

ОСОБЛИВОСТІ ВПЛИВУ ТРЕНУВАЛЬНИХ НАВАНТАЖЕНЬ РІЗНОЇ СПРЯМОВАНОСТІ НА ФОРМУВАННЯ АГРЕСИВНОСТІ ЮНИХ СПОРТСМЕНІВ

Хорошуха М.Ф.

Відкритий міжнародний університет розвитку людини „Україна”

Анотація. Автор статті аналізує вплив тренувальних навантажень різної спрямованості на формування агресивності юних спортсменів за даними досліджень індивідуально-типологічних особливостей вищої нервової діяльності.

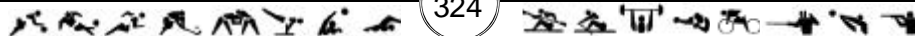
Ключові слова: агресивність, показники психофізіологічних функцій, спортсмени, школярі, підлітковий вік.

Аннотация. Автор статьи анализирует влияние тренировочных нагрузок различной направленности на формирование агрессивности юных спортсменов за данными исследований индивидуально-типологических особенностей высшей нервной деятельности.

Ключевые слова: агрессивность, показатели психофизиологических функций, спортсмены, школьники, подростковый возраст.

Abstract. The author of the article analyses the influence of the training loads of different directions on forming the young sportsmen's aggressiveness according to the research of the individual-technological peculiarities of the highest nerve activity.

Key words: aggressiveness, the indicators of the psycho-physiological functions, sportsmen, schoolchildren, teenage.



Постановка проблеми. Аналіз останніх досліджень і публікацій. Загальновідомо, що фізична культура і спорт в нашій державі стають активнішим фактором у боротьбі за здоров'я людей, особливо учнівської і студентської молоді, створюють необхідні умови для всебічного гармонійного розвитку нації. У Законі України „Про фізичну культуру і спорт” (від 3 лютого 2005 р. № 2416 – IV) наголошується, що „фізична культура – складова частина загальної культури суспільства, яка спрямована на зміцнення здоров'я, гармонійний розвиток, підвищення фізичних, морально-вольових та інтелектуальних здібностей людини з метою гармонійного формування її особистості”. Зазначимо, що всебічний розвиток людини, як особистості, найчастіше розглядається авторами [4, 1] як ідеал фізичної, моральної, естетичної та інтелектуальної досконалості. У системі дитячо-юнацького спорту під гармонічним розвитком особистості розуміють наступне [22]: формування соціальних (накопичення знань, умінь, навичок, цінностей у збереженні індивідуального здоров'я тощо) і особових (характер, емоції, почуття, мотивації тощо) якостей, всебічний розвиток фізичних якостей (сили, швидкості, витривалості, гнучкості, спритності) та духовний розвиток (розвиток свідомості, світорозуміння, моральність).

Незважаючи на той факт, що фізична культура є одним із складових елементів гармонійного розвитку особистості, створює фундамент для формування духовних та особових якостей спортсменів, визначає їх життєву позицію тощо, в останній час збільшилося число публікацій в яких автори вказують на те, що фізичне самовдосконалення особистості засобами фізкультурно-спортивної діяльності нерідко приводить до прояву агресивності, яка має місце не лише на змаганнях різного ґатунку, але також у сім'ї, побуті, спортивному колективі тощо [26, 30, 8].

Вивчення емоційної сфери особистості (насамперед, природи агресивності) є предметом багаточисельних досліджень не лише психологів, але й фізіологів, біохіміків, філософів, соціологів, валеологів та фахівців в області фізичної культури і спорту. Більшість авторів вважає, що причини агресії (природженої і набутої чи інструментальної) пояснюють три основні теорії [11, 7, 5]. Перша теорія – теорія агресії, що розуміється як інстинкт (природна якість), найбільш часто асоціюється з іменем Зіґмунда Фрейда, К. Лоренца, Т. Гоббса та Ч. Дарвіна, пов'язує агресивність з такими факторами, як спадковість, біохімія крові (на агресивність людини і творини впливає вміст у крові чоловічого статевого гормону тестостерону [9, 16]) та типологічні властивості вищої нервової діяльності. Друга – теорія фрустрації (від лат. frustratio – невдача) розглядає агресивність як наслідок глибоких розбіжностей між рівнем потреб і рівнем реальних досягнень індивіда. Іншими словами – це той психологічний стан, який може виникнути внаслідок незадоволення власною професією, працею, творчим пошуком тощо, а також тоді коли людина із-за певних обставин не може досягти бажаної мети у житті в плані самореалізації себе як особистості (концепція „фрустрації – агресії” Дж. Долларда, Л. Берковітца і Н. Міллера). І на кінець, третя теорія – теорія соціального навчання розглядає агресію як поведінку, набуту шляхом

навчання. Близькою до останньої є також теорія соціокультурного оточення (концепція „tabula rasa” Дж. Локка) [7].

Виходячи із вищесказаного, була поставлена наступна **мета дослідження** – виявити специфічність дії тренувальних навантажень різної спрямованості (на прикладі занять видами спорту циклічного та ациклічного характеру) на формування агресивності спортсменів-підлітків за даними досліджень сили нервових процесів, як головної складової, що характеризує типологічні властивості вищої нервової діяльності.

Методи та організація дослідження:

- аналіз наукової та науково-методичної літератури з проблем формування духовних і особових якостей спортсменів;
- психофізіологічні дослідження: визначення сили нервових процесів (працездатності головного мозку) за методикою В.Д. Небиліцина у модифікації Н.М. Пейсахова [20];
- психолого-педагогічне тестування: дослідження агресивності спортсменів за модифікованим тестом Розенцвейга [18];
- лікарсько-педагогічні спостереження протягом багаторічного періоду підготовки спортсменів та аналіз інформації за даними опитування вчителів і вихователів училища фізичної культури про формування у спортсменів духовних та особистих якостей (агресивності);
- методи математичної статистики [17].

Дослідження проводилися на базі Броварського вищого училища фізичної культури та загальноосвітньої школи № 9 м. Бровари (Київська обл.). Під нашим спостереженням знаходилися юні спортсмени 13-16 років (147 чол.), які займалися наступними видами спорту: плаванням, легкою атлетикою (біг на короткі і середні відстані, стрибки у висоту та довжину, штовхання ядра, метання диску), велосипедним і лижним спортом, боксом та вільною боротьбою, які мали спортивний стаж занять від 1 до 5 років і спортивну кваліфікацію від II спортивного розряду до кандидата в майстри спорту. Контрольну групу склали 30 практично здорових учнів загальноосвітньої школи того ж віку, які не займалися спортом.

Проведення психофізіологічних досліджень. Дослідження проводиться в кабінеті психофізіологічного контролю. З метою забезпечення високої діагностичної валідності методів психофізіологічного обстеження спортсменів ми дотримувалися наступних правил:

- тестування проводилося у першій половині дня не раніше ніж через 2 години після приймання їжі;
- за один-два дні до проведення обстеження спортсмену пропонувалося зменшити фізичні навантаження за обсягом та інтенсивністю на 50 %, не вживати тонізуючих та заспокійливих фармакологічних препаратів, а в день тестування – міцного чаю чи кави;
- для отримання достовірних даних необхідно проводити щонайменше два-три індивідуальні обстеження;
- достовірними є ті дані, після обробки яких методом математичної статистики коефіцієнт варіативності (V) не перевищує 10 %, тобто коли вибірка вважається однорідною [17].

Дослідження сили нервових процесів (СНП) за

допомогою визначення простої рухової реакції проводяться так: досліджуваний знаходиться в ізолюваній кімнаті чи шумопоглинаючій кабіні, в руці тримає спеціальний циліндр із стоп-кнопкою (ключем), на голові навушники. З другої кімнати (у разі неможливості – на відстані 5-6 м від спортсмена) експериментатор дає відповідні інструкції і через деякий час подається звук частотою 1000 Гц, тривалістю 200 мс в такій послідовності: 40, 60, 80, 100 і 120 дБ. Інтервал між сигналами 10 с. Проводилося 13 замірів латентних періодів рухових реакцій (3 тренувальних і 10 основних). Для масового обстеження застосувалися лише дві крайні інтенсивності діапазону звуку (40 і 120 дБ). Генерація звуку з одночасною його реєстрацією проводилася за допомогою електроміорефлексометра „EMP-01”.

Оцінка СНП проводилася за величиною показника характеру нахилу кривої (ХНК-2) за двома інтенсивностями звуку, який визначається за формулою:

$$\text{ХНК-2} = \frac{\bar{X}_{40}}{\bar{X}_{120}}$$

де \bar{X}_{40} – середнє арифметичне значення часу реакції на звук інтенсивністю 40 дБ, мс;

\bar{X}_{120} – на звук інтенсивністю 120 дБ, мс.

Психолого-педагогічне тестування також проводилось в кабінеті психофізіологічного контролю і само по собі було анонімним. Оцінка агресивності як риси особистості, що проявляється в більш чи менш постійному ворожому відношенні до людей, тварин, предметів природи і матеріальної культури, схильність до їх руйнування та неспровокованим агресивним вчинкам [18] проводилася за запропонованим нами индексом якості агресивності (ІАА): кількість агресивних реакцій ділилась на кількість неагресивних. Середньостатистична кількісно-якісна оцінка стану агресивності індивідів визначалася за таким ключем:

- 0 балів – агресивність відсутня;
- до 0,5 балів – низький рівень агресивності;
- від 0,6 до 1,2 – агресивність у „нормі” (умовно);
- від 1,3 і більше – високий рівень агресивності.

При плануванні проведення порівняльного аналізу основних психофізіологічних показників, що характеризують індивідуально-типологічні особливості ВНД з показниками, що, відповідно, характеризують особові якості людини (як, наприклад, якість агресивності) ми виходили з положення про єдність психічної і нервової діяльності, на спільність яких вказував ще І.М. Сеченов [23], а академік Б.М. Теплов [25] робить висновок про те, що „властивості нервової системи накладають глибокий відбиток на психічний стан людини і її поведінку”.

Результати досліджень та їх обговорення. В процесі проведених досліджень знаходимо, що спортсмени видів спорту на витривалість (група I) (згідно класифікації видів спорту за О.Г. Дембо [6]) з достовірною вірогідністю ($p < 0,05$) відрізняються від видів спорту, які переважно розвивають якості сили і швидкості (група II). Згідно оцінки якості агресивності (табл.1) бігуни (800, 1500, 3000

і 5000м), плавці, лижники та велосипедисти мають низький рівень агресивності (середньостатистичні значення ІАА становили 0,1-0,4 бал.). Відповідно, високий ступінь агресивності, як і потрібно було б очікувати, спостерігається у борців та боксерів ($p < 0,001$), а також у легкоатлетів, які спеціалізуються у спринтерському бігу (100, 200м), стрибках у висоту і довжину, штовханню ядра і метанню диска ($p < 0,001$) у порівнянні як з контрольною групою, так і, особливо, зі спортсменами видів спорту на витривалість. Зазначимо, що учні загальноосвітньої школи, які не займаються спортом подібно до представників групи I мають також низький рівень агресивності.

Як видно із табл. 1, у результаті проведених психофізіологічних досліджень, спрямованих на вивчення індивідуально-типологічних особливостей ВНД (за даними реєстрації показника ХНК-2, що характеризує силу нервових процесів) установлено, що спортсмени, тренувальний процес яких спрямований переважно на розвиток швидкісно-силових якостей, а виконання специфічної для даного виду спорту роботи пов'язане з включенням механізмів анаеробної лактатної (гліколітичної) енергопродукції мають збудливу (високочутливу) і слабку нервову систему і, як наслідок, менший латентний період (ЛП) рухових реакцій на звук різної інтенсивності (особливо на звук 40 дБ), показник ХНК-2 не високий (від 1,20 до 1,35). У представників виду спорту на витривалість, аеробна система енергопродукції котрих є метаболічною основою прояву аеробної витривалості, відношення ЛП часу реакції на слабкий звук більше, ніж у представників швидкісно-силових видів спорту, а тому показник ХНК-2 високий і знаходиться в межах 1,45-1,60 і більше.

Статистична обробка матеріалу психофізіологічних досліджень показала наступне: при порівнянні абсолютних величин ХНК-2 двох груп спортсменів різної тренувальної спрямованості, виявлено, що різниця між ними є вірогідно достовірною ($p < 0,05$); достовірною (на 0,1% рівні значимості) є різниця у величинах цього показника між спортсменами швидкісно-силових видів спорту і учнями-неспортсменами; не знайдено відмінностей ($p > 0,05$) між контрольною групою і групою видів спорту на витривалість.

Результати лонгітудинальних (динамічних) досліджень, де один і той же обстежуваний бере участь у повторних (протягом багатьох років) обстеженнях, показали, що між показниками ХНК-2 і спрямованістю тренувального процесу існує високий ступінь взаємозв'язку, що, в свою чергу, вказує на те, що названий показник є генетично детермінований. Не випадково, що вище висвітлений факт дозволив нам розробити модельну характеристику показників психофізіологічного тестування з метою проведення відбору перспективних підлітків для занять різними видами спорту [28]. Більше того, як це видно із таблиці, між показниками ХНК-2 та ІАА спостерігається переважно негативний кореляційний зв'язок, тобто коли меншим значенням величини ХНК-2 відповідають більші значення показника ІАА (агресивність більша) і, навпаки, більшим величинам ХНК-2 відповідають менші значення ІАА (агресивність менша).

Наведено кілька прикладів з наших спостережень, які є свідченням того, що психофізіологічний показник ХНК-2 (подібно до гістологічної будови м'язових волокон

(розподіл їх на „швидкі” та „повільні” міофібрили), стійкості організму до гіпоксії, чутливості до вмісту CO₂ в крові тощо) не тільки не змінюється при тренінгу [29], але й відносно має тісний взаємозв'язок з агресивністю спортсменів (табл.2).

Приклад перший. Майстер спорту з бігу на середні та довгі дистанції А. Гладішев, 1970 р.н. (тренер – В. Гамов) розпочав свою спортивну кар'єру, маючи результат на рівні II розряду. Наполегливий труд і, безумовно, природжені задатки до бігу дозволили йому виконати норму майстра спорту.

Протягом всього періоду тренувань декілька разів проводилось психофізіологічне тестування. При порівнянні значень показника ХНК-2, зареєстрованих у різні роки обстеження спортсмена, виявлено, що достовірної різниці немає ($p > 0,05$). Не відмічались суттєві відмінності й у психічному стані. За даними опитування тренерів, вихователів училища, колег по спорту він відноситься до групи індивідів, що мають низький рівень агресивності.

Приклад другий. Царьова Г., 1986 р.н., КМС з плавання: 200, 400 і 800 м вільним стилем (тренер – Є. Зінченко) поступила на відділення плавання названого училища у 2000 р. з II спортивним розрядом. У квітні місяці цього ж року виконує норму кандидата у майстри спорту з плавання на 200 м брасом. Через рік, будучи студенткою Відкритого міжнародного університету розвитку людини „Україна” (Броварська філія), припиняє активні заняття спортом. Незважаючи на те, що майже п'ять років не займається плаванням, показники ХНК-2 практично залишаються на одному рівні. Відмічається лише збільшення часу ЛП рухових реакцій на звук 40 і 120 дБ (за даними останніх досліджень). За даними тесту Розенцвейга та особистими спостереженнями за спортсменкою стан агресивності її оцінюється як низький.

Приклад третій. Враховуючи значення

організмичної теорії біології особистості у проведенні досліджень (засновником даного напрямку досліджень є німецький невролог і психолог Курт Гольдштейн), згідно якої на основі вичерпного вивчення однієї людини можна узнати більше, ніж на основі екстенсивного вивчення окремих психофізичних функцій багатьох індивідів, автор даної роботи аналізує особисту динаміку змін показників ХНК-2 та стану агресивності протягом 20 років (з 1985 по 2005 р.) дослідження після того як він закінчив спортивну кар'єру (в минулому КМС з футболу).

Як видно із даних, що наведені в табл. 2, значення показника ХНК-2 залишаються практично незмінними. За даними самооцінки психічного стану відносить себе до категорії тих, хто має самий низький рівень агресивності в побуті. Свідченням цього, що говорить само за себе, є один із найулюбленіших афоризмів автора: „Totium atrium ars dimittere nobilissima est” („З усіх видів мистецтв найвизначнішим є „мистецтво” прощати”)*.

Що стосується спортивної діяльності, себе відносить до тієї категорії спортсменів, які наділені морально-вольовими якостями та рисами (емоціями) спортивної боротьби.

Для того щоб переконатися в тому, що спортсмени не лише конкретного виду спорту, але також й видів спорту різної тренувальної спрямованості (швидкісно-силових видів спорту та видів на витривалість) характеризуються певними, властивими лише для них, якостями особистості та психофізіологічними функціями, ми зробили спробу проаналізувати характер цих змін у спортсменів двох груп: одна група – види спорту на витривалість, інша – швидкісно-силові види спорту. Результати порівняльного аналізу ілюструються на рис. 1.

* Хорошуха М.Ф. Скринька власних афоризмів: Вислови.-К.: Університет „Україна”, 2005.-61с.

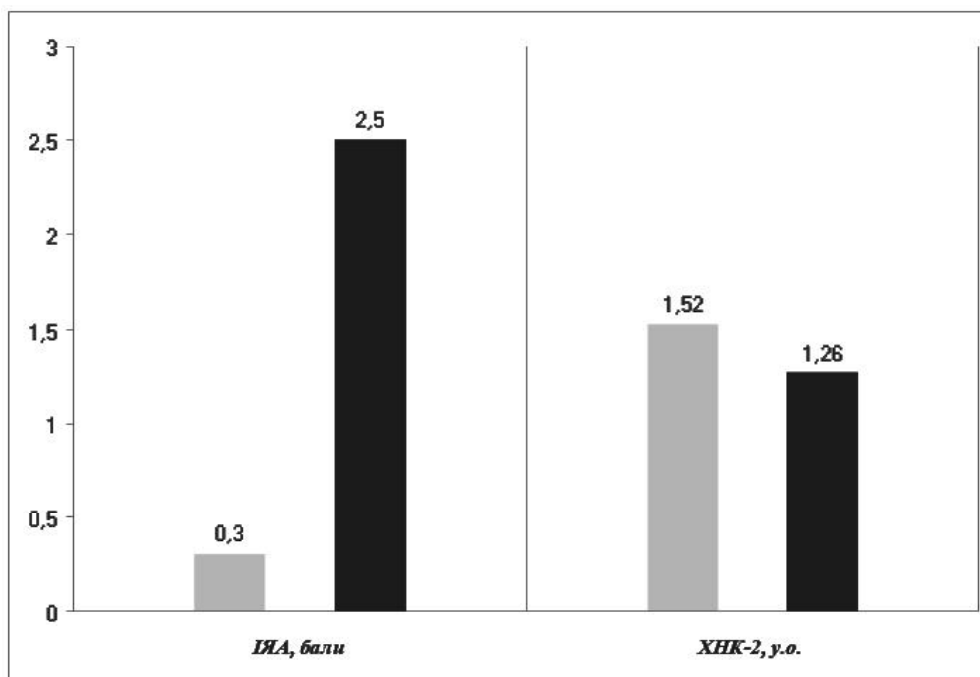


Рис.1. Характеристика індексу якості агресивності (ІЯА) та показника характеру нахилу кривої (ХНК-2) у юних спортсменів 13-16 років, які спеціалізуються у видах спорту на витривалість (сірі стовпчики) та швидкісно силових видах спорту (чорні стовпчики)

Таблиця 1
Характеристика показника ХНК-2 та ступінь виявлення агресивності
(за індексом якості агресивності) у юних спортсменів 13-16 років та у їх однолітків-учнів
загальноосвітньої школи, які не займаються спортом (контроль), $\bar{x} \pm m$

Види спорту на витривалість (I)				Швидкісно-силові види спорту (II)			
Л/атлетика (біг): 800, 1500, 3000 і 5000м (n=17)	Плавання: 100, 200 і 400м (n=24)	Лижний спорт: гонки 5 і 10км (n=12)	Велоспорт: гонки 15, 20, 50 і 75км (n=19)	Контроль (n=30)	Л/атлетика: біг: 100, 200м; стрибки; штовхання ядра і метання диска (n=28)	Бокс (n=22)	Вільна боротьба (n=25)
$0,4 \pm 0,05$ ($1,53 \pm 0,035$)	$0,1 \pm 0,02^*$ ($1,47 \pm 0,028$)	$0,3 \pm 0,03$ ($1,59 \pm 0,067$)	$0,3 \pm 0,03$ ($1,50 \pm 0,051$)	$0,7 \pm 0,19$ ($1,48 \pm 0,025$)	$1,7 \pm 0,16^*$ ($1,23 \pm 0,022$)*	$2,4 \pm 0,21^*$ ($1,30 \pm 0,033$)*	$3,5 \pm 0,18^*$ ($1,25 \pm 0,027$)*

Примітка. У дужках приводяться дані показника ХНК - 2

Таблиця 2
Лонгітудинальні дослідження показників, що характеризують силу нервових процесів та
агресивність спортсменів різних видів спорту за періоди їх багаторічної підготовки та припинення
занять спортом

Спортсмен	Дата	Показники СНП			Умови	Стани: агресивний неагресивний
		ЧР ₄₀	ЧР ₁₂₀	ХНК-2		
А. Гладишев	1985. III	204,6	114,9	1,78	Звичайні тренування ----- -----	Не агресивний ----- -----
	1992. III	211,4	122,2	1,73		
	1999. IV	197,7	113,2	1,75		
Г. Царьова	2000. IV	187,4	122,8	1,52	Звичайні тренування Припинила заняття спортом -----	Не агресивний ----- -----
	2003. IV	209,1	136,6	1,53		
	2004. IV	203,4	131,9	1,54		
М. Хорошуха	1985. IX	164,2	108,0	1,52	Припинила заняття спортом ----- ----- ----- -----	Не агресивний ----- ----- ----- -----
	1991. IX	176,4	118,4	1,49		
	1997. IX	172,8	113,4	1,52		
	2001. IX	169,0	109,7	1,54		
	2005. IX	188,3	125,5	1,50		

На цьому рисунку видно, що у юних спортсменів видів спорту на витривалість (легка атлетика (біг на середні та довгі дистанції), плавання, лижний спорт, велосипедний спорт) показники ІАА і ХНК-2 з достовірною вірогідністю на високому (0,1%) рівні статистичної значимості (при $p > 0,001$) відрізнялися від аналогічних показників, які були зареєстровані у представників видів спорту, що переважно розвивають швидкісно – силові якості [види єдиноборств (бокс, вільна боротьба), легка атлетика (біг на короткі дистанції, стрибки, штовхання ядра і метання диска)], а саме: високі показники ІАА ($2,5 \pm 0,18$) і низькі ХНК-2 ($1,26 \pm 0,027$) мали спортсмени групи II і, відповідно, низькі показники ІАА ($0,3 \pm 0,03$) і високі ХНК-2 ($1,52 \pm 0,045$) – спортсмени групи I. Це означає, що спортсмени-підлітки, які представляють швидкісно-силові види спорту більш агресивні, ніж їх однолітки видів спорту на витривалість.

У контексті вищевисвітленого неабияке значення має вивчення впливу різних видів єдиноборств: східного (карате, дзюдо, джіу джіцу, айкідо, теквандо тощо) і „західного” (бокс та боротьба вільна, греко-римська, самбо тощо) на формування особових якостей, в тому числі якості агресивності.

Зазначено, що думки різних авторів з даної проблеми є полярними. Так, одні фахівці [30] прийшли того висновку, що в процесі занять східним єдиноборством у підлітків формуються високі рівні агресивності, жорстокості та тривожності не лише у відношенні до свого суперника, але і до своїх товаришів, рідних та близьких людей і навіть до тварин; інші вказують на протилежне, а саме, що філософія бойових мистецтв Сходу ставить на перше місце не використання ударів чи блоків при виникненні конфліктної ситуації, а вміння уникнути її, більше того, основною метою цих єдиноборств є не перемога або поразка, а удосконалювання характеру

особистості, виховання сили духу та підвищення духовності спортсмена [19]. Невипадково, що у більшості назв східних єдиноборств присутнім є частина слова „до”. „До” – це шлях, манера триматися, точка зору і склад розуму. Для прикладу, айкідо перекладається як „шлях до гармонії духу”, карате „шлях пустої руки” тощо.

Під нашим спостереженням перебували юні спортсмени наступних спортивних клубів Українських федерацій східного єдиноборства: „Кіокушин-кан шогакукай карате” (м. Бровари; тренер – В.Шевчук) (n=18); „Кіокушин карате” (м. Київ; тренер – О.Слепов) (n=12) та „Айкідо йо шин-кан” (м. Київ; тренер – В.Кравченко) (n=11). Загальна кількість респондентів – 41 особа.

Аналізуючи результати дослідження (табл.3), було виявлено, що юні боксери і борці з достовірною вірогідністю ($p < 0,001$) відрізняються від своїх однолітків-спортсменів східного єдиноборства. За даними ІЯА у них реєструється самий високий ступінь агресивності (від 2,4 балів – у боксерів до 3,5 балів – у борців). При цьому варто вказати на той факт, що за величиною цього показника, спортсмени східного єдиноборства абсолютно нічим не відрізняються від спортсменів видів спорту на витривалість. У представників цих груп видів спорту відмічається самий низький ступінь агресивності.

Перш ніж зробити узагальнюючі висновки результатів наших досліджень, спробуємо коротко проаналізувати фактори, які можуть сприяти формуванню агресивності юних спортсменів. До таких відносимо наступні: спадковість як природжена властивість людини і тварини (концепції З.Фрейда і К.Лоренца і Т.Гоббса); природжені індивідуально-типологічні властивості ВНД [5]; природжений, що асоціюється з дослідженнями Олвенса (1988) [5] та набутий в процесі занять фізичними навантаженнями силового характеру [9] високий вміст у крові чоловічого статевого гормону тестостерону; штучне підвищення андрогенів у крові за рахунок використання анаболічних стероїдів [16], які у спорті відносяться до розряду допінгових засобів і є забороненими у застосуванні [21]; гіперкінезія, що ґрунтується на виконанні великих за об'ємом

та інтенсивністю фізичних навантажень (за даними авторів [10] такі навантаження можуть сприяти розвитку вегето-судинного рефлексу з тривалими спазмами судин головного мозку); високий рівень травматизації [14, 2] та застудних захворювань (гострі респіраторні захворювання, ангіни, бронхіти тощо) [12, 24, 13], що згідно концепції „фрустрації – агресії” Дж. Долларда, Н.Міллера і Л.Берковіца [7] може перешкодити досягненню мети у спорті; незадовільні, що порушують морально-етичні норми та наносять шкоду вихованню підростаючого покоління, судійства „любительських” змагань, зокрема з таких видів спорту як бокс, боротьба, художня гімнастика та багато інших [10].

Існують також відомості, які свідчать про незаперечний факт специфічного впливу фізичних навантажень різних за спрямованістю та біомеханічною структурою рухів на організм людей різного віку і професійної зайнятості [15, 3]. Як показали в минулому результати наших досліджень [27] заняття спортом у підлітків 13-16 років призводить до формування специфічних, зумовлених тренуваннями фізичних якостей, а також до нерівномірного розвитку серцево-судинної та дихальної систем, працездатності тощо. Більше того, в процесі багаторічних спостережень вияснилося, що в них, подібного до того, як під час занять фізичними вправами в людей похилого віку [15] і в дорослих висококваліфікованих спортсменів [6], поряд з придбанням одних функціональних здібностей організму „втрачаються” інші.

На нашу думку, факт специфічного впливу навантажень на організм (якщо під специфічністю можна розуміти наступне: біомеханічну структуру рухів; переважний розвиток тих чи інших рухових якостей; переважну циклічність та ациклічність роботи; переважну потужність роботи, яка досягається в тренувальному процесі (максимальна, субмаксимальна, велика, помірна), а також ті зміни (фізіологічні, біохімічні тощо), які виникають при цьому в організмі спортсменів) може бути додатковим до вищевисвітлених чинників, що сприятиме формуванню агресивності.



Таблиця 3
Ступінь виявлення агресивності (за індексом якості агресивності – ІЯА) у юних спортсменів 13-16 років різних видів єдиноборств, χ^2 m

Показник	Східне єдиноборство		Західне єдиноборство	
	Карате (n=30)	Айкідо (n=11)	Бокс (n=22)	Вільна боротьба (n=25)
ІЯА, бали			2,4 ± 0,21 (3)	3,5 ± 0,18 (4)
Коефіцієнти достовірності відмінностей: t; p 1-3 t; p 1-4 t; p 2-3 t; p 2-4	0,2 ± 0,03 (1)	0,4 ± 0,14 (2)	10,37; < 0,001 7,93; < 0,001	18,09; < 0,001 13,60; < 0,001

Висновки:

1. Специфіка видів спорту обумовлює різний прояв агресивності юних спортсменів. За даними тесту Розенцвейга, високий рівень агресивності спостерігається у представників тих видів спорту, які переважно розвивають швидкісно-силові якості, переважно характеризуються ациклічністю роботи, а за потужністю самої роботи в тренувальному процесі відносяться до видів спорту (згідно з класифікацією видів спорту за О.Г.Дембо), які переважно мають максимальну та субмаксимальну потужність роботи. У більшості з них (особливо спортсменів видів єдиноборства) з придбанням одних, так необхідних для досягнення високих спортивних результатів, психічних якостей (сміливість, наполегливість, цілеспрямованість, воля до перемоги тощо) спостерігається „втрата” інших (як, наприклад, добросердечності).

2. Визначення сили – чутливості нервової системи за даними реєстрації психофізіологічного показника ХНК-2 (характеристика нахили кривої за двома інтенсивностями звуку), на нашу думку, може бути одним із прогностичних показників у визначенні схильності до агресії.

3. Аналіз результатів дослідження показує, що за даними рівня агресивності східне єдиноборство не несе агресії, не є засобом нападу, а тому може ефективно впливати на формування особових якостей та підвищення духовності юних спортсменів.

4. Нерівномірність розвитку особових якостей (як, наприклад, агресивності) юних спортсменів під впливом тренувальних навантажень різної спрямованості визначає необхідність корекції тренувального процесу за рахунок використання засобів виховної роботи, які повинні бути гарантом у досягненні гармонії духовного та фізичного через гармонійний розвиток особистості.

Подальші дослідження в даному напрямі необхідно спрямувати на більш глибоке вивчення характеру зміни особових якостей спортсменів-підлітків під впливом занять спортом різної тренувальної спрямованості.

Література

1. Бальсевич В.К. *Физическая культура для всех и каждого*. – М.: Физкультура и спорт, 1998. – 234с.
2. Башкиров В.Ф. *Профилактика травм у спортсменов*. – М.: Физкультура и спорт, 1987. – 176с.
3. Булич Е.Г., Муравов И.В. *Здоровье человека: Биологическая основа жизнедеятельности и двигательная активность в ее стимуляции*. – К.: Олимпийская литература, 2003. – 424с.
4. Визитей Н.Н. *Физическое совершенство как характеристика всесторонне и гармонически развитой личности // Физическая культура и современные проблемы физического совершенства человека*. – М., 1985. – С.34-42.
5. Грибан В.Г. *Валеология: Навчальний посібник*. – К.: Центр навчальної літератури, 2005. – 256с.
6. Дембо А.Г. *Актуальные проблемы современной спортивной медицины*. – М.: Физкультура и спорт, 1980. – 295с.
7. Дроздов О.Ю., Скок М.А. *Проблемы агрессивной поведінки особистості: Навчальний посібник*. – Чернігів: ЧДПУ імені Т.Г. Шевченка, 2000. – 225с.
8. Кабачков В.А., Тюленьков С.Ю., Куренцов В.А.

Влияние занятий различными видами спорта на психическую устойчивость и физическую подготовленность подростков с асоциальным поведением // Теория и практика физ. культуры. – 2003. – №10. – С.60-63.

9. Карелсон К.М., Виру А.А., Смирнова Т.А. *Влияние силовых упражнений на уровень в крови гормонов, регулирующих белковый обмен // Актуальные проблемы функциональных резервов спортсмена. Сборник научных трудов*. – Л.: изд. ГДОИФК им. П.Ф. Лесгафта, 1985. – С.80-83.

10. Ким В.В., Латынов М.М., Линькова Н.А., Хам Г.С. *О разделении спорта и оздоровительной физической культуры // Теория и практика физ. культуры*. – 2001. – №3. – С.17-21.

11. Кретти Брайент Дж. *Психология в современном спорте*. Пер. с англ. Ханина Ю.Л. – М.: Физкультура и спорт, 1978. – 224с.

12. Левандо В.А. *Заболевание верхних дыхательных путей и органа слуха у спортсменов*. – М.: Физкультура и спорт, 1986. – 112с.

13. Медик В.А., Юрьев В.К. *Состояние здоровья, условия и образ жизни современных спортсменов*. – М.: Медицина, 2001. – 144с.

14. Миронова З.С., Меркулова Р.И., Богуцкая Е.В., Баднин И.А. *Перенапряжение опорно-двигательного аппарата у спортсменов*. – М.: Физкультура и спорт, 1982. – 95с.

15. Муравов И.В. *Двигательная активность в регуляции функций организма при старении // Двигательная активность и старение*. – Киев, 1969. – С.9-49.

16. Мухин Е.А., Дубченко В.В., Гончар В.И., Госнаш В.Б. *Гормоны и кислород под повышенным давлением (гормональные препараты и гипероксические состояния) / Отв. ред. д. мед. н. Гикавий В.И.* – Кишенев: Штинца, 1988. – 132с.

17. Начинская С.В. *Основы спортивной статистики*. – К.: Вища школа, 1987. – 190с.

18. Немов Р.С. *Психология: Учеб для студ. высш. пед. учеб. заведений*. – М.: Гуманит. Изд. Центр ВЛАДОС, 2000. – 640с.

19. Нестеров Е.Ю. *Влияние восточных единоборств на формирование личностных качеств спортсменов // Педагогіка, психологія та медико-психологічні проблеми фізичного виховання і спорту: Зб. наук. пр. за ред. Єрмакова С.С.* – Харків – Донецьк: ХДАДМ (ХХПІ), 2005. – №10 – С.224-227.

20. Пейсахов Н.М. *К диагностике силы процесса возбуждения по двигательной методике // Проблемы психологии индивидуальных различий*. – К., 1974. – С.3-23.

21. Платонов Владимир. *Допинг и борьба с ним в современном спорте: взгляд на проблему // Спортивная медицина*. – 2003. – №1. – С.41-67.

22. Путятин Г.Н. *Детско-юношеские спортивные школы в системе гармонического развития личности // Педагогіка, психологія та медико-біологічні проблеми фізичного виховання і спорту: Зб. наук. пр. за ред. Єрмакова С.С.* – Харків – Донецьк: ХДАДМ (ХХПІ), 2005. – №10. – С.233-235.

23. Сеченов И.М. *Избранные произведения / Под редакцией со вступительной статьей кандидата философских наук В.М. Каганова*. – М.: Государственное учебно-педагогическое издательство Ми-

нистерства просвещения РСФСР, 1953. – 333с.

24.Сухарев А.Г. *Здоровье и физическое воспитание детей и подростков.* – М.: Медицина, 1991. – 272с.

25.Теплов Б.М. *Избранные труды: В 2-х т.* – М.: Педагогика, 1985. – Т. II. – 360с.

26.Томилов В.Н. *Агрессивность в спорте: социально-биологический аспект // Теория и практика физ. культуры.* – 1990. – №10. – С.39-42.

27.Хорошуха М.Ф. *Особенности изменений физической работоспособности и ее кардиореспираторного обеспечения у юных спортсменов под влиянием тренировочных нагрузок различной направленности: Автореф. дисс. ... канд. мед. наук.*

– М., 1989. – 24с.

28.Хорошуха М.Ф. *Про інформативність психофізіологічних показників у проведенні комплексного відбору юних спортсменів, які спеціалізуються в циклічних видах спорту // Теорія і методика фізичного виховання і спорту.* – 2005. – №1. – С.59-64.

29.Шварц В.Б., Хрущев С.В. *Медико-биологические аспекты спортивной ориентации и отбора.* – М: Физкультура и спорт, 1984. – 152с.

30.Шумакова Н.Ю. *Взаимосвязь физических упражнений с агрессивным поведением подростков // Теория и практика физ. культуры.* – 2002. – №9. – С.53-56.