Оглавление

ВВЕДЕНИЕ. ОБЗОР И АНАЛИЗ ЛИТЕРАТУРЫ

.1 Описание деятельности в баскетболе

.2 Психология в спорте. МЕТОДЫ И ОРГАНИЗАЦИЯ ИССЛЕДОВАНИЯ

ВЫВОДЫ

СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

# ВВЕДЕНИЕ

Актуальность. Достижение высоких результатов в спорте в настоящее время не обходится без жестокой соревновательной борьбы, причиной которой является соперничество спортсменов и команд. В процессе жесткой соревновательной борьбы необходимо победить противника и команду противника, и нередко спортсмены используют активные наступательные эмоции, направленные на своего противника. Кроме этого, в некоторых видах спорта, в частности в игровых видах и единоборствах, во время спортивных соревнований спортсмены постоянно чувствуют настоящее противоборство и действуют как противники, для которых характерны интенсивные наступательные эмоции и действия, адресованные сопернику. Каждый спортсмен-участник превращается в живого объекта атакующих действий соперника. В то же время, атакуя или защищаясь, он является субъектом активных действий, которые направлены на то, чтобы сломить противодействие соперника, где одним из средств может стать проявление агрессивных действий.

Во многих видах спорта правила позволяют спортсменам проявлять агрессивность, а в некоторых видах спорта проявление агрессии чередуется с полным отсутствием подобных действий. Таким образом, в спорте, как и в жизни, решение некоторых проблем требуют адекватной степени агрессивности, в то время, как решение других возможно без ее проявления. Однако, некоторые спортсмены не в состоянии сдерживать свою агрессивность в рамках существующих правил и необходимых границ, которые диктуются здравым смыслом. Поэтому смело можно констатировать факт, что проблема человеческой агрессивности в спорте становится все более значимой, а вопрос о необходимости коррекции агрессивных действий спортсмена во время подготовки встает все чаще и чаще.

Несомненно, баскетбол, в отличие от других командных игр - хоккея, футбола, регби и гандбола, является наиболее демократичным, интеллигентным и наименее контактным игровым видом спорта. Однако, как показывают научные исследования нескольких специалистов, в последнее время наблюдается повышение уровня проявления агрессии среди спортсменов-баскетболистов, что в свою очередь говорит об актуальности данной проблемы в баскетболе и необходимости исследований данной проблемы.

Объект исследования - тренировочная и игровая деятельность баскетболистов.

Предмет исследования - агрессия в баскетболе.

Цель исследования - проанализировать влияние агрессии и агрессивных действий на эффективность действий баскетболистов.

Гипотеза исследования заключается в предположении, что агрессия в баскетболе стала оказывать огромное влияние на деятельность баскетболистов как во время тренировочного процесса, так и непосредственно во время соревнований.

Для выполнения поставленной цели необходимо решить следующие задачи:

) исследовать и проанализировать научную литературу по заданной теме;

) выбрать необходимые методы исследования и описать их;

) провести исследование с помощью эффективного применения выбранных методов.

Практическая значимость. Влияние состояния агрессии на результаты баскетболистов неоспоримо, поэтому эффективный контроль агрессивных действий баскетболистов должен приводить к повышению эффективности соревновательной деятельности баскетболистов. Кроме того, объяснение причин и мотивов проявления агрессии в баскетболе поспособствует снижению уровня агрессивности и количества агрессивных действий, проявляемых спортсменами-баскетболистами во время тренировочного процесса и соревновательной деятельности.

Полученные в результате исследования материалы могут быть использованы как тренерами в процессе подготовки спортсменов с целью повышения эффективности соревновательной деятельности, так и игроками для того, чтобы корректировать свое поведение и контролировать свои эмоции во время спортивной деятельности. Также данные могут быть использованы при проведении учебных занятий в курсе дисциплин: психология физического воспитания и спорта, теория и методики физического воспитания в физкультурных вузах.

# I. ОБЗОР И АНАЛИЗ ЛИТЕРАТУРЫ

## .1 Описание деятельности в баскетболе

Баскетбол - один из самых популярных видов спорта, и его популярность возрастает в мире с каждым годом. Ведя речь о баскетболе, как об игре, очень много авторов отмечают, что данная игра требует постоянной максимальной двигательной и психологической активности [5, 8, 12, 27]. Как считает А.В. Родионов (1989 г.), характерными чертами данного вида спорта являются динамичность, постоянная смена атакующей и защищающейся команд; частое возникновение острых ситуаций; сложные взаимоотношения и достаточно частая конфликтность внутри команды во время групповой деятельности; решимость и готовность к быстрым решениям; готовность к определенному риску в экстремальной ситуации (причиной риска является совсем не возможность получить травму и испытать боль, а здесь риск скорее в психологическом смысле этого слова, то есть риск проиграть, риск быть побежденным).

Кроме этого, достаточно важным в баскетболе, по мнению В.З. Бабушкина (1971 г.), Е.Р. Яхонтова (1997 г.), является умение решать трудные многоходовые тактические и стратегические задачи на площадке; выраженные компенсации (проигравшая сторона находит возможности и начинает одерживать верх над более сильным соперником); взаимопомощь, взаимозаменяемость и взаимовыручка; возможность победить соперника не только с помощью физической силы, но и на основе преимуществ в психологическом плане; точность, эмоции, быстрота принятия решений; умение правильно предугадать изменение ситуации в ближайшем будущем и т. д.

С.Г. Башкин (1966 г.), Ф. Линдеберг (1971 г.) выделяют, что баскетбол, как спорт, постоянно и стремительно совершенствуется. Прежде всего, имеются в виду изменения правил игры, которые направлены на относительное уравнивание возможностей и шансов высоких и низких игроков. Как известно, в большинстве случаев именно низкие игроки являются более быстрыми и умными на площадке, так что можно сказать, что изменения правил нацелены на поощрение игры быстрой, резкой, тонкой и умной. А это, в свою очередь, означает, что новшества ведут к созданию приоритета психологических преимуществ игрока над физическими, в частности ростом и габаритами [24].

К важнейшим качествам баскетболиста многие специалисты относят быстроту [7]. Здесь они выделяют быстроту реакции на изменение ситуации на баскетбольной площадке, быстроту принятия эффективного решения и быстроту моторных действий, то есть физическую быстроту. Лимит времени на любые игровые действия - одна из главных особенностей игры в баскетбол. Динамичность игровых действий привело в свое время к увеличению размеров площадки. А появление трехочковых бросков еще больше позволило лучше проявлять себя невысоким, но более мобильным, активным и точным игрокам [2, 4, 9]. Это способствовало тому, что игра стала более содержательной, а исход игры все больше зависит от спортсменов, которые быстрее думают, быстрее принимают полезные для команды решения, лучше видящих партнеров и площадку, понимающих партнеров без слов, нежели тех, кто физически больше и выше. Большое значение в современном баскетболе специалисты придают наличию в каждой хорошей команде так называемых игроков - виртуозов. Роль таких игроков в наше время в баскетболе очень велика. Они делают игру красивее для зрителей, создают популярность не только себе, но и своим командам и баскетболу в целом [11, 29].

По мнению Д. Вудена (1987 г.) баскетбол, как никакой другой вид спорта, моделирует современный темп нашей жизни. Так как время на принятие решений очень сильно ограничено правилами, скорость игры очень высокая. Как и в современной жизни зачастую людям приходится принимать очень важные решения за очень короткие сроки. Сравнительно небольшие размеры площадки (относительно футбольного поля, к примеру) способствуют скученности баскетболистов в самой «горячей» точке на площадке - под кольцом. А при этой тесноте и плотной персональной опеке времени на обдумывание ситуации порой не остается, и игроки вынуждены быстро анализировать различные варианты продолжения игры в нападении и в защите.

Как и большинство спортивных игр, баскетбол - командная игра. В данном случае в ней взаимодействуют пять партнеров. Как и в других спортивных играх, спортсмены делятся по амплуа: защитники, нападающие, центровые игроки. Но, наверное, лишь в баскетболе практически в каждом игровом эпизоде взаимодействуют все спортсмены [18]. Каждый игрок должен мысленно решать игровые моменты вместе с партнером или партнерами. По мнению А.Я. Гомельского (1976 г.) постоянное решение тактических задач - это самая характерная особенность баскетбола, которая делает игру очень современной.

Также надо отметить, что результативность в баскетболе намного выше, чем в других игровых видах спорта. Это в свою очередь способствует его большей зрелищности, а для спортсменов это означает, что мячом надо дорожить [17]. Такая особенность игры делает почти каждый бросок рискованным ходом. Вот почему у опытных баскетболистов не только формируется готовность принять рискованное решение, но и развивает способность к риску.

Еще одной характерной чертой баскетбола и одной из самых ярких его характеристик некоторые специалисты считают персональную защиту, в частности плотную игру один на один против игрока с мячом и без мяча [6, 22]. Помимо решения определенных стратегических задач, в персональной опеке очень четко рассматривается борьба двух умений, двух интеллектов, двух характеров, двух воль. И очень часто физически более развитый игрок уступает менее мощному и сильному сопернику только потому, что у того оказывается более развитый интеллект и более сильный характер.

Подводя итог выше написанному важно подчеркнуть, что баскетбол, являясь игрой быстрой, многоходовой, накладывает особые требования к физической подготовке спортсменов, так как от высокого уровня подготовленности каждого отдельно взятого игрока зависит эффективность соревновательной деятельности и результат всей команды. Но в то же время, эффективность игры команды в огромной степени зависит от психологического состояния как конкретного игрока, так и команды в целом.

Изобилие разнообразных действий на площадке приводит к широкому выбору форм и методик всех видов подготовки. Но в то же время постоянный рост скорости игры, улучшение уровня игроков и команд заставляет тренеров искать новые пути и подходы в системе подготовки баскетболистов, где основными задачами, наряду с совершенствованием основных технических и тактических приемов, являются поиски путей понижения негативных факторов пагубно влияющих на эффективность соревновательной деятельности баскетболистов. Кроме этого, сюда можно отнести использование информационных технологий помогающих как для снятия срочной информации, так и для прогнозирования дальнейших результатов данного спортсмена или команды.

## 1.2 Психология в спорте

баскетбол спорт психология агрессия

В последнее время в условиях сильной конкуренции в профессиональном спорте, когда для достижения высоких результатов требуется усердная и кропотливая работа в течение многих лет, огромное значение приобретают психологические факторы подготовки спортсменов. Такие факторы имеют еще более важное значение в командных видах спорта, где, кроме психологического состояния отдельного спортсмена, особую значимость имеют взаимоотношения внутри коллектива, командная психология, или, как сейчас принято называть, командная "химия". Многие специалисты занимались и занимаются проблемой психологии в спорте. Р. Найдиффер (1979 г.) анализирует факторы и причины возникновения различных эмоциональных состояний перед соревнованиями и в стрессовых ситуациях соревновательной борьбы, описывает конкретные методы саморегуляции психических состояний. По его словам такие состояния, как сильное эмоциональное возбуждение или повышенная тревожность, в своем подавляющем большинстве оказывают отрицательное воздействие на действия спортсмена. Много внимания уделяет автор принципу индивидуального подхода в психологической подготовке спортсмена.

В спортивной психологии достаточно хорошо изучены проблемы воли и агрессии [19, 23]. Но в то же время волевая активность и проявление агрессии в спорте, их отличительные черты в различных видах спорта изучены недостаточно широко. Поэтому в настоящее время, в связи с ростом профессионализации спорта высших достижений и наступающим ренессансом массового и юношеского спорта, изучение психологических основ процесса развития волевой активности, основ процесса волевой подготовки спортсменов по различным видам спорта с учетом их индивидуальности и спортивной специализации является важной научно-исследовательской задачей [15].

Анализ различных подходов к изучению воли в психологии позволяет рассмотреть многообразные проявления воли, ее связь с индивидуально-психологическими особенностями человека. Отмечается, что одним из важных результатов полученных в исследовании онтогенеза волевой регуляции, является установление связи между развитием воли и развитием мотивационной сферы личности, зависимости эффективности волевой регуляции действия от силы стоящих за ним мотивов [13, 16].

Необходимо также выделить монографию В.К. Сафонова [26], в которой автор анализирует состояние проблемы агрессии в психологической науке в наше время, а также объясняет необходимость отделения агрессивности как психологической характеристики личности и агрессии как проявления психического состояния. В результате анализа проблемы агрессивного поведения в спорте определяется причинно-следственная связь между психологическим состоянием личности спортсмена и его агрессивного поведения во время спортивной деятельности. Автором также формулируются результаты экспериментальных исследований проявления агрессивного поведения спортсменами, из которых можно сделать вывод, что на форму и выраженность агрессии влияют: вид спорта, уровень спортивной квалификации, пол спортсмена, а также автором подчеркивается, что молодые люди, не занимающиеся спортом, отличаются более выраженной агрессией по отношению к другим.

Огромный вклад в изучение психологии именно в спорте внес Е.П. Ильин. Его учебник [14] состоит из 4 разделов: «Психология деятельности спортсмена», «Психология тренировочного процесса», «Социально-психологические аспекты спорта» и «Психология деятельности тренеров и спортивных судей». Автор рассматривает и анализирует такие вопросы как: психологические аспекты «спортивной формы», психология общения в спорте, психология спортивной карьеры, психология зрителей, психология деятельности тренера, психология спортивного судейства.

Профессоры Роберт Уэйнберг и Дэниел Гоулд (1998 г.) рассмотрели проблемы психологии спорта и физической культуры, оценили воздействие психологических факторов на физическую подготовку и психическое здоровье спортсмена, а также затронули вопрос стрессового состояния и его влияния на физическую активность спортсменов. В отдельных главах профессоры анализируют роль личности, значимость лидера в команде, командную “химию”, сотрудничество и соперничество в спорте. Кроме этого, глава 25 полностью посвящена теме агрессивности в спорте. По их мнению, проявление агрессии в спорте стало очень популярным явлением. Такие появления можно встретить в наше время на трибунах стадионов, на скамейках запасных и на игровых площадках. Вместе с тем спорт может служить своеобразным механизмом сдерживания распространения насилия и агрессивности. В данной главе авторы объясняют понятие агрессивности, как таковой, рассматривают критерии агрессивности и, что наиболее важно, анализируют причины проявления агрессии в спорте. Они рассматривают четыре основных таких причины, или, лучше сказать, теории психологии (теория инстинкта, теория разочарования (фрустрации), теория социального научения, комбинированная теория) через призму спортивных соревнований и психологии в спорте.

Согласно теории инстинкта, люди рождаются с инстинктом агрессивности, который может усиливаться до тех пор, пока рано или поздно не проявится. Такой врожденный инстинкт может проявиться или через нападение на другое живое существо, необязательно человека, или через катарсис, когда агрессия проявляется с помощью социально допустимых средств, таких как спорт, к примеру. Это означает, что согласно этой теории, спорт и физическая культура имеют огромную значимость в обществе, предоставляя людям возможность проявить свои агрессивные инстинкты посредством социально допустимых средств.

Следующая теория, теория фрустрации, говорит о том, что агрессивность проявляется у людей из-за неудачи во время достижения поставленной цели. Если эту теорию рассматривать в спорте, то спортсмен становится агрессивней, если начинает проигрывать. К примеру, когда баскетболист промахивается один бросок за другим, шансы на проявление им агрессии становятся все выше с каждым промахом. Однако в настоящее время эта точка зрения имеет очень мало сторонников из-за утверждения, что состояние фрустрации всегда приводит к агрессивности. Согласно результатам исследований, люди очень часто преодолевают состояние фрустрации или выражают его неагрессивными способами. Однако, сторонники этой теории считают, что проявление агрессивности не всегда бывает видно глазу. Например, такое проявление может находить свое выражение через социально приемлемые механизмы, например, через контактные виды спорта, в том числе и баскетбол. Таким образом, немногие сторонники теории фрустрации, так же как и сторонники теории инстинкта, считают, что главную роль играет катарсис. Но с другой стороны, современными учеными не доказано, что в спорте существует катарсис. Нет также доказательств тому, что у агрессивных спортсменов, занимающихся контактными видами спорта, снижаются уровни агрессивности вследствие занятий спортом. В некоторых случаях уровни агрессивности у таких спортсменов даже повышаются. Практически не доказано, что у спортсменов, находящихся в состоянии фрустрации, снижаются уровни агрессивности вследствие занятий контактными видами спорта.

Теория социального научения объясняет агрессивность как поведение, усвоенное в результате наблюдения за другими моделями поведения и последующего получения подкрепления за проявление подобных действий.

Спортивные психологи очень часто исследуют хоккей, так как данный командный вид спорта насыщен проявлением агрессивных, запрещенных правилами действий. Было обнаружено, что агрессивные действия на грани насилия, присутствующие в профессиональных играх, затем повторяются молодыми хоккеистами-непрофессионалами. И вообще, агрессивность ценится в хоккее, и игроки очень быстро усваивают, что, проявляя агрессивность, они завоевывают личное признание. Многие тренеры, родители и одноклубники не только принимают, но и поощряют такие агрессивные действия. Молодые хоккеисты, наблюдая за агрессивными действиями своих кумиров, тем самым получают подкрепление к проявлению подобных действий.

Теория социального научения, которая гласит, что агрессивность как поведение приобретается в следствии наблюдения за поведением других людей, подтверждена научно. Бесспорным является факт, что для любого вида спорта характерно проявление агрессивности. К примеру, фигуристка, желая вывести соперницу из психического равновесия, может сказать: «Я слышала, судьи говорили, что в этом году запрещено выступать в таком костюме». Это - весьма тонкий вид агрессии, цель которой - нанести психологический ущерб сопернице. Теория социального усвоения имеет достаточное научное подтверждение. Она убедительно показывает существенную роль, которую играют авторитетные для человека люди в развитии или контроле агрессивности[28].

Комбинированная теория включает в себя материалы из теории фрустрации и теории социального научения. В настоящее время данная теория достаточно популярна и она означает, что хотя состояние фрустрации не всегда приводит к проявлению агрессивности, однако повышает ее вероятность за счет увеличения уровней возбуждения и гнева. Однако повышенные уровни возбуждения и гнева приводят к агрессивным действиям в том случае, если социально усвоенные модели «сигнализируют» о целесообразности проявления агрессивных действий в определенной ситуации, в противном случае агрессивность не проявляется.

Сначала спортсмен испытывает состояние разочарования, к примеру, после проигрыша матча или просто плохой личной игры в матче. Затем, в результате такого состояния фрустрации уровень возбуждения резко возрастает и проявляется обычно в виде гнева или боли. А уже потом из-за повышенного уровня возбуждения и гнева проявляются агрессивные действия, и это случается только в том случае, если спортсмен понял и решил, что в данной ситуации целесообразно проявлять агрессивные действия.

Преимущество комбинированной теории заключается в том, что она включает в себя наиболее эффективные материалы из теории фрустрации и из теории социального научения и базируется на модели взаимодействия (уровень возбуждения-гнева индивида в контексте социально усвоенных моделей окружения) при объяснении поведения. Спортивные мероприятия отличаются от многих других видов деятельности человека присутствием болельщиков и зрителей. Болельщики не являются пассивными наблюдателями, они активно сравнивают и даже приравнивают себя со своими любимыми игроками и командами. Иногда они проявляют агрессивные действия. Именно поэтому спортивные психологи изучали агрессивность зрителей. Комбинированная теория является в настоящее время одной из наиболее распространенных теорий, которые объясняют агрессивность. По мнению некоторых тренеров и спортсменов, агрессивность повышает спортивные результаты как в командных, так и в индивидуальных видах спорта. Например, баскетболист Кермит Вашингтон отмечал, что его агрессивность помогала ему вести борьбу на площадке. Несомненно, что взаимосвязь между агрессивностью и физической активностью носит весьма сложный характер; действительно, известны случаи, когда агрессивные действия приводили к желанному результату.

Иногда менее сильные спортсмены используют тактику искусственных агрессивных действий по отношению к более сильному игроку с целью вывести того из себя и заставить нервничать. Некоторые спортивные психологи полагают, что агрессивность ведет к достижению необходимого результата, другие думают иначе. Достаточно сложно дать объяснение результатам психологических исследований из-за отсутствия четкого разграничения между агрессивностью и напористостью.

# II. МЕТОДЫ И ОРГАНИЗАЦИЯ ИССЛЕДОВАНИЯ

Для решения поставленных в работе задач были использованы следующие методы:

) анализ научно-методической литературы;

) анкетирование;

) наблюдение;

) тестирование;

В результате теоретического анализа научно-методической литературы изучены материалы, необходимые для проведения эффективного исследования. Прежде всего, это дает возможность изучить деятельность баскетболистов, как таковую. На этой основе анализа определяется степень разработанности данной проблемы в специальной и научно-методичекой литературе и теоретически обосновывается целесообразность применения средств и методических приемов предупреждения и коррекции деструктивного агрессивного поведения спортсменов с учетом факторов, провоцирующих агрессивность баскетболиста. Анализ литературы помогает понять психологическое состояние спортсменов во время тренировочного процесса и во время соревновательной деятельности, что, в свою очередь, оказывает помощь в исследовании проявления агрессии в баскетболе. В работе используются данные из области теории и методики физического воспитания, педагогики, психологии; анализировались диссертации, авторефераты, учебно-методические пособия, брошюры, монографии, научные статьи и др. Данные, полученные в результате анализа об обобщения материалов по исследуемому вопросу, позволяют создать теоретическое обоснование проблемы и определить основные пути ее решения.

Следующим очень важным методом исследования будет анкетирование. Анкетирование применяется на начальном этапе исследования с целью установления текущего состояния изучаемой проблемы. Данный метод проводится в основном непосредственно в присутствии исследователя-анкетёра, но также в работе используется метод онлайн-анкетирования, то есть проведение опроса и сбор данных с помощью интернета. Будет создано несколько анкет различного содержания. Прежде всего, опрашиваются спортсмены и тренеры по поводу их отношения к проблеме агрессивности в спорте. Данная анкета будет предназначена не только для баскетболистов, но и для других спортсменов, в частности, футболистов и хоккеистов, чей вид спорта также является командным и, что не менее важно, контактным.

Затем, будет создана анкета для выявления причин и мотивов проявления чрезмерной агрессивности у спортсменов в тренировочном процессе и в ходе соревновательной деятельности. Необходимо опросить баскетболистов разного амплуа, возраста и темперамента, так как у каждой категории спортсменов причины проявления агрессии будут отличаться. Кроме этого, очень важно четко разделять вопросы по проявлению агрессии на тренировке и во время игры, так как в первом случае это будет происходить среди партнеров по команде или по отношению к кому-то из партнеров, в то время как во втором случае - по отношению к сопернику (соперникам). Нельзя забывать и о том, что стрессовое состояние на игре очень сильно отличается от такого состояния во время тренировочного процесса.

Для обобщения опыта по средствам и методам предупреждения и коррекции агрессии в спорте, и в частности в баскетбола будет разработана еще одна анкета. Будут опрошены баскетболисты различного уровня и квалификации, а также тренеры по баскетболу. Полученные в ходе данного опроса данные должны обеспечить возможность обосновать содержательную сторону методики управления агрессивностью, а также наметить пути совершенствования подготовки баскетболистов с учетом уровня агрессии спортсмена. После проведения данного анкетирования необходимо уточнить полученные данные лично в ходе беседы со спортсменами и тренерами.

Следующим методом данного исследования будет наблюдение. С помощью данного метода будет проведен сбор первичной информации и оценка подготовленности баскетболистов. Кроме того, с помощью наблюдения будет выявлена степень агрессивности баскетболистов и проявления агрессивных действий в тренировочном процессе и игровой деятельности непосредственно во время соревнований у баскетболистов. Для осуществления данного метода необходимо посетить соревнования по баскетболу на уровне школ и университетов, а также на профессиональном уровне, в данном случае - посетить матч профессионального баскетбольного клуба “Уникс”. Чтобы посещение данных мероприятий стало эффективным для исследования, необходимо составить протоколы до матчей для заполнения их нужной информацией. Кроме этого, будут применены такие способы наблюдения, как фотографирование и видеосъемка, для того, чтобы провести анализ действий спортсменов уже после посещения игр и тренировок. Также в условиях соревнований осуществлялась стенографическая запись игровой деятельности. В учебно-тренировочных играх и на соревнованиях регистрировались показатели для определения эффективности игровой деятельности каждого игрока, принимающего участие в игре.

Еще одним очень важным для исследования методом является тестирование. Будет создано и проведено несколько тестов для спортсменов и тренеров. Прежде всего, будет проведен тест на темперамент, чтобы выявить индивидуальные особенности личности спортсменов, характеризующие динамическую и эмоциональную сторону деятельности и поведения, то есть определить тип реакции на внешний раздражитель. Уже после проведения такого тестирования будут проведены тесты, касающиеся непосредственно агрессии во время спортивной деятельности.

# ВЫВОДЫ

Проведя анализ научно-методической литературы можно сделать несколько выводов. Прежде всего, нужно отметить, что баскетбол является не только физически сложной игрой, но и очень сложной игрой в психологическом плане. Частая смена обстановки, скорость игры вынуждают спортсменов принимать быстрые решения на площадке. Поэтому психологическое состояние игрока и команды очень сильно влияет на конечный результат.

Во-вторых, несмотря на то, что баскетбол является не самым контактным игровым видом спорта, агрессивные действия являются неотъемлемой частью данного вида спорта и требуют повышенного внимания при подготовке спортсменов. Успешность деятельности баскетболиста определяется, помимо его физических возможностей, умением сдерживать свою агрессию на приемлемом уровне во время соревнований.

В-третьих, очень важными данными после анализа научной литературы стал тот факт, что четыре основных теории (теория инстинкта, теория разочарования (фрустрации), теория социального научения, комбинированная теория) психологии могут применяться для данного исследования, а именно для изучения проявления агрессии в баскетболе.

Агрессивные действия в баскетболе имеют ряд характеристик, связанных со спецификой данного вида спорта, а также амплуа спортсмена. Деструктивные варианты агрессивных действий, связанные с физической агрессией: толчки при подборе мяча под щитом, удары, зацепы при персональной опеке; нарушения связанные с игрой в нападении. Нарушения, связанные с вербальной агрессией (нецензурная брань, апелляция к арбитрам, несдержанность в общении со зрителями, партнерами по команде, тренером, неуважительное отношение к сопернику) отрицательно, сказывающееся на успешности деятельности спортсменов. Говоря о методах исследования, можно выделить то, что все четыре выбранных метода (анализ научно-методической литературы, анкетирование, наблюдение, тестирование) являются необходимыми для проведения данного исследования. Наиболее эффективным же является метод наблюдения.

СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

1. Бабушкин, В.З. Исследование средств и методов повышения эффективности игровых действий юных баскетболистов: Автореф. дис. канд. пед. наук / Бабушкин Владимир Захарович; ВНИИФК.- М.,1971. -19 с.

. Башкин, С.Г. Динамика психических состояний в тренировке и соревновании как фактор управления деятельностью высококвалифицированных баскетболистов: Автореф. дис. канд. пед. наук / Башкин Сергей Григорьевич; ВНИИФК. - М.,1975. - 23 с.

. Башкин, С.Г. Уроки по баскетболу: Учебное пособие секций, коллективов физической культуры / С.Г. Башкин. - М.: Физкультура и спорт, 1966. - 184 с.

. Болвачев, Н.В. Особенности высшего спортивного мастерства в баскетболе / Н.В. Болвачев, В.А. Гомельский, В.Г. Луничкин, Т. Туретаев // Теория и практика физической культуры.- 1985.- №5. - С.13-14.

. Бондарь, А.И. Учись играть в баскетбол / А.И. Бондарь.- Мн.: Полымя, 1986. - 127 с.

. Вуден, Д. Современный баскетбол: Пер. с англ./ Д.Вуден. - М., Физкультура и спорт, 1987. - 256 с.

. Гарби, С. Факторы определяющие быстроту защитных действий баскетболистов / Гарби Салахеддин Бен Хамайс; ГЦОЛИФК. - М., 1983. - 19 с.

. Гомельский, А.Я. Баскетбол: секреты мастера: 1000 баскетбольных упражнений / А.Я.Гомельский.- М.: Фаир, 1997. - 224 с.

. Гомельский, А.Я. Управление командой в баскетболе / А.Я. Гомельский. - 2-е изд. - М.: Физкультура и спорт, 1985. -160 с.

. Гомельский, А.Я. Управление командой в баскетболе / А.Я. Гомельский, - М.: Физкультура и спорт, 1976. - 114 с.

. Гомельский, А.Я. Центровые / А.Я. Гомельский. - М.: Физкультура и спорт, 1988. - 207 с.

. Зинин, A.M. Первые шаги в баскетболе / A.M. Зинин,- М: Физкультура и спорт, 1972. - 160 с.

. Иванников, В.А. Психологические механизмы волевой регуляции. - М.: 1. УРАО, 1998. - 144 с.

. Ильин, Е.П. Психология спорта [Электронный ресурс]. - Режим доступа: http://www.litmir.net/br/?b=172872.

. Ильин, Е.П. Психология физического воспитания: Учебник для институтов и факультетов физической культуры. // Е. П. Ильин: - 2-е изд. - СПб: Изд-во РГПУ им. А. И. Герцена, 2000. - 486 с.

. Калин, В.К. К вопросу о волевом усилии // Ученые записки. Проблемы формирования личности и волевой процесс. - М.: Просвещение, 1968. - 240 с.

. Касымов, А.Ш. Исследование методики совершенствования результативности действий баскетболистов в условиях соревновательной деятельности: Автореф. дис. канд. пед. наук (13.00.04) / Касымов Абдухомид Шакирович; ГДОИФК. - Л., 1973 . - 20 с.

. Коузи, Б., Пауэр, Ф. Баскетбол: концепции и анализ: Пер с англ. / Б. Коузи, Ф. Пауэр. М: Физкультура и спорт, 1975. - 272 с.

. Лазурский, А.Ф. Избранные труды по общей психологии. К учению о психической активности. Программа исследования личности. - Спб.: Алетейя, 2001. - 192 с.

. Линдеберг, Ф. Баскетбол: игра и обучение / Ф. Линдеберг. - М: Физкультура и спорт, 1971. - 279 с.

. Найдиффер, Р. Психология соревнующегося спортсмена. - М.: ФиС, 1979. - 224 с.

. Пинхолстер, Г. Энциклопедия баскетбольных упражнений: Пер. с англ./ Г. Пинхолстер. М.: Физкультура и спорт, 1973. - 166 с.

. Пуни, А.Ц. Некоторые вопросы теории воли и волевая подготовка в спорте // А. Ц. Пуни:- Психология и современный спорт. - М.: Физкультура и спорт, 1993. - 162 с.

. Родионов, A.B. Влияние психических факторов на спортивный результат / A.B. Родионов. - М.: Физкультура и спорт, 1983. - 112 с.

. Родионов, A.B. Психологические основы подготовки баскетболистов / A.B. Родионов, В.И. Воронова.- Киев: Здоровья, 1989. - 136 с.

. Сафонов, В.К. Агрессия в спорте [Электронный ресурс]. - Режим доступа: http://www.twirpx.com/file/696287.

. Семашко, Н.В. Нападение и защита в баскетболе / Н.В. Семашко, К.И. Травин. М.: Физкультура и спорт, 1955. - 136 с.

. Уэйнберг Р., Гоулд Д. Основы психологии спорта и физической культуры [Электронный ресурс]. - Режим доступа: http://bmsi.ru/source/3a0a61fd-7b68-4bc4-b902-c8699842f55a.

. Яхонтов, Е.Р. Баскетбол / Е.Р. Яхонтов, З.А. Генкин.- М.: Физкультура и спорт, 1978.- 278 с.

. Яхонтов, Е.Р. Руководство баскетбольной командой при подготовке к игре и в ходе матча / Е.Р. Яхонтов. - СПБ: СПбГАФК им. Лесгафта, 1997. - 25 с.