



МИНИСТЕРСТВО СПОРТА
РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

МИНСПОРТ



ПГУ
ФК
СИТ

Поволжский государственный
университет физической культуры,
спорта и туризма



СМУС КАЗАНИ
Совет молодых ученых
и специалистов

ФИЗИОЛОГИЧЕСКИЕ И БИОХИМИЧЕСКИЕ ОСНОВЫ И ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ ТЕХНОЛОГИИ АДАПТАЦИИ К РАЗНЫМ ПО ВЕЛИЧИНЕ ФИЗИЧЕСКИМ НАГРУЗКАМ

Материалы Всероссийской научно-практической конференции
с международным участием, посвященной памяти доктора
биологических наук, профессора А.С. Чинкина

Казань, 18 ноября 2022 года

Министерство спорта Российской Федерации
Министерство спорта Республики Татарстан
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования «Поволжский государственный университет
физической культуры, спорта и туризма»
Совет молодых ученых и специалистов Казани

ФИЗИОЛОГИЧЕСКИЕ И БИОХИМИЧЕСКИЕ
ОСНОВЫ И ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ ТЕХНОЛОГИИ
АДАПТАЦИИ К РАЗНЫМ ПО ВЕЛИЧИНЕ
ФИЗИЧЕСКИМ НАГРУЗКАМ

Материалы Всероссийской научно-практической конференции
с международным участием, посвященной памяти
доктора биологических наук, профессора А.С. Чинкина

Казань, 18 ноября 2022 года

УДК 612.0+796.011.3

ББК 28.70+75.10

Ф 504

Ф 504 Физиологические и биохимические основы и педагогические технологии адаптации к разным по величине физическим нагрузкам: Материалы Всероссийской научно-практической конференции с международным участием, посвященной памяти доктора биологических наук, профессора А.С. Чинкина. Казань, 18 ноября 2022 года.

Казань: ФГБОУ ВО «Поволжский ГУФКСиТ», 2022. – 461 с.

В сборнике представлены материалы Всероссийской научно-практической конференции с международным участием «Физиологические и биохимические основы и педагогические технологии адаптации к разным по величине физическим нагрузкам», посвященной памяти доктора биологических наук, профессора А.С. Чинкина, проходившей на базе ФГБОУ ВО «Поволжский государственный университет физической культуры, спорта и туризма», г. Казань. Сборник предназначен для специалистов в области физической культуры, спорта и туризма, преподавателей высших учебных заведений, научных работников, студентов, тренеров и спортсменов.

Материалы представлены в авторской редакции.

Редакционная коллегия:

Зверев А.А., к.б.н., доцент, зав. кафедрой медико-биологических дисциплин Поволжского ГУФКСиТ.

Давлетова Н.Х., к.м.н., доцент кафедры медико-биологических дисциплин Поволжского ГУФКСиТ.

Под общей редакцией:

Назаренко А.С. к.б.н., доцент, проректор по научной работе и международной деятельности Поволжского ГУФКСиТ.

УДК 612.0+796.011.3

ББК 28.70+75.10

© Кафедра МБД, 2022

© Поволжский ГУФКСиТ, 2022

СВЯЗЬ МЕЖДУ УРОВНЕМ РАЗВИТИЯ СПОРТИВНОЙ КУЛЬТУРЫ ЛИЧНОСТИ И АГРЕССИВНОСТИ СПОРТСМЕНОВ

Воложанина А.С., Шириев Р.Р.

Поволжский государственный университет
физической культуры, спорта и туризма

Казань, Россия

Аннотация: В статье рассматривается проблема недостаточной изученности психолого-педагогических аспектов агрессии и агрессивности спортсменов с учетом уровня развития спортивной культуры личности. Авторами приводится сравнительная характеристика данных экспериментального исследования показателей проявления агрессии, психофизиологического стресса и особенностей смысложизненных ориентаций борцов.

Введение: В условиях быстрорастущей конкуренции в профессиональном спорте повышенный интерес вызывают исследования состояния агрессии и агрессивного поведения у спортсменов. Это может быть обусловлено особенностями спортивной подготовки в избранном виде спорта. Тренировочный и соревновательный процессы у борцов проходят под большим психо-эмоциональным напряжением, связанным с достижением определенной цели и наивысшего соревновательного результата.

На формирование личности спортсмена может повлиять множество факторов, одним из которых является агрессивность и любое ее проявление. Однако спорт зачастую связан с проявлением агрессии. С одной стороны это всегда связано с уровнем контакта в избранном виде спорта, а с другой, с индивидуально-типологическими особенностями психики спортсмена-темперамент, характер, спортивные способности. Одним из определяющих критериев является уровень развития личностно-поведенческого компонента спортивной культуры спортсмена, который во многом определяет успешность и результативность тренировочной и соревновательной деятельности. Данный личностно-поведенческий компонент определяет функционирование волевых качеств характера, которые показывают психологическую готовность спортсмена к спортивной деятельности и ведению спортивного стиля жизни. Развитие личностно-поведенческого компонента происходит как в процессе актуализации отношений личности к себе, так и к экстремальным условиям и ситуациям в процессе борьбы. С учетом сформированности личностных отношений спортсмена выделяют три уровня развития личностно-поведенческого компонента спортивной культуры личности.

Низкий уровень спортивной культуры личности характеризуется зависимостью от ситуации или внешних управляющих воздействий со стороны тренера. Средний уровень характеризуется тем, что эти отношения становятся привычными для спортсмена, они мало подвержены влиянию внешних факторов и управляются волевыми качествами самой личности. Высокий уровень характеризуется тем, что актуализация этих отношений не зависит от

внешних и экстренных факторов, принимают высокую устойчивость. Высокий уровень развития спортивной культуры называется спортивным характером.

Мы считаем, что агрессивность в спорте тесно связана с уровнем развития его спортивной культуры, а также с совокупностью действий, которые нарушают спортивные нормы и правила, из-за чего происходит внутренний конфликт.

Цель исследования: раскрыть психолого-педагогические аспекты агрессии и агрессивности спортсменов с учетом уровня развития спортивной культуры личности.

Организация и проведение исследования. В исследовании приняли участие 10 юношей и 10 девушек борцов, в возрасте 18-24 года, со спортивной квалификацией от 1 взрослого разряда до кандидата в мастера спорта. В ходе исследования было проведено тестирование.

Результаты исследования и их обсуждение. Любой вид борьбы является контактным видом спорта, и каждый из них характеризуется тенденцией увеличения показателей проявления агрессии среди спортсменов. Сами спортсмены считают, что их агрессия во время соревновательной схватки связана с: 1) желанием выиграть; 2) давлением со стороны наблюдающих и тренера; 3) сложностью в концентрации; 4) высокой скоростью схватки; 5) ограниченностью действий во времени.

Нами было проведено исследование на определение уровня психологического стресса по шкале PSM-25 Лемура-Тесье-Филлиона.

В результате исследования мы выявили, что 2 борца имеют низкий уровень стресса, их ППН (показатель психической напряженности) составляет менее 100 баллов, что свидетельствует о состоянии психологической адаптированности к рабочим нагрузкам. У 14 человек ППН находится в интервале 100-154 баллов, что говорит о среднем уровне стресса. У 4 борцов ППН превышает 155 баллов, что свидетельствует о состоянии дезадаптации и психического дискомфорта.

Важнейшим системообразующим фактором личности является смысл жизни. С помощью теста смысложизненных ориентаций (СЖО), адаптированной Д.А. Леонтьевым и соавт. (1993), у спортсменов исследуются системные свойства личности, которые отражали ее смыслы жизни в субшкалах теста: цели в жизни; процесс жизни; результативность жизни и удовлетворенность самореализацией; локус контроля Я (Я-хозяин жизни); локус контроля-жизнь или управляемость жизнью. Наиболее соответствуют предмету нашего исследования ценностные ориентации, отраженные шкалами: «Процесс жизни» и «Результат жизни».

По результатам исследования по методике СЖО можно сказать, что исследуемую группу борцов можно охарактеризовать как людей, в достаточной мере обладающими целями в жизни, удовлетворенной самореализацией и контролем над жизнью. Исследуемые спортсмены уже нашли свой смысл в жизни, они четко знают, чего хотят от жизни и идут к своей цели. Спортсмены в большинстве (17:3) считали, что их жизнь сложилась более или менее нормально, она волнующая и захватывающая, наполненная смыслом и содержанием; каждый новый день не похож на другие и приносит много впечатлений. Спортсмены

меньшинства отметили, что многое в их жизни из того, что было запланировано, не осуществилось, не удалось добиться тех или иных спортивных целей, были отмечены предпосылки на эмоциональное выгорание.

Для определения агрессивности был проведен тест-опросник Л.Г. Почебут. Опросник определяет уровень вербальной агрессии (ВА), которая проявляется в использовании словесных оскорблений; уровень физической агрессии (ФА), которая проявляется в проявлении физической силы; уровень предметной агрессии (ПА), которая проявляется в срыве агрессии на окружающие предметы; уровень эмоциональной агрессии (ЭА), которая проявляется подозрительностью и неприязнью при общении; уровень самоагрессии (СА), которая проявляется в отсутствии механизмов психологической самозащиты. Результаты представлены в таблице 1.

Таблица 1 – Результаты опросника Л.Г. Почебут

Показатель	Низкий уровень	Средний уровень	Высокий уровень
ВА	-	17	3
ФА	1	14	5
ПА	12	7	1
ЭА	4	14	2
СА	11	5	3

Обобщая результаты проведенного опроса, следует заключить, что у исследуемой группы борцов преобладает вербальное проявление агрессии. У большинства борцов физическая и эмоциональная агрессия находится на среднем уровне, что может указывать на специфику спортивной тренировки и избранного вида спорта. Низкий уровень самоагрессии показывает, что у группы достаточно сформированы механизмы эмоциональной самозащиты.

Выводы. Таким образом, по результатам проведенных тестирований можно сделать вывод, что проявление агрессии как личностной характеристики зависит не только от индивидуально-психологических особенностей личности, но и от уровня сформированности его личностно-поведенческого компонента спортивной культуры.

Список литературы:

1. Серебrenникова Н.А. Эмоциональный интеллект как структурообразующий компонент профилактики агрессивного поведения баскетболистов (на примере студенческих баскетбольных команд) / Н.А. Серебrenникова, В.П. Шаган, П.М. Самойленко // Педагогико-психологические и медико-биологические проблемы физической культуры и спорта. - 2021. - №16,3. - С.92-99.

2. Серебrenникова Н.А. Проявление агрессии у студентов-баскетболистов/Н.А.Серебrenникова, О.В.Матвиенко, В.П. Шаган // физиологические и биохимические основы и педагогические технологии адаптации к разным по величине физическим нагрузкам. - 2017. - С. 229-231.

15. Вахитов И.Х., Миндубаев А.М., Гайнутдинов А.А., Скорнякова Т.С., Янькова Д.
РЕАКЦИЯ ЧАСТОТЫ СЕРДЕЧНЫХ СОКРАЩЕНИЙ ГИМНАСТОВ
В ПЕРИОД СОРЕВНОВАНИЙ..... 65
16. Вахитов И.Х., Миндубаев А.М., Гайнутдинов А.А., Скорнякова Т.С., Янькова Д.
ОСОБЕННОСТИ ИЗМЕНЕНИЯ ЧАСТОТЫ СЕРДЕЧНЫХ СОКРАЩЕНИЙ У ДЕТЕЙ
ПРИ РЕЗКОМ СНИЖЕНИИ УРОВНЯ ДВИГАТЕЛЬНОЙ АКТИВНОСТИ..... 68
17. Вахитов И.Х., Кувшинова В.В., Фаттахова А.М., Сафин Р.С.
ИЗМЕНЕНИЕ СОКРАТИТЕЛЬНОЙ ФУНКЦИИ СЕРДЦА ДЕТЕЙ
ПРИ ОГРАНИЧЕНИИ ДВИГАТЕЛЬНОЙ АКТИВНОСТИ..... 73
18. Воложанина А.С., Шириев Р.Р.
СВЯЗЬ МЕЖДУ УРОВНЕМ РАЗВИТИЯ СПОРТИВНОЙ
КУЛЬТУРЫ ЛИЧНОСТИ И АГРЕССИВНОСТИ СПОРТСМЕНОВ..... 77
19. Воронов А.В., Квашук П.В., Семаева Г.Н., Воронова А.А., Малкин Р.В.
АНАЛИЗ БИОМЕХАНИЧЕСКИХ ОСОБЕННОСТЕЙ РЕАЛИЗАЦИИ
СКОРОСТНО-СИЛОВОГО ПОТЕНЦИАЛА МЫШЦ ГРЕБЦОВ-АКАДЕМИСТОВ
ПРИ ГРЕБЛЕ В ЛОДКЕ И НА ГРЕБНЫХ ЭРГОМЕТРАХ РАЗНОЙ КОНСТРУКЦИИ 80
20. Выборная К.В., Семенов М.М., Раджаббадиев Р.М.
ОСОБЕННОСТИ СОМАТОТИПОЛОГИЧЕСКОГО ПРОФИЛЯ МУЖЧИН-СПОРТСМЕНОВ
ИГРОВЫХ ВИДОВ СПОРТА, СПЕЦИАЛИЗИРУЮЩИХСЯ В ФУТБОЛЕ,
БАСКЕТБОЛЕ И ВОДНОМ ПОЛО..... 85
21. Газнанова В.М., Романко А.А.
РЕЗУЛЬТАТЫ ПРИМЕНЕНИЯ МЕТОДИКИ РАЗВИТИЯ
СКОРОСТНО-СИЛОВОЙ ПОДГОТОВКИ БАДМИНТОНИСТОВ 16-17 ЛЕТ
НА ЭТАПЕ СОВЕРШЕНСТВОВАНИЯ СПОРТИВНОГО МАСТЕРСТВА..... 89
22. Галанов П.Н., Степанова Н.П.
ПОСЛЕДСТВИЯ СПОРТИВНОЙ НАТУРАЛИЗАЦИИ
или КАК ОЛИМПИЙСКИЕ ИГРЫ ТЕРЯЮТ СВОЙ СМЫСЛ 93
23. Гибадуллин М.Р., Файзрахманов Р.Ш., Афанасьев В.А.
ИССЛЕДОВАНИЕ ВЗРЫВНОЙ СИЛЫ ЛЫЖНИКОВ-ГОНЩИКОВ 21-23 ЛЕТ,
СПЕЦИАЛИЗИРУЮЩИХСЯ НА СПРИНТЕРСКИХ ДИСТАНЦИЯХ..... 97
24. Григорьев М.В., Прокопьева К.А.
СОВЕРШЕНСТВОВАНИЕ СТРЕЛКОВОЙ ПОДГОТОВКИ
ВЫСОКОКВАЛИФИЦИРОВАННЫХ БИАТЛОНИСТОВ 101
25. Даутова А.З., Янышева Г.Г., Якубов Р.Ю., Жеренков И.О., Козлов А.В., Назаренко А.С.
ВЛИЯНИЕ БИОХИМИЧЕСКИХ И ГЕМАТОЛОГИЧЕСКИХ ПАРАМЕТРОВ КРОВИ
НА АЭРОБНЫЕ ВОЗМОЖНОСТИ ЮНЫХ СПОРТСМЕНОВ..... 105
26. Денисенко Д.Ю., Фаттахов Р.В.
ХАРАКТЕРИСТИКА ОБЩЕЙ ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВЛЕННОСТИ
МИНИ-ФУТБОЛИСТОВ НА ТРЕНИРОВОЧНОМ ЭТАПЕ I ГОДА ОБУЧЕНИЯ..... 110
27. Дербенев А.С., Коновалов И.Е.
РАЗВИТИЕ СИЛЫ ВОЛЕЙБОЛИСТОВ 15-16 ЛЕТ НА ОСНОВЕ
ПРИМЕНЕНИЯ КОМПЛЕКСОВ СПЕЦИАЛЬНЫХ УПРАЖНЕНИЙ 114

