передував експерименту. Дані кожного конкретного гравця порівнювалися з модельними величинами, розробленими фахівцями для конкретного амплуа.

Модель бралася за нульовий знаменник. Якщо гравець за конкретною техніко-тактичною дією перевищував модельний показник, то до оцінки додавали плюс, якщо нижче моделі – мінус. Такий аналіз був проведений за кожною техніко-тактичною дією і визначені сумарні величини відхилення від моделі (рис. 3). В результаті лише троє хокеїстів мали показник, який перевищував середні моделі, у решти гравців ефективність нижче середньої моделі.

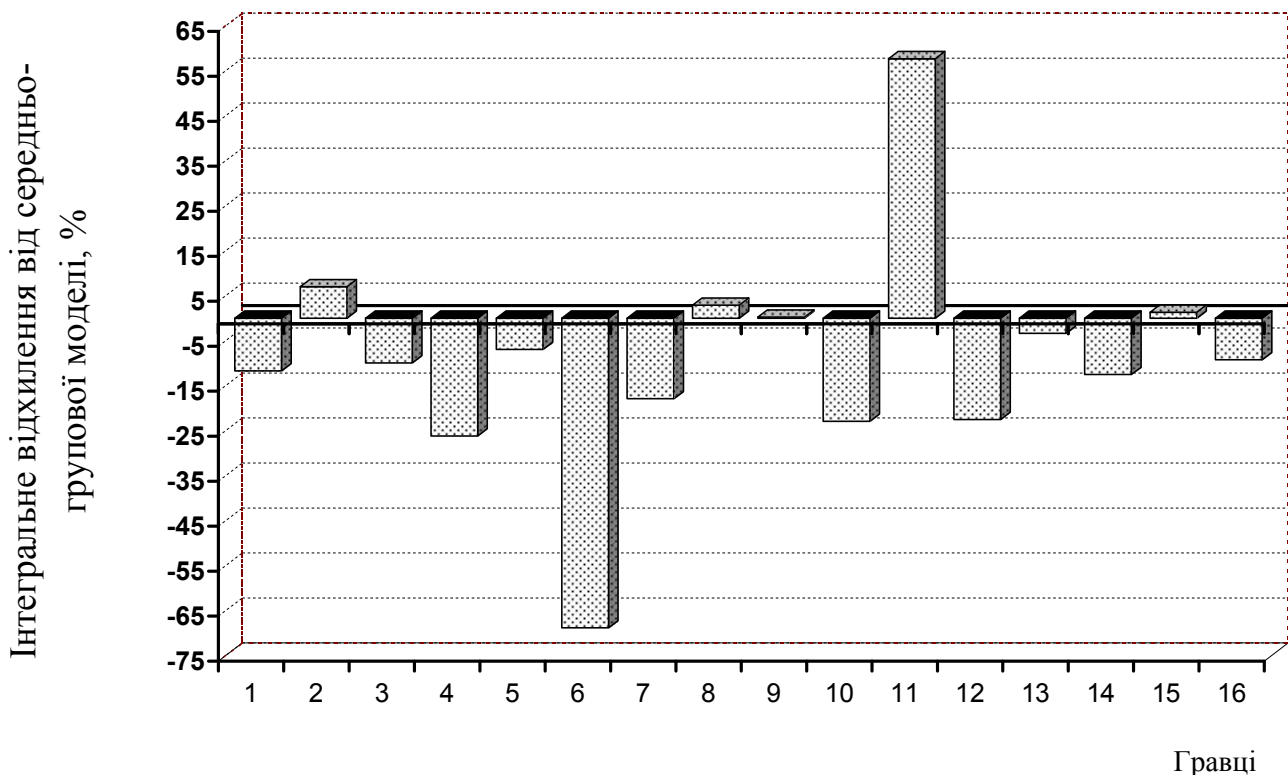


Рис. 3. Інтегральне відхилення від модельних величин техніко-тактичних дій хокеїстів високого класу

Наступним кроком наших досліджень було визначення взаємозв'язку між самооцінкою гравців і ефективністю їх змагальної діяльності (табл. 2).

Кореляційна матриця, що відбиває взаємозв'язок техніко-тактичних дій хокеїстів високого класу (n=16)

Показник	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
1												
2	0,05											
3	0,680	0,728										
4	0,24	0,565	0,526									
5	0,146	0,311	0,311	0,399								
6	0,043	0,178	0,219	0,322	0,236							
7	0,875	-0,008	0,566	0,158	0,012	-0,347						
8	-0,04	0,931	0,651	0,450	0,539	0,087	-0,119					
9	-0,05	0,907	0,636	0,435	0,461	0,05	-0,128	0,986				
10	-0,158	0,808	0,512	0,268	0,467	-0,012	-0,209	0,933	0,964			
11	-0,386	0,332	-0,010	0,254	-0,315	-0,304	-0,073	0,172	0,191	0,168		
12	-0,396	0,210	-0,029	0,286	0,248	0,396	-0,438	0,354	0,321	0,280	0,159	

Примітки: 1 – забиті шайби; 2 – результативні передачі; 3 – набрані очки; 4 – умовний показник (+/-); 5 – штрафні хвилини; 6 – кидки у ворота; 7 – реалізація кидків у ворота, %; 8 – загальна сума вкидань; 9 – виграні вкидання; 10 – програні вкидання; 11 – відсоток виграних укидань, %; 12 – ігровий час на майданчику, хв.

Проведений кореляційний аналіз виявив взаємозв'язок між окремими техніко-тактичними діями, а також їх взаємозв'язок з рівнем самооцінки. Чим вище хокеїст мав рівень самооцінки, тим ефективніше він виступав в умовах змагань, коефіцієнт кореляції склав 0,739 (табл. 3).

Кореляційний взаємозв'язок між рівнем самооцінки й ефективністю змагальної діяльності хокеїстів високого класу (n=16)

Показник		r	t-кр	P
Рівень самооцінки спортсменів	Ефективність змагальної діяльності	0,739	3,19	0,001

Примітки: $r=0,468$, $a=0,05$; $r=0,590$, $a=0,01$; $r=0,708$, $a=0,0014$, де r – коефіцієнт кореляції; a – рівень надійності

Виявлені результати дозволили припустити, що цілеспрямована корекція самооцінки в сторону її підвищення у гравців, може позитивним чином відбитися на ефективності їх змагальної діяльності. Для підтвердження висунутої гіпотези був організований експеримент, в процесі якого спортсмени основної групи працювали за спеціальною програмою.

У четвертому розділі «Обґрунтування й експериментальне впровадження у процес підготовки програми з корекції самооцінки хокеїстів високого класу та перевірка її ефективності» розглянуто проведення експерименту з корекції самооцінки спортсменів (рис. 4).

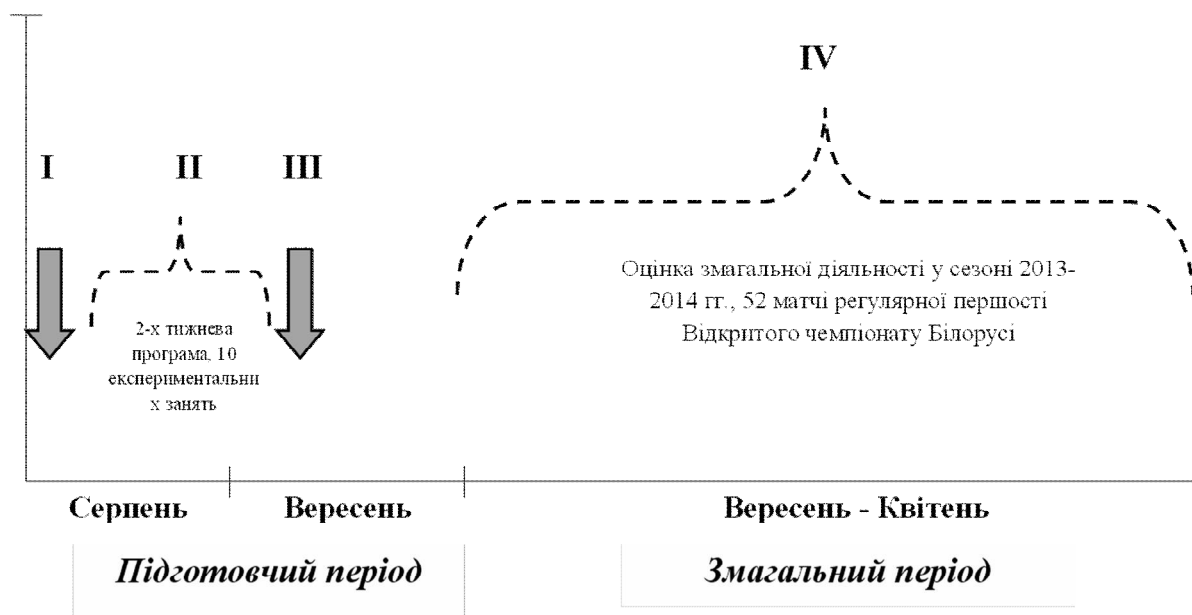


Рис. 4. Загальна схема й алгоритм організації експерименту, спрямованого на підвищення самооцінки хокеїстів високого класу:

I – первинне дослідження рівня самооцінки хокеїстів високого класу; II – період впровадження основної програми, спрямованої на підвищення самооцінки хокеїстів; III – повторне тестування рівня самооцінки хокеїстів високого класу; IV – аналіз змагальної діяльності хокеїстів після експерименту і їх порівняння з даними гравців з попереднього сезону

Організований у чотири самостійних етапи експеримент дозволив визначити вплив запропонованої спеціалізованої програми на корекцію самооцінки хокеїстів високого класу. Практична апробація програми в підготовчому періоді підготовки хокеїстів дозволила найбільш оптимально впровадити програму психокорекції у загальний процес підготовки й об'єктивно зіставити результати контрольної й основної груп за результатами виступу у двох ігрових сезонах.

Розроблена авторська програма з корекції самооцінки вміщує комплекс засобів, методів і методичних прийомів психологічного впливу на самооцінку спортсменів. Загальна тривалість реалізації програми впливів у нашому експерименті склала два тижні (10 окремих занять). Обраний алгоритм, тривалість і зміст програми підтвердили свою ефективність після закінчення досліджень.

Перед проведенням експерименту, ми підібрали спортсменів в контрольну і основну групу так, щоб за рівнем самооцінки і ефективності їх змагальної діяльності результати були практично ідентичними (рис. 5, 6). На представлених рисунках показано, що до впровадження спеціалізованої програми рівень самооцінки і ефективність змагальної діяльності спортсменів контрольної та основної груп достовірно не відрізнялися.

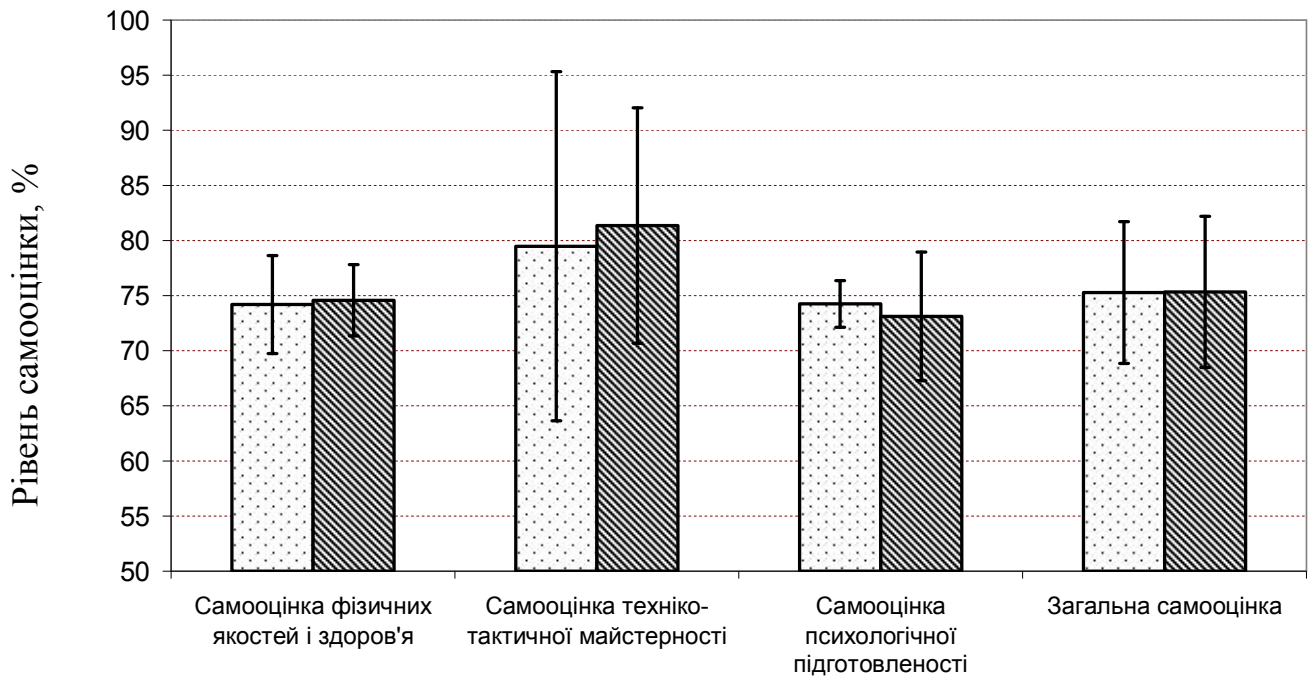


Рис. 5. Рівень самооцінки хокеїстів високого класу основної і контрольної груп до впровадження програми корекції:

□ - контрольна група; ▨ - основна група

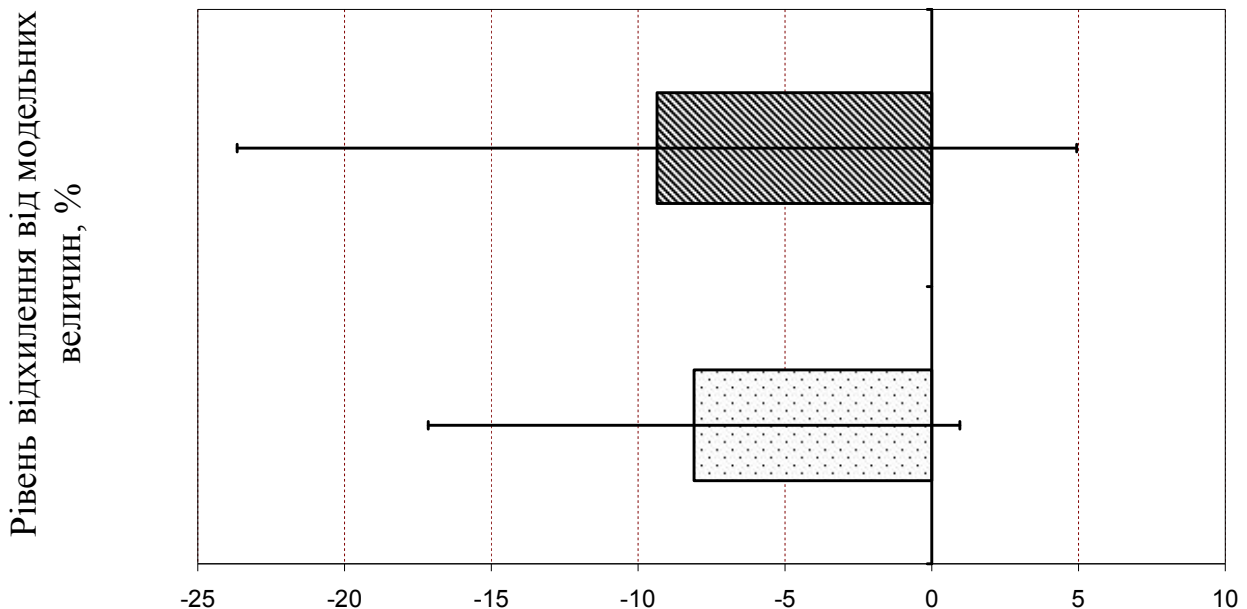


Рис. 6. Рівень відхилення від модельних величин ефективності змагальної діяльності хокеїстів контрольної й основної груп до впровадження програми корекції:

□ - контрольна група; ▨ - основна група

У таблиці 4 представлено зміст десяти проведених занять за програмою корекції самооцінки. Заняття мали різні цільові настанови: від формування навички позитивного ставлення до себе, до вироблення навичок активної життєвої позиції та закріплення високої самооцінки. Як вже було зазначено раніше, програма застосовувалася протягом двох тижнів в підготовчому періоді підготовки.

Таблиця 4

Зміст програми, спрямованої на корекцію самооцінки хокеїстів високого класу

№ заняття	Тривалість	Цільові установки заняття
1	60 хв	Встановлення контакту з учасниками. Створення довірчої атмосфери, досягнення взаєморозуміння.
2	60 хв	Згуртування колективу, формування своєї значущості в групі, усвідомлення свого впливу на прийняття спільного рішення.
3	60 хв	Усвідомлення можливості формування адекватної самооцінки. Формування навички позитивного ставлення до себе й до інших.
4	60 хв	Інтеграція особистості, формування навички глибокого і позитивного ставлення до своєї особистості, можливість подивитися на себе з боку.
5	60 хв	Тренування навичок оцінки проблемної ситуації. Створення відчуття власної здатності до подолання проблеми.
6	60 хв	Формування навички самопрезентації. Підвищення рівня самооцінки.
7	60 хв	Підвищення позитивного ставлення до себе, зміцнення підґрунтя самооцінки спортсмена.
8	60 хв	Тренування навичок самовираження, вміння висловлювати власну точку зору в спортивному колективі. Закріплення самооцінки спортсмена.
9	60 хв	Вироблення навичок формування активної життєвої позиції. Уміння ставити перед собою короткострокові і перспективні цілі та досягати їх.
10	60 хв	Підведення підсумків занять, формування настрою на подальшу самостійну роботу.

Використання програми дозволило підвищити самооцінку хокеїстів основної групи (рис. 7). Вірогідно більш високий рівень самооцінки в хокеїстів основної групи при повторному тестуванні спостерігався за показниками самооцінки фізичних здібностей і здоров'я, психологічної підготовленості й загальної самооцінки; за блоком показників, що характеризують самооцінку техніко-тактичної підготовленості, достовірних відмінностей виявлено не було.

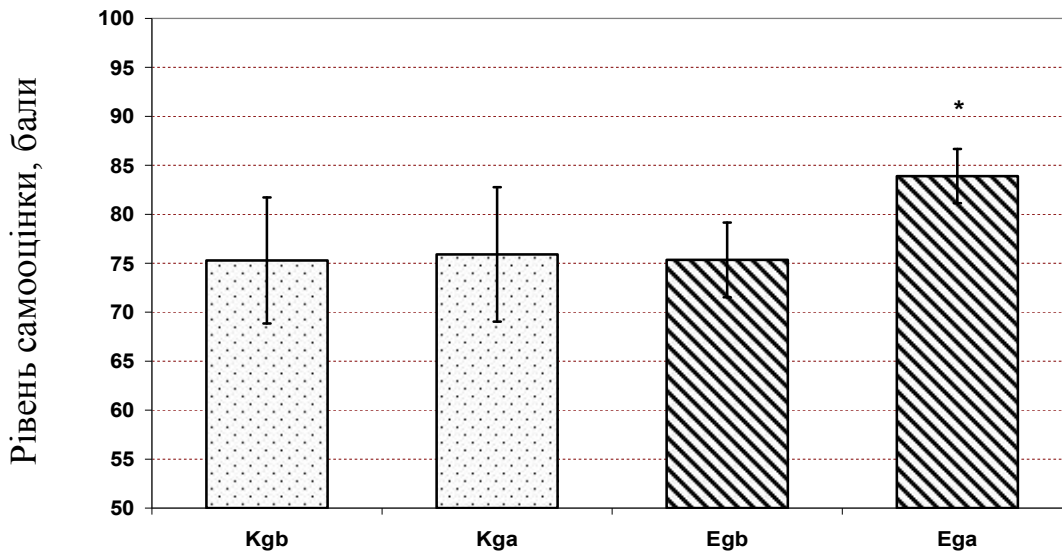


Рис. 7. Загальний рівень самооцінки хокеїстів контрольної й основної груп до й після застосування програми: * – відмінності статистично достовірні, $p < 0,05$; Kgb – контрольна група до експерименту; Kga – контрольна група після експерименту; Egb – основна група до експерименту; Ega – основна група після експерименту

До проведення експерименту виявлений рівень загальної самооцінки був на середньому рівні у обох груп, що брали участь у проведеному експерименті. Після впровадження програми спеціалізованих впливів у спортсменів основної групи вже спостерігався високий рівень самооцінки. Так, на початок експерименту рівень загальної самооцінки хокеїстів контрольної групи дорівнював $75,28 \pm 5,46$ бала, а при повторному дослідженні – $75,90 \pm 3,80$ балів. Для спортсменів основної групи на початку досліджень був зафіксований рівень загальної самооцінки $75,34 \pm 6,86$ бала, після застосування програми впливів – $83,90 \pm 2,76$ бала (відмінності статично достовірні, $p < 0,05$).

Отримані дані дозволяють стверджувати, що запропонована програма з корекції самооцінки позитивним чином позначається на рівні стресостійкості та мотивації спортсменів. Так, при повторному тестуванні у спортсменів основної групи був виявлений вірогідно нижчий рівень ситуативної тривожності й вищий рівень мотивації до успіху. За іншими досліджуваними показниками (особистісна тривожність, самооцінка тривоги, мотивація до уникнення невдач, схильність до ризику, рівень стресу) також спостерігалася позитивна динаміка, однак ці зміни не мали статистично достовірного характеру.

Аналіз змагальної діяльності хокеїстів у сезоні, який проходив за експериментом, дозволив установити підвищення ефективності гри хокеїстів основної групи (рис. 8). Зокрема, вірогідно покращилися такі техніко-тактичні дії, як забиті шайби, результативні передачі шайби, набрані очки, загальна кількість виконаних кидків у ворота, а також загальний (інтегральний) показник ефективності змагальної діяльності хокеїстів. Отримані результати, у свою чергу, свідчать про ефективність впливу запропонованої програми як на підвищення самооцінки і стресостійкості, так і на подальше підвищення ефективності змагальної діяльності в матчі.

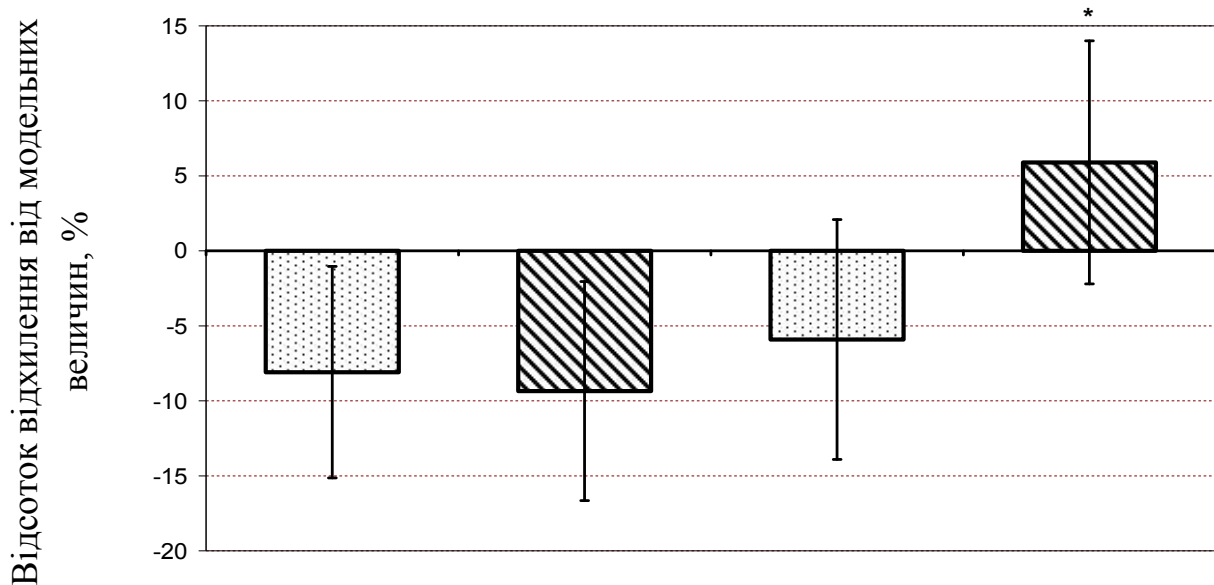


Рис. 8. Сумарний показник відхилення від модельного рівня хокеїстів контрольної й основної груп за результатами сезону попереднього (2012–2013 рр.) і подальшого за експериментом (2013–2014 рр.), у відсотках від модельних величин: * – відмінності статистично достовірні, $p < 0,05$; Kgb – контрольна група до експерименту; Kga – контрольна група після експерименту; Egb – основна група до експерименту; Ega – основна група після експерименту

У п'ятому розділі «Аналіз та узагальнення результатів досліджень» проведено узагальнення експериментальних даних та теоретичного аналізу, сформовані основні результати дисертаційного дослідження, розкрита практична і теоретична значущість проведеної роботи. В процесі дисертаційного дослідження були отримані три групи даних: результати, які підтверджують існуючі дані, доповнюють та є абсолютно новими.

Отримані дані рівня самооцінки хокеїстів високого класу **підтверджують** наявну думку фахівців (О. Л. Музика, І. С. Загурська, 2007; Л. К. Серова, 2007; А. Е. Тарас, 2007) про необхідність наявності відповідного актуального рівня самооцінки для успішної спортивної діяльності. Хокеїсти, які брали участь у наших дослідженнях, мали або середній, або високий рівень самооцінки. За результатами як первинного, так і повторного тестування не було виявлено жодного хокеїста, який би мав низький рівень самооцінки. Результати кореляційного аналізу дозволили також підтвердити дані Г. В. Лозової (2003) про взаємозв'язок між рівнем самооцінки й станом стресу й тривожності. Результати досліджень підтвердили думку фахівців (А. Л. Попова, 2000; С. В. Жиліна, 2003) про значущість вольових якостей у змагальній діяльності хокеїстів високого класу. Проведене тестування дозволило виявити високий рівень схильності до ризику в обстежених спортсменів.

Отримані результати дозволили **доповнити** наявні дані (Ю. В. Никонов, 2006; Г. И. Савенков, 2006; Ж. Л. Козина, 2009) про необхідність відповідності певного типу темпераменту спортсменів для успішної змагальної діяльності як в ігрових командних видах спорту в цілому, так і в хокеї зокрема. Серед спортсменів, які

брали участь в експерименті 43,70 % хокеїстів мали сангвінічний тип темпераменту, 31,25 % – холеричний, 18,75 – флегматичний і 6,25 – меланхолійний. Якщо умовно розділити спортсменів за шкалою інтроверсія-екстраверсія, то серед хокеїстів 74,95 % були саме екстравертами. Безумовно, висока емоційність гри в хокей, необхідність постійної взаємодії з партнерами по команді, уміння швидко переключатися в умовах гри, що постійно змінюються, вимагає від спортсмена прояву таких відповідних темпераменту властивостей і якостей.

Абсолютно **новим** у роботі є науково обґрунтована й запропонована спеціалізована програма, спрямована на корекцію самооцінки спортсменів. Розроблена програма вміщує комплекс засобів, методів і методичних прийомів психологічного впливу на самооцінку спортсменів. Розроблена й запропонована в роботі програма була спрямована на підвищення самооцінки хокеїстів високого класу – це було головним завданням цього дослідження. Однак, на наш погляд, цікавим також стало вивчення впливу підвищеного рівня самооцінки на інші властивості і якості особистості спортсменів.

Новим у роботі є також підхід, який був використаний з метою оцінки змагальної діяльності спортсменів. Необхідність розробки нового підходу до оцінювання змагальної діяльності була викликана тією обставиною, що наявні на сьогодні способи оцінювання не дозволяли одержати точні дані й підтвердити або спростувати вплив самооцінки на успішність виступу хокеїстів. На відміну від інших видів спорту, у хокеї підсумковий результат не дає змоги використовувати його для оцінювання ефективності змагальної діяльності конкретних гравців. Внесок окремих спортсменів у підсумковий виступ команди часто неможливо порівняти за своєю значущістю.

ВИСНОВКИ

1. Загострення конкуренції на міжнародній спортивній арені в хокеї і постійне підвищення рівня спортивних результатів вимагає пошуку нових засобів і методів підготовки. Аналіз практичного досвіду й узагальнення літературних джерел та даних мережі Інтернет з питань психологічної підготовки в хокеї показав, що самооцінка, яка є значущим фактором самовдосконалення особистості та впливу на спортивний результат хокеїста, практично не вивчалася окремо, а розглядалася лише в контексті загальної психологічної підготовки. Дослідження впливу самооцінки на ефективність змагальної діяльності спортсменів високого класу й пошук раціональних засобів і методів її корекції є актуальним завданням процесу підготовки в хокеї.

2. Розроблена структура й визначені основні блоки для проведення аналізу самооцінки хокеїстів високого класу складаються з трьох відносно самостійних груп: 1) самооцінка фізичної підготовленості і здоров'я; 2) самооцінка техніко-тактичної підготовленості; 3) самооцінка психологічної підготовленості. У цілому, для вивчення самооцінки хокеїстів доцільно використовувати показники типу темпераменту, рівня стресу, тривожності, рівня мотивації та інші (всього двадцять один показник), які дозволяють розглянути як рівень прояву окремих складових, так і визначити узагальнену самооцінку гравця.

3. В процесі аналізу психологічних властивостей і якостей особистості хокеїстів високого класу методом головних компонент визначено провідні фактори

у структурі підготовленості спортсменів: до першого фактора увійшли показники, що характеризують особистісну та ситуативну тривожність хокеїстів, а також їх емоційну стійкість (23,0 %); у другому факторі згруповано показники, які характеризують самооцінку хокеїстів (22,0 %); третій фактор об'єднує показники, які характеризують самооцінку тривоги й рівень стресу (17,5 %).

4. Серед випробуваних хокеїстів високого класу в 43,7 % спортсменів виявлено сангвінічний тип темпераменту, 31,25 % – холеричний, 18,75 % – флегматичний і в 6,25 % – меланхолійний. Умовний аналіз спортсменів за шкалою інтроверсія-екстраверсія показує, що для 74,95 % хокеїстів характерна екстраверсія.

5. Існує позитивний кореляційний взаємозв'язок між ефективністю змагальної діяльності хокеїстів високого класу й рівнем їх самооцінки: спортсмени з більш високим рівнем самооцінки, у цілому успішніше виступали у змаганнях – ($r=0,739$). При цьому також встановлено взаємозв'язки між реалізацією окремих техніко-тактичних дій і рівнем прояву складових самооцінки: самооцінка точності виконуваних кидків має позитивний взаємозв'язок із забитими шайбами в матчі ($r=0,693$), самооцінка гнучкості – з набраними в матчі очками ($r=0,713$), оцінка точності кидків – з реалізацією кидків у ворота ($r=0,512$) тощо. Отримані результати підтверджують значущість рівня самооцінки для хокеїстів високого класу й актуалізують пошук механізмів її корекції.

6. Науково обґрунтована й запропонована авторська програма з корекції самооцінки хокеїстів високого класу, яка вмщує комплекс засобів, методів і методичних прийомів психологічного впливу на самооцінку спортсменів. Загальна тривалість реалізації програми впливів при організації експерименту становить два тижні. Обраний алгоритм, тривалість і зміст програми, а також її застосування в підготовчому періоді підготовки спортсменів показали свою ефективність після закінчення експериментальних досліджень.

7. Застосування запропонованої програми є ефективним щодо підвищення рівня самооцінки спортсменів, оскільки практичне використання програми дозволило підвищити самооцінку хокеїстів основної групи. Вірогідно більш високий рівень самооцінки в хокеїстів основної групи при повторному тестуванні спостерігався за показниками самооцінки фізичних здібностей і здоров'я (до експерименту $74,58 \pm 3,24$, після – $85,62 \pm 3,3$ бала, $p < 0,05$), психологічної підготовленості (до експерименту $73,12 \pm 5,84$, після – $81,25 \pm 4,04$ бала, $p < 0,05$) і загальної самооцінки (до експерименту $75,34 \pm 6,86$, після – $83,90 \pm 2,76$ бала, $p < 0,05$). Разом з тим за блоком показників, що характеризують самооцінку техніко-тактичної підготовленості, достовірних відмінностей виявлено не було.

8. Запропонована програма з корекції самооцінки позитивним чином позначається на рівні стресостійкості й мотивації спортсменів. При повторному тестуванні у спортсменів основної групи виявлено вірогідно більш низький рівень ситуативної тривожності ($36,12 \pm 8,25$ до експерименту й $28,75 \pm 4,65$ бала після його проведення) і більш високий рівень мотивації до успіху (до експерименту $18,62 \pm 2,66$, після – $23,12 \pm 2,47$ бала). За іншими досліджуваними показниками (особистісна тривожність, самооцінка тривоги, мотивація до уникнення невдач, схильність до ризику, рівень стресу) також спостерігалася позитивна динаміка, однак ці зміни не мали статистично достовірного характеру.

9. Результати аналізу змагальної діяльності хокеїстів за підсумками двох ігрових сезонів у Континентальній хокейній лізі (КХЛ), один з яких (2012–2013 рр.) передував, а інший (2013–2014 рр.) проходив за проведеним експериментом, показали позитивний вплив підвищення рівня самооцінки хокеїстів основної групи на ефективність їх змагальної діяльності. Серед хокеїстів основної групи вірогідно покращилися такі техніко-тактичні дії: забиті шайби (до експерименту – 8,02 %, після – 16,98 %), результативні передачі шайби (до експерименту – 19,74 %, після – 9,14 %), набрані очки (до експерименту – 26,67 %, після – 13,06 %), загальна кількість виконаних кидків у ворота (до експерименту – 4,81 %, після – 14,94 %), а також загальний (інтегральний) показник ефективності змагальної діяльності хокеїстів (до експерименту – 9,35 %, після – 5,90 %). Отримані результати свідчать про ефективність запропонованої програми впливів як на підвищення самооцінки та стресостійкості, так і на подальше підвищення ефективності змагальної діяльності в матчі.

Перспективи подальших досліджень пов'язані з вивченням ролі й прояву психологічних властивостей і якостей особистості хокеїстів на різних етапах багаторічного вдосконалення.

СПИСОК ОПУБЛІКОВАНИХ ПРАЦЬ ЗА ТЕМОЮ ДИСЕРТАЦІЇ

Наукові праці, в яких опубліковані основні наукові результати дисертації

1. Михнов А. П. Стресс-устойчивость и ее влияние на эффективность соревновательной деятельности хоккеистов высокого класса / А. П. Михнов // Слобожанський науково-спортивний вісник. – Харків : ХДАФК, 2014. – № 5 (43). – С. 46–54. Фахове видання України, яке включено до міжнародної наукометричної бази Index Copernicus.

2. Михнов А. П. Исследование самооценки хоккеистов высокого класса / А. П. Михнов // Спортивний вісник Придніпров'я. – 2015. – № 1. – С. 126–131. Фахове видання України, яке включено до міжнародної наукометричної бази Index Copernicus.

3. Михнов А. П. Результативность соревновательной деятельности хоккеистов высокого класса с учетом коррекции уровня их самооценки / А. П. Михнов // Педагогіка, психологія та медико-біологічні проблеми фізичного виховання і спорту. – 2015. – № 2. – С. 47–52. Фахове видання України, яке включено до міжнародних наукометричних баз: Index Copernicus; Google Scholar.

4. Михнов А. П. Влияние специализированной программы психологических воздействий на стресс-устойчивость хоккеистов высокого класса / А. П. Михнов // Спортивний вісник Придніпров'я. – 2015. – № 3. – С. 77–82. Фахове видання України, яке включено до міжнародної наукометричної бази Index Copernicus.

5. Михнов А. П. Анализ структуры технико-тактической и психологической подготовленности хоккеистов высокого класса методом главных компонент / А. П. Михнов // Молода спортивна наука України. – 2015. – Вип. 19, т. 1. – С. 153–160. Видання України, яке включено до міжнародної наукометричної бази Index Copernicus.

6. Воронова В. Актуальні напрямки дослідження самооцінки висококваліфікованих хокеїстів / Валентина Воронова, Андрій Міхнов // Фізична культура, спорт та здоров'я нації. – 2017. – Вип. 3 (22). – С. 231–238. Фахове

видання України. *Особистий внесок здобувача полягає в постановці задач дослідження, визначенні методів та узагальненні даних.*

Опубліковані праці апробаційного характеру

1. Михнов А. П. Акцентуация личности хоккеистов высокой квалификации с учетом их игровой специализации / А. П. Михнов, А. П. Михнов // Молодь та олімпійський рух : тези доп. VIII міжнар. наук. конф. молодих учених, присвяченої 85-річчю НУФВСУ, 10–11 вересня 2015 р. – К., 2015. – С. 234–235. *Особистий внесок здобувача полягає в організації та проведенні досліджень, інтерпретації результатів і формулюванні висновків.*

2. Воронова В. И. Особенности проявления самооценки у хоккеистов / В. И. Воронова, А. П. Михнов // Современные перспективы и проблемы развития регионального образования в условиях модернизации и реформирования Российского общества : Всерос. заоч. науч.-практ. конф. с междунар. участием, 16 марта 2015 г. – Сургут, 2015. – С. 15–23. *Особистий внесок здобувача полягає в узагальненні наукових даних.*

Опубліковані праці, які додатково відображають наукові результати дисертації

1. Михнов А. П. Коррекция самооценки хоккеистов высокого класса на основе использования специализированной программы психологических воздействий / А. П. Михнов // Науковий часопис НПУ ім. М. П. Драгоманова. – 2014. – Вип. 10 (51). – С. 80–85.

2. Михнов А. П. Оценка соревновательной деятельности хоккеистов высокого класса с учетом групповых моделей игровых амплуа / А. П. Михнов // Слобожанський науково-спортивний вісник. – 2014. – № 6 (44). – С. 79–86.

3. Міхнов А. П. Вплив рівня самооцінки на ефективність змагальної діяльності хокеїстів високого класу / А. П. Міхнов // Фізична культура, спорт та здоров'я нації. – 2015. – Вип. 19. – Т. 2. – С. 676–681.

АНОТАЦІЇ

Міхнов А. П. Підвищення ефективності змагальної діяльності висококваліфікованих хокеїстів засобами корекції самооцінки. – На правах рукопису.

Дисертація на здобуття наукового ступеня кандидата наук з фізичного виховання і спорту зі спеціальності 24.00.01 – олімпійський та професійний спорт. – Національний університет фізичного виховання і спорту України, Київ, 2017.

В дисертації розглянута проблема впливу самооцінки як важливої властивості особистості на ефективність змагальної діяльності висококваліфікованих хокеїстів. Доведено, що самооцінка відіграє роль регулятора змагальної діяльності, забезпечуючи найкращу її адаптацію до ігрових умов, що постійно змінюються. Вказується, що досягнення та підтримка ідеального, з погляду результативності, рівня самооцінки для хокеїстів може вважатися підставою успішної участі в змаганнях, що є одним з актуальних і перспективних питань теорії та методики підготовки в хокеї.

Розроблена структура й визначені основні блоки для проведення аналізу самооцінки хокеїстів високого класу. Показано, що для вивчення самооцінки хокеїстів доцільно використовувати показники типу темпераменту, рівня стресу, тривожності, рівня мотивації та інші (всього двадцять один показник), які дозволяють розглянути як рівень прояву окремих складових, так і визначити узагальнену самооцінку гравця. Виявлені рівень та характеристики самооцінки хокеїстів високого класу. Встановлені значимі кореляційні взаємозв'язки між ефективністю змагальної діяльності та рівнем самооцінки хокеїстів.

Науково обґрунтована та запропонована програма з корекції самооцінки хокеїстів високого класу, яка містить комплекс засобів, методів і методичних прийомів психологічного впливу на самооцінку спортсменів.

Проведено педагогічний експеримент, який підтвердив ефективність впливу запропонованої програми на результативність виступів висококваліфікованих хокеїстів.

Ключові слова: змагальна діяльність, хокей, самооцінка, психологічний вплив.

Mikhnov A. P. Improvement of the effectiveness of competitive activity of highly skilled hockey players by means of correction of their self-esteem. – On the rights of manuscript.

Dissertation for a candidate degree in physical education and sport, specialty 24.00.01 – olympic and professional sport. – National university of physical education and sports of Ukraine, Kyiv, 2017.

The dissertation is dedicated to the problem of influence of self-esteem which is an important personal characteristic over the effectiveness of a competitive activity of highly skilled hockey players. It has been proven that self-esteem is a regulator of a competitive activity, ensuring its best adaptation to the constantly changing game conditions. It has been noted that the achievement and support of an ideal, from the point of view of efficiency, level of self-esteem for hockey players may be considered the key to successful participation in competitions, which is one of the most relevant and perspective issues of the theory and methodology of training in hockey.

The structure and the main blocks for the analysis of self-esteem of highly skilled hockey players have been developed. It has been demonstrated that for the study of self-esteem of hockey players it was expedient to use such parameters as temperament, level of stress, level of anxiety, level of motivation and others (all in all twenty one parameter) that allowed to analyze the influence of individual components and to determine the generalized self-esteem of a player. The level and the characteristics of self-esteem of highly skilled hockey players have been revealed. The significant correlation between the effectiveness of competitive activities and the level of self-esteem of highly skilled hockey players has been established.

A program for correction of self-esteem of highly skilled hockey players has been scientifically proven. The developed author's program includes a complex of tools, methods and methodical techniques of psychological impact on self-esteem of athletes.

A pedagogical experiment which confirmed the effectiveness of impact of the proposed program over the performance of highly skilled hockey players has been conducted.

Keywords: competitive activity, hockey, self-esteem, psychological influence.

Підписано до друку 27.09.2017 р. Формат 60x90/16.
Ум. друк. арк. 0,9. Обл.-вид. арк. 0,9.
Тираж 100. Зам. 70.

«Видавництво “Науковий світ”»[®]
Свідоцтво ДК № 249 від 16.11.2000 р.
м. Київ, вул. Казимира Малевича (Боженка), 23, оф. 414.
200-87-15, 050-525-88-77
E-mail: nsvit23@ukr.net
Сайт: nsvit.cc.ua