

ОЦЕНКА УРОВНЯ РАЗВИТИЯ КОМПОНЕНТОВ АГРЕССИВНОСТИ БАСКЕТБОЛИСТОВ СТУДЕНЧЕСКИХ КОМАНД

Якубов Абдурауф Абдукасимович

Ташкентский государственный транспортный
университет, Узбекистан, Ташкент,

Электронная почта: abduraufmuhabbat@gmail.com



Аннотация. В статье рассматриваются результаты исследования уровня развития компонентов агрессивности у баскетболистов студенческих команд. Они показывают улучшение мотивационного, когнитивно-деятельностного, личностного и эмоционального аспектов агрессивности благодаря применению специальной методики психолого-педагогического регулирования агрессивного поведения спортсменов в игровых ситуациях.

Ключевые слова: агрессия, компоненты агрессивности, регулирование, спортивная деятельность, психологическая подготовка, спорт, баскетбол.

Abstract: The article discusses the results of a study of the level of development of aggressiveness components among student basketball players. They show an improvement in the motivational, cognitive-activity, personal and emotional aspects of aggressiveness thanks to the use of a special method of psychological and pedagogical regulation of aggressive behavior of athletes in game situations.

Keywords: aggression, components of aggressiveness, regulation, sports activity, psychological preparation, sports, basketball.

Одной из основных задач тренерской работы является подготовка спортсменов психологически к достижению высоких результатов. Это достигается развитием и активацией их внутренних психологических ресурсов, таких как эмоциональная устойчивость, психическое равновесие, внутренняя мотивация, умение контролировать свое поведение.

В настоящее время в спорте часто наблюдаются деструктивные проявления агрессии, которые негативно сказываются на тренировках и выступлениях спортсменов. Поэтому изучение и практическое применение

методов психологической регуляции агрессивного поведения становится все более важным, особенно в контексте соревновательных ситуаций и особенностей спортивной деятельности.

Был проведен педагогический эксперимент с участием студентов-спортсменов, специализирующихся на баскетболе в Узбекский государственный университет физической культуры и спорта. Участников эксперимента разделили на две группы - контрольную и экспериментальную, в каждой из которых участвовало по 20 спортсменов.

Мы использовали нашу разработанную методику для психолого педагогического регулирования спортсменов в ЭГ, в то время как в КГ мы придерживались традиционных подходов к психологической подготовке, опираясь на представленные в литературе средства и рекомендации по их применению.

На начальном и конечном этапах педагогического исследования проводилось измерение компонентов агрессивности у участников обеих групп баскетболистов с использованием психодиагностических методик. Система оценивания компонентов агрессивности спортсменов представлена в таблице 1.

Таблица 1

Система оценивания компонентов агрессивности спортсменов

Компоненты агрессивности	Методики психодиагностики	Уровни развития	Модельные показатели
Мотивационный компонент	1.Методика диагностики мотивационной направленности личности на достижения успеха Т. Элерса.	Высокий (3)	Оптимальный
		Средний (2)	Допустимый
		Низкий (1)	Не допустимый
	2.Методика диагностики мотивационной направленности	Высокий (3)	Оптимальный
		Средний (2)	Допустимый
		Низкий (1)	Не допустимый

	личности к избеганию неудач Т. Элерса.		
Когнитивно деятельностны й компонент	1. Методика оценки «эмоционального интеллекта» Н. Холла (опросник EQ).	Высокий (3)	Оптимальный
		Средний (2)	Допустимый
		Низкий (1)	Не допустимый
	2. Шкала организационного стресса К. Маклина в адаптации Н. Водопьяновой.	Высокий (3)	Оптимальный
		Средний (2)	Допустимый
		Низкий (1)	Не допустимый
Эмоциональны й компонент	1. Шкала психологического стресса PSM-25 Лемура-Тесье Филлиона.	Высокий (3)	Не допустимый
		Средний (2)	Допустимый
		Низкий (1)	Оптимальный
	2. Опросник «Исследование тревожности» Ч.Д. Спилбергера, адаптация Ю.Л. Ханина	Высокий (3)	Не допустимый
		Средний (2)	Допустимый
		Низкий (1)	Оптимальный
	3. Методика изучения агрессии и агрессивности Басса-Дарки	Высокий (3)	Не допустимый
		Средний (2)	Допустимый
		Низкий (1)	Оптимальный
	4. Методики диагностики уровня эмоционального выгорания В.В. Бойко.	Высокий (3)	Не допустимый
		Средний (2)	Допустимый
		Низкий (1)	Оптимальный
Личностный компонент	1. Методика СЖО (смыслжизненных ориентаций) Д. А. Леонтьева.	Высокий (3)	Оптимальный
		Средний (2)	Допустимый
		Низкий (1)	Не допустимый

В начале эксперимента нами были изучены показатели уровня развития компонентов агрессивности у спортсменов контрольной и экспериментальной группы, которые представлены в таблице 2.

Таблица 2

Распределение в начале эксперимента спортсменов КГ и ЭГ с учетом уровня развития компонентов агрессивности, количество человек, %

Компоненты	Группы	Уровень развития			Критерий Пирсона
		Высокий	Средний	Низкий	

Мотивационный	МП	Оптимальный	Допустимый	Не допустимый	0,61
	КГ	3/15	9/45	8/40	
	ЭГ	2/10	9/45	9/45	
Когнитивно-деятельностный	МП	Оптимальный	Допустимый	Не допустимый	0,94
	КГ	4/20	10/50	6/30	
	ЭГ	3/15	9/45	8/40	
Эмоциональный	МП	Не допустимый	Допустимый	Оптимальный	0,31
	КГ	4/20	6/30	10/50	
	ЭГ	5/25	6/30	9/45	
Личностный	МП	Оптимальный	Допустимый	Не допустимый	1,00
	КГ	2/10	9/45	9/45	
	ЭГ	3/15	10/50	7/35	

Примечание: МП - модельный показатель; КГ - контрольная группа; ЭГ - экспериментальная группа, $P < 0,05$ при $\chi^2 > 5,99$; $P < 0,01$ при $\chi^2 > 9,21$

Установлено, что распределение спортсменов в обеих группах спортсменов с учетом уровня развития мотивационного компонента агрессивности в начале эксперимента существенно не различалось ($\chi^2 = 0,61$ при $P > 0,05$). Среди спортсменов обеих групп преобладали лица с низким уровнем мотивационного компонента агрессивности - 40% в КГ и 45% в ЭГ. Только у 15% спортсменов КГ и 15% спортсменов ЭГ наблюдался высокий уровень развития этого компонента.

Также не выявлено существенных различий в уровне развития когнитивно-деятельностного компонента ($\chi^2 = 0,94$ при $P > 0,05$). Среди спортсменов обеих групп преобладали лица со средним уровнем развития этого компонента (50% в КГ и 45% в ЭГ). Небольшое количество спортсменов

характеризовалось высоким уровнем развития когнитивно-деятельностного компонента (по 20 и 15 % соответственно). Низкий уровень выявлен у 30% спортсменов КГ и 40% спортсменов ЭГ.

Большинство спортсменов КГ (50%) и ЭГ (45%) отличались низким уровнем развития эмоционального компонента агрессивности, у незначительного количества спортсменов выявлен высокий уровень развития этого компонента (20 и 25% соответственно). Остальные спортсмены (по 30% в каждой группе) имели средний уровень его развития. Различия в уровне развития эмоционального компонента были статистически незначимыми ($\chi^2 = 0,31$ при $P > 0,05$).

Высокий уровень развития личностного компонента агрессивности был выявлен у 15% спортсменов КГ и 10% спортсменов ЭГ, низкий - у 45 % спортсменов КГ и 35 % спортсменов ЭГ. Остальные спортсмены отличались средним уровнем развития личностного компонента агрессивности. В целом уровень развития личностного компонента агрессивности у спортсменов обеих групп был относительно одинаковым ($\chi^2 = 1,00$ при $P > 0,05$).

В конце эксперимента нами были изучены показатели уровня развития компонентов агрессивности у спортсменов контрольной и экспериментальной группы, которые представлены в табл. 3.

Таблица 3

Распределение спортсменов КГ и ЭГ в конце эксперимента с учетом уровня развития компонентов агрессивности, количество человек, %

Компоненты	Группы	Уровень развития			Критерий Пирсона
		Высокий	Средний	Низкий	
Мотивационный	МП	Оптимальный	Допустимый	Не допустимы й	8,24
	КГ	4/20	9/45	7/35	
	ЭГ	9/45	8/40	3/15	
Когнитивно-деятельностный	МП	Оптимальный	Допустимый	Не допустимы й	9,60
	КГ	6/30	8/40	6/30	

	ЭГ	10/50	8/40	2/10	
Эмоциональный	МП	Не допустимый	Допустимый	Оптимальный	7,11
	КГ	7/35	8/40	5/25	
	ЭГ	3/15	8/40	9/45	
Личностный	МП	Оптимальный	Допустимый	Не допустимый	9,23
	КГ	5/25	9/45	6/30	
	ЭГ	8/40	10/50	2/10	

Примечание: МП - модельный показатель; КГ - контрольная группа; ЭГ - экспериментальная группа, $P < 0,05$ при $\chi^2 > 5,99$; $P < 0,01$ при $\chi^2 > 9,21$

Анализ данных показывает, что спортсмены из ЭГ демонстрировали более высокий уровень развития мотивационного, когнитивно-деятельностного и личностного компонентов агрессивности по сравнению с спортсменами контрольной группы. Разница в показателях была статистически значимой.

Большинство спортсменов из ЭГ имели низкий уровень эмоционального компонента агрессивности, что свидетельствует об их стабильном эмоциональном состоянии. Однако у небольшого процента спортсменов из этой группы был высокий уровень этого компонента, что может указывать на наличие у них повышенной тревожности, агрессивности и стресса.

Среди спортсменов ЭГ низкий уровень развития (не допустимый модельный показатель) мотивационного компонента наблюдался только - у 15%, когнитивно-деятельностного - у 10 % и личностного - у 10 % испытуемых.

Доля спортсменов, отличающихся средним уровнем развития (допустимый модельный показатель) компонентов агрессивности была в КГ и ЭГ примерно одинаковой и составляла от 40 до 50 %.

Наряду с этим среди спортсменов КГ высокий уровень развития (оптимальный модельный показатель) этих компонентов наблюдался у небольшой части испытуемых: мотивационного - у 20 %, когнитивно-деятельностного - у 30 %, личностного - у 25 %. Лишь у 25 % спортсменов этой группы наблюдался низкий уровень развития эмоционального компонента, что является оптимальным модельным показателем.

Среди спортсменов КГ высокий уровень агрессивности связан с низким развитием мотивационных, когнитивно-деятельностных и личностных компонентов, а также высоким уровнем развития эмоционального компонента.

Статистический анализ приведенных в таблице 18 результатов исследования с применением критерия Пирсона показал, что в конце педагогического эксперимента спортсмены ЭГ отличались от спортсменов КГ уровнем развития всех компонентов агрессивности. У них были выше показатели мотивационного ($\chi^2 = 8,24$ при $P < 0,05$), когнитивно-деятельностного ($\chi^2 = 9,60$ при $P < 0,01$), личностного ($\chi^2 = 9,23$ при $P < 0,01$) и ниже эмоционального ($\chi^2 = 7,11$ при $P < 0,05$) компонентов.

Заключение.

Таким образом, использование данной методики может быть эффективным инструментом для снижения агрессии в спорте, повышения эффективности тренировок, снижения конфликтных ситуаций на тренировках и во время соревнований. Это позволяет спортсменам более эффективно управлять своими эмоциями и агрессивными инстинктами во время соревнований, что в свою очередь способствует повышению профессионального уровня игроков, улучшению их результатов и увеличению успеха команды в целом.

Список литературы

1. Бабушкин, Г.Д. Психологическое обеспечение подготовки спортсменов в системе многолетней спортивной тренировки / Г.Д. Бабушкин // Спортивный психолог. - 2018. - № 3 (50). - С. 28-31.
2. Кочеткова, С.В. Саморегуляция в структуре психической надёжности и стрессоустойчивости спортсменов-стрелков / С.В. Кочеткова // Ученые записки университета им. П.Ф. Лесгафта. - 2009. - № 11.
3. Мухрыгина, О.И. Особенности смысловой саморегуляции психических состояний студентов вузов / О.И. Мухрыгина: монография. - Самара: Самар. гуманит. акад., 2011. - 152 с.
4. Моросанова, В.И. Опросник В.И. Моросановой "Стиль саморегуляции поведения - ССПМ 2020" / В.И. Моросанова, Н.Г. Кондратюк // Вопросы психологии. - 2020. - № 4. - С. 155-167.