

2. Оцінка показників ВСР дозволяє займатись науковим прогнозуванням функціональних можливостей висококваліфікованих спортсменів за допомогою оперативного контролю ФСО.

ЛІТЕРАТУРА

1. Баевский Р.М., Мотылянская Р.Е. Ритм сердца у спортсменов. - М: Медицина, 1986. - 142 с.
2. Платонов В.Н. Адаптация в спорте. - К: Здоровья, 1988. - С.78-108.
3. Бичаев В.И., Коновалов В.Н., Грязнов В.К. Математический анализ сердечного ритма в практике спорта высших достижений // Теория и практика физической культуры. - 1998. - №.5. - С.17-21.
4. Михайлов В.М. Вариабельность ритма сердца: опыт практического применения. - Иваново, 2000. - С.87-89.

THE OPERATIVE CONTROL OF THE TOP-CLASS SPORTSMENS FUNCTIONAL STATE FOR THE HIGHEST EFFECT OF THE TRAINING PROCESS

FELIPOVA E. Y.

Lugansk state medical university

The significance of heart rate variability research in the assessment of evaluation of top-class sportsmen adaptation was revealed. It was shown that the study of heart rate variability change helps to optimize the training regimes if it becomes necessary.

ДО ПИТАННЯ АГРЕСИВНОСТІ В СПОРТІ

ОЛЕКСАНДР ФОТУЙМА

Прикарпатський університет імені Василя Стефаника

Агресивність у спорті стала розповсюдженим явищем. Ми спостерігаємо за її проявом на трибунах стадіонів, на ігрових майданчиках, на лавах запасних. Деякі спортсмени-боксери закінчують свої поединки за допомогою жорстких, травматичних елементів; тренери дитячих команд часто використовують засоби емоційної агресивності, принижуючи гідність дітей. Складається враження, що конкуренція у ставленні один до одного стає все більш деструктивною [8].

Чи є людина за своєю природою агресивною? В своїх роботах Фрейд З. стверджує, що вся людська поведінка виникає з "еросу", інстинкту життя, чия сутність (наблюд) спрямована на зміцнення, збереження життя. У цьому контексті ерос трактується просто як реакція блокування чи руйнування лібідних імпульсів. Агресія не трактувалась, як невід'ємна чи постійна частина життя [7]. Під час досвід світової війни, Фрейд поступово прийшов до сумнішого висновку стосовно сутності джерел агресії. Він запропонував визнати існування "агресивного імпульсу", стверджуючи, що вся людська поведінка є результатом взаємодії цього інстинкту з еросом і що між ними існує постійна напруга

Фрейд стверджує, що в результаті звичайного відбору з'явився новий вид – "агресивний імпульс". Теорія фрустрації доводить, що агресивність є безпосереднім

результатом фрустрації, яка має місце в тому випадку, якщо не досягається поставлена мета [1, 4]. При цьому фрустрація вважається провокатором агресії, що в свою чергу, полегшує прояви чи підтримує агресивну поведінку [4].

Теорія соціального вчення пояснює агресивність як поведінку, що засвоєна в результаті спостереження за іншими моделями поведінки та подальшого підкріплення проявів подібних дій [9, 10].

Чи можемо ми стверджувати, що спортивна діяльність - своєрідний механізм гальмування агресивності, чи, навпаки, вона є рушійною силою для прояву цього стану [6]. Для того, щоб відповісти на ці питання, необхідно сказати, що ж таке агресія.

Багато авторів приділяють увагу визначенню цього поняття [1, 4, 3, 12, 15]. Берковіц звернув увагу на те, що в англійській мові це визначення передбачає велику різноманітність дій. Психологи визначають агресивність, як будь-який вид поведінки чи дії з метою нанесення образи чи пошкодження іншій живій істоті, яка не бажає подібного поводження [10, 11]. Очевидно, агресію слід розглядати як модель поведінки, а не як емоцію, мотив, чи настанову [1]. Психологи розрізняють два види агресивності: реактивну, чи ворожу, та інструментальну [15].

За даними Р.Мортенс [5], людина, яка діє в умовах стресу, часто стає тривожною і надто напруженою. Чудовим способом усунення цих станів є інтенсивне фізичне навантаження, яке може повернути організм до стану фізичної та психічної рівноваги. Сілва [14] стверджує, що активні вправи і агресивні дії є звичайним транквілізатором.

Наведені вище теорії агресивності пропонують різні співвідношення між спортом і агресією. Тому теорія інстинкту [7] рекомендує спорт як помірну агресивну діяльність для зменшення насильницьких проявів. Прихильники теорії соціального вчення [9, 10] вважають, що, якщо агресію позитивно підкріплювати, то це підсилить агресивні звички, зменшуючи тим самим час гальмування прояву агресії.

Результати експериментальних досліджень показують, що агресивна поведінка в ряді випадків може як знижувати прояви агресивності, так і підвищувати їх [14]. Одна з гіпотез стверджує, що катарсис не виникає при інструментальній агресії, а настає після гніву чи реактивної агресії. На жаль, роль спорту та фізичних вправ, як засобу досягнення катарсису, ніколи не була чітко охарактеризована. Не зрозуміло, чи всі види спорту, чи лише ті, що дають можливість проявити агресію, володіють катарсичними якостями.

Не отримано також чіткої відповіді на питання: чи є катарсис засобом агресії, що проявляється при заняттях спортом, чи він настає в результаті активної виконання фізичних вправ. Звичайно, ті види спорту, де немає безпосереднього контакту суперників, дають мало можливостей для виходу агресії. А в більшості контактних видів спорту створені суворі правила, за дотриманням яких стежить судді [6]. Тобто, якщо катарсичний ефект - наслідок акту агресії, то спорт в цілому, менш стримано ставиться до прояву агресії. Тому думка, що спорт - це панацея від агресії, оскільки він відкриває можливості для більш м'якого її прояву, здається сумнівною.

Дослідження показують, що в результаті інтенсивної рухової активності людина може більшою мірою зазнавати впливу агресії у випадку зіткнення з її потенційним стимулом [16].

Спортивна діяльність, як суспільне явище, відрізняється від інших видів діяльності наявністю вболівальників, які можуть проявляти агресивність. Виникає питання: чи можуть спортивні змагання бути причиною агресивної поведінки зі сторони вболівальників? Теоретично можна стверджувати, що спортивні видовища викликають ріст агресії з боку спостерігачів (внаслідок соціального навчання), а також її зниження (внаслідок катарсису). Існують дані, які свідчать про те, що спостереження за спортивними змаганнями, особливо тими, що включають у свою програму агресивні види спорту, викликають ріст агресії [2, 5, 13]. Ніякої різниці в рівні агресії “до і після” не було виявлено у людей, що відвідали змагання гімнастів чи плавець [5, 13]. Це свідчить про вибірковий вплив видів спорту щодо посилення агресивності.

Отже, для нас є очевидним, що сьогодні відсутня єдина точка зору щодо впливу спортивної діяльності на прояви агресивності. Питання взаємозалежності рівня агресії та спортивних змагань потребує детальних досліджень із метою впровадження системи методів контролю за цим станом.

ЛІТЕРАТУРА

- Барн Р., Ричардсон Д. Агрессия. – СПб.: Питер, 2000. – 351 с.
- Гарішкіна О.В. Влияние личностной агрессивности и тревожности подростков на эмоциональное отношение к агрессивности в телевизионной рекламе. // Психологический журнал - 1999.-т.20.- №4.- С. 96-101
- Мартин В.В. Понимание войнами-интернационалистами ситуации насилия и уважения человеческого достоинства. // Психологический журнал – 1989.-т.10.- №4.- С.113-124.
- Мейерс Д. Социальная психология. Интенсивный курс. - СПб.: прайм – Еврознак, 2000. - 512 с.
- Мертис Р. Социальная психология и спорт.-М.: ФиС, 1979. - С.107-123.
- Робертс Р.С., Гоулд Д. Основы психологии спорта и физической культуры.- К., Украинская литература, 1998.- 335 с
- Селин Э. Влечения и их судьба.- М.: ЭКСМО – ПРЭСС, 1999.-432 с.
- Селин Э. Психоанализ и этика.- М.: ООО " АСТ-ЛТД", 1998.-568 с.
- Вольтерс А. Wolters R.H. Adolescent aggression.- New York: Ronald Press, 1959, - 199p.
- Bandura A. Aggression: A social learning analysis. Englewood Cliffs. NJ: Prentice-Hall, 1973. - p.119-120.
- Baron R.A. The influence of hostile and nonhostile humor upon physical aggression. // Personality and Social Psychology Bulletin-1978.-№ 4.- p. 77-80.
- Baron R.A. Human aggression.- New York : Plenum Press, 1977.- 474 p.
- Band A.H. The psychology of aggression.- New York : Wiley, 1961.- p. 169-181.
- Bandura H. Aggression and Altruism.- New York: Holt, Rinehart and Winston, 1970.-p. 37-43.
- Bliss J.M. Competitive sport environments: Performance enhancement through cognitive intervention // Behavior Modification – 1984.- № 6.- p. 443-463.
- Bliss D., Katcher A. H. , Milavski B. Excitation transfer from physical exercise to subsequent aggressive behavior // Journal of Experimental Social Psychology – 1972.- № 8.- p. 247-259.

THE PROBLEM OF AGGRESSION IN SPORTS

OLEXANDER FOTUYMA

Precarpathian Vasyl Stefanyk University

Aggression in sports has become a widespread phenomenon. Observing its development it seems that our behavior between each other becomes more and more destructive. The present period of the development of general activity requires the searching of rational methods of control the state of aggression, as the factor that promotes the level of results in sports or vice a verse. This article comments the scientific works concerning the state of aggression in the society. The question of influence of aggression of sportsmen on spectators and aggression of spectators on sportsmen.

**КІНЕМАТИЧНІ ХАРАКТЕРИСТИКИ РОЗБІГУ ЯК КРИТЕРІЇ
ОЦІНКИ ТЕХНІЧНОЇ ПІДГОТОВАНОСТІ СТИБУНОК У ВИСОТУ**

ОЛЕНА ХАНІКЯНЦЬ

Львівський державний інститут фізичної культури

Розбіг – це основна частина техніки стрибка у висоту, під час виконання якої стрибун набувають горизонтальної швидкості, створюють умови для виконання потужного відштовхування та ефективного подолання планки. Розбіг характеризується кількістю, довжиною, частотою (темпом) та швидкістю виконання кроків. У науково-методичній літературі, яка аналізує техніку стрибка у висоту, наводяться кінематичні характеристики розбігу: довжина кроків – до 20 см; темп виконання кроків – до 5 к/с; ритмо-темпові характеристики (контрастність – до 1,5 від/од, темпова інтенсивність – до 3,5 від/од, мобілізація – до 6 від/од, швидкість загального центру маси тіла стрибуну в кінці розбігу – до 8,5 м/с, тривалість відштовхування – 0,18 – 0,22 с та інші [1, 2].

На жаль, питання інформативності кінематичних характеристик на сьогодні вивчено недостатньо. Тому метою нашої роботи є дослідження інформативності кінематичних характеристик розбігу стрибунів різної кваліфікації у висоту.

У дослідженні брало участь 36 дорослих стрибунів різної кваліфікації: розряд – 8 стрибунів, КМС – 12 стрибунів, МС – 9 стрибунів, МСМК – 7 стрибунів. Усі вони виконували стрибки у висоту, поступово (по 5 см) піднімаючи планку до максимальної, тобто до трьох незарахованих спроб. Методом радіоподометрії (В.І.Чорнобай, 1979) дозволила нам реєструвати тривалість опорних періодів та періодів польоту кроків розбігу. Часові характеристики доповнювалися даними про довжину кроків. Додаючи тривалість опори та висоту кожного кроку розбігу, ми розраховували їх темп та швидкість. Додатково розраховувалися коефіцієнти бігової активності та модуль кроків.

Усього в роботі було проаналізовано 23 кінематичні характеристики розбігу (табл. 1).