

Міністерство освіти і науки України  
Чорноморський національний університет імені Петра  
Могили

Факультет фізичного виховання та спорту  
Кафедра олімпійського та професійного спорту

Кузьміна Д. А.

**ІНФОРМАЦІЙНІ КРИТЕРІЇ ОЦІНКИ ПСИХОЛОГІЧНОЇ ПІДГОТОВКИ У  
ФУТБОЛІСТІВ ВИСОКОЇ КВАЛІФІКАЦІЇ НА ЕТАПІ МАКСИМАЛЬНОЇ  
РЕАЛІЗАЦІЇ ІНДИВІДУАЛЬНИХ ОСОБЛИВОСТЕЙ**

Спеціальність 017 – Фізична культура і спорт

Автореферат дипломної роботи  
на здобуття кваліфікації магістра

Миколаїв – 2021

Робота виконана на кафедрі олімпійського та професійного спорту, факультету фізичної культури та спорту, Чорноморського національного університету імені Петра Могили, Міністерства освіти і науки України

**Рецензент:**

к.н. з фіз. вих. і спорту, ст.. викладач Дубачинський О.В.

Захист відбудеться 23.02. 2021 р. о 11.00 год. на засіданні державної екзаменаційної комісії у Чорноморському національному університеті імені Петра могили (54003, Миколаїв, вул. 68 Десантників, 10)

З дипломною роботою можна ознайомитися в бібліотеці Чорноморського національного університету імені Петра Могили (54003, Миколаїв, вул. 68 Десантників, 10)

## ЗАГАЛЬНА ХАРАКТЕРИСТИКА РОБОТИ

**Актуальність теми дослідження.** Психологічні навички у професійній діяльності спортсмена займають важливе місце серед безлічі факторів, що визначають і сприяють ефективності спортивної діяльності [3, 19, 34, 63]. До професійно важливих якостей відносяться соматичні, нейродинамічні та психологічні вміння (навички, здібності, особистісні якості) [17, 37, 53, 88].

Однак, психологи і педагоги вкладають в поняття «навик» і «вміння» різний зміст, по-різному оцінюючи співвідношення між ними. Різноманітність термінологічних і методологічних підходів до проблеми психологічних навичок спортсменів впливає на ступінь її дослідженості і ускладнює подальше вирішення існуючих проблем. У психології, в тому числі і в спортивній, навик традиційно займає підпорядковану позицію по відношенню до вміння [10, 42, 73, 75]. Педагоги ж вважають навик більш високою стадією оволодіння дією, умінням, психологічним навиком. Недостатньо повно, на наш погляд, досліджено взаємозв'язки психологічних навичок з індивідуально-психологічними особливостями спортсменів і особливо з точки зору впливу на ефективність їхньої спортивної діяльності.

Особливої актуальності вивчення та розвиток психологічних навичок набуває в ігрових видах спорту, зокрема, у футболі, де конструктивна взаємодія з партнерами виступає необхідною умовою ефективної спортивної діяльності [15, 34, 55, 78].

Тема психологічних навичок у спорті завжди викликала великий практичний і дослідницький інтерес. З практичної точки зору не викликає ніяких сумнівів важливість психологічних навичок для досягнення успіху в спорті. Наприклад, в ігрових видах спорту при відборі гравців в клуби відбувається оцінка їх професійних ігрових і спеціальних психологічних навичок [44, 61, 69, 93]. Але актуальною проблемою при цьому є форми і методи визначення наявності та оцінки рівня розвитку психологічних навичок.

Однак будь-який діагностичний інструментарій вимагає систематичної актуалізації та оновлення, і в наші дні відчувається брак достовірних і валідних

методик для діагностики наявності та рівня розвитку психологічних навичок [16, 42, 47, 75]. І, як наслідок, обмежені можливості фахівців в систематизації психологічних навичок за ступенем значущості. Таким чином, виділення психологічних навичок футболістів і дослідження їх впливу на змагальну діяльність являє значний теоретичний і практичний інтерес.

**Об'єкт дослідження** - предиктори спортивної майстерності футболістів високої кваліфікації.

**Предмет дослідження** - психологічні навички футболістів і методика їх вивчення і оцінки.

**Гіпотеза дослідження** - спортивна майстерність залежить від рівня психологічних навичок, що формуються поетапно. Рівень сформованості може виступати предиктором спортивної майстерності.

**Метою дослідження** є вивчення можливості інструментальної оцінки (визначення) рівня розвитку психологічних навичок у футболістів високої кваліфікації як предикторів їх спортивної майстерності.

Відповідно до поставленої мети були визначені наступні **завдання дослідження**:

1. Визначити професійно важливі психологічні навички футболістів високої кваліфікації.

2. Вивчити психологічні навички футболістів різного рівня професійної майстерності та взаємозв'язок психологічних навичок спортсменів високої кваліфікації з особливостями їх індивідуально-психологічних властивостей особистості.

3. Розробити методику діагностики психологічних навичок футболістів і обґрунтувати її валідність.

4. Розробити рекомендації щодо використання авторської методики «Тест психологічних навичок футболістів» в практиці підготовки спортсменів.

**Наукова новизна результатів дослідження** визначається тим, що вперше на контингенті професійних спортсменів-футболістів високої кваліфікації:

1) визначено актуальні психологічні навички, що впливають на ефективність ігрової діяльності у футболі;

2) встановлено взаємозв'язок між розвитком психологічних навичок і особливостями особистості футболістів;

3) отримані нові дані про ступінь вираженості психологічних навичок у футболістів різного рівня професійної майстерності;

4) розроблена авторська діагностична методика, що дозволяє оцінити стан психологічних навичок футболістів різного рівня професійної майстерності.

**Теоретична значимість** результатів дослідження полягає в тому, що вперше проведено глибокий аналіз найбільш популярних в США і країнах Західної Європи методик вивчення особистості спортсменів та актуальних психологічних навичок. Порівняння методичних підходів, що використовуються російськими і закордонними фахівцями, дозволяє поглибити розуміння проблеми психологічних навичок у спортивній діяльності.

Проаналізовано проблеми, пов'язані з технологією розробки психодіагностичних тестів і їх застосування в психології спорту. Виявлено психологічні навички, що впливають на ефективність спортивної діяльності футболістів, а також ступінь їх вираженості у гравців різного рівня професійної майстерності. Встановлено взаємозв'язки між психологічними навичками і особливостями індивідуально-психологічних властивостей футболістів високої кваліфікації, що сприяє більш глибокому розумінню особистості спортсмена.

**Практична значимість** дослідження полягає в тому, що розроблена в рамках даного дослідження діагностична методика «Тест психологічних навичок футболістів», дозволяє тренеру або фахівцям в області психології спорту цілеспрямовано вивчати психологічні навички спортсменів як предиктори їх спортивної майстерності, а систематична діагностика рівня їх розвитку дає можливість більш ефективно контролювати психологічну підготовленість спортсменів, покращуючи особисті та командні результати. Результати даного дослідження можуть служити підставою для розробки методичних рекомендацій, спеціальних курсів зі спортивної психології, а також для розробки програм

підвищення кваліфікації і в системі професійної підготовки тренерів з ігрових видів спорту.

**Структура й обсяг роботи.** Робота складається зі вступу, трьох розділів, висновків, списку використаних джерел (143). Загальний обсяг дипломної роботи складає 69 сторінок, вона містить 9 таблиць та 3 рисунки.

## ОСНОВНИЙ ЗМІСТ

У вступі розкрито актуальність теми магістерської роботи, наведено зв'язок з науковими програмами, сформульовано мету та завдання, предмет та об'єкт, методи та інформаційну базу дослідження, представлено наукову новизну і практичне значення одержаних результатів, апробацію результатів дослідження, а також подано структуру роботи.

У першому розділі «**Огляд літературних джерел**» проведено теоретичний аналіз і узагальнення вітчизняної та зарубіжної науково-методичної літератури з проблеми наукового дослідження; розглянуто сучасні напрямки співвідношення понять «уміння» і «навик» в спортивній діяльності; психологічні навички в структурі функціональних систем діяльності та особистості спортсмена; аналіз форм і методів контролю психологічної підготовленості у футболі; принципи конструювання психологічних тестів.

У другому розділі «**Методи та організація дослідження**» обґрунтовано й описано методи дослідження, відповідно до мети і завдань роботи, використовується вивчення та аналіз науково-методичної літератури, анкетування й інтерв'ювання, педагогічні спостереження, психолого-педагогічне тестування, педагогічний експеримент, методи математичної статистики.

У третьому розділі «**Результати дослідження та їх обговорення**» для визначення рівня розвитку психологічних навичок футболістів відповідно до правил конструювання психодіагностичних методик і психометричних процедур була розроблена діагностична методика «Тест психологічних навичок футболістів» (ТПНФ), яка дозволяє достовірно оцінити здатність спортсмена проявляти швидкість прийняття рішень (ШПР), комунікативність (К), емоційний контроль

(ЕК), концентрацію уваги (КУ) і автоматичність психічних процесів (А). Підтверджена валідність розробленої методики дозволяє використовувати ТПНФ в комплексній оцінці психологічної підготовленості футболістів.

На рис. 1 представлено процентне співвідношення учасників цього етапу дослідження за віковими групами. Емпіричний розподіл сумарних експертних оцінок відповідає нормальному розподілу, так як двосторонній рівень значущості вище 0,05, що свідчить про репрезентативність експертних оцінок.

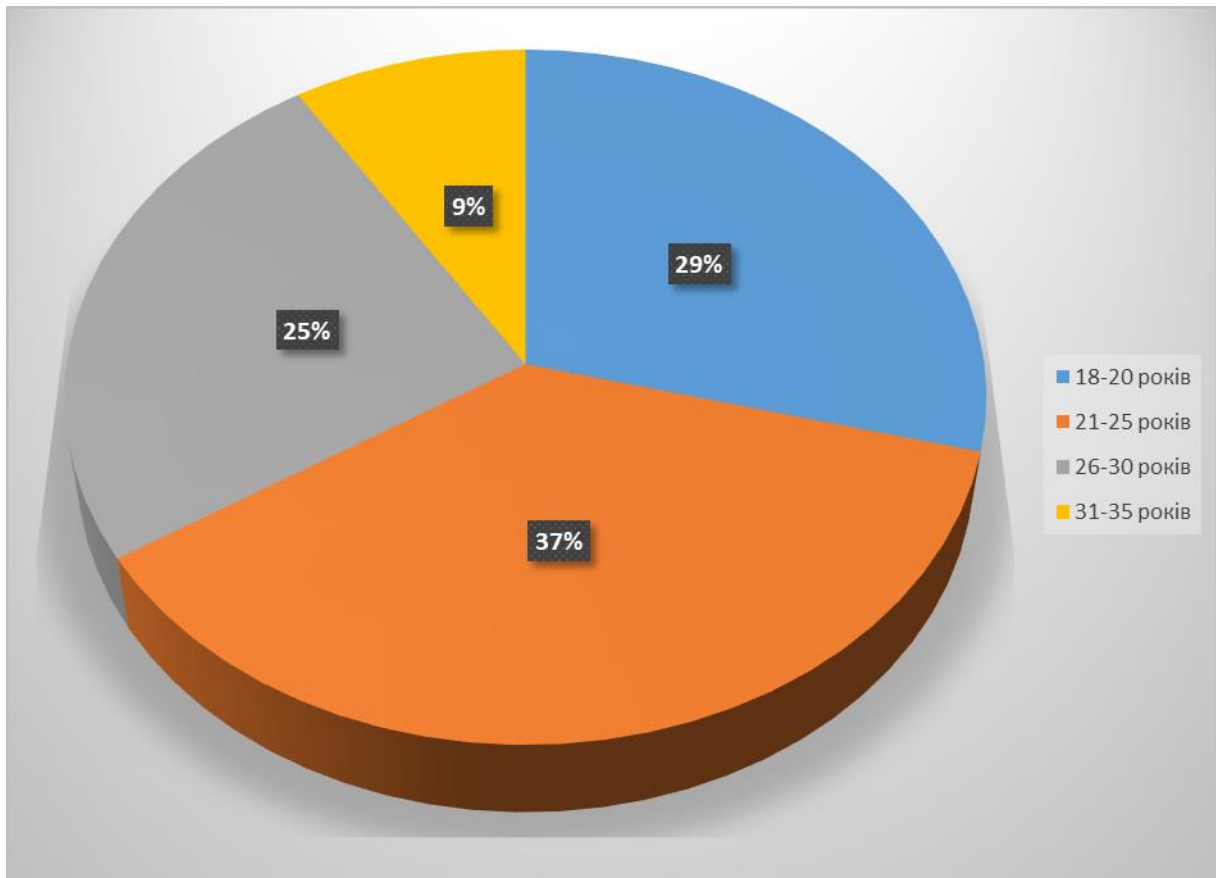


Рис. 1. Процентне співвідношення учасників дослідження за віковими групами

Другий етап статистичної обробки передбачає встановити відповідність експериментальних даних емпіричного дослідження нормальному розподілу. Для даного розрахунку використовується Z критерій Колмогорова-Смірнова. Величина двостороннього рівня значущості Z критерію Колмогорова-Смірнова ( $p$ ) вище 0,05 за результатами всіх шкал, крім шкали цілеспрямованість (Ц) (Таблиця 1).

Представлені в таблиці дані свідчать про те, що спостерігається відповідність емпіричного розподілу нормальному розподілу. Отже, можна говорити про

репрезентативність даних за цими шкалами.

Таблиця 1

**Характеристика нормальності розподілу по Z критерієм  
Колмогорова-Смірнова**

№	Шкали	Z критерій Колмогорова-Смірнова	Двосторонній рівень достовірності р
1	Самомотивація	1,264	0,082 *
2	Швидкість прийняття рішення	0,898	0,395 *
3	Комунікативність	0,963	0,312 *
4	Цілеспрямованість	1,401	0,039
5	Емоційний контроль	0,765	0,601 *
6	Релаксація	0,963	0,312 *
7	Уява	1,222	0,101 *
8	Внутрішній діалог	1,316	0,063 *
9	Концентрація уваги	0,791	0,559 *
10	Активізація	1,134	0,153 *
11	Автоматичність	0,903	0,388 *

Результати розрахунків коефіцієнта альфа Кронбаха ( $\alpha > 0,6$ ) і Z критерію Колмогорова-Смірнова ( $p > 0,05$ ) показують, що шкали швидкість прийняття рішень (ШПР), комунікативність (К), емоційний контроль (ЕК), релаксація (Р), уява (у), концентрація уваги (КУ) і автоматичність (А) є надійними і можуть бути нами використані в даному дослідженні.

Аналіз взаємозв'язку психологічних навичок футболістів високої кваліфікації з базовими властивостями особистості (особистісними факторами) проводився з використанням п'ятифакторного опитувальника особистості і даних емпіричного дослідження, отриманих за допомогою опитувальника ТПН. У присутності дослідника 90 футболістів, які грають у вищій лізі, заповнили бланки тесту.

Відповідно до принципів психометрії був розрахований Z критерій



Колмогорова-Смірнова для перевірки відповідності емпіричних розподілів нормальному розподілу.

Дані, представлені в таблиці 2, підтверджують репрезентативність отриманих результатів за всіма п'ятьма факторами опитувальника особистості (ПОО).

Таблиця 2

**Характеристика нормальності розподілу по Z критерієм Колмогорова-Смірнова за п'ятифакторним опитувальником особистості**

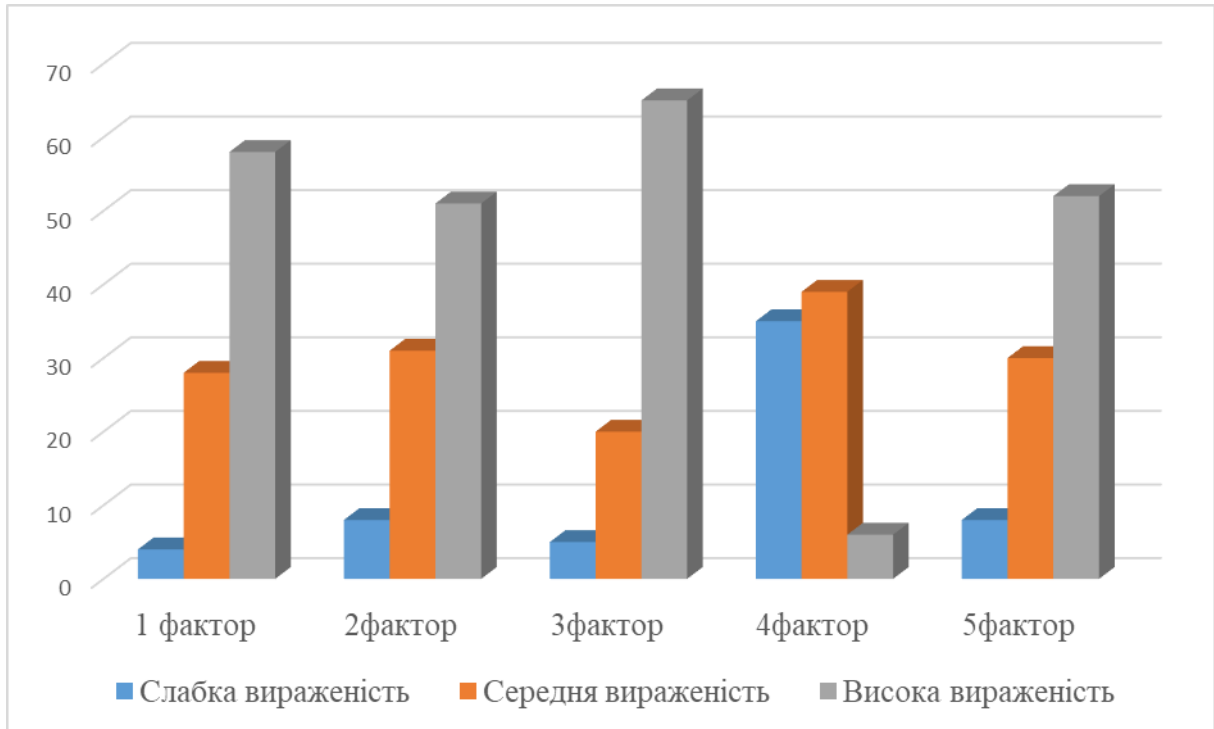
№	Шкали	Z критерій Колмогорова-Смірнова	Двосторонній рівень достовірності p
1	Фактор 1. Екстраверсія-інтроверсія	0,512	0,956 *
2	Фактор 2. Прихильність-відособленість	0,826	0,502 *
3	Фактор 3. Самоконтроль-імпульсивність	0,964	0,311 *
4	Фактор 4. Емоційна нестійкість-емоційна стійкість	0,935	0,347 *
5	Фактор 5. Експресивність-практичність	0,626	0,828 *

В роботі також було проведено аналіз даних емпіричного дослідження п'ятифакторного опитувальника особистості (ПОО) за ступенем вираженості кожного фактора.

Узагальнений порівняльний аналіз вираженості особистісних факторів представлений на рис. 2.

Аналізуючи вираженість особистісних факторів можна зробити наступні висновки: за першим фактором (екстраверсія-інтроверсія) можна констатувати, що у 64% респондентів (футболістів високої кваліфікації) спрямованість психіки на екстраверсію, тобто їм притаманні активність, домінування, товариськість, пошук вражень, часто ризикують, діють імпульсивно, у 31% (28 осіб) цей фактор середньо виражений і лише 5% (4 людини) мають низьку вираженість фактора, що характерно інтровертам, тобто пасивним, замкнутим, з тенденцією до підпорядкованості та уникнення вражень.

Другий фактор (прихильність-відособленість) проявляється в позитивному ставленні до людей, сумлінному виконанні роботи і доручень, хорошій взаємодії з іншими. 57% респондентів мають ці якості з високим ступенем вираженості, у 9% спостерігається тенденція до незалежності, самостійності, готовності відстоювати власні інтереси в конкурентній боротьбі.



*Примітка - Фактор 1 екстраверсія-інтроверсія. Фактор 2 прихильність-відособленість. Фактор 3 самоконтроль-імпульсивність. Фактор 4 емоційна нестійкість - емоційна стійкість. Фактор 5 експресивність - практичність.*

Рис. 2. Узагальнений порівняльний аналіз вираженості особистісних факторів

Оскільки метою проведеного емпіричного дослідження є дослідження ПН, що визначають ефективність спортивної діяльності футболістів високого рівня, в даному контексті більш цікавим видається аналіз взаємозв'язку п'яти основних ПН і п'яти особистісних факторів ПОО (Табл. 3).

На підставі отриманих результатів, представлених в табл. 3, на даній вибірці респондентів - футболістів високої кваліфікації - для визначення статистично значущою кореляційної залежності між психологічними навичками і особистісними факторами був обраний коефіцієнт кореляції Пірсона як метод параметричної статистики. За результатами розрахунку коефіцієнта лінійної кореляції Пірсона

статистично значуща, хоча і слабка, кореляція за величиною двостороннього рівня значущості ( $p < 0,05$ ) має місце по 2, 3 і 4-особистісних факторів.

Фактор 1 (екстраверсія – інтроверсія) і фактор 5 (експресивність – практичність) не показали статистично значущої позитивної кореляції. Отже, можна припустити, що дані фактори не роблять значного впливу на психологічні навички, що визначають ефективність футболістів високої кваліфікації.

Психологічний навик емоційний контроль (ЕК) статистично значимо співвідноситься з фактором 2 (прихильність – відособленість). Основним змістом цього особистісного фактору є ставлення до людей. Позитивний коефіцієнт кореляції підтверджує, що емоційний контроль для футболістів високої кваліфікації важливий як компонент соціальної спрямованості особистості, що є важливою якістю для спортсменів командних видів спорту.

Таблиця 3

### Кореляція між психологічними навичками і особистісними факторами

Психологічні навички	Статистичні показники	Фактор 1	Фактор 2	Фактор 3	Фактор 4	Фактор 5
Швидкість прийняття рішень	Коефіцієнт кореляції Пірсона	0,123	0,154	0,236*	-0,271*	0,072
	Двосторонній рівень достовірності $p$	0,249	0,148	0,025	0,010	0,503
Комунікативність	Коефіцієнт кореляції Пірсона	0,115	0,192	0,347*	-0,012	-0,046
	Двосторонній рівень достовірності $p$	0,282	0,070	0,001	0,909	0,666
Емоційний контроль	Коефіцієнт кореляції Пірсона	-0,109	0,225*	0,133	-0,431*	-0,078
	Двосторонній рівень достовірності $p$	0,306	0,033	0,212	0,0001	0,466
Концентрація уваги	Коефіцієнт кореляції Пірсона	0,057	0,142	0,453*	-0,047	-0,055
	Двосторонній рівень достовірності $p$	0,592	0,183	0,000	0,661	0,604
Автоматичність	Коефіцієнт кореляції Пірсона	0,077	0,149	-0,010	-0,240*	0,020
	Двосторонній рівень достовірності $p$	0,473	0,160	0,924	0,023	0,852

Результати проведеного дослідження показали наявність достовірних взаємозв'язків різних показників особистості і підготовленості спортсмена, що дозволяє рекомендувати розроблену діагностичну методику «Тест психологічних навичок футболістів» для використання в психологічній підготовці футболістів з метою вивчення і контролю рівня розвитку актуальних психологічних навичок.

## ВИСНОВКИ

1. Для визначення рівня розвитку психологічних навичок футболістів відповідно до правил конструювання психодіагностичних методик і психометричних процедур була розроблена діагностична методика «Тест психологічних навичок футболістів» (ТПНФ), яка дозволяє достовірно оцінити здатність спортсмена проявляти швидкість прийняття рішень (ШПР), комунікативність (К), емоційний контроль (ЕК), концентрацію уваги (КУ) і автоматичність психічних процесів (А). Підтверджена валідність розробленої методики дозволяє використовувати ТПНФ в комплексній оцінці психологічної підготовленості футболістів.

2. Виділені психологічні навички достовірно сильніше розвинені у футболістів вищої кваліфікації ( $p < 0,01$ ), але їх розподіл у окремих спортсменів носить індивідуальний характер, що дозволяє використовувати розроблений тест для диференціювання спортсменів за рівнем кваліфікації і в комплексній оцінці футболістів як предикторів їх спортивної майстерності.

3. Кореляційний аналіз рівня розвитку психологічних навичок висококваліфікованих футболістів з експертною оцінкою показав її достовірну взаємозв'язок з усіма вивченими показниками: з швидкістю прийняття рішень ( $r = 0,219$ ;  $p < 0,038$ ), з комунікативністю ( $r = 0,349$ ;  $p < 0,001$ ), з емоційним контролем ( $r = 0,334$ ;  $p < 0,001$ ), з концентрацією уваги ( $r = 0,343$ ;  $p < 0,001$ ) і з автоматичністю ігрових дій ( $r = 0,343$ ;  $p < 0,001$ ), що підтверджує високу значимість виділених психологічних навичок для досягнення високої ефективності змагальної діяльності

футболістів.

4. Психологічні навички варіативно пов'язані з базовими властивостями особистості футболістів: фактор 1 (екстраверсія - інтроверсія) і фактор 5 (експресивність - практичність) не роблять значного впливу на психологічні навички ефективності футболістів високої кваліфікації; а фактор 2 (прихильність - відособленість), фактор 3 (самоконтроль - імпульсивність) і фактор 4 (емоційна нестійкість - стійкість) показали стійкий кореляційний зв'язок з швидкістю прийняття рішення (прямий з фактором 3 ( $r = 0,236$ ;  $p < 0,025$ ) і зворотний з фактором 4 ( $r = -0,271$ ;  $p < 0,01$ )), з комунікативністю (прямий з фактором 3 ( $r = 0,347$ ;  $p < 0,001$ )), з емоційним контролем (прямий з фактором 2 ( $r = 0,225$ ;  $p < 0,033$ ) і зворотний з фактором 4 ( $r = -0,431$ ;  $p < 0,001$ )), з концентрацією уваги (прямий з фактором 3 ( $r = 0,453$ ;  $p < 0,0001$ ) і автоматичністю (зворотний з фактором 4 ( $r = -0,240$ ;  $p < 0,023$ )). Отримані результати дозволяють прогнозувати розвиток конкретних психологічних навичок в залежності від індивідуальних особливостей особистості спортсмена.

Таким чином, в результаті проведеного дослідження висунута гіпотеза була підтверджена, поставлені завдання вирішені, а мета роботи досягнута. Отримані в ході дослідження дані і розроблені практичні рекомендації щодо застосування авторської методики «Тест психологічних навичок футболістів» можуть бути використані тренерами та психологами для отримання об'єктивної та актуальної інформації. Виявлення індивідуальних особливостей гравців, зокрема, рівня розвитку їх психологічних навичок, дозволить планувати і цілеспрямовано розвивати актуальні якості футболістів.

Дослідження по темі психологічних навичок у спорті можуть бути продовжені, зокрема, вивченням психологічних навичок в інших ігрових видах спорту, а також в видах спорту з виразністю психологічної складової діяльності. Розробка профілю особистості на основі аналізу психологічних навичок актуальна не тільки для спортсменів, а й для тренерів, суддів, що в ігрових видах спорту може надати істотну допомогу в самовдосконаленні та підвищенні рівня майстерності всіх учасників.

## АНОТАЦІЇ

**Кузьмін Д. А. Інформаційні критерії оцінки психологічної підготовки у футболістів високої кваліфікації на етапі максимальної реалізації індивідуальних особливостей.** – На правах рукопису.

Дипломна робота на здобуття кваліфікації магістра за спеціальністю 017 «Фізична культура і спорт» – Чорноморський національний університет імені Петра Могили, Миколаїв, 2021.

Магістерська робота присвячена питанню вивченню можливостей інструментальної оцінки (визначення) рівня розвитку психологічних навичок у футболістів високої кваліфікації як предикторів їх спортивної майстерності. В процесі досліджень визначено актуальні психологічні навички, що впливають на ефективність ігрової діяльності у футболі. Встановлено взаємозв'язок між розвитком психологічних навичок і особливостями особистості футболістів. Отримані нові дані про ступінь вираженості психологічних навичок у футболістів різного рівня професійної майстерності. Розроблена авторська діагностична методика, що дозволяє оцінити стан психологічних навичок футболістів різного рівня професійної майстерності. Результати даного дослідження можуть служити підставою для розробки методичних рекомендацій, спеціальних курсів зі спортивної психології, а також для розробки програм підвищення кваліфікації і в системі професійної підготовки тренерів з ігрових видів спорту.

**Ключові слова:** інформаційні критерії, оцінки психологічної підготовки, футболісти високої кваліфікації, психологічні навички.