

Взаимосвязь агрессивных видов спорта и личности спортсмена

В настоящее время стало модным заниматься различными агрессивными видами спорта: бокс, борьба и др., и они не могут не вызывать изменений в личности человека, поэтому необходимо знать, какого характера изменения происходят в личности спортсмена, занимающегося агрессивными видами спорта. В исследовании рассматривается проблема взаимовлияния занятий агрессивными видами спорта и личности человека. С одной стороны, спорт – рассматривается как социально желательный способ канализации агрессии. С другой стороны, существуют факты, говорящие о повышении уровня выплеска агрессии асоциальными способами поведения. Результаты исследований настолько разнообразны, что невозможно сделать определенные заключения. В данном исследовании предпринимается попытка изучения вопроса, о возможной взаимосвязи участия в спортивных состязаниях, в которых агрессивные действия являются составляющим элементом, без которых "победа" или успех недостижимы, с индивидуальными свойствами личности человека.

Предмет исследования: личность, занимающаяся агрессивными видами спорта. *Объект:* влияние агрессивных видов спорта на личность спортсмена.

В исследовании были выдвинуты следующие *гипотезы:*

1. Люди, занимающиеся агрессивными видами спорта, склонны испытывать различные виды тревожности и страха.

2. Люди, занимающиеся агрессивными видами спорта, более агрессивны, чем люди, не занимающиеся спортом.

Целью исследования является выявление некоторых особенностей личности спортсменов, занимающихся агрессивными видами единоборств.

Центральная проблема, поставленная в данном исследовании, заключается в том, чтобы выяснить, во-первых, отличаются ли поведение, личностные черты, предпочитаемый тип межличностных отношений, самосознание и самооценка у спортсменов, занимающихся агрессивными видами спорта и у людей, не занимающихся спортом. Во-вторых, оказывают ли занятия агрессивными видами спорта влияние на личность, самосознание, самооценку.

В стрессовых условиях спортивных соревнований нередко можно увидеть спортсмена, который не в состоянии достаточно эффективно действовать. Тенденция испытывать беспокойство и опасения вообще и в частных случаях давно привлекала внимание психологов и специалистов, занимающихся личностью в норме и патологии. Согласно результатам исследования, спортсмены испытывают либо "травматическую тревожность", либо тревожность в связи с ожиданием неудачи. Тревожность, связанную с ожиданием неудачи, важнее для большинства спортсменов по сравнению с "травматической тревожностью" – боязнью получить серьезную физическую травму или ранение. В агрессивных видах спорта при наличии физического контакта тревожность участника чаще связана с последующим социальным неодобрением или похвалой, чем с опасением получить травму. Общение такого спортсмена будет, очевидно, более насыщенным по эмоциональному содержанию, чем общение менее тревожного спортсмена.

Помимо тревожности, спортсмены, занимающиеся агрессивными видами спорта, отличаются от других людей повышенной агрессивностью. Спорт позволяет выражать агрессивные чувства, не причиняя большого вреда другим людям, формируя конструктивные формы агрессивного поведения спортсменов. По данным С.В. Афиногеновой, конфликтность и агрессивность несколько выше у спортсменов, чем у лиц, не занимающихся спортом. Особенно заметны различия по такому проявлению агрессивности, как напористость. При этом агрессивность выражена по-разному у спортсменов, занимающихся разными видами спорта. Например, у тех, кто занимается единоборствами (самбо, дзюдо, айкидо), агрессивность значительно выше, чем

у легкоатлетов и лыжников. Если же говорить об агрессии и тревожности, то, по мнению Лысенко Ю.Н., спортсмены с преобладанием агрессии над тревогой отличаются лучшей готовностью к соревнованиям. Агрессивность спортсменов обусловлена стремлением к самоутверждению и соперничеству. Таким образом, агрессивность людей, занимающихся спортом, является стимулом к победам в спорте. При этом следует учесть, что длительные занятия спортом могут привести к трансформации спортивной агрессии в некие жизненные установки, которые могут отразиться на социальной адаптации подростков в обществе [1].

По мнению А. Баса и А. Дарки, агрессивные и враждебные реакции могут иметь следующие формы: физическая агрессия, косвенная агрессия, склонность к раздражению, негативизм, обида, подозрительность, вербальная агрессия, чувство вины. В исследованиях этих ученых отмечается тенденция нарастания отдельных видов агрессии по мере взросления подростков. У мальчиков и девочек проявления агрессивных реакций носят различный характер. Например, у мальчиков с возрастом происходит затухание физической агрессивности, тогда как у девочек наблюдается ее рост. Те же самые изменения происходят с вербальной агрессивностью. Однако негативизм значительно сильнее у мальчиков, чем у девочек. Мы провели изучение уровня агрессивности у 2 групп подростков: занимающихся агрессивным спортом и не занимающихся спортом. У спортсменов уровень агрессивности может быть выше, чем у не спортсменов [2].

Во многих видах спорта, особенно в тех, где допускается непосредственный физический контакт, различные формы контролируемой физической агрессивности просто необходимы. Данные исследований свидетельствуют о том, что спортсмены агрессивных видов спорта не только более агрессивны, но и склонны более свободно выражать свои агрессивные тенденции, чем представители так называемой нормальной выборки. Уровень агрессивности, скрытой или явной, существенно изменяется в периоды до, во время и после спортивной деятельности.

Таким образом, мы подтвердили, что люди, занимающиеся агрессивными видами спорта, склонны испытывать различные виды тревожности и страха, и что они более агрессивны, чем люди, не занимающиеся спортом.

Список литературы

1. Гогунев Е.Н., Мартьянов Б.И. Психология физического воспитания и спорта: учебное пособие для студентов высшего педагогического учебного заведения. – М.: Издательский центр «Академия», 2000. – 28 с.
2. Попов А.Л. Психология спорта. М., 1999. –289 с.

Сатюкова В.И., Веденина О.А.

Российский государственный профессионально-педагогический университет,
г. Екатеринбург

Место физической культуры в жизни человека

Физическая культура и спорт - неотъемлемая часть культуры общества и каждого человека в отдельности. Достаточно сложно найти какую-либо сферу человеческой деятельности, которая не была бы связана со спортом и физической культурой. В последние годы все чаще упоминается о физической культуре не только как об социальном факте, но и как об устойчивом качестве личности.

Исторически физическая культура формировалась под влиянием потребностей общества в физической подготовке молодого поколения и взрослого населения к труду. Вместе с тем, по мере эволюции систем воспитания и образования физическая культура становилась базовым видом культуры, которая формирует физические умения и навыки. Физическая культура должна сопровождать человека в течение всей его жизни.

Новая стадия осмысления значимости физической культуры связана с ее влиянием на духовную сферу человека, на нравственное и эстетическое воспитание, и, конечно же, на его здоровье, физическое развитие [1].

Физическая культура охватывает широкую часть общества, людей разного возраста, т.е. физкультурой могут заниматься, как люди пожилого возраста, так и молодая часть населения. Это позволяет населению следить за