

4. Повседневная жизнь профессионального спортсмена может противоречить идеям олимпизма и Олимпийской хартии.

Спортсмен становится более узнаваемым, его вид спорта набирает популярность вместе с ним. Все эти факторы в совокупности способствуют вовлечению детей в спортивную жизнь, как следствие, с малых лет воспитывают ценности олимпизма.

1. Байкова, М. А. Трансформация ценностей современного спорта при взаимодействии спорта и телевидения [Электронный ресурс] / М. А. Байкова // «Cyberleninka» – научная электронная библиотека. – Режим доступа: <https://cyberleninka.ru/article/n/transformatsiya-tsennostey-sovremennogo-sporta-pri-vzaimodeystvii-sporta-i-televideniya/viewer>. – Дата доступа: 16.10.2021.
2. Мировая практика олимпийских трансляций [Электронный ресурс] // Журнал «Коммерсантъ Власть». – Режим доступа: <https://www.kommersant.ru/doc/1635145>. – Дата доступа: 20.10.2021.
3. Официальные разъяснения к Правилу 48 [Электронный ресурс] // Олимпийская хартия. – Режим доступа: <https://noc.by/upload/New%20Folder/charter-26.06.2019-rus.pdf>. – Дата доступа: 17.10.2021.
4. Парсаданова, Т. Н. Телевидение и спорт [Электронный ресурс] / Т. Н. Парсаданова // «Cyberleninka» - научная электронная библиотека – Режим доступа: <https://cyberleninka.ru/article/n/televidenie-i-sport>. – Дата доступа: 17.10.2021.
5. Тармасинов, Д. Чемпион света. Почему медийность в спорте – это хорошо [Электронный ресурс] /Д. Тармасинов // Eurosport.ru. – Режим доступа: https://www.eurosport.ru/all-sports/story_sto5417939.shtml. – Дата доступа: 13.10.2021.

Куриленко К.С.

Научный руководитель:

канд. пед. наук, доцент Дворак В.Н.

ГГУ им Ф. Скорины (Республика Беларусь)

КОРРЕКЦИЯ АГРЕССИВНОГО ПОВЕДЕНИЯ В ПОВСЕДНЕВНОЙ ЖИЗНЕДЕЯТЕЛЬНОСТИ У СПОРТСМЕНОВ ПОСРЕДСТВОМ МЕТОДА БИОЛОГИЧЕСКОЙ ОБРАТНОЙ СВЯЗИ

Спортивная деятельность сама по себе агрессивна, так как многие виды спорта направлены на причинение вреда. Агрессия неизбежна там, где присутствует физический контакт соперников.

Существует классификация видов спорта, определяемая по типу физического контакта [1]:

1. Первый вид физического контакта носит жесткий характер, так как проявление силы предусмотрено правилами соревнований. Это такие виды спорта, как футбол, хоккей, регби, а также все типы единоборств.

2. Второй вид физического контакта проявляется в видах спорта, где есть сетка, и реализуется через мяч, волан. Это такие виды спорта, как волейбол, теннис.

3. Третий вид физического контакта является условным. Участники выступают последовательно или параллельно и не могут как-то взаимодействовать с соперником. Такими являются все виды легкой атлетики, плавание, фигурное катание, велосипедный спорт.

Исходя из этой классификации, можно предположить, что чаще всего с прямой агрессией соперника будут встречаться спортсмены первого вида, а участники второго и третьего вида чаще будут встречаться с агрессией косвенной.

Е.П. Ильин различает [2]:

1. Прямую физическую агрессию (драка).

2. Прямую вербальную агрессию (спор).

3. Косвенную физическую агрессию (удар по мячу).

4. Косвенную вербальную агрессию (высказывание по поводу тренера за его спиной).

По причине проявления он делит агрессию на преднамеренную (спортсмен сам лезет в драку) и спровоцированную (ответ нападающего защитнику).

Современный спорт очень стрессовый вид деятельности, для которого характерна сильная эмоциональная возбудимость, особенно на соревновании, что может привести к отсутствию контроля над агрессией. Агрессивное поведение в спортивной деятельности может переходить в повседневную жизнедеятельность.

В качестве меры регуляции своего психоэмоционального состояния может быть использован метод биологической обратной связи, которая обеспечивает человеку по каналам обратной связи дополнительную мультимедийную информацию о работе его физиологических систем.

Навыки саморегуляции развиваются за счет тренировки и повышения лабильности регуляторных механизмов с помощью использования зрительных, слуховых, тактильных и других сигналов-стимулов на основе использования специальной аппаратуры, которая позволяет регистрировать, усиливать и «возвращать обратно» физиологическую информацию [3].

Нам важно избежать проявления агрессивного поведения именно в повседневной жизнедеятельности, а не в соревновательной. Поэтому во время использования метода БОС предлагается разбирать со спортсменом ситуации-триггеры из повседневной жизни, которые вызывают у него агрессивное поведение.

Таким образом, в процессе работы с прибором БОС происходит обучение навыкам саморегуляции, когда спортсмен, ориентируясь на сигналы обратной связи и инструкции тренера, сознательно корректирует деятельность своего организма.

1. Холличер, В. Человек и агрессия / В. Холличер. – М. : Прогресс, 2001. – С. 273.
2. Ильин, Е. П. Психология спорта / Е. П. Ильин. – СПб. : Питер, 2012. – 352 с.
3. Дворак, В. Н. Теоретико-методические аспекты повышения стрессоустойчивости спортсменов посредством модулей биологической обратной связи / В. Н. Дворак // Известия Гомельского государственного университета им. Ф. Скорины. – 2016. – № 5 (98). – С. 21–24.

Лукашевич В.А.

Научный руководитель:

канд. биол. наук Цехмистро Л.Н.

БГУФК (Республика Беларусь)

ВЛИЯНИЕ ПОВТОРНОЙ ВИБРАЦИОННОЙ ТРЕНИРОВКИ ПО МЕТОДУ СБА НА ВАРИАБЕЛЬНОСТЬ СЕРДЕЧНОГО РИТМА СТУДЕНТОВ ПРИ ВЫПОЛНЕНИИ ТРАДИЦИОННЫХ УПРАЖНЕНИЙ

В настоящее время в спорте широко используются эргогенные средства воздействия на организм спортсменов. Их принято подразделять на психолого-педагогические и медико-биологические. Эргогенные средства позволяют повышать работоспособность организма, в том числе и нетрадиционными способами. Все более пристальное внимание, специалистов привлекают немедикаментозные, неинвазивные медико-биологические средства. Их смысл заключается в неспецифическом воздействии на различные системы и функции организма. Высказывается мнение, что правильный подбор таких средств может стать реальной альтернативой запрещенным стимуляторам [1].

Педагогическими методами исследования доказано, что процесс развития физических качеств ускоряется при использовании метода стимуляции биологической активности (СБА) и дозированной вибрационной тренировки (ДВТ). Стимуляция биологической активности – метод потенцирования систем организма, при котором дозированные механические вибровоздействия благодаря применению специальных методических приемов направляются вдоль мышечных волокон. Дозированная вибрационная тренировка – это тренировочный метод, который подразумевает использование суммированной нагрузки в виде строго регламентиро-