

МИНОБРНАУКИ РОССИИ
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования
**«САРАТОВСКИЙ НАЦИОНАЛЬНЫЙ ИССЛЕДОВАТЕЛЬСКИЙ
ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ ИМЕНИ
Н.Г. ЧЕРНЫШЕВСКОГО»**

Кафедра спортивных игр

**«СПОРТ КАК ФАКТОР СОЦИАЛЬНОЙ АДАПТАЦИИ
АГРЕССИВНОГО ПОВЕДЕНИЯ ПОДРОСТКОВ»**

АВТОРЕФЕРАТ БАКАЛАВРСКОЙ РАБОТЫ

студента 4 курса 402 группы
направление подготовки 44.03.01 Педагогическое образование
профиль «Физическая культура»
Института физической культуры и спорта

Плотникова Никиты Сергеевича

Научный руководитель

доцент, к.ф.н.

подпись, дата

Р.С. Данилов

Зав. кафедрой

доцент, к.ф.н.

подпись, дата

Р.С. Данилов

Саратов 2022

Введение

Изучение проблемы агрессивного поведения человека в настоящее время стало едва ли не самым популярным направлением исследовательской деятельности учёных всего мира. Объяснить это можно тем, что агрессия, в каких бы формах не проявлялась, часто оказывается главным источником трудностей во взаимоотношениях между людьми, приносит боль и непонимание, зачастую ведёт к драматическим последствиям.

Жалобы на проявление агрессивности одно из наиболее распространенных явлений у родителей, педагогов, воспитателей. Рост агрессивных тенденций в подростковой среде отражает одну из острейших социальных проблем нашего общества¹.

Многие исследователи в нашей стране (Ю. Воронов, Е. Маринина, Ю.Б. Можгинский, А.А. Реан, О.О. Савина, Л.М. Семенюк, И.А. Фурманов, П.А. Ковалев, Э.И. Кондракова, О.В. Гордякова, В.В. Знакова и другие) и за рубежом (А. Басс, А. Бандура, К. Бютнер, П. Массен, М. Раттер, Д. Ричардс, Р. Уолтерс, С. Фешбек и другие) занимались проблемой агрессии, но к одному знаменателю не пришли, так как она сложна и многогранна и, следовательно, одного решения быть не может. В центре внимания исследователей оказались такие аспекты проблемы как биологические и социальные детерминанты агрессии, механизмы её усвоения и закрепления, условия, определяющие проявления агрессии, индивидуальные и половозрастные особенности агрессивного поведения, способы предотвращения агрессии²³.

¹ https://knowledge.allbest.ru/psychology/2c0b65635b3bd69b4d43b89421216d27_0.html

^{2 2} «Спортивная энциклопедия систем жизнеобеспечения». Редактор: Жуков А.Д. Изд.: Юнеско, 2011 год.

^{3 3} Николаев А.А. Двигательная активность и здоровье современного человека: Учебное пособие для преподавателей и студентов высших учебных заведений физической культуры. Смоленск: СГИФК, СГУ. 2005. - 93 с.: ил.

Как показывают исследования, агрессивность формируется преимущественно в процессе ранней социализации в детском и подростковом возрасте, и именно этот возраст наиболее благоприятен для профилактики и коррекции. Одним из вероятных способов профилактики и коррекции агрессии может явиться безболезненный процесс социальной адаптации в обществе.

Важной составляющей данного вопроса является изучение различных факторов, оказывающих влияние на формирование агрессивных форм поведения человека. Одним из таких факторов, по мнению некоторых учёных, может являться спорт.

Анализ и состояние отечественных и зарубежных исследований свидетельствуют о том, что в науке созданы определенные предпосылки исследования данной проблемы.

Проблема взаимосвязи спорта и агрессивного поведения обсуждалась на многих международных научных конгрессах, конференциях. Вопросы организации физического воспитания и спорта, его влияние на личность и становление нравственного и волевого характера рассматривались в работах Н.А. Алексеевой, В.К. Бальсевич, В.В. Белорусовой, В.М. Выдрина, А.А. Дергача И.Л. Журиной, В.А. Кабачкова, К.К. Казанцева, Ю.А. Копылова Н.Б. Кутергина, М.Я. Набатниковой, А.Л. Славко, В.И. Столярова, А.В. Сычугова, В.У. Уговцева, М.И. Шиловой, Н.Ю. Шумаковой и других. Но единого мнения по данной тематике не существует, высказываются самые различные и даже противоположные точки зрения.

Актуальность проблемы влияния спорта на агрессивные проявления у подростков определяется расширением диапазона приемлемости и оправданности различных форм агрессивного поведения среди подростков, занимающихся спортом. Не оспорим тот факт, что современный спорт как вид деятельности включен в систему социальных отношений. И большой интерес приобретает роль агрессии, как фактора адаптации или дезадаптации подростков, занимающихся спортом к социальной среде, так

как непосредственно в процессе спортивной деятельности и в связи с ним возникают и проявляются различные межличностные отношения. Совокупность этих отношений составляет основу формирующего влияния спорта на личность, усвоение его социального опыта в сфере спорта.

Особое место в этой полемике занимают спортивные единоборства, которые в наши дни пользуются особой популярностью. Так, по мнению одних учёных, занятия боевыми видами спорта, такими как вольная борьба, самбо, дзюдо, айкидо и другими, формируют у спортсмена уверенность в себе, способность контролировать свои эмоции, воспитывают разносторонне развитую личность. Другие же утверждают, что подобные занятия ведут к постепенному росту подсознательной, а потом и сознательной агрессии, причём агрессия приобретает путём наблюдения или подражания, и чем чаще она подкрепляется действиями, тем вероятнее её проявление⁴.

Существование столь различных точек зрения и подтверждает *актуальность* выбранной нами темы для исследования спорта как фактора социальной адаптации агрессивного поведения подростков.

Объектом нашего исследования является тренировочный процесс в спортивной секции, как фактор снижения агрессии подростков.

Предмет исследования – спорт как фактор социальной адаптации агрессивного поведения подростков.

Цель исследования – изучить теоретические и практические аспекты влияния спорта на социальную адаптацию агрессивного поведения подростков.

Для решения поставленной цели в работе ставятся следующие ***задачи***:

- охарактеризовать особенности подросткового возраста;
- рассмотреть виды проявлений агрессии в подростковом возрасте;
- выявить взаимосвязь агрессии и подросткового спорта;

⁴ <https://elibrary.ru/item.asp?id=35315591>

– провести психолого-педагогическую диагностику проявления агрессивности подростков;

– описать опыт работы проведения учебно-тренировочных занятий в секции борьбы;

– выработать рекомендации родителям агрессивных подростков.

Гипотеза исследования: предполагается, что у подростков-спортсменов, занимающихся в секции борьбы, агрессия проявляется больше, чем у подростков – не занимающихся спортом.

В ходе нашего эксперимента использовались следующие **методы исследования:**

- теоретические: изучение и анализ психологической, педагогической, специальной литературы;

- эмпирические: тестирование, анкетирование, наблюдение, беседа;

- статистические: анализ полученных результатов и их сравнение.

Практическая значимость работы.

Полученные экспериментальные данные позволят тренерам спортивных секций эффективно организовывать систему тренировочного процесса с целью предупреждения проявлений агрессивного поведения подростков вне зала.

Экспериментальная база: исследование проводилось в МУ ДО «ДЮСШ р.п. Новые Бурасы» Саратовской области. Возраст испытуемых составил 11-15 лет. Исследование проходило с сентября 2021 года по апрель 2022 года.

Основное содержание работы

Каждый родитель хочет видеть своего ребёнка здоровым и активным. Спорт для этой цели – самый лучший вариант. Приучать ребёнка к занятиям спортом можно с самого раннего возраста. Существует огромное количество самых разнообразных спортивных секций, в которые можно привести детей практически с младенческого возраста. Не зря же в гимнастику, плавание, фигурное катание и многие иные виды спорта принимают малышей. Физические нагрузки уже в раннем возрасте очень полезны детям и могут дать им действительно очень многое.

Спорт несёт в себе много позитивного для детского организма и полноценного, правильного физического развития. Сила и выносливость – это также качества, которые непременно приобретет ребёнок, занимающийся спортом.

Но перед многими родителями стоит вопрос: «Стоит ли отдавать ребёнка в силовые или боевые виды спорта? Не формируют ли они в детях агрессию?»

Вопросам профилактики асоциального поведения средствами физической культуры и спорта посвящено множество исследований, нередко противоречащие друг другу. Особое место в этой полемике занимают спортивные единоборства, которые в наши дни пользуются особой популярностью. Так, по мнению одних учёных занятия боевыми видами спорта, такими как вольная борьба, борьба, дзюдо, айкидо и другие, формируют у спортсмена уверенность в себе и способность контролировать свои эмоции. Другие же утверждают, что подобные занятия ведут к постепенному росту подсознательной, а потом и сознательной агрессии, причём агрессия приобретается путём наблюдения или подражания, и чем чаще она подкрепляется действиями, тем вероятнее её проявление. Подобное положение делает социально необходимым изучение проблемы агрессии в спорте, поскольку спорт является социальным явлением жизни общества, сферой профессиональной деятельности.

В связи с этим нами было запланировано и проведено исследование агрессивного поведения подростков. В контексте нашей работы мы исследовали агрессивное поведение подростков, занимающихся в спортивной секции борьбы, и агрессивное поведение подростков, не занимающихся в спортивных секциях.

Анализ полученных сведений и результатов исследования Платоновой З.Н., позволил ей выявить ряд закономерностей в проявлении агрессивности у подростков, занимающихся разными видами спорта.

Самый высокий уровень физической агрессивности – у подростков, занимающихся борьбой (85%). Средний уровень физической агрессивности – у легкоатлетов и фехтовальщиков. Самые низкие показатели у подростков, занимающихся спортивными танцами (45%) и плаванием (51%)⁵.

Анализ полученных данных позволил выявить ту или иную форму агрессии, характерную для данного вида спорта. Так, в результате анализа выяснилось, что у подростков, занимающихся спортом, уровень косвенной агрессии низкий.

У фехтовальщиков высокий уровень вербальной агрессии – 74%. У подростков, занимающихся спортивными танцами, высокий показатель обиды – 56%, у восточных единоборцев – 87%. У футболистов – на 72%, у борцов – на 85%, у биатлонистов – на 75% выражено преобладание физической агрессивности, но при этом низкая раздражительность. У пловцов преобладает чувство вины (58%) при мало выраженном чувстве обиды.

Наше экспериментальное исследование проводилось на базе МОУ СОШ №1 р.п. Новые Бурасы Саратовской области. В исследовании приняли участие подростки 11-15 лет. Количество испытуемых составило 30 человек, разделенных на две группы: контрольная, в которую входило 15 человек (К) и экспериментальная (Э), с такой же численностью подростков.

⁵ <https://elibrary.ru/item.asp?id=26247034>

Экспериментальная группа состоит из подростков, занимающихся в секции борьбы; в контрольную группу входят подростки, не занимающиеся в спортивных секциях.

Цель исследования – выяснить, отличаются ли подростки-спортсмены по выраженности агрессивности от подростков-не спортсменов.

В основу экспериментальной части исследования был положен сравнительный принцип анализа проявлений агрессии подростками.

Исследование осуществлялась в *три этапа*:

Цель исследования определила необходимость решения следующих *задач* экспериментальной работы:

- определить исходный уровень проявления агрессии у подростков контрольной и экспериментальной групп (*констатирующий этап эксперимента*);
- на примере опыта работы тренера В.Г. Кирсанова, показать, что правильно организованная тренировочная и воспитательная работа с подростками не оставляет места для проявления агрессии вне секции, так как она полностью реализуется в спортивной борьбе. (*формирующий (обучающий) этап эксперимента*);
- выработать методические рекомендации родителям агрессивных подростков (*контрольный этап эксперимента*).

1 Констатирующий этап исследования (сентябрь 2021 года)

На этом этапе осуществлялся подбор диагностических методик, проведение первичной диагностики в контрольной и в экспериментальной группах, описание и подсчёт результатов эксперимента.

2. Формирующий этап (октябрь 2021 года – март 2021 года).

Изучение тренировочного процесса, направленного на снижение уровня агрессивного поведения подростками экспериментальной группы, в спортивной секции борьбы.

Контрольный этап (апрель 2022 года).

Представление рекомендаций для родителей подростков-спортсменов или тем родителям, которые стоят перед выбором: в какую секцию отдать своего ребёнка.

При проведении эксперимента были использованы следующие *методы*:

- тестирование;
- анкетирование;
- беседа;
- наблюдение;
- метод математической обработки результатов эксперимента.

Исследование агрессивных реакций с помощью опросника Баса-Дарки (см. Приложение 1).

Мы провели изучение уровня агрессивности у 2 групп подростков: занимающихся спортом в спортивной секции и не занимающихся спортом. Мы предполагали, что проявления агрессивности у разных выборок могут иметь похожий уровень, но в то же время исходили из того, что у спортсменов уровень агрессивности может быть выше, чем у не спортсменов. Здесь мы исходили из мнения М. Месснера и Д. Сабо, которые пришли к выводу, что спорт формирует агрессивность у спортсменов.

Методику А. Баса и А. Дарки выполнили 30 подростков с 11 до 15 лет: из них 15-спортсмены, 15-неспортсмены (примечание: жирным шрифтом выделены данные спортсменов (таблица 3 приложений))

Как видно из таблицы, результаты исследования не подтвердили наше предположение о том, что агрессия больше выражена у спортсменов, чем у тех подростков, которые не занимаются им. Спорт является удобной формой для реализации накопленных агрессивных влечений, кроме того, спорт требует соблюдения определенной корректности, которое связано с проявлением самоконтроля как осознанной и одновременно инстинктивной реакции в борьбе. Иначе говоря, у спортсменов есть возможность

«сбрасывать» накопившийся груз агрессии в ритуализированной форме борьбы. Подростки же, не занимающиеся спортом, не имеют такой возможности, потому находят иные формы коррекции своего агрессивного поведения, либо просто «живут с этим грузом». Возможно, полученные результаты имеют тенденцию проявления только у данной выборки подростков.

Проявления разных форм агрессии существенно отличаются у мальчиков и девочек. Так, больше развиты у девочек такие формы агрессивного поведения, как косвенная агрессия и раздражительность. Показатели остальных форм агрессии выше у мальчиков. У мальчиков-не спортсменов (кроме чувства вины) уровень агрессии выше по всем другим показателям в отличие от девочек. Так что можно говорить о большем проявлении агрессии у мальчиков, независимо от того, заняты они спортом или нет. Полученные результаты свидетельствуют скорее всего о большей сформированности навыков произвольной саморегуляции проявлений агрессивных форм поведения у спортсменов и выраженности импульсивных форм у не спортсменов.

Подростки-спортсмены и подростки-неспортсмены по-разному воспринимают агрессию. Для борцов, агрессия – это, прежде всего, средство достижения цели. Она воспринимается ими, как социально одобряемое качество в спортивной деятельности, проявляется чаще в активных действиях, а не в утаивании злобы, желании отомстить, обиды на окружающих.

Таким образом, можно говорить о позитивном влиянии занятий спортом на поведение подростков. Осознание своей силы и своей полезности положительно влияет на поведение подростков. Спортивные увлечения помогают контролировать проявления той или иной формы агрессии.

Результаты исследования не дают нам оснований для заключения о большей агрессивности подростков-спортсменов.

Тренеру важно знать состояние физической и косвенной агрессии подростков, склонности к раздражению и негативизму, вербальной агрессии, подозрительности и обидчивости, формирующих враждебность

В каждом человеке заложена какая-либо степень агрессивности – необходимо лишь направлять ее в нужное русло. В следующем параграфе мы рассмотрим опыт работы тренера в этом направлении.

Заключение

Анализ проблемы агрессии в спорте показал достаточно широкое и даже полярное толкование роли спорта в агрессивности, и агрессии спортсменов. Агрессия в спорте, как отрегулированное правилами соответствующее поведение, по мнению одних авторов демонстрирует проявление самоконтроля и является отдушиной для реализации агрессивных влечений. По мнению других, занятие спортом и спортивные зрелища формируют повышенную и, главное, неконтролируемую агрессивность, как у спортсменов, так и у зрителей. Результаты исследований, разных авторов, противоречивы – от положительной до негативной оценки роли спорта в формировании агрессивности.

В рамках нашего исследования мы:

- охарактеризовали особенности подросткового возраста;
- рассмотрели виды проявлений агрессии в подростковом возрасте;
- выявили взаимосвязь агрессии и подросткового спорта;
- провели психолого-педагогическую диагностику проявления агрессивности подростков;
- описали опыт работы проведения учебно-тренировочных занятий в секции борьбы;
- выработали рекомендации родителям агрессивных подростков.

Сделали следующие *выводы*, что участие в организованном спорте способствует снижению подростковой агрессии и преступности, так как:

– во-первых, спорт отвлекает подростков от улицы, у них становится меньше незанятого времени;

– во-вторых, он включает подростков в новые, положительные связи и виды деятельности, даёт им новые положительные социальные ценности;

– в-третьих, через систему тренировок осуществляется целенаправленное педагогическое воздействие, решаются основные спортивные, оздоровительные и воспитательные задачи;

– в-четвёртых, спорт и связанные с ним новые социальные связи укрепляют характер подростка, учат его подчиняться дисциплине и т.д.

В выполненном исследовании решены принципиальные вопросы влияния регулярных занятий спортом на формирование агрессивных форм поведения спортсменов в рамках спортивной деятельности. У спортсменов в большей степени сформированы навыки рационального использования агрессии в достижении цели деятельности. Не спортсмены отличаются от спортсменов большей импульсивностью в проявлениях агрессивных форм поведения. Таким образом, предположение, выдвинутое нами в гипотезе, не подтвердилось.

Спорт вызывает интерес, как фактор, влияющий на проявления агрессии в подростковом возрасте, так как он даёт возможность выражать агрессивные чувства, не причиняя большого вреда окружающим. Спортивные соревнования по своей сути представляют «борьбу» интересов соперников. Агрессия в спорте является рациональной формой противостояния сопернику в конкурентной борьбе, мобилизации функциональных возможностей спортсмена, направленной на достижение спортивного результата.