

МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ
НАЦІОНАЛЬНИЙ УНІВЕРСИТЕТ ФІЗИЧНОГО
ВИХОВАННЯ І СПОРТУ УКРАЇНИ

КАФЕДРА ІСТОРІЇ ТА ТЕОРІЇ ОЛІМПІЙСЬКОГО СПОРТУ

КВАЛІФІКАЦІЙНА РОБОТА

на здобуття освітнього ступеня магістра
за спеціальністю 017 Фізична культура і спорт
освітньою програмою “Олімпійський спорт і освіта”

на тему: **«ВПЛИВ ВОРОТАРЯ ЯК ЛІДЕРА НА ПСИХОЛОГІЧНИЙ
КЛІМАТ В ХОКЕЙНІЙ КОМАНДІ»**

Здобувача вищої освіти
другого (магістерського) рівня
Пеленського Н.С.

Науковий керівник: Гринь О. Р.,
професор кафедри психології
та педагогіки, канд. пед. наук
Рецензент: Фольварочний І.В.,
доцент кафедри психології і
педагогіки, доктор педагогічних
наук.

Рекомендовано до захисту на
засіданні кафедри (протокол № 6
від 11.12. 2023р.)
Зав. кафедри історії та
теорії олімпійського спорту:
Радченко Л.О., доцент,
доктор наук з фіз.вих.та спорту

Київ – 2024

ЗМІСТ

ВСТУП	3
РОЗДІЛ 1. ПРОБЛЕМА ФОРМУВАННЯ ПСИХОЛОГІЧНОГО КЛІМАТУ В СПОРТІ ЧЕРЕЗ ЛІДЕРСЬКІ ЯКОСТІ ПРОВІДНИХ ГРАВЦІВ.	
1.1. Теоретичні засади вивчення лідера і його впливу на психологічний клімат в хокейній команді	6
1.2. Психологічні характеристики та профілі провідних гравців різного амплуа в спортивних іграх	14
1.3. Лідерські якості спортсменів та їх ознаки	22
1.4. Воротар як лідер в хокейній команді і його вплив на формування психологічного клімату	26
Висновки до розділу	38
РОЗДІЛ 2. МЕТОДИ ТА ОРГАНІЗАЦІЯ ДОСЛІДЖЕННЯ.	
2.1. Методи дослідження	40
2.2. Організація дослідження	43
РОЗДІЛ 3. ДОСЛІДЖЕННЯ ВПЛИВУ ЛІДЕРСЬКИХ ЯКОСТЕЙ ВОРОТАРЯ НА ФОРМУВАННЯ ПСИХОЛОГІЧНОГО КЛІМАТУ В ХОКЕЙНІЙ КОМАНДІ	
3.1. Оцінка особливостей психологічного клімату в хокейній команді.	45
3.2. Визначення прояву лідерських якостей у спортсменів в хокейній команді.	47
3.3. Дослідження міжособистісних взаємовідносин та статусу спортсменів в команді.	49
3.4. Розробка та обґрунтування психологічної модельної характеристики воротаря як лідера.	53
Висновки до розділу	56
ВИСНОВКИ	59
ПРАКТИЧНІ РЕКОМЕНДАЦІЇ	62
СПИСОК ЛІТЕРАТУРИ та ДЖЕРЕЛА ІНТЕРНЕТ	64

ВСТУП

Актуальність теми. Лідерство та психологічний клімат є ключовими аспектами в будь-якій командній грі, в тому числі і в хокеї з шайбою. Відомо, що воротарі мають особливе становище в команді, їхня роль полягає в захисті воріт та управлінні грою своєї команди. У зв'язку з цим воротарі можуть мати суттєвий вплив на психологічний клімат у команді [8,12,18].

На сучасному етапі розвитку спорту, як показав аналіз науково-методичної літератури та досвіду психологічної підготовки спортсменів високого рівня [9,22,26], питання впливу воротаря на клімат в команді розроблено недостатньо. Для того, щоб воротарі могли зберегти контроль і діяти оптимально, вони повинні використовувати комбінацію організованих психологічних навичок, для чого необхідна розробка та наукове обґрунтування психологічної моделі воротаря-лідера.

Актуальність теми дослідження полягає в тому, що воротар є ключовою фігурою в командних видах спорту, таких як хокей з шайбою, де результат матчу може залежати від його виступу. Лідерські якості воротаря такі як впевненість, вміння комунікувати зі своєю командою, демонструвати високий рівень мотивації та концентрації впливають на формування психологічного клімату в команді, що підтверджується деякими дослідженнями [21,27,30].

Однак, на сьогодні не було проведено достатньо досліджень, що зосереджувалися на лідерських якостях воротарів та їх впливі на формування психологічного клімату в команді. Отже, це дослідження може заповнити цю наукову прогалину та надати додаткові наукові дані про вплив лідерських якостей воротаря на психологічний клімат у команді на прикладі хокею з шайбою.

Крім того, результати даного дослідження можуть бути корисні не тільки для хокею з шайбою, але й для інших командних видів спорту, де воротар є

ключовою фігурою. Дослідження може мати важливий внесок у розвиток теорії лідерства в спорті та психології спорту загалом.

Узагальнюючи, актуальність дослідження полягає в тому, що його результати можуть бути корисними для розкриття нових аспектів лідерства в спорті, а також виявлення нових підходів до підготовки воротарів та формування командного духу. Окрім того можуть бути надані наукові дані для тренерів та фахівців з психології, які займаються проблемами формування психологічної стійкості у команді та розвитком спортсменів.

Мета дослідження - розробити модельну психологічну характеристику воротаря як лідера для сприяння формуванню психологічного клімату в команді.

Завдання дослідження:

1. На основі аналізу науково-методичної літератури та інтернет джерел визначити роль лідера в формуванні психологічного клімату в команді.
2. Оцінити лідерські якості воротаря та його вплив на психологічний клімат в команді.
3. Обґрунтувати психологічну модельну характеристику воротаря як лідера.
4. Розробити практичні рекомендації з розвитку лідерських якостей для воротарів у хокеї з шайбою.

Об'єкт дослідження - Психологічний клімат в хокейній команді.

Предмет дослідження - Індивідуально-психологічні властивості особистості, що детермінують лідерські якості у хокейних воротарів.

Методи дослідження:

1. Теоретичний аналіз і узагальнення даних науково-методичної літератури і мережі Інтернет.
2. Педагогічне спостереження.

3. Методи психодіагностики для оцінки психологічного клімату, атмосфери в групі (анкетування, методика «Визначення психологічного клімату в колективі», тест «Я лідер», методика «Соціометрія» Дж. Морено).

Практична значимість. Практична значимість дослідження полягає в тому, що його результати можуть бути використані тренерами та фахівцями з психології для формування командного духу та психологічної стійкості у команді. На практиці тренерам та спортсменам можна буде рекомендувати способи вдосконалення лідерських якостей воротаря та підвищення психологічної стійкості команди. Це може позитивно вплинути на результати гравців та команди в цілому.

Теоретична значимість полягає в тому, що дослідження може допомогти розширити розуміння лідерських якостей воротарів та їх впливу на психологічний клімат у команді, а також поглибити знання про механізми формування командного духу та психологічної стійкості. Результати дослідження зможуть допомогти виявити нові підходи до тренування воротарів та формування командного духу.

РОЗДІЛ 1. ПРОБЛЕМА ФОРМУВАННЯ ПСИХОЛОГІЧНОГО КЛІМАТУ В СПОРТІ ЧЕРЕЗ ЛІДЕРСЬКІ ЯКОСТІ ПРОВІДНИХ ГРАВЦІВ

1.1. Теоретичні засади вивчення лідера і його впливу на психологічний клімат в хокейній команді.

Психологічний клімат у хокейній команді є однією з найважливіших складових успіху команди. Вивчення основних складових психологічного клімату команди є важливою задачею для тренерів і психологів які працюють з командою. Відомо, що в деяких дослідженнях окреслені основні психологічні складові клімату в команді [4,22]. Так, взаємини між гравцями є важливим елементом психологічного клімату команди. Гравці повинні відчувати, що вони є частиною команди і що їхній внесок є важливим для досягнення спільної мети. Тренери і психологи повинні стимулювати позитивні взаємини між гравцями і сприяти розвитку спільної командної духу.

Лідерство є ще однією важливою складовою психологічного клімату команди. Лідери команди повинні мати відповідальний підхід до своєї ролі і діяти як приклад для інших гравців, вони повинні мати добрі комунікативні навички, вміти співпрацювати з іншими гравцями та розвивати взаємини в команді [26,50].

Мотивація також є важливим фактором в досягненні успіху команди. Гравці повинні відчувати, що їхній внесок є важливим для команди, і мати мотивацію для досягнення спільної мети. Тренери і психологи повинні забезпечувати мотивацію гравців і стимулювати їхній розвиток.

Комунікація є значущим елементом психологічного клімату команди. Гравці повинні вміти ефективно спілкуватися між собою і з тренерами, а тренери повинні забезпечувати чітку та відкриту комунікацію з гравцями. Крім того, тренери та психологи повинні стимулювати комунікацію між гравцями, щоб забезпечити більш ефективне функціонування команди.

Психологічний комфорт. Психологічний комфорт є важливою складовою психологічного клімату команди. Гравці повинні відчувати себе комфортно в команді та на льоду, і тренери та психологи повинні забезпечувати підтримку гравців та вирішувати проблеми, які можуть виникнути.

Стрессова стійкість. Стрессова стійкість є важливою складовою психологічного клімату команди. Гравці повинні мати високу стрессову стійкість, щоб забезпечити ефективне функціонування команди в складних ситуаціях. Тренери та психологи повинні розвивати стрессову стійкість гравців та надавати їм підтримку у складних ситуаціях.

Психологічний клімат хокейної команди характеризує загальну групову атмосферу в колективі і вважається певним її станом, загальним настроєм його членів. Дослідженнями [52,58,70], доведено що основними показниками психологічного клімату є :

- Наявність або відсутність конфліктів;
- Сталість або зміна складу колективу;
- Задоволення чи незадоволення справами команди, заміною капітанів та керівництвом команди;
- Комфорт або напруженість і ворожість у стосунках членів команди.

Відомо, що психологічний клімат має значний вплив на ефективність навчально-тренувального процесу, а також на результативність спортсменів у змаганнях, їх самопочуття та працездатність [50].

Психологічний клімат виявляє емоційний стан групи та окремих спортсменів, міжособистісну сумісність і конфлікти між членами групи. Хороший психологічний клімат асоціюється з цілеспрямованою діяльністю колективу, продуктивним просуванням у досягненні спільної мети, подоланням перешкод, різноманітних труднощів, тимчасових невдач, помилок і непередбачених обставин [19,51].

Слід зазначити, що кожен спортсмен робить свій внесок у психологічний клімат колективу та відчуває його вплив. Залежно від задоволеності, положення в команді, взаємин з партнерами і тренером у спортсменів головне є настрій, який впливає на загальний емоційний настрій інших членів команди [56].

Відомо, що емоційне життя колективу в багатьох випадках залежить від особистості тренера, від його вміння надихнути, захистити, підбадьорити, заохотити, засудити і тому подібне, тому важливим завданням для формування команди є наявність позитивної атмосфери, психологічного клімату. Однак, оцінюючи психологічний клімат колективу, слід враховувати не тільки емоційну сторону життя, а й існуючі в ньому моральні норми і цінності. Наприклад, радість від перемоги, досягнутої нечесним шляхом, не може бути ознакою сприятливого психологічного клімату. Спортсмен повинен розуміти суспільний зміст моральних норм, визнавати їх, прагнути відповідати їм у своїх діях і вчинках, переживати їх порушення. Норми спортивного колективу визначаються нормами суспільства і його моральними засадами, але в кожному колективі вони можуть мати певну своєрідність, яка визначається об'єктивними умовами їх реального життя. Нормативи кожного колективу характеризують його ціннісні орієнтації, особливості емоційних реакцій і рівень моральної вихованості його учасників, оскільки емоційне життя спортивного колективу надзвичайно насичене [4,59].

Успіх і перемога зазвичай створюють у кожного спортсмена і всієї команди стан задоволення, емоційного підйому і впевненості у своїх силах і здібностях. Ці емоції приносять нову енергію та посилюють бажання працювати ще продуктивніше для досягнення нових спортивних результатів.

Зауважимо, що успіх і невдача можуть відігравати мотиваційну роль. Вони також можуть призвести до припливу енергії, спрямованої на аналіз причин помилок і пошук шляхів і засобів їх усунення. Відомо, що успіх і поразка часом

приводять до негативних станів спортсмена. У разі перемоги – це стан переоцінки своїх сил, впевненості в собі та знаннях; при поразці - стан пригніченості, байдужості, негативне ставлення до курсів підвищення кваліфікації, іноді навіть втрата впевненості у своїх силах. Крім того, між членами команди можуть виникати конфліктні ситуації. Ці умови поширюються як на спортсменів, так і на тренерів. Звичайно, у кожного свій підхід до успіху і невдачі [58,62].

Велике значення у формуванні психологічного клімату команди має система міжособистісних відносин, що складаються між спортсменами в процесі їхньої діяльності та спілкування. Тип міжособистісних стосунків багато в чому залежить від рівня розвитку колективу як колективу.

У системі міжособистісних відносин прийнято розрізняти ділові (формальні) і особисті (неформальні, емоційні) відносини.

На думку А. С. Макаренка, ділові відносини є відносинами ділової залежності. Вони впливають із службових обов'язків кожного члена спортивного колективу і об'єднують усіх учасників на основі спільної доцільності процесу [50].

На відміну від морального, психологічний клімат створюється через неформальні міжособистісні стосунки.

Спортивна практика показує, що для створення хорошого психологічного клімату в спортивному колективі необхідні висока майстерність тренера, а також складний, багаторівневий і тривалий педагогічний процес. Йдеться насамперед про виховання у спортсменів високого ідеалізму, який є основою, стрижнем усього світогляду особистості. Крім того, створення позитивного психологічного клімату в спортивному колективі вимагає взаємо підтримки та взаємоповаги з боку всіх його учасників[50].

Одним із важливих факторів, що впливають на згуртованість спортивного колективу, є психологічна сумісність його учасників [7,59].

Сумісність учасників спортивної команди слід розглядати на трьох рівнях: соціальному, психологічному та психофізіологічному. Розрізняють соціальну, психологічну та психофізіологічну сумісність[50].

Соціальна сумісність - це однакове розуміння членами колективу соціальних норм і установок, правил і вимог, єдності цілей, мотивів і потреб.

Діяльність спортивного колективу багато в чому залежить від психологічної сумісності всіх його учасників. Проблема психологічної сумісності членів спортивної команди виникає із природи спортивної діяльності, яка постійно передбачає різноманітні міжособистісні стосунки. Однак, вступаючи в ці відносини, спортсмени можуть досягти або не досягти повної взаємодії. Воно зводиться до внутрішньої суті процесу спілкування спортсменів, який виступає як їх взаємодія[50].

Психологічна сумісність - це здатність членів команди ефективно працювати разом завдяки оптимальному поєднанню їхніх характеристик і характерів. Іншими словами, це подібність спортсменів за рівнем розвитку характерних рис, уваги, мислення, пам'яті, інтелекту, емоційної врівноваженості і тривожності, екстраверсії - інтроверсії, а також ряду інших психічних якостей. Це один із важливих факторів формування та підтримки соціально-психологічного клімату. Психологічна сумісність дає можливість побудувати стосунки між членами спортивного колективу на основі спільних ціннісних орієнтацій і міцних стосунків, зумовлених їх психологічними особливостями. Спільність ціннісних орієнтацій проявляється у ставленні до добра і зла, загальнолюдських моральних норм, збагачення тощо. При аналізі психологічної сумісності важливо враховувати комунікативні форми поведінки, які визначаються характером спортсменів та їх психічними нахилами [50,62].

Психофізіологічна сумісність — це синхронність психологічних реакцій, однаковий руховий темп дій, схожість учасників колективу за показниками збудливості-гальмування, інертність-рухливість, сила-слабкість нервової системи. Іншими словами, вона включає темперамент і типологічні особливості прояву властивостей нервової системи. Крім того, цей рівень сумісності залежить від ряду факторів: це суто фізичні та фізіологічні характеристики (зростання, сила, швидкість, витривалість, координація, стан здоров'я тощо), а також особливості когнітивних психічних процесів[50].

Деякі психологи також розрізняють фізіологічну та біологічну сумісність. Справедливість цих типів сумісності не викликає сумнівів (успішний розвиток дитини в утробі матері важко уявити без їх біологічної та фізіологічної сумісності). Однак їх слід віднести до ліків.

Міжособистісна сумісність означає взаємне прийняття партнерів по спілкуванню та спільній діяльності, яке ґрунтується на подібності або взаємодії взаємодоповнюваності соціально-психологічних та індивідуально-психологічних характеристик: мотивів, інтересів, соціальних установок, характерів, темпераментів, ритму психологічних реакцій особистість тощо. Це сприяє успішній взаємодії та співпраці в освітньому та навчальному процесі, а також у спортивних змаганнях. Їх критерієм є суб'єктивна задоволеність параметрів процесом і результатом взаємодії, що супроводжується взаємною симпатією, взаєморозумінням і взаємоповагою [50,69].

Групова сумісність є показником згуртованості спортивного колективу. Вона проявляється в злагодженості дій у спільній діяльності в результаті позитивних стосунків, що склалися між членами колективу.

Відомо, що перше враження про людину визначає її вік, зовнішність, емоційний стан і риси характеру. Висока оцінка зовнішності зазвичай

супроводжується оцінкою душевних якостей і позитивним ставленням до особистості.

Теоретико-методичні основи спортивного тренування може вносити корективи на основі подальших вражень про особистість спортсмена. Під час тренувань і змагань учасники команд починають помічати в один одному риси поведінки, що відповідають (не відповідають) їх нормам і уявленням, знаходять спільне в розумінні життєвих цінностей, виявляють єдність поглядів та інтересів[50].

При спілкуванні та взаємодії спортсменів проводиться аналіз під девізом: «Хто я, а хто інші?» Порівняння та порівняння дозволяють зробити висновок, що в команді є одностайні, до яких ставляться з симпатією. Таким чином, в команді є спортсмени і підгрупи, між якими є сумісність. Наведена ситуація є прикладом того, як виникає соціально-психологічна сумісність у недосвідчених спортсменів або однакових особистих якостей, поглядів, думок, інтересів, цілей тощо. Зовсім по-іншому відбувається спілкування та взаємодія між членами команди, які не мають спільних інтересів і низького рівня взаєморозуміння[53,62].

Що стосується психофізіологічної толерантності, то вроджені властивості нервової системи (наприклад, швидкість рухової реакції, швидкість мислення та ін.), на відміну від психічних якостей, не піддаються тренуванню і перебудові. Природно, що різниця в цих характеристиках призводить до нескоординованих дій і низького виконання поставлених завдань на тренуваннях і змаганнях. Усе це часто супроводжується суперечками, конфліктами та критикою, деякі з яких виходять за межі спортивної діяльності. Соціальна несумісність і пов'язані з нею антипатії та конфлікти можуть бути перенесені на ефективність взаємодії.

Спортивна практика знає чимало прикладів, коли несумісність поглядів, мотивів і життєвих орієнтацій двох і більше спортсменів призводила до

негативного впливу на результативність їх спільної діяльності, хоча психофізіологічні особливості цих осіб були ідентичні[50].

Слід зазначити, що сумісність між спортсменами і тренером відбувається на тому ж рівні і розвивається так само, як і між спортсменами. Воно може виникнути як незабаром після знайомства спортсмена з тренером, так і після тривалого «притирання» рис характеру, неприйняття спортсменом деяких своїх поглядів і прийняття точки зору тренера [69].

Спортивна діяльність характеризується різними непередбаченими ситуаціями, в яких той чи інший тип сумісності виходить на перший план і визначає продуктивність команди. Наприклад, якщо виконуються тренувальні та змагальні завдання, ця діяльність висуває надмірні вимоги до психологічної та психофізіологічної толерантності, що не означає, що вплив соціального схвалення в цьому випадку повністю виключається.

Слід підкреслити, що очікувати сумісності всіх факторів навряд чи реально. Крім того, важливо пам'ятати, що не існує ідеальної відповідності між спортсменами в команді та їхньою кваліфікацією. Це може бути для деяких факторів, але не для інших.

Спортсмени, які беруть участь у змаганнях, часто відчувають непереносимість. Конкуренція сама по собі не є фактором, що створює конфлікт через несумісність спортсменів за параметром «сильна центричність». Особливо очевидною стає негативна роль конкуренції для згуртованості в командах початкового рівня. Якщо в команді багато претендентів на кілька відкритих вакансій, то згуртованість низька, якщо склад команди стабільний, то вона зростає.

Практика спорту та наукові дослідження показують, що змагання у спортивній команді мають як позитивні, так і негативні наслідки. Крім того, надзвичайна конкуренція, навіть на здоровій основі, може мати негативні

наслідки. Нездорова конкуренція призводить до погіршення психологічного клімату в колективі та погіршення їх спортивних результатів.

Слід зазначити, що дружні стосунки в команді не є необхідною умовою для досягнення максимальної сумісності між спортсменами вищевказаного рівня продуктивності [12,66].

Нормальний соціально-психологічний клімат у спортивному колективі є необхідною умовою його життєздатності та цілеспрямованості. Крім того, це визначає самопочуття кожного члена команди та впливає на продуктивність спільної спортивної діяльності. Проблема психологічної сумісності в здоровому спортивному колективі вирішується позитивно, коли спортсмени психологічно доповнюють один одного, підвищують гідність кожного окремого спортсмена команди, відчують яскраво виражену потребу в постійному діловому спілкуванні, вільно і розкуто поводяться між собою і допомагають один одному. інший. Крім того, сумісність є показником згуртованості учасників спортивного колективу - ступеня міцності міжособистісних відносин, їх стійкості до негативних факторів[50].

Усі ці складові психологічного клімату команди взаємопов'язані і взаємозалежні. Від того, наскільки ефективно вони розвиваються та функціонують у команді, залежить успіх команди в цілому. Тренери та психологи повинні відстежувати розвиток кожної з цих складових та працювати з гравцями над їхнім покращенням.

1.2 Психологічні характеристики та профілі провідних гравців в спортивних іграх різного амплуа.

Дослідження психологічних профілів гравців різного амплуа в хокеї з шайбою є значущим напрямком у сфері спортивної психології. Це дослідження

має на меті виявлення особливостей характеру, стресостійкості, мотивації та емоційної стабільності гравців, враховуючи їх позиції на льоду - наприклад, воротарі, захисники, нападники.

Вивчення психологічних профілів гравців різного амплуа в хокеї з шайбою може допомогти тренерам та психологам зрозуміти, які особистісні риси та мотивації допомагають гравцям досягати успіху на льоду, а також які проблеми можуть виникати в роботі з різними типами гравців [8].

Основні етапи вивчення психологічного профілю гравця включають [10,57]:

Збір інформації. Тренери та психологи повинні збирати інформацію про гравців, включаючи їх особистісні риси, мотивації, стилі гри та поведінки на льоду.

Аналіз інформації. Після збору інформації тренери та психологи повинні проаналізувати її, щоб зрозуміти, які особистісні риси та мотивації допомагають гравцям досягати успіху на льоду, а також які проблеми можуть виникати в роботі з різними типами гравців.

Розробка стратегій. На основі аналізу інформації тренери та психологи можуть розробити стратегії для кожного гравця, які допоможуть їм досягти свого потенціалу на льоду.

Для збору інформації з вивчення психологічного клімату та індивідуальних психологічних профілів гравців можна використовувати різні методики та інструменти. Одна з таких методик - це інтерв'ю з гравцями та тренерами, під час якого можна вивчити їхні погляди на взаємовідносини в команді та особливості характеру гравців. Також можна використовувати опитувальники, що дозволяють оцінити рівень комунікації та співпраці між гравцями, рівень мотивації та самооцінки, а також рівень стресостійкості та зосередженості.

Усі ці методики та інструменти дозволяють більш детально вивчити психологічну підготовку гравців у хокеї з шайбою.

Також для вивчення психологічного клімату та індивідуальних психологічних профілів гравців можна використовувати спеціальні тести та анкети. Один з них - тест лідерських якостей, який дозволяє визначити рівень лідерських якостей кожного гравця. У цьому тесті можуть бути запитання, що стосуються таких якостей, як здатність приймати рішення, спроможність мотивувати інших, здатність до комунікації та співпраці[16].

Крім тестів, для вивчення індивідуальних психологічних профілів гравців можна використовувати психологічні портрети. Це спеціальні документи, які містять детальні описи особливостей характеру, потреб та інтересів кожного гравця. Психологічні портрети можуть допомогти тренеру зрозуміти, як краще мотивувати кожного гравця, які особливості характеру потребують додаткової уваги та які дії можуть підвищити самооцінку та рівень впевненості кожного гравця.

Загалом, вивчення психологічного клімату та індивідуальних психологічних профілів гравців у хокеї з шайбою дозволяє тренерам та психологам більш ефективно взаємодіяти з командою та окремими гравцями. Це допомагає підвищити рівень мотивації, підвищити самооцінку та покращити результативність команди в цілому[10,28].

Нижче наведені психологічні профілі різних амплуа гравців:

Нападники.

Психологічний профіль нападників у хокеї з шайбою є важливим елементом спортивної психології, оскільки він впливає на їхню здатність до забивання голів, створення атакуючих моментів та взаємодії з іншими членами команди. Нападники, які часто стикаються з великими очікуваннями та тиском,

мають унікальний набір психологічних якостей, які допомагають їм виконувати свої обов'язки на вищому рівні.

Психологічний профіль нападників

Креативність та інноваційне мислення: Нападники часто використовують креативність для виявлення та створення можливостей забити гол. Інноваційне мислення дозволяє їм знаходити нестандартні рішення в складних ігрових ситуаціях.

Самовпевненість та наполегливість: Високий рівень самовпевненості та наполегливості допомагає нападникам залишатися сфокусованими та мотивованими, незважаючи на невдачі або пресинг з боку суперників.

Швидкість реакції та рішень: Ефективні нападники характеризуються швидкою реакцією та здатністю швидко приймати рішення, що є ключовим для успішних атак та забивання голів.

Емоційна стабільність та стресостійкість: Здатність управляти емоціями та зберігати спокій під тиском є критично важливою для підтримки концентрації та ефективності гри.

Командна гра та співпраця: Хоча нападники часто знаходяться в центрі уваги, їх здатність до ефективною командної гри та співпраці є важливою для загального успіху команди.

Психологічний профіль нападників у хокеї з шайбою характеризується креативністю, самовпевненістю, швидкістю реакції, емоційною стабільністю та командною співпрацею. Нападники повинні мати високу мотивацію досягати результатів та бути готові ризикувати на льоду. Вони також повинні мати добрі навички спілкування та комунікації, щоб ефективно працювати з партнерами по команді. Розуміння та розвиток цих психологічних аспектів може сприяти підвищенню продуктивності нападників та, як наслідок, успіху команди в цілому[10,40].

Захисники.

У сфері спортивної психології, розуміння психологічного профілю захисників у хокеї з шайбою є надзвичайно важливим для оптимізації їхньої ефективності та взаємодії в команді. Захисники, які відіграють ключову роль у запобіганні голів та підтриманні стабільності гри, стикаються з унікальними викликами, що вимагають специфічних психологічних якостей.

Психологічний профіль захисників

Рішучість та відповідальність: Захисники повинні виявляти рішучість у прийнятті швидких рішень, часто під великим тиском. Вони також несуть відповідальність за стратегічне позиціонування та контроль суперників.

Стресостійкість: Ефективність захисника залежить від здатності управляти стресом, особливо у вирішальні моменти матчу, коли ризик пропуску гола є високим.

Командна взаємодія: Захисники мають високий рівень командної взаємодії, включаючи спілкування з воротарем та іншими гравцями для ефективного розподілу оборонних зусиль.

Фізична та ментальна витривалість: Фізична сила та витривалість є критичними, але також важливою є ментальна витривалість для підтримки стабільної гри протягом всього матчу.

Тактичні навички та аналітичне мислення: Захисники повинні мати глибоке розуміння гри, здатність аналізувати дії суперників та адаптуватися до змінюваних умов на льоду.

Психологічний профіль захисників в хокеї з шайбою характеризується рішучістю, стресостійкістю, ефективною командною взаємодією, фізичною та ментальною витривалістю, а також високим рівнем тактичних навичок та аналітичного мислення[10,39]. Захисники повинні мати добрі навички оборони та здатність працювати в команді. Вони повинні бути відповідальними та

дисциплінованими, а також мати високу мотивацію захищати свою команду. Врахування цих особливостей може сприяти оптимізації підготовки та стратегій гри для захисників, забезпечуючи більш ефективне виконання їх ролі в команді.

Воротарі.

Вивчення психологічного профілю воротарів у хокеї з шайбою є ключовим аспектом спортивної психології. Воротарі, які відіграють критичну роль у захисті воріт, стикаються з унікальними викликами, які вимагають особливих психологічних якостей. Цей дослідницький огляд покликаний виявити та аналізувати ці ключові характеристики.

Психологічний профіль воротарів[18,32]

Концентрація: Одна з найважливіших якостей воротаря - здатність підтримувати високу концентрацію на протязі усього матчу. Це включає зосередження на шайбі, позиціонуванні суперників та передбаченні їх дій.

Стресостійкість: Воротарі часто перебувають під значним тиском, особливо у критичні моменти гри. Їхня здатність ефективно управляти стресом та емоційним напруженням є вирішальною для успішної гри.

Швидкість реакції та рішень: Швидкість реакції на дії супротивника та здатність швидко приймати рішення є критично важливими для успішного блокування ударів та захисту воріт.

Емоційна стабільність: Воротарі повинні демонструвати високий рівень емоційної стабільності, здатність швидко відновлюватися після пропущених голів або помилок, щоб уникнути негативного впливу на подальшу гру.

Самовдосконалення та мотивація: Висока мотивація до самовдосконалення та самокритичність допомагають воротарям розвивати свої навички та підтримувати конкурентоспроможний рівень гри.

Воротарі в хокеї з шайбою мають унікальний психологічний профіль, що включає розвинену концентрацію, стресостійкість, швидкість реакції, емоційну

стабільність та мотивацію до самовдосконалення. Також важливою є їх здатність до швидкого відновлення після пропущених шайб. Розуміння цих аспектів може сприяти кращій підготовці та розвитку воротарів, підвищуючи їх продуктивність та впливаючи на загальний успіх команди.

Психологічні профілі хокеїстів різного амплуа мають характерні відмінності між ними. Так, гравці нападу, мають більш високий рівень самооцінки, мотивації на досягнення успіху та схильність до ризику. У гравців захисту та хокейних воротарів, спостерігається більш високий рівень прояву уваги та схильність до уникання невдач. Серед гравців нападу, частіше, у порівнянні із захисниками та воротарями, зустрічаються спортсмени, з переважним проявом холеричного та сангвіністичного темпераменту.

Воротар – єдина людина, яка може вплинути на результат не однієї гри, а цілої серії. Від її активності багато в чому залежить результат гри команди. Підготовленість воротаря характеризується високим рівнем розвитку функціональних систем організму, регуляторних функцій нервової системи і психіки, а також фізичних і рухових якостей, що забезпечують специфічну рухову активність. Підготовка відбувається в процесі спортивної підготовки в рамках багаторічного спортивного вдосконалення. Під готовністю до гри розуміється стан воротаря в певний момент часу, який сприяє або перешкоджає повному розвитку його готовності до гри, тобто реалізації всіх його здібностей[32,63].

Безсумнівно, головна роль у хокейній команді належить воротареві. Під час гри він відчуває найбільше психологічне навантаження, тому його психологічна підготовка заслуговує особливої уваги з боку тренера. Особливе значення в цьому відношенні має вік вступу хокеїстів в юнацькі команди, і цей період є найважливішим періодом для формування спортивної майстерності та окремих сторін його готовності до діяльності. За цей час в основному завершується

фізичний і психічний розвиток спортсмена і одночасно спостерігаються «гостріші» реакції окремих видів спорту на екстремальні ситуації.

В силу індивідуальності виконуваних функцій на полі, воротар зазвичай досить болісно сприймає будь-яку критику, але не варто забувати про це і тренеру, роблячи зауваження своїм підопічним під час гри. Воротар повинен вказувати на помилки в конфіденційній і м'якій формі, бажано під час перерви в роздягальні [69].

Для того, щоб надійно захистити ворота своєї команди, воротар потребує насамперед спокою, швидкості реакції, вміння зосередитися та впевненості в собі та своїх силах.

Якщо воротар перед грою зосереджується на виграші, це може значно підвищити психологічне навантаження і не покращити його гру. Він повинен грати стабільно протягом усієї гри. І він виходить на лід з думкою, що це буде його найкраща гра, і він знає, як грати, щоб отримати бажаний результат.

Якщо воротар реагує на кидок хоча б на п'яту частку секунди швидше, це має значний вплив як для нього, так і для всієї команди. Найважливішою частиною психологічної підготовки воротаря є тренування, яке допомагає досягти цих та багатьох інших переваг [47,63].

Окрім особистісних рис, тренери та психологи повинні враховувати інші фактори, такі як досвід, технічні навички та фізичний стан гравців, при вивченні психологічних профілів гравців. Наприклад, гравці, які мають більше досвіду та вищу технічну підготовку, можуть бути більш упевненими на льоду, тоді як менш досвідчені гравці можуть потребувати додаткової підтримки та підбадьорення.

Узагальнюючи, вивчення психологічних профілів гравців різного амплуа в хокеї з шайбою може допомогти тренерам та психологам зрозуміти, які особистісні риси та мотивації допомагають гравцям досягати успіху на льоду, а

також які проблеми можуть виникати в роботі з різними типами гравців. Це може допомогти тренерам та психологам розробити індивідуальні стратегії для кожного гравця, які допоможуть їм досягти свого потенціалу на льоду та підвищити ефективність команди в цілому.

1.3 Лідерські якості спортсменів та їх ознаки.

Вивчення лідерських якостей та механізмів формування самооцінки у хокеїстів є актуальною темою у сфері спортивної психології та менеджменту командних видів спорту. Лідерство у спорті, особливо у командних іграх, як хокей, відіграє ключову роль у формуванні успішної командної динаміки та досягненні високих результатів.

Спочатку важливо розуміти, що лідерство в спорті відрізняється від традиційного розуміння лідерства у бізнесі чи політиці. Лідер у спортивній команді часто є тим, хто може мотивувати інших, встановлювати стандарти роботи і поведінки та надихати команду на досягнення спільних цілей. Це може бути не тільки капітан команди, але й будь-який гравець, який володіє цими якостями.

Лідерські якості в хокеїстів часто включають вміння спілкуватися, відданість, впевненість, емоційний інтелект та здатність впливати на інших. Спортсмени, які виявляють лідерські якості, зазвичай більш впевнені в собі, а їхня самооцінка заснована на визнанні їхніх здібностей і внеску у командний успіх[19,30].

Механізми формування самооцінки у хокеїстів також тісно пов'язані з їхніми лідерськими якостями. Спортсмени з високою самооцінкою часто ефективніше справляються з тиском і стресом під час змагань та мають кращу

спортивну продуктивність. Важливу роль у формуванні самооцінки відіграє підтримка тренерів та команди, а також особистісний розвиток спортсмена.

Також важливо враховувати культурні та індивідуальні відмінності хокеїстів, оскільки це може вплинути на їхній стиль лідерства та сприйняття самооцінки. Сучасні підходи до тренувань включають не тільки фізичну підготовку, але й розвиток психологічних навичок, що є важливим для всебічного розвитку лідерських якостей у спортсменів.

Для глибшого розуміння цієї теми необхідно проводити більше досліджень, які б зосереджувалися на специфіці лідерства та самооцінки у хокеїстів. Це може включати аналіз психологічного профілю спортсменів, їхнього взаємодії з командою та тренерами, а також вивчення впливу різних методів тренування на розвиток лідерських якостей.

Лідерські якості гравців можуть бути визначені шляхом спостереження за їхньою поведінкою під час тренувань та матчів. Тренери та психологи можуть звернути увагу на те, як гравці взаємодіють зі своїми партнерами, як вони сприймають та реагують на інструкції тренера, як вони реагують на стресові ситуації та як вони мотивують своїх товаришів до кращих результатів[15,30].

Лідерські якості гравців можна класифікувати на основі рівня впливу та характеру лідерства. Рівень впливу може бути формальним (наприклад, капітан команди) або неформальним (наприклад, гравець, який має великий вплив на партнерів). Характер лідерства може бути трансформаційним (лідер, який створює відчуття спільної мети та мотивує гравців до досягнення кращих результатів) або транзакційним (лідер, який пропонує нагороди за досягнення мети та покарання за невиконання завдань).

В процесі змагальної діяльності спортсмен постійно здійснює оцінку своїх дій, психічних і фізичних можливостей, станів, резервних можливостей та ін. Залежно від того, як спортсмен себе оцінює, відбувається формування його

світогляду, моделі поведінки, характеру, відносин з оточуючими, сприйняття дійсності. Рівень самооцінки впливає на ступінь впевненості, самоповаги, вираженість спрямованості на досягнення успіху, позитивного ставлення до своєї діяльності, задоволеності результатами своїх виступів, усвідомлення власної сили і цінності[41].

Якщо спортсмен не вірить в свої сили, песимістично налаштований, не ставить перед собою високі цілі, байдуже ставиться до невдач – це свідчить про те, що у нього низький рівень самооцінки [19,41]. З іншого боку, реальне усвідомлення своїх недоліків може справити позитивний вплив і послужити поштовхом до їх виправлення та розвитку позитивних сторін особистості. У разі ж, якщо спортсмен не здатний адекватно себе сприймати й відповідно реагувати на зовнішні обставини, він змушений витратити свою нервову енергію на підтримку психічного захисту, що буде деструктивно впливати на його змагальну діяльність [14,17,41]. Невпевненість в своїх силах знижує рівень спортивних результатів, супроводжується погіршенням адаптації до фізичних і психічних навантажень, не дозволяє спортсмену повністю реалізувати свій потенціал [4]. Тому в змагальній діяльності ймовірність досягнення успіху багато в чому залежить від рівня самооцінки спортсмена.

Залежно від виконуваних функцій самооцінка наділяє спортсмена усвідомленням своєї значущості, кваліфікованості, професіоналізму, що проявляється в його поведінці і змагальній діяльності. У структуру самооцінки входять: загальна самооцінка, що відображає рівень самоповаги, прийняття або неприйняття себе як особистості й приватні самооцінки, що характеризують відношення спортсмена до своїх окремих особистісних якостей, вчинків, успішності певних видів діяльності, зокрема, змагальної діяльності [3,41,52]. На основі комплексу приватних самооцінок і, в залежності від рівня усвідомлення їх

спортсменом, у нього відбувається формування уявлення про співвідношення реального й ідеального образу.

Саме ступінь адекватності самооцінки може характеризувати рівень адаптації психіки спортсмена до навантажень тренувальної та змагальної діяльності. Це проявляється в успішності та задоволеності спортсменом своїми результатами. Тому адекватну самооцінку у спортсменів можна вважати одним з факторів, що впливають на ефективність їх змагальної діяльності. Низька самооцінка спортсмена може бути обумовлена багатьма причинами: вона може бути сформована в дитинстві через недобррозичливе або надмірно критичне ставлення старших, вона могла розвинутися у дитини через погану успішність у школі або насмішки однолітків.

Показники самооцінок спортсмена періодично не завжди стабільні, що можна розглядати як механізм, який забезпечує саморегуляцію його особистості в умовах, що змінюються під час тренувальної та змагальної діяльності [17,38,41].

Механізми формування самооцінки гравців можуть бути різними в залежності від особистості гравця та його досвіду. Один з найпоширеніших механізмів формування самооцінки - це порівняння з іншими гравцями. Це може стимулювати гравців до підвищення рівня гри та досягнення кращих результатів.

Інший механізм формування самооцінки це само підтвердження, коли гравець виконує певне завдання і успішно його розв'язує, що призводить до почуття задоволення та підвищення самооцінки. Також, механізмом формування самооцінки може бути отримання позитивного фідбеку від тренера та товаришів по команді. Позитивний фідбек підтримує гравців та стимулює їх до досягнення ще кращих результатів.

Психологи та тренери можуть використовувати різні підходи до формування та розвитку лідерських якостей та підвищення самооцінки гравців.

Наприклад, під час тренувань можна використовувати групові вправи, що сприяють розвитку співпраці та комунікації між гравцями, а також індивідуальні вправи, що допомагають підвищити рівень впевненості у своїх здібностях[30].

1.4 Воротар як лідер в хокейній команді і його вплив на формування психологічного клімату.

Воротар - це ключова фігура в хокейній команді. Його роль на полі є особливою, оскільки він має великий вплив на результативність команди. Воротар має бути фізично та психологічно підготовленим, щоб витримувати великий тиск під час матчів. Він має бути спроможним відновлювати віру в свої здібності та зберігати спокій, незважаючи на незворотні помилки, що стаються на полі[6,19].

Одна з головних характеристик воротарів-лідерів - це комунікативність. Вони володіють вмінням ефективно спілкуватися зі своїми товаришами по команді та надавати їм необхідні інструкції та підтримку. Воротар-лідер відповідає за організацію оборони, вказівки під час гри та координацію гравців на льоду. Вони мають здатність слухати та розуміти своїх товаришів, а також вміють підтримувати емоційний зв'язок з іншими гравцями, що сприяє підвищенню морального духу та спільній працездатності команди[25,32].

Ще одна характеристика воротарів-лідерів - це лідерська особистість. Вони володіють ясним баченням стратегії та мають здатність приймати рішення в стресових ситуаціях. Воротар-лідер є авторитетом для інших гравців і здатний впливати на них своїм прикладом. Вони володіють внутрішньою мотивацією, високою самодисципліною та відданістю командним цілям. Їхня впевненість та вміння приймати важкі рішення дозволяють їм бути лідерами на полі та поза ним.

Однією з ключових характеристик воротарів-лідерів є ментальна міцність. Вони володіють внутрішньою стійкістю, яка дозволяє їм зберігати концентрацію та впевненість навіть під час найскладніших ситуацій. Воротар-лідер вміє відновлювати концентрацію після помилок або невдалих моментів та знаходити способи збереження енергії та витривалості протягом тривалої гри. Вони використовують позитивне мислення, внутрішні діалоги та візуалізацію для підтримання своєї психологічної стійкості.

У випадках, коли команда зазнає поразки або знаходиться в складних ситуаціях, воротар може використовувати свою лідерську роль для збереження позитивного настрою та вірити в здатність команди до відновлення. Він може демонструвати наступність, волю до перемоги та непохитну впевненість в успіху. Така позиція воротаря сприяє підтримці ментальної міцності і відновленню психологічного стану всієї команди.

Також воротарі-лідери відрізняються фізичною готовністю та технічними навичками. Вони мають високий рівень фізичної підготовки, що дозволяє їм бути швидкими, реактивними та гнучкими на полі. Воротар-лідери також володіють високим рівнем технічних навичок. Вони постійно вдосконалюють свої навички і вміння, щоб бути надійними опорами для команди.

Необхідно також відзначити, що воротарі-лідери володіють великою відповідальністю. Впевненість - це одна з ключових якостей, яку повинен мати воротар у хокеї. Його здібності та здатність впливати на хід гри мають велике значення для результатів команди. Воротар є останньою лінією захисту команди і має забезпечувати безпеку воріт. Він повинен бути готовим вступити в протистояння з супротивником, відбивати кидки для збереження результативності команди. Воротар-лідер стає символом надійності та стійкості для всієї команди. Одним із найважливіших аспектів ролі воротаря є готовність до найважливіших моментів гри. Він має бути завжди на варті, готовий реагувати

на кидки та блокувати шайби у найкритичніших моментах. Його психологічна стійкість і зосередженість є вирішальними для успіху команди в грі[30,47].

Також воротар може використовувати свій досвід для аналізу гри та розуміння сильних та слабких сторін команди. Він може вносити цінні відомості та поради під час обговорення тактики команди з тренером та іншими гравцями. Воратар, завдяки своїй стратегічній позиції на полі, може бачити гру з іншого кута зору та виявляти можливість для поліпшення гри команди.

Воратар у хокеї, крім своєї фізичної підготовки, є духовним лідером команди. Він відіграє центральну роль в захисті воріт і має здатність зберігати спокій навіть у найскладніших ситуаціях. Ця спокійність та впевненість є ключовими факторами для досягнення успіху.

Одним із яскравих прикладів ролі впевненості воротаря є його виступ у серії булітів. У таких ситуаціях, воротар стає останньою лінією оборони. Його впевненість і вміння зосередитися на шайбі та суперникові можуть визначити результат матчу. Це завдання вимагає не лише фізичної підготовки, а й великої психологічної стійкості.

Психологічний аспект гри воротаря включає в себе контроль нервів та емоцій. Воратар повинен володіти навичками релаксації та концентрації, щоб залишатися спокійним у будь-яких ситуаціях. Впевненість в своїх здібностях допомагає воротареві приймати швидкі та точні рішення, що часто визначає результати гри[47,69].

Воратар також виступає у ролі мотиватора для своєї команди. Його впевненість передається іншим гравцям і піднімає їхній рівень гри. Вплив воротаря на психологічний настрій команди не може бути переоцінений.

Як досвідчений гравець, воротар може використовувати свої навички та досвід для підтримки та мотивації інших членів команди. Це важлива роль, яка допомагає створити позитивну командну динаміку та підвищити успішність

команди в цілому. Воротар може використовувати наступні підходи та стратегії для досягнення цих цілей[63,68].

По-перше, воротар може ділитися своїм досвідом та навичками з іншими членами команди. Він може проводити індивідуальні тренування з іншими гравцями, де викладає свої техніки та стратегії, які допомогли йому стати успішним воротарем. Він може навчити їх правильній техніці відбивання шайби, прийняттю рішень в стресових ситуаціях. Шляхом передачі свого досвіду воротар може стимулювати інших гравців до самовдосконалення та досягнення високих результатів.

По-друге, воротар може виступати як ментор та психологічна підтримка для інших гравців. Він може використовувати свій досвід у керуванні емоціями та стресом, щоб допомогти іншим гравцям зберігати позитивний настрій та впевненість під час гри. Воротар може надавати поради щодо контролю над власними думками та емоціями, використання позитивного мислення та візуалізації для досягнення успіху. Він може бути прикладом ментальної міцності та демонструвати, як позитивне ставлення може впливати на результати гри.

По-третє, воротар може демонструвати лідерські якості та впливати на мотивацію інших гравців. Він може бути справжнім прикладом праці, наполегливості та відданості командним цілям. Воротар може бути тим, хто підтримує команду у важкі моменти, виступає з мотивуючими промовами та підтримкою під час тренувань та матчів. Він може створювати командний дух та згуртованість, активно спілкуючись з іншими гравцями, збуджуючи їхню мотивацію та віру в свої здатність досягати великих результатів.

Воротар у хокейній команді виступає як парадигматичний приклад для інших гравців, і ця роль має вагому наукову обґрунтованість. Він втілює у собі не

лише фізичну спроможність, але й розумові та психологічні аспекти гри, роблячи його центральною фігурою в хокейному складі[63,66].

Перш за все, воротар демонструє стійкість, що є однією з ключових якостей для гравця цього амплуа. Ця твердість виражається не лише у здатності витримувати сильний тиск від супротивників, але й у незаперечній відданості грі та постійній прагненості до вдосконалення своїх навичок. Це робить воротаря надійною опорою для всієї команди.

Однією з ключових рис воротаря є його працьовитість. Він зобов'язаний вкладати безмежний труд у тренування та підтримання своєї фізичної форми на найвищому рівні. Фізична підготовка воротаря є невід'ємною частиною його успішної гри, оскільки вона дозволяє забезпечити потрібну реакцію та швидкість в реалізації важливих захистів.

Навчання на своїх помилках - це ще одна важлива аспект воротарської роботи. Він повинен бути здатний аналізувати кожен ситуацію, де відбувається пропуск, і винести важливі уроки для покращення своєї гри в майбутньому. Ця здатність до самокритики та постійного вдосконалення робить воротаря справжнім професіоналом.

Таким чином, результати дослідження вказують що лідерські якості воротаря відіграють важливу роль у формуванні психологічного клімату в хокейній команді та мають значний вплив на її успішність. Лідерство в цьому контексті включає такі аспекти, як вплив на мотивацію, комунікацію, формування командного духу, прийняття рішень та встановлення високих стандартів.

Вивчення впливу воротаря на психологічний клімат команди дозволяє зрозуміти, які особливості характеру воротаря допомагають зберігати спокій та підтримувати мотивацію команди, а які можуть завадити цьому. Дослідження показали, що воротарі з підвищеним рівнем самооцінки та впевненості в собі

здатні краще керувати своїми емоціями та підтримувати командний дух. Крім того, воротарі, які демонструють високий рівень комунікативної та лідерської поведінки, здатні краще мотивувати інших гравців та забезпечувати ефективну комунікацію на полі[66,67].

Від погляду на воротаря також залежить психологічний клімат в команді. Якщо воротар демонструє низький рівень емоційної стійкості та здатності до саморегуляції, це може створювати додатковий тиск та негативний емоційний фон в команді.

Крім того, важливо враховувати індивідуальні особливості воротаря під час формування психологічного клімату в команді. Наприклад, дослідження показали, що воротарі зі зниженим рівнем самооцінки можуть бути менш впевненими в своїх здібностях та боятися ризикувати, що може негативно впливати на результативність команди. Таким гравцям потрібна додаткова підтримка та підвищена увага з боку тренера та інших гравців команди.

Окрім внутрішніх особливостей воротаря, також важливо враховувати його відносини з іншими гравцями команди. Взаємини між воротарем та іншими гравцями можуть впливати на комунікацію на льоду та підтримку психологічного клімату в команді.

Підтримка позитивного психологічного клімату в команді є важливою для успіху воротаря. Воротар може допомагати створювати атмосферу взаєморозуміння, підтримки та довіри, сприяючи позитивним взаємодіям з іншими гравцями та тренерами. Він може бути прикладом професіоналізму, емоційної стійкості та оптимізму для інших членів команди[20,32,66].

Психологічний стан воротаря може впливати на його здатність приймати рішення в екстремальних ситуаціях під час гри. Позиція воротаря в хокеї вимагає від гравця швидкого і точного аналізу ситуації, прийняття рішень та реакції на них у межах декількох секунд. Психологічні аспекти, такі як концентрація,

самоконтроль, впевненість та стресостійкість, можуть впливати на здатність воротаря надійно захищати свої ворота.

Лідерські якості воротаря сприяють формуванню позитивного психологічного клімату та підвищують успішність команди:[19,30]

1. Воротар як лідер може впливати на мотивацію гравців. Він може виступати в ролі інспіратора, надихаючи своїми вчинками та словами інших членів команди. Воротар, як досвідчений гравець, може показувати приклад високої мотивації, наполегливості та відданості спорту. Його працездатність та вміння подолати труднощі можуть стимулювати інших гравців до досягнення власних цілей та покращення результатів.

2. Воротар може мати великий вплив на комунікацію всередині команди. Він знаходиться на передовій під час гри і має можливість підтримувати постійний зв'язок з іншими гравцями. Воротар може надавати важливі вказівки, спрямовувати гравців на полі, виражати підтримку та підбадьорювання. Ефективна комунікація від воротаря може покращити координацію дій команди, допомогти уникнути помилок та забезпечити більш ефективну співпрацю між гравцями.

3. Лідерські якості воротаря можуть сприяти формуванню командного духу та єднання команди. Він може виконувати роль каталізатора, об'єднуючи гравців навколо спільних цілей та цінностей. Воротар, завдяки своїй стратегічній позиції на полі, може бачити загальну картину гри та сприяти координації дій команди. Він може створювати атмосферу відповідальності, довіри та підтримки. Його вміння мобілізувати гравців та створювати позитивний командний клімат допомагають зберегти впевненість і довіру між гравцями, що є важливим фактором для досягнення успіху[4].

4. Воротар, як лідер, відповідає за прийняття рішень в стресових ситуаціях. У хокеї немає часу на довгі роздуми, і воротар повинен швидко та раціонально

оцінювати ситуацію на полі та приймати відповідні рішення. Він повинен бути впевненим і вміти взяти на себе відповідальність за результати. Воротар, якщо володіє лідерськими якостями, може впливати на рішення і дії інших гравців, спрямовуючи їх на досягнення спільних цілей та стратегій[3,6].

5. Воротар може встановлювати високі стандарти якості та вимог до себе та інших гравців. Його вимогливість та працездатність можуть впливати на підвищення рівня тренувань та гри команди загалом. Воротар, зосереджений на досягненні виняткових результатів, може надихати інших гравців на постійне самовдосконалення та пошук нових можливостей для розвитку.

Основні елементи, які сприяють розвитку лідерських якостей воротаря в контексті командного спорту:[19,30]

По-перше, фізичне тренування є важливим компонентом для розвитку лідерських якостей воротаря. Воротар повинен мати високий рівень фізичної підготовки, щоб бути ефективним на полі та виконувати свої обов'язки з високою якістю. Тренування включає розвиток таких фізичних якостей, як швидкість, гнучкість, реакція та витривалість. Професійні тренери можуть розробити індивідуальну програму тренувань, яка враховує потреби та можливості кожного воротаря.

По-друге, технічне тренування є також важливим аспектом розвитку лідерських якостей воротаря. Воротар повинен володіти високим рівнем технічних навичок, таких як захоплення, відштовхування, позиціонування та встановлення стратегічних прийомів. Технічне тренування повинно включати регулярну практику основних технік, аналіз власних помилок та покращення в умовах реальних ситуацій гри. Комунікація з тренерами та менторами може допомогти воротарю отримати фідбек, підказки та вказівки для поліпшення технічних навичок[53,66].

По-третє, розвиток лідерських якостей воротаря потребує психологічної підготовки та тренування. Воратар повинен мати високий рівень самовпевненості, управління емоціями, стресостійкості та концентрації. Психологічні тренування можуть включати роботу з психологами, використання медитаційних технік, візуалізацію та інші методи для підвищення психологічної стійкості та покращення фокусу. Також важливою частиною розвитку лідерських якостей воротаря є менторство і спілкування з досвідченими гравцями та тренерами. Ментори можуть поділитися своїм досвідом, порадами та стратегіями, які допоможуть воротарю розвивати свої навички та керувати командою на полі. Взаємодія з менторами може відбуватися на тренуваннях, під час гри або в позахокейний час, де воротар може отримати цінні вказівки та поради.

Крім того, участь у командних спортивних змаганнях сприяє розвитку лідерських якостей воротаря. Воратар повинен бути здатним вести команду на льоду, координувати дії гравців, надавати їм направлення та мотивацію. Командні спортивні змагання надають воротарю можливість практикувати свої лідерські навички в реальних умовах, спілкуватися зі своїми партнерами по команді та вирішувати стратегічні завдання під час гри.

Взаємодія воротаря-лідера з тренерським штабом та іншими гравцями є невід'ємною складовою успіху команди в хокеї. Ця взаємодія сприяє досягненню спільних цілей та покращенню ефективності командного гри. Воратар-лідер, як ключова постать в команді, має великий вплив на настрій, мотивацію та тактичне планування всієї команди[30,51].

Воратар-лідер виступає як комунікатор між тренерським штабом та гравцями. Він знаходиться на полі, має широкий огляд ситуації та може передавати важливі інструкції та тактичні розстановки від тренерів до інших

гравців. Це допомагає впроваджувати стратегію команди та координувати дії гравців на льоду для досягнення спільної мети - перемоги в матчі.

Також воротар-лідер впливає на підвищення мотивації та дисципліни в команді. Його професійні навички, впевненість та взірцеве виконання завдань можуть надихати інших гравців до кращих результатів. Воратар-лідер може бути прикладом наполегливості, відданості та працездатності для своїх товаришів по команді. Він також може бути ментором для молодших гравців, допомагати їм розвиватися[4].

Воратар-лідер активно співпрацює з іншими гравцями, сприяючи тактичній взаємодії та взаєморозумінню на полі. Він може надавати корисні поради щодо розташування гравців, організації оборони та нападу, а також допомагати в розрахунках кутових та стандартних ситуацій. Воратар-лідер має великий досвід та знання гри, тому його думка і підказки є цінними для успішної командної стратегії.

Роль воротаря в хокеї виходить далеко за межі його фізичних навичок та технічної майстерності. Особливо в моменти напруження та важливих матчів, воротар має великий вплив на психологічний клімат команди. Його здатність до емоційного контролю, мотивації та лідерства є вирішальними факторами для досягнення успіху команди [19,32].

В свою чергу воротар виступає як емоційний стабілізатор команди. У напружених ситуаціях та важливих матчах, коли гравці можуть бути під впливом стресу та нервовості, воротар має показувати контроль над своїми емоціями. Його спокій та впевненість передаються іншим гравцям та допомагають зберегти рівновагу в команді. Воратар може використовувати свою позицію як "останнього захисника" для надання підтримки та впливу на інших гравців, розслабляючи їх і зосереджуючи на грі.

Воротар має великий вплив на мотивацію та дух боротьби команди. Важливі матчі часто супроводжуються великим тиском та очікуваннями. Воротар може використовувати свій голос та енергію, щоб підтримувати дух команди в таких ситуаціях. Він може бути джерелом постійної підтримки, підбадьорювання та віри в перемогу, навіть у найскладніших моментах. Здатність воротаря мотивувати та підтримувати інших гравців може стимулювати їх до максимальних зусиль та покращення результатів[4,50].

Авторитет воротаря, його досвід та професіоналізм надають йому можливість бути прикладом для інших гравців. Воротар може використовувати свої лідерські якості, щоб організувати гравців, надавати вказівки та допомогу з розстановкою на льоду. Він може впливати на комунікацію та взаємодію всієї команди, сприяючи гармонійному функціонуванню та спільним діям. Це допомагає зберегти єдність та впевненість команди в моменти напруження.

Лідерські якості воротаря відображаються через декілька конкретних елементів, які виявляються у його грі та внутрішньому підході до ролі в команді [51,52].

Зазначені елементи включають технічні навички, розуміння гри, комунікативність, психологічну міцність та здатність до лідерства:

1. Технічні навички є основою успішної гри воротаря. Це включає здатність правильно виконувати удари ногами, ловити м'ячі, відхиляти їх та здійснювати рефлексивні реакції на небезпечні ситуації. Лідерський воротар демонструє високий рівень вмінь у кожному аспекті своєї гри, що забезпечує довіру та впевненість у його здібностях у всій команді.

2. Розуміння гри є ключовим елементом для воротаря. Він повинен мати чітке уявлення про тактику своєї команди, розуміти рухи суперників та передбачати потенційні загрози. Лідерський воротар не тільки ефективно реагує

на ситуації, але й активно співпрацює зі своїми захисниками, даючи їм вказівки та розподіляючи гравців на полі.

4. Комунікативність є важливим аспектом лідерської гри воротаря. Він повинен бути постійно в контакті зі своєю командою, надавати інструкції, сповіщати про небезпеку та координувати захисні дії. Ефективна комунікація допомагає підтримувати організованість та згуртованість команди, а також довіру до воротаря як лідера.

5. Психологічна міцність є важливим аспектом успіху воротаря. Він повинен бути здатним зберегти спокій та концентрацію під час напружених ситуацій, таких як буліти або небезпечні атаки суперників. Лідерський воротар володіє емоційною стабільністю, що дозволяє йому приймати розсудливі рішення та виконувати свої обов'язки без зайвого стресу.

Нарешті, здатність до лідерства є важливим елементом лідерських якостей воротаря. Воратар-лідер виступає в ролі організатора та мотиватора своєї команди. Він виявляє ініціативу, приймає відповідальність за результати гри та надихає своїх товаришів на полі. Воратар-лідер також не боїться взяти на себе важкі рішення та виступати в якості посередника між тренером та гравцями.

Психологічна підготовка воротаря є незаперечно важливим аспектом його успіху на хокейному майданчику. Воратарі зазнають значних психологічних викликів, таких як стрес, тиск гри та відповідальність за захист воріт своєї команди. Однак, існує кілька ключових аспектів психологічної підготовки, які можуть допомогти воротареві керувати стресом та підтримувати позитивний психологічний клімат в команді [47,50,66].

По-перше, важливою складовою успішної психологічної підготовки воротаря є розвиток ментальної міцності. Це означає, що воротар повинен мати здатність ефективно реагувати на стресові ситуації та швидко відновлювати позитивний настрій після помилок чи невдалих дій. Воратар може

використовувати такі прийоми, як глибоке дихання, візуалізація успіху та позитивних результатів, а також встановлення конкретних метафор чи афірмацій, щоб зміцнити свою впевненість та зосередженість.

По-друге, важливою складовою психологічної підготовки воротаря є розуміння та управління емоціями. Воротареві потрібно вміти розпізнавати свої емоції під час гри та ефективно керувати ними. Він може навчитися технікам регулювання емоцій, таким як позитивне мислення, переформулювання негативних думок та використання релаксаційних стратегій для заспокоєння нервової системи.

По-третє, воротар повинен бути здатним ефективно спілкуватися зі своїми товаришами по команді та тренерами. Відкрита та конструктивна комунікація сприяє підтримці позитивного психологічного клімату в команді. Воротар може брати активну участь у комунікації, надавати підтримку та похвалу товаришам по команді, а також висловлювати свої потреби та очікування від інших гравців.

Крім того, важливою частиною психологічної підготовки воротаря є розвиток концентрації та уваги. Воротар повинен зосереджуватися на грі, уникаючи розсіювання та зберігати високий рівень уваги протягом всієї гри. Воротар може використовувати техніки, такі як фокусування на диханні, встановлення конкретних точок фокусу на полі або використання ритуалів перед кожним ударом, щоб підтримувати свою концентрацію та увагу [32,63].

Також цього, підтримка позитивного психологічного клімату в команді також є важливою для успіху воротаря. Воротар може допомагати створювати атмосферу взаєморозуміння, підтримки та довіри, сприяючи позитивним взаємодіям з іншими гравцями та тренерами. Він може бути прикладом професіоналізму, емоційної стійкості та оптимізму для інших членів команди.

Отже, вивчення впливу воротаря на психологічний клімат в хокейній команді є важливою складовою для формування ефективної та згуртованої

команди. Врахування індивідуальних особливостей воротаря та його взаємин з іншими гравцями команди допомагає створити оптимальний психологічний клімат та забезпечити успішні результати для команди в цілому.

Висновок до розділу 1.

1. Встановлено, що соціальний та психологічний клімат в спортивних колективах впливає на виконання гравцем своїх завдань. Детально розглянута готовність воротаря, включаючи технічну та психологічну підготовку, що є важливими факторами для досягнення успіху на хокейному майданчику.
2. Аналіз свідчить, що психологічні аспекти грають особливу роль в хокейній діяльності воротаря. Застосування позитивного мислення, візуалізації та підтримка впевненості гравцем є важливими стратегіями для підтримки емоційного стану. Вказано на основні функції і завдання воротаря як останнього захисника. Також обговорено його роль у порятунку команди від забитих шайб та велику відповідальність, яка покладається на нього.
3. Окрему увагу було приділено лідерським якостям воротаря, зокрема прикладу відповідальності та впевненості. Виявлено, що воротар є духовним лідером команди та володіє впливом на хід гри.

Таким чином теоретичний аналіз свідчить що лідерські якості воротаря можуть суттєво впливати на формування психологічного клімату в команді, що потребує подальшого експериментального дослідження

Загалом, у розділі 1 досліджуються різні аспекти соціально-психологічної ролі воротаря в хокеї. Вивчення цих аспектів допомагає краще розуміти і підвищувати ефективність виступів воротарів, а також визначити основні фактори успіху в цьому амплуа.

РОЗДІЛ 2. МЕТОДИ ТА ОРГАНІЗАЦІЯ ДОСЛІДЖЕННЯ.

2.1. Методи дослідження

З метою проведення дослідження в роботі були використані такі методи:

1. Теоретичний аналіз та узагальнення даних науково – методичної, спеціальної літератури та інтернет ресурсів з проблеми дослідження.
2. Педагогічне спостереження під час тренувальних занять та ігрової діяльності.
3. Метод опитування, що включає анкетування та розмови з тренерами, фахівцями та гравцями.
4. Методи психодіагностики для оцінки психологічного клімату в команді.
5. Методи математичної статистики.

Теоретичний аналіз науково-методичної, спеціальної літератури та інтернет ресурсів допоміг визначити рівень наукових знань в сфері досліджуваного питання та дозволив вивчити питання, що стосуються впливу воротаря на психологічний клімат к хокейній команді. Були прийняті до уваги дані результатів наукових досліджень та загальні відомості з дисциплін, що мають безпосереднє відношення до досліджуваного питання (психології, педагогіки, фізіології, тощо).

Теоретичний аналіз і узагальнення даних спеціальної літератури, які використані в магістерській роботі, дозволили визначити й сформулювати мету й завдання, що вимагають експериментальної перевірки при написанні першого розділу роботи, конкретизувати методи досліджень. Дані спеціальної літератури використовувалися також при аналізі, обговоренні, інтерпретації й узагальненні

результатів власного дослідження, формулюванні висновків і формування, на цій підставі, комплексу практичних рекомендацій.

Педагогічне спостереження проводилось в процесі в природних умовах тренувальної та змагальної діяльності хокеїстів хокейного клубу «Кременчук» з метою отримання експертних оцінок психологічного клімату в команді, виявлення лідерських якостей гравців.

Схема стандартизованого інтерв'ю з тренерами та спортсменами:

1. Ваше ставлення до вивчення проблеми психологічного клімату спортивної команди.

2. Який вплив, на вашу думку, надає психологічний клімат команди на змагальну успішність її учасників?

3. Щоб Ви могли поради́ти спортивним вченим у справі вивчення психологічного клімату команд?

4. Як Ви вважаєте, який вплив на психологічний клімат в команді має воротар?

5. Чи може воротар бути лідером команди?

Методи психодіагностики та тестування проводилось проводились з метою вивчення психологічного клімату, визначення соціально-психологічної атмосфери та рівня згуртованості в спортивному колективі.

Для цього були використані такі методи:

Тест «Я Лідер» (2005 р.) дозволяє виявити лідерські якості та рівень комунікативних навичок спортсменів [87].

Тестування на виявлення лідерських якостей в хокейній команді є складним процесом, що вимагає всебічного аналізу та індивідуального підходу.

Лідерство в спорті не обмежується лише здатністю вести за собою команду, але також включає в себе вміння мотивувати інших, управляти стресом, розв'язувати конфлікти, та демонструвати відмінні комунікативні навички.

Тест на виявлення лідерських якостей включає психологічні опитування, аналіз поведінки гравця в критичних ситуаціях, а також відгуки від тренерів та інших гравців. Важливо враховувати не лише індивідуальні якості гравця, але й його здатність працювати в команді та вплив на загальну динаміку групи.

Аналіз цих даних допомагає тренерам і менеджменту команди ідентифікувати потенційних лідерів, які можуть взяти на себе роль капітана або асистента капітана, відіграючи ключову роль у розвитку командної гри та досягненні успіху в змаганнях.

Необхідно відповісти на 15 запитань: з трьох запропонованих варіантів відповіді на кожне питання вибрати тільки один.

Висновки тесту – це результат застосування певної методики для оцінки стану особистості на момент тестування. Тобто результат - не догма, а оцінка на даний момент часу. Крім того, слід пам'ятати, що лідерські здібності можна розвинути, працюючи над собою.

«Соціометрія» Дж. Морено (1958 р.). Самим популярним і широко поширеним методом дослідження взаємовідносин у спортивних командах є метод соціометрії. Його популярність, мабуть, пояснюється не тільки простотою, доступністю проведення, а й надійністю отриманих даних[59].

Соціометрія є ефективним методом дослідження соціальних груп: вимірювання міжособистісних стосунків (як офіційних, так і неофіційних) в групі, її структури, динаміки. Крім цього, соціометрія також є методом вивчення особистості як елемента групи. Як вважав Дж. Морено, сукупність міжособистісних стосунків в групі складає ту первинну соціально-психологічну структуру, характеристики якої суттєво визначають не лише цілісні характеристики групи, але й душевний стан кожного члена групи. За допомогою соціометрії можна вивчати типологію соціальної поведінки людей в умовах

групової діяльності, можна робити висновки про соціально-психологічну сумісність членів конкретних груп, психологічну атмосферу всередині групи.

Соціометричне тестування в контексті хокейної команди є важливим інструментом, що дозволяє аналізувати та розуміти внутрішні соціальні структури та динаміку взаємовідносин між гравцями. Ця методика базується на концепціях соціометрії і спрямована на вимірювання привабливості та відносин між членами групи. У контексті хокейної команди соціометричне тестування може виявити ключові відносини, що впливають на командну гру та взаємодію.

Після проведення соціометричного дослідження буде розраховано індекс групової згуртованості за формулою:

$$KB = \frac{R_1}{R}$$

де R - загальна кількість позитивних виборів

R₁ - кількість взаємних позитивних виборів.

Методика «Визначення психологічного клімату в колективі» (Л.В.Спориш) дозволяє оцінити загальну атмосферу, клімат, ступінь співпраці та взаємодії між спортсменами [86]. Визначення психологічного клімату в хокейній команді є важливим засобом для оцінки загального емоційного та психологічного стану серед гравців, а також для ідентифікації факторів, які можуть впливати на їх продуктивність та взаємодію. Цей тест забезпечує глибоке розуміння динаміки команди та допомагає в розробці стратегій для покращення командної роботи та зменшення конфліктів. Тест оцінює не лише індивідуальні переживання кожного гравця, але й загальну атмосферу в команді. Він включає аналіз таких аспектів, як взаємна підтримка, довіра, комунікація, конкуренція та конфлікт в команді.

Гравці заповнюють анкети анонімно, щоб забезпечити відвертість та чесність у відповідях.

На основі результатів тестування можуть бути розроблені стратегії для поліпшення комунікації, вирішення конфліктів та підвищення загального морального духу в команді. Повторне тестування дозволяє слідкувати за ефективністю впроваджених змін.

Дослідження проводились з використанням кількісного підходу, що дозволяє отримати об'єктивні дані та провести статистичний аналіз результатів.

Методи математичної статистики передбачали стандартну обробку та інтерпретацію отриманих результатів у ході експериментального дослідження.

Одним із використовуваних методів є метод описової статистики для первинного для первинного аналізу даних. Головним статистичним показником при обробці анкет була середня величина, що відображає об'єктивні властивості досліджуваних явищ і дозволяє розрахувати середні показники [16].

2.2. Організація дослідження

Дослідження для вивчення поставлених завдань в роботі проводились в 3 етапи. На першому етапі (жовтень 2022 - лютий 2023) була визначена тема, мета, завдання роботи, а також проаналізовані теоретичний аналіз науково-методичної, спеціальної літератури та інтернет ресурсів.

На другому етапі дослідження (березень 2023 - вересень 2023) ми провели тестування і зробили висновки про психологічний клімат в команді, психологічні профілі хокеїстів, виявлення лідерських якостей у гравців, вплив самооцінки на гру хокеїстів, особливо воротаря. Було проаналізовано психологічні особливості спортсменів, їх міжособистісні стосунки та статус гравців, а також наявний психологічний клімат в команді.

На третьому етапі (вересень 2023 - листопад 2023) було проаналізовано вплив воротаря на психологічний клімат к команді. Також проаналізовано вплив лідерських якостей воротаря на психологічний клімат в команді.

Проведено аналітичний огляд та інтерпретацію отриманих результатів з метою формулювання заключень, висновків та розробки практичних рекомендацій для формування моделі воротаря-лідера.

В дослідженні взяли участь кваліфіковані спортсмени - гравці хокейного клубу «Кременчук» м. Кременчук (1 спортивний розряд – МС України). Стаж занять хокеєм з шайбою в середньому 10 років.

В процесі дослідження були зібрані дані гравців ХК “Кременчук” шляхом їх включення у процедуру тестування та заповнення анкети. Дані були анонімізовані та оброблені з використанням відповідних статистичних методів.

Отримані результати дослідження були проаналізовані та узагальнені для отримання висновків щодо психологічного клімату в команді ХК Кременчук. Висновки та рекомендації були представлені команді для подальшого використання у розвитку колективу та підвищення його ефективності.

РОЗДІЛ 3. ДОСЛІДЖЕННЯ ВПЛИВУ ЛІДЕРСЬКИХ ЯКОСТЕЙ ВОРОТАРЯ НА ФОРМУВАННЯ ПСИХОЛОГІЧНОГО КЛІМАТУ В ХОКЕЙНІЙ КОМАНДІ

3.1. Оцінка особливостей психологічного клімату в хокейній команді.

Для аналізу психологічного клімату серед гравців команди було проведено дослідження спрямоване на оцінку психологічного клімату в колективі. В ході дослідження було отримано результати приведені на Рис. 1.

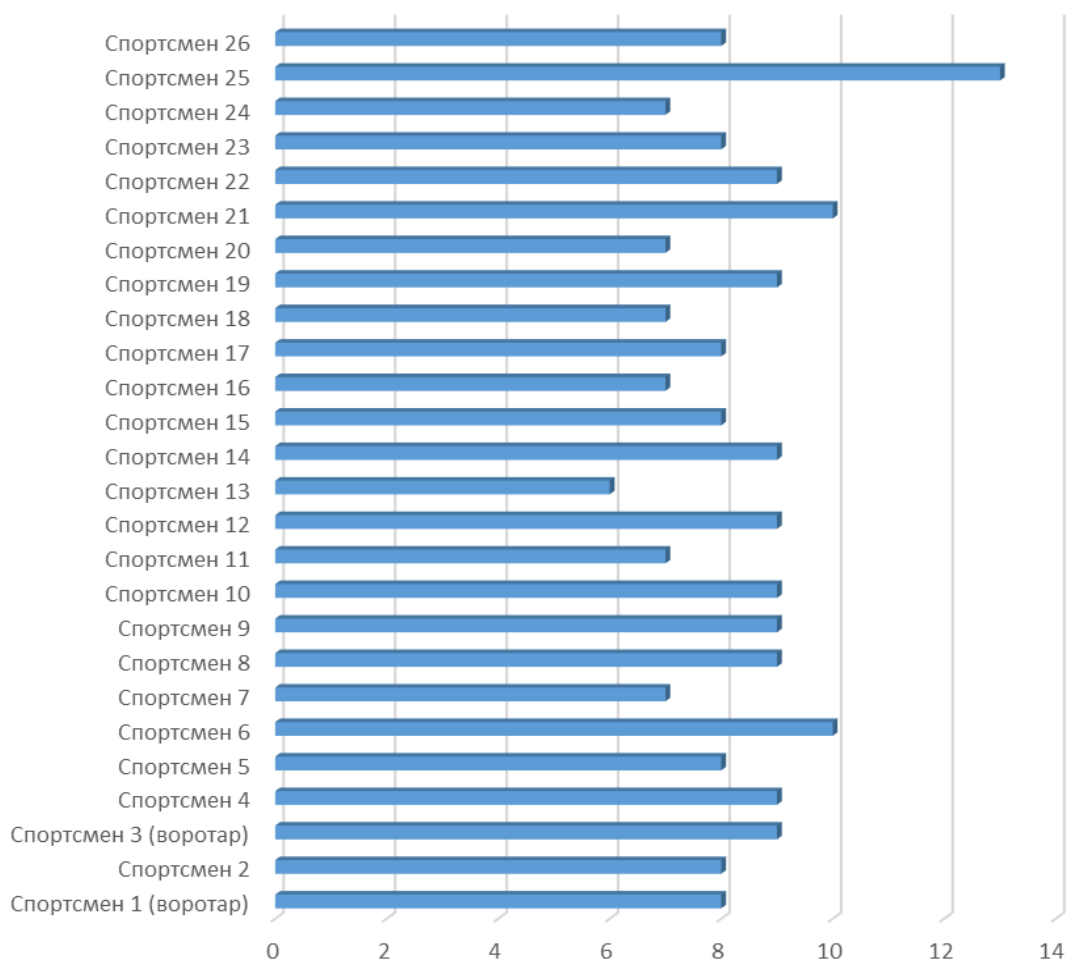


Рис. 1. Оцінка особливостей психологічного клімату в хокейній команді.

Наведені дані відображають оцінки психологічного клімату в колективі кожного спортсмена, згідно з їхніми відповідями на тест. Загальна кількість балів для кожного спортсмена відображає їхнє загальне ставлення до тренувань, спілкування в команді, адміністрації та загального клімату в команді.

Враховуючи отримані результати відповідей спортсменів на запитання щодо їхнього ставлення до тренувань, спілкування в команді, адміністрації та бажання переходити в інший колектив, можна зробити наступні висновки:

- більшість спортсменів (що складає 88,5%) позитивно оцінюють психологічний клімат у колективі та ставлення до них адміністрації, що може сприяти їхній мотивації та успішним спортивним результатам;

- невелика група спортсменів (що складає 11,5%) вказали на деякі недоліки у психологічному кліматі, які можуть впливати на їхню мотивацію та результати.

Виходячи з результатів дослідження можна зробити заключення, що в ХК «Кременчук» доброзичлива та позитивна атмосфера, яка сприяє гарній комунікації в команді.

3.2. Визначення прояву лідерських якостей у спортсменів в хокейній команді.

Для виявлення лідерських якостей у спортсменів було проведено дослідження з використанням методики «Я Лідер». Результати дослідження було оброблено, проаналізовано та відображено на графіку (Рис.2).

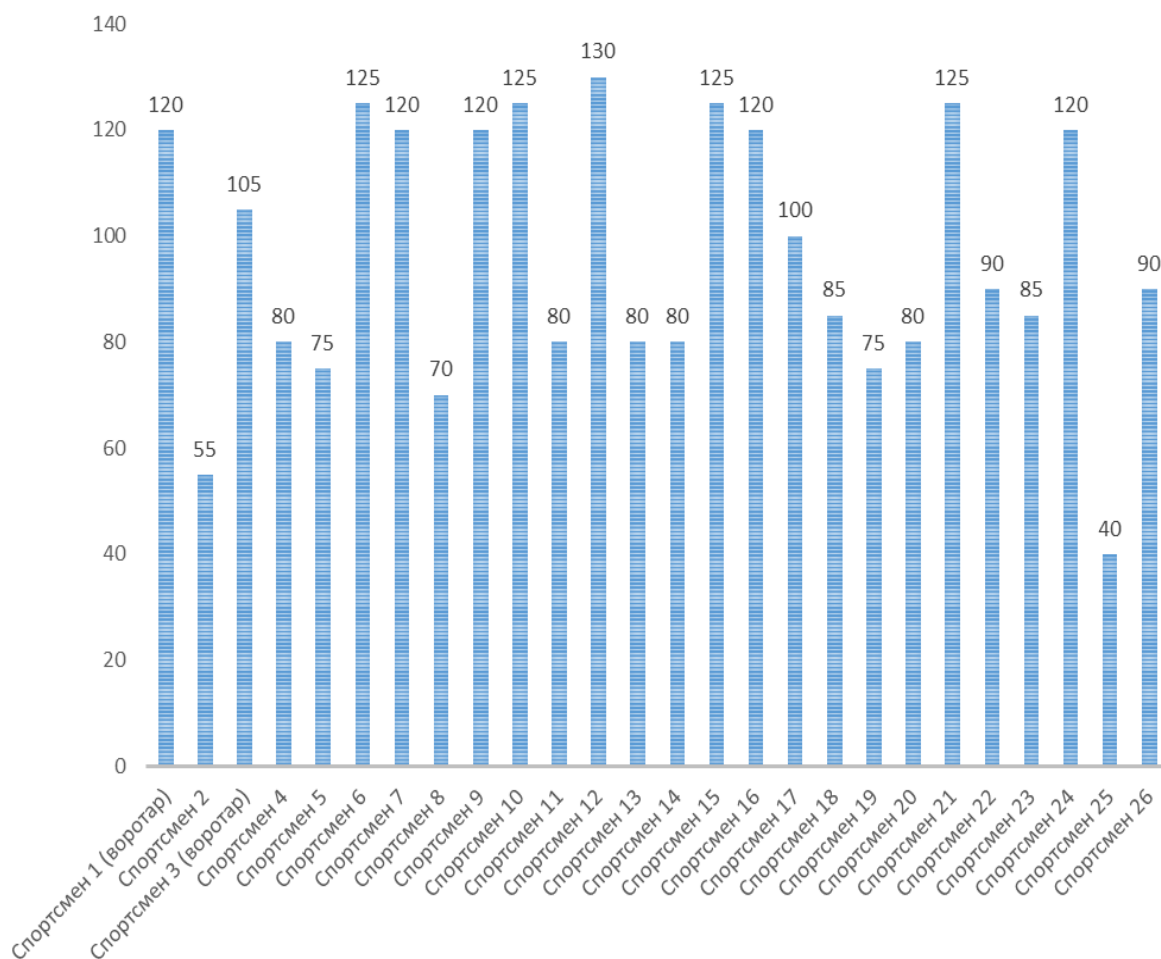


Рис. 2. Визначення прояву лідерських якостей у спортсменів в хокейній команді.

Аналіз результатів отриманих в ході дослідження свідчить, що ті спортсмени які отримали вищі бали мають більш виражені лідерські якості. В той же час, отримані дані відображають, що окремі спортсмени в команді є аутсайдерами серед учасників проведеного дослідження.

Згідно з результатами аналізу у 10 спортсменів високі бали. Це свідчить про виразні лідерські якості у цих спортсменів та схильність до впливу на інших. З відповідей видно, що спортсмени відчувають впевненість у собі та готові брати на себе відповідальність та контроль над ситуаціями. Також в них є здатність керувати іншими.

Слід зауважити, що лідерські якості є у капітана команди та воротаря.

Результати 14 спортсменів становлять середні бали (від 50 до 99). Це свідчить про виразний пасивний стиль з деякими лідерськими амбіціями та невизначеністю у відношенні до лідерства.

Дані свідчать, що спортсмени мають деякі лідерські амбіції, але в той же час виявляють пасивний стиль в багатьох аспектах. Спортсмени вірять в лідерство, але не завжди готові брати на себе відповідальність та контроль над ситуаціями. Відповіді також показують деяку невизначеність у відношенні до лідерства та покорливості.

Один спортсмен набрав низькі бали (до 45 балів). Це свідчить про виражену нейтральність і пасивний стиль, з вираженими елементами невизначеності у відношенні до лідерства.

Відповіді свідчать про те, що спортсмен більше у нейтральні у відношенні до лідерства і відповідальності. Спортсмен не має виражених лідерських амбіцій і уникати взяття на себе відповідальності за інших.

3.3. Дослідження міжособистісних взаємовідносин та статусу спортсменів в команді.

Відомо що взаємовідносини між спортсменами формуються з урахуванням статусу, який має кожен член групи або команди. Для виявлення лідерів команди було проведено методичку «Соціометрія» з виявлення статусу гравців в команді, допомагає визначити, як гравці сприймають ролі одне одного в команді, що може вплинути на тактику та стратегію гри.

Соціометричний аналіз дає можливість виявити неформальних лідерів, а також ізольованих гравців, які потребують додаткової уваги для інтеграції в команду.

Проаналізувавши отримані дані гравців було складено Соціоматрицю хокейної команди, в якій відображено міжособистісні зв'язки та статус спортсменів в команді (Табл. 1).

хто вибирає	кого вибирають																
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17
1		+			-						+					+	
2	+			+			+				-						
3	-	+					+								+		-
4		+					+	+									
5						+				+					+		
6	+							+									+
7 (воротар)		+		+											+		
8		+			-		+			+							
9	+						+								+		
10								+			+		+				
11	+		+							+							
12		-											+	+			+
13								+		+		+					
14	+				+			+									
15			+				+										-
16	+							+							+		
17		+										+			+		
Кількість отриманих виборів+	6	6	2	2	1	1	6	2	3	4	3	2	2	4	3	1	3
-	1	1	0	0	2	0	0	0	0	0	1	0	0	0	1	1	1
Кількість взаємних виборів+	3	3	1	2	1	0	3	1	1	3	2	2	2	2	3	1	2
-	1	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0

Табл. 1. Показники міжособистісних взаємовідносин та статусу спортсменів в команді.

За результатами соціоматриці розраховано індекс групової згуртованості

$$KB = \frac{R_1}{R} = 0,63$$

Отриманий в результаті дослідження індекс групової згуртованості 0,63 свідчить про те, що в хокейній команді середній рівень групової згуртованості. Такий показник дає можливість зробити висновок, що воротар є одним із трьох лідерів команди (Рис. 3).

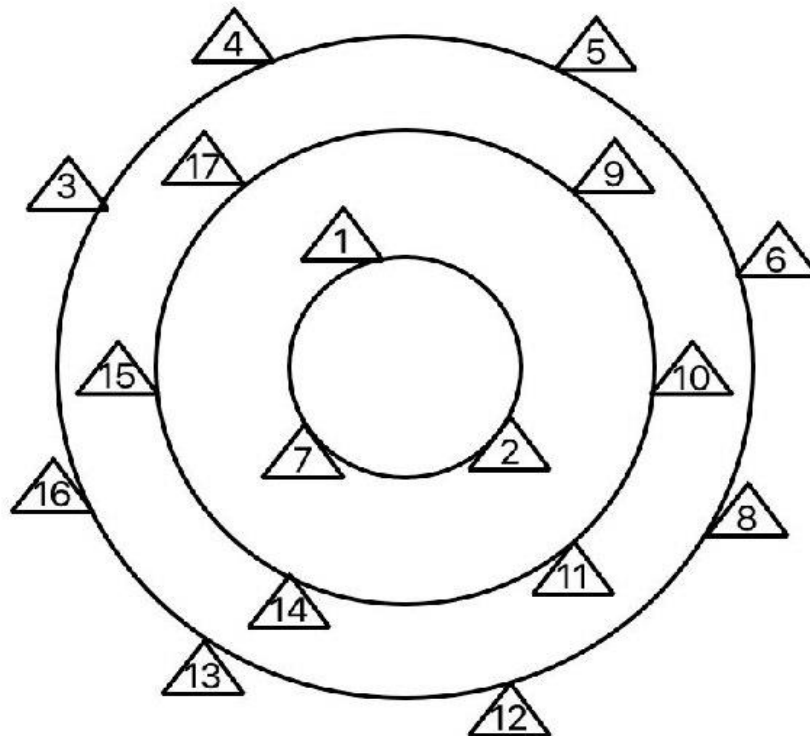


Рис. 3. Соціограма хокейної команди з визначенням лідерів в команді.

Подальші дослідження були спрямовані на виявлення лідерів команди. Було проведено дослідження щодо складання рейтингу гравців на думку спортсменів команди. Отримані дані наведені на рисунку 4.

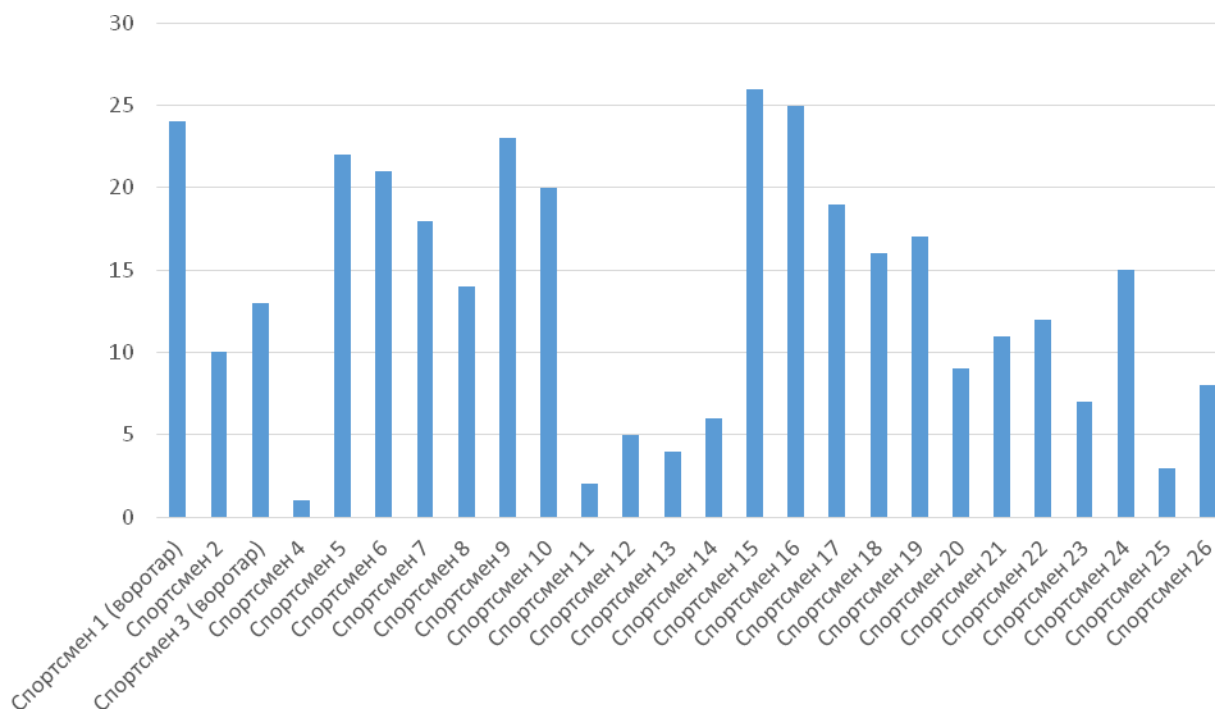


Рис. 4. Показники рейтингу гравців хокейної команди.

В результаті проведеного опитування гравців також було виявлено, що воротар знаходиться в трійці лідерів команди та має авторитет в команді.

Воротар як лідер команди може надавати важливі вказівки, спрямовувати гравців на полі, виражати підтримку та підбадьорювання. Для підтвердження цього факту було проведено опитування гравців щодо довіри воротарю під час гри, отримані результати відображені на рисунку 5.

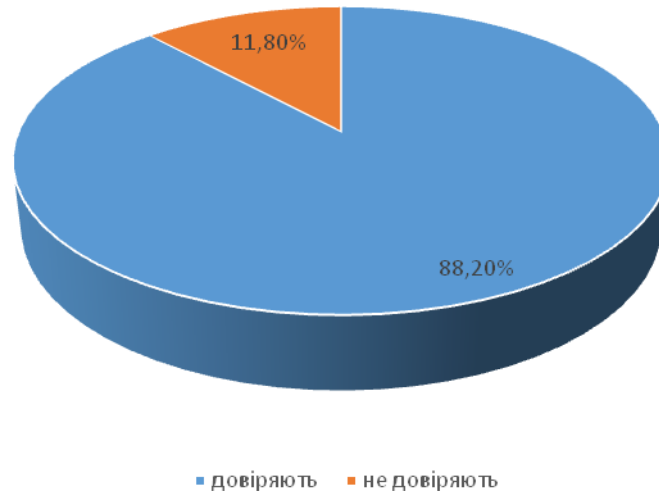


Рис. 5. Показники рівня ступеню довіри воротарю під час гри.

За результатами опитування гравців команди можна зазначити, що 88,2% прислухаються до вказівок воротаря під час гри. Це говорить про те, що гравці високо оцінюють професійні якості воротаря та довіряють йому в процесі гри.

Таким чином аналіз соціометричного дослідження спрямованого на визначення міжособистісних взаємовідносин та статусу спортсменів в команді дозволяє зробити висновок, що в команді середній рівень згуртованості, а також воротар є одним із лідерів команди та його думка, професійні поради важливі, як вважають гравці команди.

3.4. Розробка та обґрунтування психологічної модельної характеристики воротаря як лідера.

При розробці психологічної модельної характеристики воротаря як лідера ми виходили з того що лідерство воротаря в хокеї - це складний і важливий аспект командної взаємодії між гравцями. Воратар є невід'ємною частиною

команди і, водночас, має важливу роль у веденні інших гравців до досягнення спільної мети - перемоги в матчі.

Воротарі-лідери відіграють важливу роль у команді і мають певні характеристики, які роблять їх видатними як на полі, так і поза ним. Взаємодія з іншими гравцями та роль у команді є ключовими аспектами, на яких можна зосередитися при визначенні основних характеристик воротарів-лідерів.

Воротар у хокеї відіграє важливу роль у захисті своїх воріт від супротивників. Це амплуа вимагає від гравця великої відповідальності за свої дії та прийняття рішень на льоду. Він повинен бути завжди готовим взяти на себе відповідальність за результати гри, оскільки від його дій часто залежить виграш або поразка команди.

Серед гравців команди було проведено опитування щодо того, які якості найбільш важливі для воротаря лідера команди.

Під час проведення теоретичного аналізу та узагальнення даних науково – методичної, спеціальної літератури та інтернет ресурсів було досліджено, що основними якостями, якими повинен володіти воротар – лідер команди є:

1. Комунікативність
2. Технічні навички
3. Стрессостійкість
4. Здатність до лідерства
5. Працездатність
6. Розуміння гри
7. Психологічна міцність
8. Рівень самооцінки
9. Концентрація уваги
10. Мотивація
11. Впевненість.

В ході дослідження серед гравців команди було проведено опитування, які з вищевказаних якостей на їх думку є найважливішими для воротаря. Отримані дані наведені на рисунку 6.

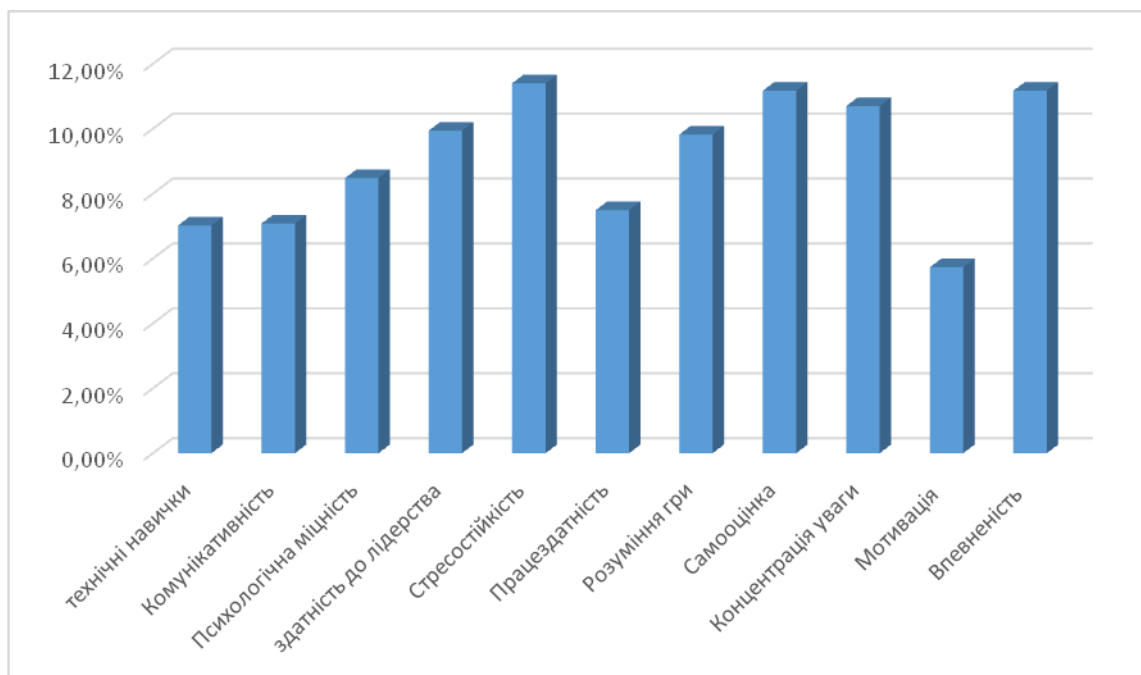


Рис. 6. Особливості прояву професійно-важливих якостей воротаря як лідера команди.

Проаналізувавши отримані результати можна зробити висновок, що головними якостями воротаря-лідера є стресостійкість, висока самооцінка та впевненість.

На основі проведених досліджень було розроблено психограмму (Рис.7), де зазначені головні риси воротаря.

З психограмми видно, що воротар команди відповідає воротарю-лідеру по багатьом критеріям. Однак слід звернути увагу, що воротарю команди необхідно порацювати над такими якостями, як психологічна міцність та мотивація.

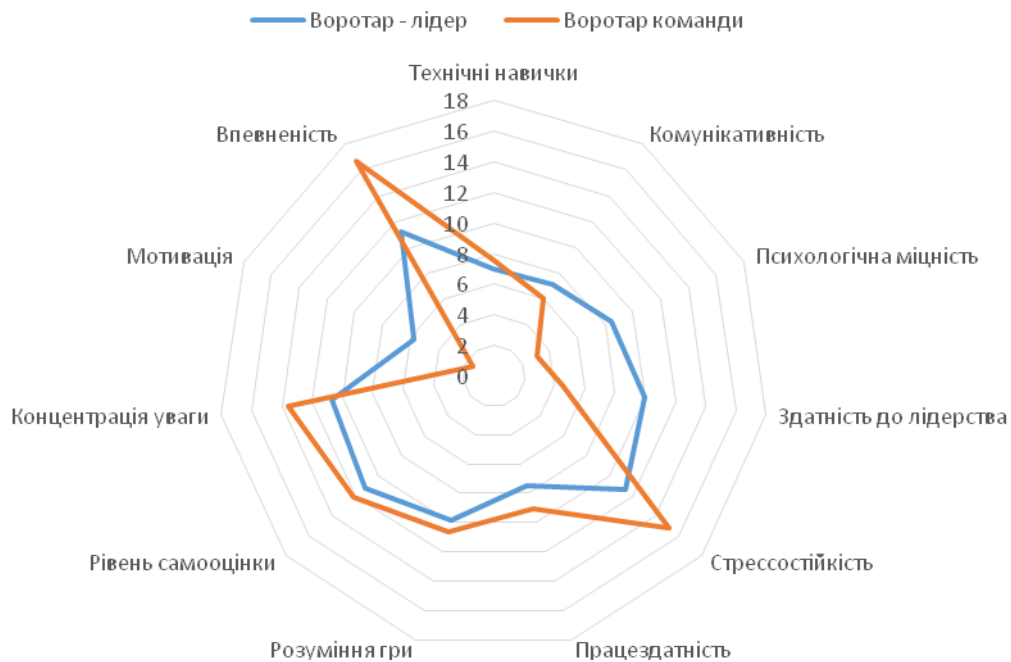


Рис. 7. Психологічна модельна характеристика (психограма) воротаря як лідера.

Аналіз психограми демонструє, що показники профілю воротаря команди корелюють із параметрами, характерними для архетипу воротаря-лідера, за множиною критичних критеріїв. Проте необхідно акцентувати увагу на деяких аспектах, де виявлені суттєві розбіжності. Зокрема, для оптимізації функціональної готовності та збільшення внеску воротаря в загальний успіх команди, важливим є розвиток таких якостей, як психологічна міцність – здатність ефективно протистояти психоемоційним навантаженням, і мотивація – внутрішнє стимулювання до досягнення високих результатів. Рекомендується розробка цілеспрямованої програми психологічного тренінгу та мотиваційного коучингу, що включатиме методи когнітивно-поведінкової терапії та техніки саморегуляції, з метою підвищення стійкості воротаря до стресу та зміцнення його здатності до самомотивації.

Таким чином, роль воротаря у хокейній команді включає в себе не тільки традиційні обов'язки захисту воріт, перетворюючись на втілення відповідальності та впевненості, що важливо для лідерства. Воротар виступає не тільки як останній бастион оборони, але й як моральний центр команди, відіграючи ключову роль у єднанні гравців навколо спільної амбіції — здобуття перемоги.

Включення цього аспекту в науковий аналіз психограми підкреслює комплексний вплив, який воротар може здійснити на загальну динаміку команди. Підвищення психологічної міцності та мотивації стає ще важливішим, враховуючи цю розширену роль. Розвиток цих якостей через цілеспрямовані тренінги та коучинг сприятиме не тільки індивідуальному вдосконаленню воротаря, але й посилить його здатність як лідера впливати на емоційний стан та мотиваційний рівень команди в цілому.

Висновок до 3 розділу.

1. В результаті проведеного дослідження було встановлено, що більшість гравців вважають психологічний клімат в хокейній команді позитивним. Зроблено висновок, що згуртована та позитивна атмосфера в команді сприяє підвищенню морального духу спортсменів, їхній взаємодії та готовності підтримувати одне одного.
2. Проаналізувавши результати психологічного опитування було виявлено гравців команди з вираженими лідерськими якостями. Також було виявлено, що воротар теж має лідерські якості.
3. На основі проведеного соціометричного дослідження було виявлено, що в команді середній рівень групової згуртованості. Також

досліджено, що воротар входить в трійку лідерів команди. До його професійних порад прислухаються більшість гравців команди.

4. Проведено аналіз психологічних якостей, які притаманні воротарю при виконанні своїх основних функцій і завдань. Виявлено які якості воротарю сприяють формуванню позитивного клімату в хокейній команді. Розроблена модель воротаря – лідера команди, який має психологічний вплив на гравців, співпрацює з ними та мотивує їх.

ВИСНОВКИ

1. Аналіз науково-методичної літератури та інтернет джерел дав можливість встановити, психологічний клімат в спортивних колективах впливає на виконання спортсменами різноманітних завдань в процесі підготовки. Детально розглянута готовність воротаря, включаючи технічну та психологічну підготовку, що є важливими факторами для досягнення успіху на хокейному майданчику.
2. Аналіз свідчить, що психологічні аспекти грають особливу роль в процесі діяльності воротаря. Застосування позитивного мислення, візуалізації та підтримка впевненості гравцем є важливими стратегіями для підтримки емоційного стану. Вказано на основні функції і завдання воротаря як останнього захисника. Також обговорено його роль у порятунку команди від забитих шайб та велику відповідальність, яка покладається на нього.
3. В результаті проведених експериментальних досліджень, відображених на Рисунку 1, було встановлено, що більшість гравців, що складає 88,5%, вважають психологічний клімат в хокейній команді позитивним. Тоді як 11,5% гравців вказали на деякі недоліки в психологічному кліматі в команді. Зроблено висновок, що згуртована та позитивна атмосфера в команді сприяє підвищенню морального духу спортсменів, їхній взаємодії та готовності підтримувати одне одного.
4. Проаналізувавши результати психологічного опитування на тему лідерських якостей гравців, відображених на Рисунку 2, було виявлено, що у 10 гравців команди виявлені виразні лідерські якості. Серед цих гравців є капітан та воротар команди. У основної групи гравців (14 спортсменів) середні бали. Це свідчить про виразний пасивний стиль з

деякими лідерськими амбіціями у цих гравців. І лише у одного спортсмена.

5. На основі проведеного соціометричного дослідження була складена соціоматриця та розраховано індекс згуртованості спортивної команди, що дорівнює 0,63. Цей індекс свідчить про те, що в команді середній рівень групової згуртованості. Також було складено соціограму, що відображає трійку лідерів команди в яку входить і воротар команди. В подальшому було проведено дослідження щодо складання рейтингу гравців на думку спортсменів команди з якого видно, що воротар знаходиться в трійці лідерів команди та має авторитет в команді. Також було визначено рівень довіри воротарю під час гри. За результатами опитування виявлено, що 88,2% гравців прислуховуються до вказівок воротаря під час ігрової діяльності. Це говорить про те, що гравці високо оцінюють професійні якості воротаря та довіряють йому в процесі гри.
6. Проведено аналіз психологічних якостей, які притаманні воротарю при виконанні своїх основних функцій і завдань. Виявлено якості воротарю сприяють формуванню позитивного клімату в хокейній команді: комунікативність, технічні навички, стресостійкість, здатність до лідерства, працездатність, розуміння гри, психологічна міцність, рівень самооцінки, концентрація уваги, мотивація та впевненість. В результаті проведеного дослідження розроблена модельна психологічна характеристика - психограма воротаря – лідера команди, який має суттєвий вплив на гравців, співпрацює з ними та мотивує спортсменів в команді.

Таким чином проведене дослідження підтвердило важливість формування психологічного клімату і вплив на нього воротаря для подальшої успішної взаємодії спортсменів в команді. Результати дослідження дозволили

сформулювати практичні рекомендації для тренерів, менеджерів та спортсменів, які працюють у спортивних командах для сприяння формування психологічного клімату та покращенню співпраці, досягненню високих результатів.

ПРАКТИЧНІ РЕКОМЕНДАЦІЇ

На основі проведених досліджень з психологічного клімату в хокейній команді і ролі воротаря як лідера, пропонуються наступні практичні рекомендації для покращення психологічного клімату в команді:

1. Розвиток комунікації і взаємодії: Забезпечення воротаря можливістю активно спілкуватися з іншими гравцями під час тренувань та ігор для підтримки спільного розуміння цілей, тактики та взаємо підтримки.

2. Підтримка лідерських якостей воротаря: Розвиток у воротаря лідерських якостей, таких як відповідальність, мотивація та впевненість, є важливим для створення позитивного психологічного клімату в команді. Тренери та керівництво команди можуть працювати над цим, сприяючи саморозвитку та самовираженню воротаря в команді.

3. Створення позитивної емоційної атмосфери: Розуміння важливості позитивної емоційної атмосфери в команді та сприяння цій атмосфері. Це може включати підсилення позитивних емоцій спортсменів, створення позитивних ритуалів перед іграми чи тренуваннями та підтримку позитивного настрою під час гри.

4. Об'єднання команди: Всілякі дії, спрямовані на спільність цілей та взаємну довіру між гравцями, можуть підвищити психологічний клімат в команді. Регулярні збори команди, включення всіх гравців у процес прийняття рішень та спільних дій можуть сприяти цьому.

5. Навчання стресовим стратегіям: Воротарю слід навчитися ефективно керувати стресом та адаптуватися до важких ситуацій. Команда може проводити тренування з медитації, дихальних технік та психологічного тренінгу, що допоможе знехтувати стресом та підтримати воротаря в складних моментах гри.

Враховуючи ці рекомендації та приділяючи особливу увагу воротарю як лідеру, можна створити сприятливий психологічний клімат в хокейній команді, що сприятиме успішній ігровій взаємодії та досягненню колективних цілей.

