

## УДОСКОНАЛЕННЯ ПІДГОТОВКИ СПОРТСМЕНІВ РІЗНОЇ КВАЛІФІКАЦІЇ

УДК 796.966

МИХНОВ А. П.

Національний університет фізического виховання і спорту України

## Самооценка хоккеистов высокого класса различного игрового амплуа

**Аннотация.** *Цель:* выявить особенности проявления самооценки у хоккеистов высокого класса различного игрового амплуа. **Материал и методы:** для выявления уровня самооценки у хоккеистов исследовались данные спортсменов высокого класса, принимавших участие в матчах Континентальной хоккейной лиги (КХЛ) в сезоне 2013–2014 гг. В исследованиях приняли участие шестнадцать хоккеистов, имеющих спортивный разряд МС и МСМК. Использовались методы: педагогическое наблюдение, педагогический анализ и обобщение передового опыта, психологическое тестирование, анализ данных специальной научно-методической литературы, экспертный опрос, анализ данных Интернет. **Результаты:** полученные данные позволили установить, что игроки линии атаки (центральный и крайний нападающий) имеют достоверно более высокий уровень самооценки, нежели игроки защиты и хоккейные вратари. Данная тенденция просматривается как по отдельным составляющим самооценки, так и в целом по всему спектру изучаемых показателей. Полученные результаты исследований показали, что хоккеисты высокого класса имеют или средний, или высокий уровень самооценки. Среди тестируемых хоккеистов не было выявлено игроков с низким уровнем самооценки. **Выводы:** выявленные различия в уровне самооценки хоккеистов высокого класса могут быть использованы в целях диагностики игровой предрасположенности и выбора игрового амплуа в команде.

**Ключевые слова:** уровень самооценки, уровень притязаний, игровое амплуа, соревновательная деятельность, технико-тактические действия.

**Введение.** Одним из наиболее значимых факторов, который влияет на подготовку и результативность соревновательной деятельности хоккеистов высокого класса, является самооценка, которую можно рассматривать как одну из наиболее значимых составляющих среди других свойств спортсменов. Оптимальный уровень самооценки является важным условием для высокой конкурентоспособности спортсмена, а также серьезным резервом и стимулом для самосовершенствования [4; 7; 8].

Среди факторов, которые обуславливают формирование механизмов саморегуляции, центральное место принадлежит самооценке, которая детерминирует направление и уровень активности субъекта, становление его личности. Самооценка спортсмена интерпретируется как личностное образование, которое принимает непосредственное участие в регуляции его поведения и деятельности, как автономная характеристика его личности [2; 3; 6].

Самооценку хоккеиста можно считать сложным и многофакторным компонентом его самосознания, сложным процессом опосредованного познания себя, которая имеет зависимость от оценки других лиц, берущих участие в развитии личности спортсменов [5; 7].

Известно, что специфика соревновательной деятельности хоккеистов высокого класса отличается многокомпонентностью и изобретательностью [1; 3; 4]. Хоккеистам приходится действовать в условиях постоянной смены игровых вариаций, необходимо оперативно перестраиваться и находить адекватные пути продолжения борьбы на льду. Хоккеисты выполняют на площадке разные игровые функции. В современном хоккее принято выделять четыре основных игровых амплуа: центральный нападающий, крайний нападающий, защитник и вратарь (голкипер). Каждая из этих игровых функций предъявляет свои требования к уровню проявления различных качеств и сторон подготовленности спортсмена.

Актуальной задачей, на наш взгляд, является изучение особенностей проявления самооценки с учетом игрового амплуа спортсменов. Полученные данные могут быть полезными при выборе игровой специализации на разных этапах многолетнего совершенствования.

**Связь исследования с научными программами, планами, темами.** Работа выполняется в рамках научно-исследовательской темы 2.4. «Теоретико-методические основы и индивидуализация учебно-тренировочного процесса в игровых видах спорта» согласно Сводному плану НИР в сфере физической культуры и спорта на 2011–2015 гг.

**Цель исследований:** выявить особенности проявления самооценки у хоккеистов высокого класса различного игрового амплуа.

**Материал и методы исследований:** педагогическое наблюдение, педагогический анализ и обобщение передового опыта, психологическое тестирование, анализ данных специальной научно-методической литературы, экспертный опрос, анализ данных Интернет.

**Результаты исследований и их обсуждение.** Спортсменам, которые принимали участие в наших исследованиях (пять крайних нападающих, пять центральных нападающих, четыре защитника и четыре вратаря), необходимо было по каждому из двадцати предложенных показателей для выявления уровня самооценки определить свой уровень развития или владения по 100-бальной шкале (методика Дембо-Рубинштейна, где 100 максимум проявления, а 0 минимум), а также желаемый уровень, которого спортсмен может реально достичь.

Таким образом, мы определяли фактический уровень самооценки хоккеистов, уровень их притязаний, а также диапазон целевого отклонения от желаемого результата.

На рис. 1 представлены данные анализа уровня самооценки и притязания хоккеистов высокого класса различного амплуа по блоку показателей, которые отражают физические способности и здоровье. Данный обобщенный показатель был выявлен на основа-



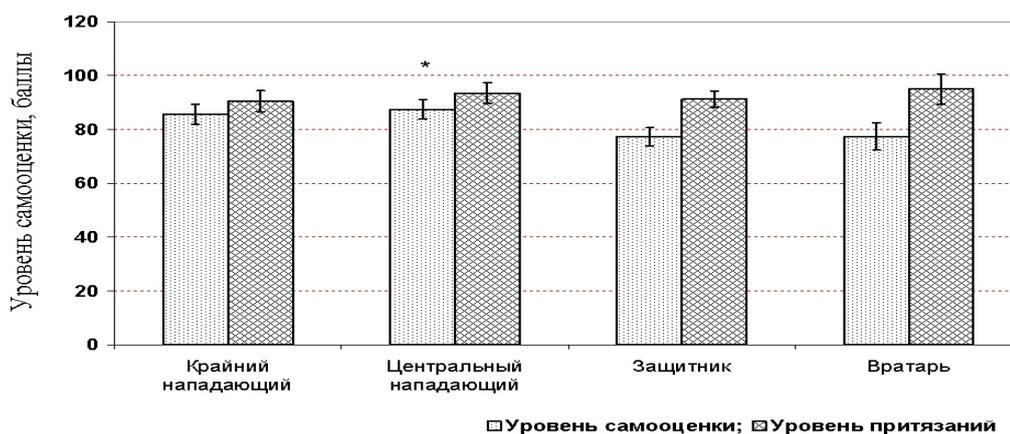


Рис. 1. Уровень самооценки и притязания хоккеистов высокого класса различного амплуа по блоку показателей, характеризующих физические способности и здоровье

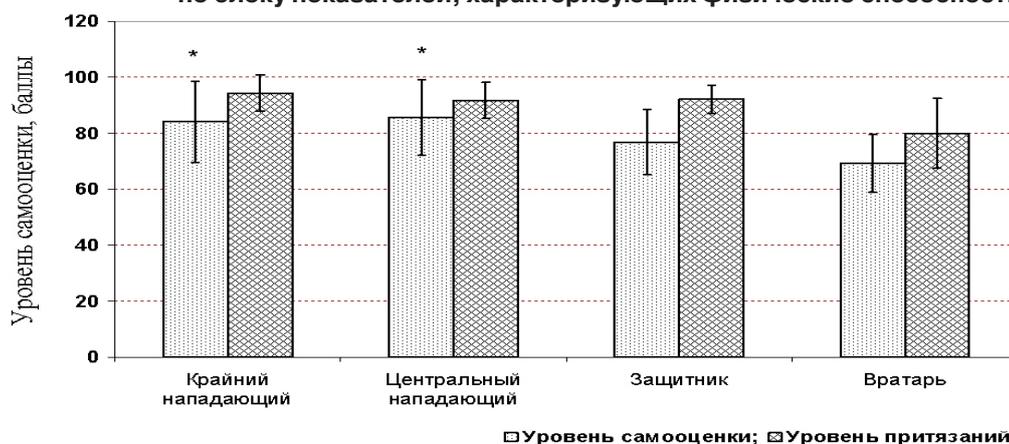


Рис. 2. Уровень самооценки и притязания хоккеистов высокого класса различного амплуа по блоку показателей, характеризующих технико-тактическую подготовленность

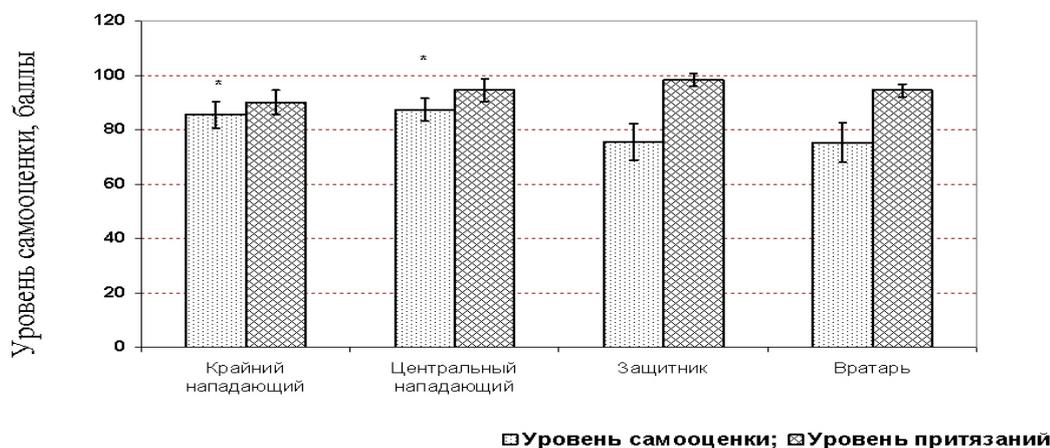


Рис. 3. Уровень самооценки и притязания хоккеистов высокого класса различного амплуа по блоку показателей, характеризующих психологическую подготовленность

нии определения среднеарифметического по всем отдельным показателям, входившим в группу. Первый столбик (окрашенный в светлые тона) отражает на рисунке фактический уровень самооценки хоккеистов, а второй столбец (окрашенный в более темный цвет) характеризует уровень притязания игроков.

Анализируя представленные на рисунке данные, можно видеть, что игроки линии атаки, крайний и центральный нападающий, имеют достоверно более высокий уровень самооценки, нежели хоккеисты, выступающие на позициях защитника и вратаря.

Так, средний уровень самооценки для хоккеистов нападения составил: для крайнего нападающего 85,6±3,69 баллов, для центрального нападающего – 87,4±3,62 баллов. Защитник и вратарь имеют достоверно ( $p < 0,05$ ) более низкие значения: защитник – 77,3±3,34 баллов, вратарь – 77,4±5,08 баллов.

А вот по уровню притязаний можно наблюдать несколько другие результаты. Защитники и вратари достоверно не уступали игрокам нападения по данному показателю, а по сравнению с крайним нападающим вообще имели более высокий уровень (статистически

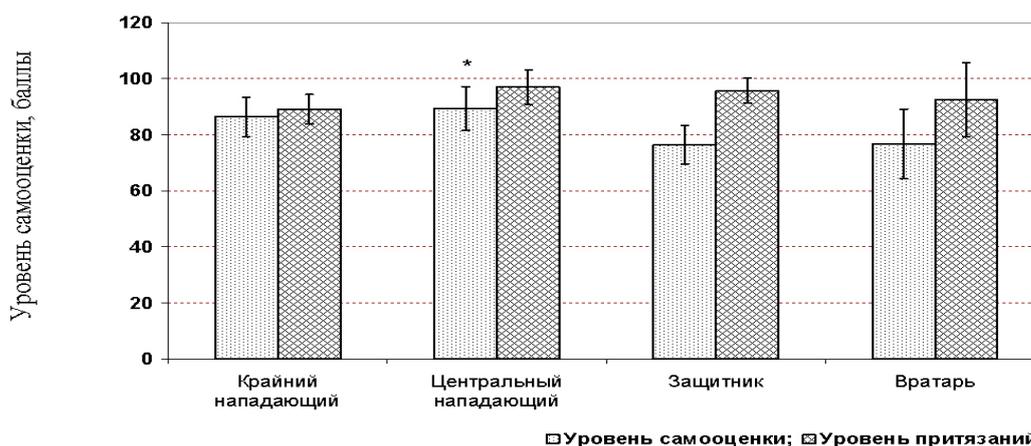


Рис. 4. Общий уровень самооценки и притязания хоккеистов высокого класса различного амплуа

не достоверный). Для крайнего нападающего уровень притязания был равен  $90,5 \pm 3,86$ , для центрального нападающего  $93,4 \pm 3,90$ , для защитника  $91,2 \pm 3,06$ , для вратаря  $95,0 \pm 5,59$ .

Игроки линии атаки по изучаемому блоку показателей имели меньший диапазон целевого отклонения, что может свидетельствовать о более адекватном уровне целеполагания. В среднем для игроков нападения уровень целевого отклонения не превышал десяти баллов, а вот для игроков защиты и вратарей уровень целевого отклонения достигал отметки в двадцать баллов, а иногда и более.

По следующему блоку показателей, который характеризовал самооценку технико-тактической подготовленности, были получены схожие результаты (рис. 2).

Игроки нападающей линии имели достоверно ( $p < 0,05$ ) более высокий уровень самооценки технико-тактической подготовленности, нежели защитники и вратари. Средний уровень самооценки для крайнего нападающего был равен  $84,0 \pm 14,52$  балла, для центрального нападающего  $85,6 \pm 13,50$  балла, для защитника  $76,8 \pm 11,61$  балла и наиболее низкий уровень самооценки был выявлен у хоккейных вратарей  $69,1 \pm 10,3$  балла.

По уровню притязаний также можно отметить, что, аналогично предыдущему блоку показателей, различия по показателям технико-тактической подготовленности не столь очевидны, как в случае с самооценкой, единственное отличие можно видеть для хоккейных вратарей, которые по уровню притязаний значительно (статистически достоверно) уступают полевым хоккеистам.

Третий блок показателей, который мы также анализировали в отдельности, отражал самооценку психологической подготовленности (рис. 3).

Спортсменам предлагалось оценить, на каком уровне у него развиты или проявляются важные психологические качества (подробный анализ всех качеств и свойств, по которым спортсменам было предложено провести такую оценку, будет представлен далее в работе).

Так, было установлено, что крайний и центральный нападающий имели достоверно более высокий уровень проявления самооценки. Фактически, по всем блокам показателей, которые мы анализировали, наблюдалась единая тенденция. Защитники и

вратари уступали нападающим по уровню самооценки, имели хуже развитый механизм целеполагания, а по уровню притязаний статистически достоверных отличий между игроками не наблюдалось.

Также, помимо проявления отдельных составляющих самооценки, нас интересовали обобщенные (суммарные) данные по всем показателям, которые были использованы в настоящем исследовании. Так, была определена итоговая самооценка хоккеистов различного амплуа (рис. 4).

Нужно отметить, что именно эти обобщенные данные в дальнейшем легли в основу разработки психоспортограмм для хоккеистов различного игрового амплуа, шкал оценивания уровня проявления показателей и др.

Так, интегральный (обобщенный) уровень самооценки для крайнего нападающего составил  $86,3 \pm 6,98$  баллов, для центрального нападающего  $89,4 \pm 7,85$  баллов, для защитника  $76,4 \pm 6,82$  баллов, для хоккейного вратаря  $76,7 \pm 12,41$  баллов.

Уровень притязаний для крайнего и центрального нападающего был зафиксирован на уровне  $89,2 \pm 5,22$  и  $97,0 \pm 6,13$  бала соответственно, для защитника этот показатель составил  $95,6 \pm 4,43$  бала, для вратаря  $92,5 \pm 13,15$  бала.

Более подробный анализ проведенного исследования самооценки хоккеистов высокой квалификации различного амплуа можно видеть в представленной ниже табл. 1. В таблице можно проанализировать как уровень проявления отдельных показателей, так и видеть общую статистику по выделенным блокам показателей.

Если сравнивать полученные нами данные с общепринятой шкалой адекватности уровня самооценки, то, конечно же, практически все исследуемые нами спортсмены или имели завышенную самооценку, или приближенную к ней.

Полученные нами данные согласуются с мнением специалистов о том, что на сегодняшний день в спорте высших достижений чаще встречаются спортсмены, которые имеют завышенную самооценку. Высокая самооценка, по мнению специалистов, является мощным стимулом самосовершенствования, так как спортсмену, который имеет повышенную самооценку, достаточно сложно воспринимать успехи и высокие результаты соперника, а это в свою очередь стимулирует работу над собой. У такого спортсмена

Таблица 1  
**Результаты исследования уровня самооценки хоккеистов высокого класса с учетом их игровой специализации (в баллах)**

№	Показатель самооценки	Игровое Амплуа											
		Крайний нападающий		Центральный нападающий		Защитник		Вратарь					
		S	SD	S	SD	S	SD	S	SD				
1	Силовые способности	75,0	12,24	91,0	10,84	82,5	10,90	80,0	14,14				
2	Выносливость	84,0	13,4	88,0	10,95	78,75	10,3	77,5	17,67				
3	Скоростные способности	74,0	11,4	72,0	9,08	71,25	13,76	80,0	14,14				
4	Координационные способности	74,0	5,47	83,0	8,36	76,25	2,5	82,5	24,7				
5	Гибкость	88,0	2,73	86,0	9,61	77,5	2,88	85,0	7,07				
6	Физическое состояние	88,0	2,73	66,0	9,61	77,5	2,88	75,0	7,07				
7	Здоровье	78,0	12,54	89,0	4,18	73,5	12,5	75,0	7,07				
	Самооценка физической подготовленности и здоровья, в среднем	85,6	3,69	87,4	3,62	77,3	3,34	77,4	5,08				
8	Техника перемещения на льду	98,0	2,73	96,0	8,94	86,25	4,78	95,0	7,07				
9	Точность бросков	85,0	16,58	82,0	13,5	83,75	7,5	35,0	7,07				
10	Игровые способности	69,0	8,94	79,0	8,94	75,0	7,07	77,5	10,6				
	Самооценка технико-тактической подготовленности	84,0	4,76	85,6	13,5	76,8	11,61	69,16	10,3				
11	Самообладание	73,0	8,36	84,0	11,4	71,25	14,36	80,0	10,1				
12	Концентрация внимания	69,0	7,41	70,0	12,24	77,5	17,07	80,0	10,1				
13	Быстрота реакции	89,0	8,21	78,0	7,58	80,0	2,6	75,0	8,1				
14	Развитая память	89,0	7,41	62,0	9,08	77,5	9,57	72,5	17,6				
15	Антиципация	72,0	4,47	91,0	13,3	75,0	5,77	75,0	21,2				
16	Стресс-устойчивость	73,0	8,36	79,0	8,94	87,5	9,57	70,0	10,1				
17	Уверенность	78,0	10,36	81,0	7,41	75,0	5,77	72,5	10,6				
18	Вариативность мышления	84,0	11,93	91,3	8,65	80,0	18,25	62,5	17,6				
19	Оптимизм	81,0	8,94	84,0	8,21	70,0	8,16	75,0	7,01				
20	Целеустремленность	81,0	12,44	88,0	5,47	77,5	12,58	90,0	10,1				
	Самооценка психологической подготовленности	85,4	4,76	87,4	4,20	75,6	6,71	76,75	12,41				

существует потребность находиться в центре внимания, видеть уважение и почет к себе окружающих, а в сфере спорта – это, как правило, достигается через спортивные успехи.

Кроме того, постоянная борьба и конкуренция на спортивной площадке, стремление к доминированию и превосходству над соперником требуют определенного уровня психологических качеств от хоккеиста. Спортсмен с низкой самооценкой вряд ли сможет добиться серьезных результатов, особенно в таком требовательном с точки зрения физических и психологических качеств виде спорта, как хоккей.

Однако нужно все-таки учитывать то обстоятельство, что выявленные нами данные характерны для элитных спортсменов. Разумеется, что на более ранних этапах многолетнего совершенствования уровень проявления самооценки спортсменов может быть ниже, впрочем, данные вопросы могут стать предметом для отдельных исследований.

Анализ динамики изменения не только уровня самооценки, а и других психологических качеств и свойств личности спортсменов в рамках многолетней карьеры представляется довольно интересным. Подобные данные, на наш взгляд, могут показать, как развивается личность спортсмена, каким образом спортивная деятельность отражается на развитии тех или иных психологических качеств и многое другое.

#### Выводы:

1. Анализ литературных источников и опрос экспертов показал, что самооценка играет важную роль

в формировании личности спортсмена, определяет направленность его деятельности и мировоззрение. Специалисты утверждают, что спортсмены, обладающие высоким уровнем самооценки более успешны в соревновательной деятельности, и чаще достигают поистине выдающихся результатов.

2. Для выявления уровня самооценки хоккеистов высокого класса различного амплуа, были отобраны двадцать информативных показателей, которые характеризуют разные стороны подготовленности спортсмена, физическую, технико-тактическую и психологическую.

3. Результаты исследований показали, что хоккеисты высокого класса разного амплуа имеют неодинаковый уровень самооценки. Наиболее высокие показатели самооценки отмечались у игроков нападения (крайнего и центрально нападающего). У игроков нападения, также наблюдался меньший диапазон целевого отклонения по сравнению с защитниками и вратарями, что в свою очередь, может свидетельствовать о более развитом механизме целеполагания у данных спортсменов.

**Перспективы дальнейших исследований** связаны с изучением влияния уровня самооценки хоккеистов высокого класса на эффективность реализации ими технико-тактических действий в матче, а также с исследованием взаимосвязи уровня самооценки хоккеистов высокого класса с другими психологическими свойствами и качествами личности спортсменов (склонность к риску, мотивация к успеху и др.).

#### Список использованной литературы:

1. Митин Ю. С. Структура и динамика подготовленности высококвалифицированных хоккеистов : автореф. дис. канд. пед. наук / Ю. С. Митин. – Малаховка : МОГИФК, 1990. – 21 с.
2. Никонов Ю. В. Подготовка квалифицированных хоккеистов / Ю. В. Никонов // Наука в Олимпийском спорте. – 2009. – № 2. – С. 79–86.
3. Родионов А. В. Психологическая подготовка хоккеиста / А. В. Родионов // Наука в Олимпийском спорте. – 2009. – № 2. – С. 113–115.
4. Филатова Н. П. Отбор квалифицированных хоккеистов с учётом их психологических особенностей : автореф. дис. канд. пед. наук / Н. П. Филатова. – Омск, 1995. – 23 с.
5. Горпинич О. О. Особливості психологічної підготовки курсантів / О. О. Горпинич // Слобожанський науково-спортивний вісник. – Харків : ХДАФК. – 2013. – Випуск № 3. – С. 45–48.
6. Юров И. А. Психологическое тестирование и психотерапия в спорте [Текст] / И. А. Юров. – М. : Советский спорт, 2006. – 163 с.
7. Emler N. Self-esteem: The costs and consequences of low self-worth / N. Emler. – York, England : York Publishing Services, 2001.
8. Kernis M. H. Stability of Self-Esteem: assessment, correlates, and excuse making / M. H. Kernis, B. D. Grannemann, L. C. Barclay // Journal of Personality. – 1992. – V. 60. – P. 621–644.
9. Gee Ch. J. M. Aggressive behaviour in professional ice hockey: A cross-cultural comparison of North American and European born NHL player / Ch. J. Gee, L. M. Leith // Psychology of Sport and Exercise. – 2007. – V. 8, Issue 4. – P. 567–583.

Стаття надійшла до редакції: 20.10.2014 р.

Опубліковано: 31.12.2014 р.

**Анотація.** Міхнов О. П. Самооцінка хокеїстів високого класу різного ігрового амплуа. **Мета:** визначити особливості прояву самооцінки у хокеїстів високого класу різного амплуа. **Матеріал і методи:** для визначення рівня самооцінки у хокеїстів, досліджувались данні спортсменів високої кваліфікації, які приймали участь в матчах Континентальної хокейної ліги (КХЛ) у сезоні 2013–2014 рр. У дослідженнях прийняли участь шістнадцять хокеїстів, які мали спортивний розряд МС та МСМК. Використовувалися методи: педагогічне спостереження, педагогічний аналіз та узагальнення передового досвіду, психологічне тестування, аналіз даних спеціальної науково-методичної літератури, експертне опитування, аналіз даних Інтернет. **Результати:** отримані данні дозволили встановити, що гравці лінії атаки (центральної і крайньої нападаючої) мають достовірно більш високий рівень самооцінки, у порівнянні з гравцями лінії захисту та воротарями. Дана тенденція спостерігається як за окремими складовими самооцінки, так і в цілому за всім спектром досліджуваних показників. Отримані результати досліджень показали, що хокеїсти високого класу мають або середній, або високий рівень самооцінки. Серед спортсменів, що брали участь у тестуванні, гравців з низьким рівнем самооцінки виявлено не було. **Висновки:** виявлені відмінності за рівнем самооцінки хокеїстів високого класу можуть бути використані з метою діагностики ігрової схильності та вибору амплуа у команді.

**Ключові слова:** рівень самооцінки, рівень домагань, ігрове амплуа, змагальна діяльність, технико-тактичні дії.

**Abstract.** Mikhnov A. Self-appraisal of hockey players of high class of different playing position. **Purpose:** to expose the features of display of self-appraisal for the hockey players of high class of different playing position. **Material and Methods:** for the exposure of level of self-appraisal for hockey players, information of sportsmen of high class, taking part in the matches of the



*Kontinental hockey league (KHL) in a season 2013–2014 was probed sixteen hockey players, having a sporting digit MS and MSWC, took part in researches. Methods were used: pedagogical supervision, pedagogical analysis and generalization of front-rank experience, psychological testing, analysis of data of the special scientific-methodical literature, expert questioning, an analysis of data is the Internet. Results: findings allowed to set that the players of line of attack (central and extreme forward) have more high level of self-appraisal for certain, than players of defence and hockey goalkeepers. This tendency is looked over both on the separate constituents of self-appraisal and on the whole on all spectrums of the studied indexes. The got results of researches rotined that the hockey players of high class had or middle or high level of self-appraisal. Among testable hockey players, players were not exposed with the low level of self-appraisal. Conclusions: the exposed distinctions in the level of self-appraisal of hockey players of high class can be used for diagnostics of playing predisposition and choice of playing line of business in a command.*

**Keywords:** level of self-appraisal, level of claims, playing line of business, competition activity, technique-tactical actions.

#### References:

1. Mitin Yu. S. *Struktura i dinamika podgotovlennosti vysokokvalifitsirovannykh khokkeistov* : avtoref. kand. ped. nauk [Structure and dynamics of trained and skilled players : PhD Thesis], Malakhovka, 1990, 21 p. (rus)
2. Nikonov Yu. V. *Nauka v Olimpiyskom sporte* [Science in the Olympic sport], 2009, vol. 2, pp. 79–86. (rus)
3. Rodionov A. V. *Nauka v Olimpiyskom sporte* [Science in the Olympic sport], 2009, vol. 2, pp. 113–115. (rus)
4. Filatova N. P. *Otbor kvalifitsirovannykh khokkeistov s uchetom ikh psikhologicheskikh osobennostey* : avtoref. kand. ped. nauk [Selection of qualified players with regard to their psychological features : PhD Thesis], Omsk, 1995, 23 p. (rus)
5. Gorpinich O. O. *Slobozans'kij nauk.-sport. visn.* [Slobozhanskyi science and sport bulletin], Kharkiv, 2013, vol. 3, pp. 45–48. (ukr)
6. Yurov I. A. *Psikhologicheskoye testirovaniye i psikhoterapiya v sporte* [Psychological testing and psychotherapy in Sports], Moscow, 2006, 163 pp. (rus)
7. Emler N. *Self-esteem: The costs and consequences of low self-worth* / N. Emler. – York, England : York Publishing Services, 2001.
8. Kernis M. H. *Stability of Self-Esteem: assessment, correlates, and excuse making* / M. H. Kernis, B. D. Grannemann, L. C. Barclay // *Journal of Personality*. – 1992. – V. 60. – P. 621–644.
9. Gee Ch. J. M. *Aggressive behaviour in professional ice hockey: A cross-cultural comparison of North American and European born NHL player* / Ch. J. Gee, L. M. Leith // *Psychology of Sport and Exercise*. – 2007. – V. 8, Issue 4. – P. 567–583.

Received: 20.10.2014.

Published: 31.12.2014.

**Міхнов Олексій Павлович:** Національний університет фізичного виховання і спорту України: вул. Фізкультури 1, Київ, 03680, Україна.

**Михнов Алексей Павлович:** Национальный университет физического воспитания и спорта Украины: ул. Физкультуры 1, Киев, 03680, Украина.

**Oleksiy Mikhnov:** National University of Physical Education and Sport of Ukraine: Str. Physical Education 1, Kiev, 03680, Ukraine.

**ORCID.ORG/0000-0002-8516-5108**

**E-mail: kaupervud2022@mail.ru**

#### Бібліографічний опис статті:

Михнов А. П. Самооценка хоккеистов высокого класса различного игрового амплуа / А. П. Михнов // Слобожанський науково-спортивний вісник. – Харків : ХДАФК, 2014. – № 6(44). – С. 73–78. – dx.doi.org/10.15391/sns.v.2014-6.014

