



**НАЦИОНАЛНА СПОРТНА АКАДЕМИЯ
„ВАСИЛ ЛЕВСКИ“**

ЦЕНТЪР ЗА НАУЧНА И ПРИЛОЖНА ДЕЙНОСТ

ТАРКАН ХАВАДАР

**ВЛИЯНИЕ НА СИСТЕМНАТА ФИЗИЧЕСКА АКТИВНОСТ И СПОРТНИ
МЕРОПРИЯТИЯ ВЪРХУ НИВАТА НА ГНЯВ И АГРЕСИЯ ПРИ МЛАДЕЖИ
И ДЕВОЙКИ, СКЛОННИ КЪМ АГРЕСИЯ**

АВТОРЕФЕРАТ

**НА ДИСЕРТАЦИОНЕН ТРУД ЗА ПРИСЪЖДАНЕ НА ОБРАЗОВАТЕЛНАТА И
НАУЧНА СТЕПЕН „ДОКТОР“
В ПРОФЕСИОНАЛНО НАПРАВЛЕНИЕ 7.6. СПОРТ,
ДОКТОРСКА ПРОГРАМА „ТЕОРИЯ И МЕТОДОЛОГИЯ НА СПОРТНАТА НАУКА“**

**Научен ръководител:
*Проф. Даниела Дашева, ДН***

София, 2018

ВЪВЕДЕНИЕ

Основният въпрос, който трябва да бъде поставен, е откъде идва тази агресия? Съществуват различни теории, както и фактори, за които се смята, че я провокират. Според теорията за фрустрация (Dollard, Doob, Miller, Mowrer, & Sears, 1939) агресията възниква, защото възниква неудовлетвореност и блокиране на личните цели. От друга страна, авторите на т.нар. общ агресивен модел (Anderson & Bushman, 2002) твърдят, че ситуационните и личните фактори играят съществена роля за проявата на агресивно поведение. Агресията идва от различни източници и е важно те да се определят. Така например, спортните стресови фактори ни дават възможност да разберем какво причинява на един спортист разочарованието, което може да доведе до агресия и намаляване на работоспособността и постижението.

В кариерата си спортистите се сблъскат с редица стресови ситуации и стресори. Те могат да варират от лични стресови фактори, като тревога и безпокойство до ситуационни такива, като проблеми, свързани с отбора, с треньора или околните. Именно стресът може да има отрицателно въздействие върху ефективността на спортистите и е доказано, че той дори увеличава вероятността от нараняване и агресия (Blackwell & McCullagh, 1990). Високите очаквания са ключов стресов фактор в спорта.

Съобразно теорията за организационния стрес има четири основни стрес-проблема, които водят до агресия – лични, екипни, лидерски и екологични.

Да се научиш как да се справяш със стреса или агресията е от ключово значение, не само в спорта, но и в живота, сред младите. Една от главните социални функции на спорта в съвременното общество е неговата биоадаптационна и психорегулативна роля, която осигурява на индивида необходимата му степен на двигателна активност, за пълноценна изява във всички сфери на живота.

Именно в това е и проблемът - може ли чрез физически упражнения и спорт да се преодолее или превентира агресивно поведение?.

Отговорът трябва да е позитивен. Но възниква въпросът как:

1. Трябва ли задължително спортът и физическите упражнения да бъдат включени в ежедневието? Без съмнение – да.
2. Може ли спортът да се използва като инструмент в програми за преодоляване на агресивното поведение? Да.
3. Комуникационните дейности, използващи спорта, трябва да се съсредоточат върху добре насочено застъпничество и мобилизация, особено на национално и местно равнище.
4. Необходимо ли е партньорство между институциите? Въпросът е риторичен, но не е за подценяване!

Надяваме се в рамките на този дисертационен труд да отговорим на част от поставените въпроси и да очертаем някои решения за преодоляване на агресията чрез спорт и физически упражнения, в частност чрез спортни игри (баскетбол и футбол).

I. ТЕОРЕТИЧНИ ОСНОВИ НА ПРОБЛЕМА

Спортът и системната физическа активност са източник и среда за осигуряване на социалното здраве.

Благотворното въздействие на спорта върху здравето е изследвано и доказано в историята на спортните науки, като в този контекст здравето се разглежда в един по-широк смисъл, т.е. не само ползите за физическото здраве на човека, но и осигуряването на ментално и социално благополучие във всеки един етап от неговия живот.

Научната литература изобилства от примери за това как системните занимания със спорт могат да имат положителен ефект за намаляване на риска от емоционален дистрес (Steptoe & Butler, 1996), осигурявайки социалното здраве (Steptoe & Butler, 1996), намаляване на проявите на суицидно поведение (Taliaferro, Eisenberg, Johnson, Nelson, & Neumark-Sztainer, 2011), на злоупотреба с наркотични вещества (Harrison, 2003), на депресия (Boone & Leadbeater, 2006), на свързани с възрастта когнитивни спадове (Streeter & James, 2007, Thompson-Coon, et al., 2011). Повишената физическа активност се свързва с намаляване на психологическия стрес, неудовлетвореността от живота и тревожността (Schnohr, Kristensen, Prescott, & Scharling, 2005).

Изследване на Valis, Zullig, Huebner, & Drane (2004) установяват, че удовлетвореността от живота сред гимназисти е значително по-голяма при тези от тях, които ангажират свободното си време в отборни спортове. Именно тези спортове допринасят и за намаляване на чувството на безпомощност и самота. Резултатите от друго изследване на Valois, Umstattd, Zullig, & Paxton (2008) се установява закономерност между интензивността на двигателната активност в отбора и чувството за емоционална ефикасност (self-efficacy).

Особено е значението на спортните занимания и участието в спортните клубове за развитието на подрастващите (Brettschneider, 2001), осигурявайки тяхното младежко развитие (Zarrett, et al., 2009). Участието в организирани спортни занимания подпомага социалното развитие на младежите, осигурявайки своеобразен буфер срещу симптомите на социална тревожност (Dimech & Seiler, 2011) и изолираност (Cox, 2012). Спортните занимания, независимо дали те са провеждани към спортни клубове или не, значително

подпомагат изграждането и развитието на социални компетенции (Howie, Lukacs, Pastor, Reuben, & Mendola, 2010), подпомагайки младежите в преодоляване на емоционалните предизвикателства, които възрастта и етапите на живота им представят (Alimohammadi, Nedae, Firouzjah, & Deheshti, 2016). Това е особено валидно, предвид терапевтичния ефект на спорта (Walsh, 2011), който създава условия на социална подкрепа и приятелство (Galloway, Bell, Hamilton, & Scullion, 2006).

Спортът предоставя контекст за развитие на инициативи, съвместна работа, физически и ментални умения, както и условия за социално сравнение (Roberts & Treasure, 1992) и изграждане на социални умения (Howie, Lukacs, Pastor, Reuben, & Mendola, 2010). Според проучване на Hansen, Larson, & Dworkin (2003) младежите, които вземат участие в спортни дейности докладват за по-добро самопознание, умения за изграждане на стратегии за регулиране на емоциите. Висок процент от участниците в изследването споделят, че чрез спорта са открили начини да контролират темперамента си.

Различни автори съобщават за установена закономерност между спортното участие и нивата на физическо насилие. Така например, при мъжете се забелязва, че по-активното участие в спортни занимания е обратно пропорционално на физическата агресия (Rhea & Lantz, 2004).

Социалните ползи от спорта включват позитивни отношения с треньорите, условия за създаване на нови приятелства и изграждане на социални умения и екипност. Standford, Duncombe, & Armour (2008) откриват, че проявите на антисоциално поведение след участие в спортна програма значително намаляват. Според Howie, Lukacs, Pastor, Reuben, & Mendola (2010) децата, които се занимават със спорт са по-склонни да се опитват да решават конфликтни ситуации и да демонстрират уважение към учители и съседи.

Що се касае до личностните умения, то младежите споделят, че спортът предоставя среда на емоционален контрол, опознаване, повишаване на самочувствието и личната дисциплина, поддържа ги заети и подпомага тяхното по-добро академично представяне (Holt, Kingsley, Tink, & Scherer, 2011, Lv & Takami, 2015). Чрез опита, който се натрупва в спортната игра младежите изграждат ценни умения като следване на правила, уважение, постоянство, кураж и поемане на отговорност (Salamuddin & Harun, 2010).

От значение е и видът на физическата активност, нейната системност и интензивност. Така например, отборните спортове предоставят по-добра среда за

изграждане на социални и междуличностни умения в сравнение с индивидуалните такива (Devecioğlu, Sahan, Yıldız, Tekin, & Sim, 2012). Отборните спортове предоставят среда, изискваща освен дисциплина, самоконтрол и физически умения, така също и сътрудничество между съотборниците, координация, работа в екип и активно участие на всички участници (Alimohammadi, Nedae, Firouzjah, & Deheshti, 2016).

Интензивността също има значение. Според Pontiflex, Saliba, Raine, Picchietti, & Hillman (2012) аеробни упражнения с умерена интензивност имат позитивно въздействие върху когнитивните функции при деца със заболяване на дефицита на внимание и хиперактивност (attention deficit hyperactivity disorder- ADHD).

Moesch, Birrer, & Seiler (2010) докладват за вида на спорта като фактор за агресивното поведение. Според тях склонността към насилие се определя от това дали даденият спорт е естетичен (намалени нива на агресия) или боен или силов (повишена агресия). Въпреки тяхното заключение, считаме, че има логика, ако изходим от теорията на Фройд за вродения инстинкт за агресия, практикуването на бойните спортове също да допринася за намаляване на агресивните прояви в ежедневието, тъй като вродената агресия има възможност да бъде освободена в контролирани условия в залата.

Установено е благотворното въздействие на участието в спортни програми за младежи в риск (Haudenhuyse, Theeboom, & Coalter, 2012) като именно условията, в които се провеждат подобни програми предоставят мотивационен климат, авторитетни взаимоотношения, условия за развитие на социо-психологически компетенции, включване на всички участници.

Witt & Caldwell (2010) обобщават ефектите на спортните програми като метод за превенция и интервенция на социопсихологически проблеми при младежи, както следва:

Насилието и агресията сред младежи се превръщат в един все по-болезнен обществен проблем на нашето съвремие. Зачестяват случаите на инциденти и дори убийства сред връстници, съученици, приятели. Както бе разгледано по-горе причините за това могат да бъдат различни, а факторите – многопластови (семейство, приятелски кръг, културни разбирания, медии, в които преобладава насилие, игри, социални мрежи, в които се разпространява насилие). Едно обаче може да бъде категорично, проявите на агресия са в корелация с дефицита на социални умения и налични социални дисфункции на младежа.

Независимо от това каква е причината за проявата на агресия, то агресивното поведение субективно се възприема от личността за най-рационалния към момента път към получаването на даден резултат и вероятността от проява на повторно поведение не намалява значително, ако младежът бъде наказан. Той просто не познава друг начин за справяне с проблема, което от своя страна се превръща в предпоставка за повторна агресия. В основата на всички терапии за превенция е изграждането и развитието на личностни качества, които да канализират гнева и агресията в социално приемлив вид, да предоставят алтернативно поведение и да осигурят социално-психическото здраве на индивида.

Спортът и системната физическа активност са обект на изучаване от социологията и психологията. В много случаи, когато тези науки изследват спорта и агресията, те изхождат от презумцията за агресията като продукт на спортната среда - агресия между съотборници, противникови отбори, агресия, породена от желание за победа и съперничество, агресия между треньори и тренирани, "спортна злоба" и т.н. Сравнително ограничени обаче са изследванията, които разглеждат спорта, като инструмент за справяне с агресията сред младежи. Ето защо, имайки предвид гореизложените ползи от спорта и физическата активност за социалното и психологическото здраве на човека, ние формулираме следната **работна хипотеза**:

Системната физическа активност и участието в спортни мероприятия води до намаляване на нивата на гняв и агресия при младежи и девойки, склонни към такива прояви.

ЦЕЛ, ЗАДАЧИ, МЕТОДИКА И ОРГАНИЗАЦИЯ НА ИЗСЛЕДВАНЕТО

II.1. Цел на изследването

Целта на настоящото изследване е да се изследват възможностите за редуциране на нивата на гняв и агресия чрез системни занимания със спорт и участие в спортни мероприятия при младежи и девойки от Р. Турция.

II.2. Задачи на изследването

В изпълнение на целта на изследването са формулирани следните изследователски задачи:

1. Да се определят същността на гнева и агресията, факторите, от които те се повлияват, както и основните методи за тяхната превенция и интервенция.
2. Да се установи нивото на гняв и агресия при младежи и девойки от Р. Турция, практикуващи и непрактикуващи двигателна активност и спорт.
3. Да се изследва ефективността на различни програми за намаляване на гнева и агресията при младежи и девойки чрез системни занимания със спорт и участие в спортни мероприятия.
4. Да се проучи влиянието на родителската среда върху нивата на гняв и агресия и ролята на физическата активност в семейството.
5. Да се обобщи мнението на педагози по отношение на методите за интервенция върху проявите на гняв и агресия.

II.3. Обект на изследване

Обект на настоящото изследване са гневът и агресията при младежи и девойки, учещи в основна степен на обучение в Р. Турция и въздействието върху тях на системната физическа активност.

II.4. Предмет на изследване

Предмет на изследване са нивата на гняв и агресия, както и признаците на специалната физическа подготвеност и специфичните технико-тактически умения на ученици.

II.5. Контингент на изследване

В изследването взимат участие общо 86 младежи, които по данни на училищните психолози имат склонност към агресия. Младежите са разделени условно в две групи: експериментална ($n = 54$) и контролна ($n = 32$).

II.6. Методически инструментариум

В изследването са използвани следните изследователски методи:

- литературно-теоретичен анализ;
- педагогически експеримент;
- спортно-педагогическо тестиране;
- скала за измерване на нивата на агресия на Buss – Perry (1992);
- интервю с родители;
- педагогическо наблюдение;
- статистически методи.

II.6.1. Литературно-теоретичен анализ

Литературно-теоретичният анализ е използван за очертаване на теоретичната рамка на проблема. Реализиран е на базата на 165 проучени литературни източника, предимно на латиница.

II.6.2. Педагогически експеримент

Педагогическият експеримент е реализиран в периода февруари-март 2017 година. Умишлено, като форма на системна физическа активност, са избрани отборни спортове (футбол и баскетбол), тъй като се счита, че именно отборните спортове имат по-висок потенциал да развиват социални и личностни умения, необходими за целите на намаляване на агресивните прояви и подобряване на самоконтрола.

Друго съображение за избора

именно на тези два вида спорт е, че те са най-разпространените в Турция. Предвид това, че учениците живеят в по-малки населени места, където възможностите за спорт и наличните спортни съоръжения са ограничени, избирахме именно баскетбол и футбол, тъй като дори в селата има налични игрища за тези два спорта. т.е. учениците могат да продължат спортните си занимания и извън рамките на проведения експеримент.

Основните акценти в работата бяха: **развиване на спортно-специфични технико-тактически умения и създаване на отбори и отборен дух**. Отделянето на по-особено внимание на спортно-специфичните технически умения имаше за цел да бъде повишено самочувствието и самоувереността на учениците в техните двигателни възможности. Допускаме, че вярата в собствените умения, би допринесла за повишаване на чувството на значимост в отбора, т.е. "аз съм добър в това, което правя и съм полезен на отбора си". По този начин се осигурява социалното приемане и се избягва социалната изолация, посочвани като фактори, определящи агресивното поведение.

Изграждането на отборния дух е конкретно насочено към развитието на социалните умения, уменията за взаимодействие вътре в отбора. Всеки един от членовете на отбора има определена роля, която придобива смисъл единствено в случаите, в които останалите роли биват изпълнявани. Ето защо, при стартиране на програмата бяха предвидени 2 часа за изясняване правилата на игрите и правилата на поведение. Представени бяха и концепциите за феър-плей и спортна етика. В процеса на изпълнение на програмата, по време на тренировките, водещите преподаватели следят за спазване на правилата на играта и правилата на поведение и при необходимост предприемат коригиращи действия като: спиране на играта за корекции; дискутиране на възникнали проблеми; смяна на игрови позиции; вътрешно-отборно раз местване и между-отборно раз местване.

Продължителността на експеримента е **8 седмици** и включва в трите групи (футбол, баскетбол-жени и баскетбол-мъже) следните елементи:

Група „Футбол“

Продължителност на програмата	8 седмици
Занимания	съботно-неделни от 10:45 до 13:00
Място на провеждане	Висше училище по Физическо възпитание и спорт, университет "Кавказ", Р. Турция; спортна база, футболно игрище

Брой на участниците	22 ученици (момчета)
Брой на треньорите	двама

Таблица 1. Концептуална програма „Футбол”

Част 1	Продължителност 2	Съдържание 3
Въвеждаща част	20 мин	Общи упражнения за подготовка на основните мускулни групи за работа, ставна гимнастика, 1 км бягане

1	2	3
Основна част: двигателни качества	40 мин	Теми по седмици: Тема 1: бързина Тема 2: бързина и гъвкавост Тема 3: бързина и ловкост Тема 4: бързина и взривна сила на долни крайници Тема 5: Взривна сила на долни крайници Тема 6: Гъвкавост и ловкост Тема 7: бързина и ловкост Тема 8: бързина и взривна сила
Почивка	15 мин	
Основна част технически умения:	20 мин	Умения за водене на топка, умения за изпълняване на подавания, умения за изпълнение на стрелба
Основна част: игра	30 мин	Игра на терен
Заклучителна част	10 мин	Намаляване на напрежението, възстановяване чрез стречинг упражнения

Група „Баскетбол”

Продължителност на програмата	8 седмици
Занимания	съботно-неделни: от 13:45 до 16:00- момичета от 16:45 до 19:00- момчета
Място на провеждане	Висше училище по Физическо възпитание и спорт, университет "Кавказ", Р. Турция; спортна база, баскетболни игрища
Брой на участниците	16 ученици- момичета, 16 ученици- момчета
Брой на треньорите	двама

Таблица 2. Концептуална програма „Баскетбол”

Част 1	Продължителност 2	Съдържание 3
Въвеждаща част	20 мин	Общи упражнения за подготовка на основните мускулни групи за работа, ставна гимнастика, 1 км бягане

1	2	2
Основна част: двигателни качества	40 мин	Теми по седмици: Тема 1: бързина Тема 2: бързина и гъвкавост Тема 3: бързина и ловкост Тема 4: бързина и взривна сила на долни крайници Тема 5: взривна сила на долни крайници Тема 6: гъвкавост и ловкост Тема 7: бързина и ловкост Тема 8: бързина и взривна сила
Почивка	15 мин	
Основна част технически умения:	20 мин	Умения за водене на топка, умения за изпълняване на подавания, умения за изпълнение на стрелба от място, стрелба в движение, наказателни удари, совалково бягане
Основна част: игра	30 мин	Игра на терен
Заклучителна част	10 мин	Намаляване на напрежението, възстановяване чрез стречинг упражнения

Всички занимания се провеждат в приятелска атмосфера с правила, определени от самите участници. Правилата се поставят в първото занимание и са валидни до края на програмата.

II.6.3. Спортно-педагогическо тестване

Спортно-педагогическите тестове целят оценка на специфични физически качества и технико-тактически умения. За участниците от двете групи – програма „футбол” и програма „баскетбол”, се прилагат различни тестове както следва:

- Тестова батерия, приложена на участниците в спортна **програма „Футбол”**:

Таблица 3. Списък на показателите за физически качества

№	Показатели \ Параметри	Мерни единици	Точност на измерване	Посока на нарастване
1.	30 м спринт	сек	0,01	-
2.	Бягане 5х10 м	сек	0,01	-
3.	Бягане 200 м	сек	0,01	-
4.	Скок от място (± 100 см)	см	1,0	+
5.	Скок настрани (± 100 см)	см	0,01	+
6.	Тест за равновесие	сек	0,01	+

Таблица 4. Списък на показателите на специфични технико-тактически умения

№	Показатели \ Параметри	Мерни единици	Точност на измерване	Посока на нарастване
7.	Жонглиране с топка от място	сек	0,01	+
8.	Жонглиране с топка в движение	сек	0,01	+
9.	Стрелба към празна врата (16,5 м) (5 бр.)	Брой	1,00	+
10.	Удар с глава – 8 м (5 бр.)	Брой	1,00	+
11.	Пътека с препятствия	сек	0,01	-

- Тестова батерия, приложена на участниците в спортна **програма "Баскетбол"(момичета и момчета)**

Таблица 5. Списък на показателите на специалната физическа подготовка

№	Показатели \ Параметри	Мерни единици	Точност на измерване	Посока на нарастване
1.	20 м спринт	сек	0,01	-
2.	Бягане между стойки	сек	0,01	-
3.	Вертикален отскок	см	1,0	+
4.	Скок от място	см	1,0	+
5.	Троен скок	м	1,0	+
6.	Коремни преси	брой	1,0	+
7.	Бягане „Совалка"	сек	0,01	-

Таблица 6. Списък на показателите на специфичната технико-тактическа подготовка

№	Показатели \ Параметри	Мерни единици	Точност на измерване	Посока на нарастване
8.	Осморки с дрибъл	брой	1,0	+
9	Водене на топката между стойки	сек	0,01	-
10.	Наказателни удари	брой	1,00	+
11.	Стрелба от позиция с подавач	брой	1,00	+

II.6.4. Скала за измерване на нивата на агресия на Buss-Perry (1992)

Скалата за измерване нивата на агресия е разработена и публикувана през 1992 год. от Арнолд Бус и Марк Пери (Buss & Perry, 1992). Скалата съдържа 29 айтема, които измерват:

- физическа агресия – 9 айтема (2, 5, 8, 11, 13, 16, 22, 25, 29);
- вербална агресия – 5 айтема (4, 6, 14, 21, 27);
- гняв - 8 айтема (1, 9, 12, 18, 19, 23, 28);
- враждебност – 8 айтема (3, 7, 10, 15, 17, 20, 24, 26).

Всеки респондент оценява до каква степен всяко едно твърдение, изложено в айтемите се отнася до него самия. Оценката става по скала от ликертов тип от 1 до 5, където 1 – „Категорично не се отнася за мен”, а 5 – „Категорично се отнася за мен”.

Айтеми 9 и 16 са реверсирани. В изследването е използван турският вариант на скалата, валидиран на турски език от Мадран (Madran, 2012).

На табл. 8 са представени средните резултати за мъже и жени и съответно минимален и максимален резултат по всеки изследван критерий (Buss & Perry, 1992).

II.6.5. Интервю

Училищните психолози оказаха значителна подкрепа в реализирането на нашето изследване, посочвайки децата, за които имат информация за проблеми с гнева и агресията, проведеха срещи с техните родители и съдействаха за получаване на разрешения за участие на учениците в експеримента.

След като посочиха децата, с които системно работят, те бяха помолени да реализират срещи с техните родители, на които освен получаване на разрешение за участие, да проведат кратък разговор под формата на полуструктурирано (semi-structured) интервю с 12 въпроса, разделени в три категории, както следва:

- въпроси, свързани с физическата активност - 4;
- въпроси, свързани с насилието - 4;
- въпроси, свързани с гнева и агресията – 4.

Въпросите са формулирани на базата на информацията за факторите, имащи влияние върху гнева и агресията.

II.6.6. Педагогическо наблюдение

На координационните срещи на треньорите преди старта на програмата бе изяснена необходимостта от проследяване на поведението на участниците в нея. В целия ход на изпълнение на програмата спортните педагози водят записки за създалите се проблеми с поведението на участниците, за взетите мерки и ефектът от тях. Резултатите от наблюдението целят да установят измененията в агресивното поведение на учениците в хода на изпълнение на програмата. Техните наблюдения са обобщени и анализирани за целите на настоящата работа.

РЕЗУЛТАТИ И АНАЛИЗ

III.1. Анализ на резултатите от спортно-педагогическия експеримент

III.1.1. Ефективност на програмата по „футбол“

- За установяване на ефективността на програмата по футбол е приложен t- критерият на Стюдънт за зависими извадки ($p = 0,05$).

Въздействие върху физическите способности (качества)

Резултатите са представени на **таблица 8** (вариационен анализ и сравнителен анализ).

Таблица 8. Вариационен анализ и сравнителен анализ на показателите за физически способности (качества)

Тест	Mean		S		V%		t	Sig. (2-tailed)
	1-во изсл.	2-ро изсл.	1-во изсл.	2-ро изсл.	1-во изсл.	2-ро изсл.		
30 м спринт	3.54	4.04	.51	0.24	14.40	5.94	4.37	0.00
Бягане 5 x 10 м	8.26	8.21	2.04	0.22	25.00	2.67	0.11	0.88
Бягане 200 м	45.21	41.71	0.20	1.94	0.44	4.65	9.31	0.00
Скок от място (± 100 см)	245.4	257.5	1.96	1.57	0.79	0.76	12.00	0.00
Скок настрани (± 100 см)	170.08	219.2	1.71	2.02	1.00	0.92	12.75	0.00
Тест за равновесие (сек)	17.38	22.75	1.20	1.67	6.90	7.30	24.03	0.00

Резултатите от тестовете за физически способности показват:

Тест „30 м спринт“

Този тест дава информация за скоростните възможности на децата и младежите. При първото изследване средната стойност е $M=3,54$ сек при $SD= 0.51$, а при второто – $M=4,04$ сек; $SD= 0,24$. Коефициентът на вариация при първото изследване е $V=14.40\%$ и тенденция към хомогенизиране на извадката по този показател при второто – $V=5.94\%$. Сравнителният анализ показва статистически достоверна разлика – $t(23)= 45.902$; $p= 0.00<$

1.5 , което означава влошаване на скоростните способности след провеждане на експеримента. Причината вероятно трябва да се търси във широкия диапазон на възраст на изследваните лица (10–16 години) и относително малкия брой (23).

Тест „Бягане 5 x 10“

Този тест показва способностите за скорост съчетана с координация. При първото изследване е със средна стойност $M = 8,26$ сек; $SD = 2,04$, при второто – такова $M = 8,21$ сек; $SD = 0,22$. Коефициентите на вариация са в широки граници – при първото – $V = 25 \%$, а при второто, отново хомогенизиране на извадката и $V = 2,67 \%$. Отсъства статистически значимо изменение на резултата, потвърдено с t-критерия на Стюдънт $(23) = 0,11$. Вероятно футболната програма не е съдържала голям брой упражнения за координация и спринт, което от своя страна не е придизвикало значими изменения на тези способности на изследваните.

Тест „Звезда” (200 м)

Този тест също така носи информация за скоростната издръжливост на изследваните отново в съчетание с координацията. Средните стойности при първото изследване са $M = 45,21$ сек; $SD = 0,20$, и при второто – $M = 41,71$ сек; $SD = 1,94$. Коефициентите на вариация са ниски, което показва хомогенност на извадката и при двете изследвания. И тук разликата е статистически значимо, към подобряване на резултатите $t(23) = 9,31$; $p = 0,00 < 0,05$. Подобряването на резултатите в този тест има важно значение за подрастващите, тъй като той показва способност за влагане на усилия и мотивация за преодоляване на трудности.

Тест „Скок от място”

Тестът носи информация за взривната сила на долните крайници. При първото изследване резултата е $M = 245,4$ см; $SD = 1,956$, при второто – $M = 257,5$ см; $SD = 1,56$. Коефициентите на вариация при първото и при второто изследване са под 1 %. Наблюдава се статистически достоверно подобряване на резултатите, подкрепено със съответния t-критерий на Стюдънт $(23) = -12,00$; $p = 0,00 < 0,05$. Явно взривната сила на долните крайници се е повлияла позитивно от приложената програма по футбол.

Тест „Скок настрани”

Този тест носи информация за взривните възможности на долните крайници в страничната равнина. При първото изследване средната стойност е $M = 170,8$ см; $SD = 1,717$, а при второто – $M = 219,2$ см; $SD = 2,02$. И тук разликата е статистически достоверна – $t(23) = -12,74$; $p = 0,00 < 0,05$ и респективно подобряване на тези възможности вследствие на приложената програма по футбол. Наблюдаваме нисък коефициент на вариация при първото изследване – $V = 0,92$ % и сравнително по-висок при второто – $V = 12,75$ %. Можем да направим следния коментар – взривните възможности в странична равнина, които са твърде специфични за футболната игра насочват към разграничаване на онези от изследваните, които имат способност да овладяват по-бързо футболните умения и постигат необходимата взривност при владеење на топката по-късно.

Тест „Равновесие”

При тестът за равновесие, подобно на останалите тестове отбелязваме статистически значима разлики при двете тестирания – $t(23) = 24,02$; $p = 0,00 < 0,05$. Средната стойност при първото е $M = 22,75$ сек; $SD = 1,675$, а при второто – $M = 17,38$ сек; $SD = 1,209$. Нормално тук коефициентите на вариация да се по-високи, тъй като равновесните възможности са деликатен показател (при първото – $V = 7,30$ % и при второто – $V = 24,03$ %), респективно по-висока хетерогенност на извадката и влияние на приложената програма.

Специални технико-тактически умения

Чрез следващите 5 теста се цели да се установи нивото на развитие на специфични за футбола технико-тактически умения в т.ч. умения за жонглиране с топката на място, в движение, умения за стрелба с крак и глава, както и придвижване напред при налични „опасности по терена”. Именно тези качества и тяхното подобрене в хода на прилагането на програмата са тези, които се очаква да повлияят позитивно върху самочувствието на изследваните лица.

Що се касае до технико-тактическите умения, съществува статистически достоверна разлика при всички тестове, като за всички е в посока на подобряване на постиженията след провеждане на тренировъчната програма по футбол, както следва:

- Значително се подобряват уменията за боравене с топката в стационарно положение като учениците успяват да запазят контрол над нея средно в началото на изследването – 5,38 сек, и в края – 6,83 сек. Тази разлика е статистически значима – ($t(23) = 7,23$; $p = 0,00 < 0,05$) и вероятно се дължи на проведената програма по футбол. Коефициентите на вариация са високи – $V = 18,99\%$ при първото изследване и $V = 14,78\%$ при второто. Те информират за относително висока хетерогенност на извадката.
- Подобрене се наблюдава и при резултатите за динамичното изпълнение на теста, където подобряването спрямо първото изследване е с 1,3 сек. То е статистически достоверно и е подкрепено с t критерий на Стюдънт ($t(23) = 8,17$; $p = 0,00 < 0,05$). И тук коефициентите на вариация са високи, особено при първото изследване – $V = 24,44\%$ и при второто – $V = 16,15\%$. Позитивен факт обаче е тенденцията към хомогенизиране на извадката при второто изследване.
- Наблюдаваме подобрене и в уменията за изпълнение на стрелба към вратата, като успешните опити от средно 2,71 бр. при първо изследване, и 4,08 бр. при второто и статически достоверна разлика – ($t(23) = 8,75$; $p = 0,00 < 0,05$). Тенденцията се запазва и за стрелбата с глава, където средната стойност се променя от 2,58 бр. на 3,29 бр., което от статистическа гледна точка може да бъде прието за съществено изменение ($t(23) = 5,560$; $p = 0,00 < 0,05$). Коефициентите на вариация при тези два теста също са високи – в границите на 35-36 % за първото изследване и относително хомогенизиране при второто – в границите на 17–18 %.
- При теста за преминаване на пътеката с препятствия, при второто изследване лицата дават значително по-добри резултати, като подобряват времето за изпълнение с 4 сек, което е статистически достоверно ($t(23) = 20,266$; $p = 0,00 < 0,05$). Тук са най-ниските коефициенти на вариация в границите на 3-4 % и най-висока хомогенност на извадката.

Така получените резултати за показателите за специални физически способности и технико-тактически умения ни дават основание да считаме, че предложената от нас програма по футбол води да статистически достоверно подобряване на изследваните способности и умения и респективно влияе не само върху представянето на терена, но и възпитава комплексни спортни качества като спортното поведение, психически и социални умения за игра и спортменство.

III.1.2. Ефективност на програма по „Баскетбол” при момичета

За установяване на ефективността на програмата по баскетбол е приложен t-критерият на Стюдънт за зависими извадки ($p = 0,05$).

Въздействие върху физическите способности (качества)

Още в началото на анализа можем да констатираме статистически значимо подобрене в резултатите по всички тестове за двигателни качества на изследваната група, а именно:

- Отчитаме подобрения в бързината и ловкостта на момичетата като времето за изпълнение на спринт теста значително намалява от първото изследване ($M = 4,24$ сек; $SD = 0,32$) към второто ($M = 4,22$ сек; $SD = 0,3$); $t(15) = 10,593$; $p = 0,00 < 0,05$; същото се забелязва и при анализа на резултатите за изпълнение на теста „бягане между стойки” $t(15) = 9,92$; $p = 0,00 < 0,05$. Коефициентите на вариация са ниски между в диапазона 3–8 %, което информира за хомогенност на извадката по отношение на възможностите за скорост и ловкост.
- При трите скока (вертикален, от място, троен), които носят информация за взривната сила на долните крайници също се отчита значително подобрене в средните стойности при второто изследване спрямо първото: за вертикален скок $t(15) = 14,56$; $p = 0,00 < 0,05$; за скок от място $t(15) = 7,60$; $p = 0,00 < 0,05$, за троен скок $t(15) = 3,75$; $p = 0,02 < 0,05$. Тук също се наблюдават ниски коефициенти на вариация.
- Резултатът от теста за изправяне от тилен лег, който носи информация за силова издръжливост на коремната мускулатура, отчита значително подобрене в

изпълнението на теста, като броят на коремните преси от средно 12,38 бр. при първо тестиране, при второто вече са с 3 повече ($M = 15,5$ бр.; $SD = 3,76$) и разликата е статистически достоверна – $t(15) = 9,190$; $p = 0,00 < 0,05$. Коефициентите на вариация тук са относително по-високи в рамките на 9–16 %.

- Бързината и координацията, измервани чрез тестът „Совалка”, също се подобряват, като времето за изпълнение на теста намалява средно с 4 секунди при второто изследване – $t(15) = 25,298$; $p = 0,0 < 0,05$. Коефициентите на вариация са в границите на 2–3 %.

Предвид това, че момичетата преди участието си в експеримента се самоопределят като такива, които водят заседнал начин на живот, такова подобрене в резултатите по отделните тестове и то в рамките на само 8 седмици, има висок потенциал да повлияе върху спортното самочувствие на участничките, да ги провокира към стремеж за спортно развитие (Канполат, 2017), самоусъвършенстване, себеизява чрез спорт.

Специални технико-тактически умения

Специалните технико-тактически баскетболни умения са изследвани с четири теста: осморки с дрибъл, водене на топка между стойки, наказателни удари, стрелба от позиция с водач. Преди участието си в програмата момичетата имат опит в областта на баскетбола единствено като част от учебния план за часовете по физическо възпитание и спорт в редовното училище.

Установява се статистически значимо подобряване на резултатите на момичетата и при четирите теста.

- За тест „осморки с дрибъл”, средната стойност се подобрява значително с повече от две единици $t(15) = 6,85$; $p = 0,00 < 0,05$. Коефициентът на вариация е в рамките на 9-12 % и показва относително висока хомогеност на извадката преди и след педагогическия експеримент – програма по баскетбол.
- Времето за водене на топка между стойки значително намалява от $M = 15,94$ сек. при първо измерване на $M = 11,38$ сек – при второ и статистически достоверна разлика – $t(15) = 22,42$; $p = 0,00 < 0,05$. И тук коефициентите на вариация са между 9 и 10 %, което означава наличие на висока хомогеност.

Изпълнението на наказателните удари се подобрява от средно $M = 6,56$ бр. при първо тестиране, и $M = 10,88$ бр. – при второ, т.е. подобрене с 4 бройки и статистически достоверна разлика подкрепена с t-критерий на Стюдънт ($t(15) = 12,754$; $p = 0,00 < 0,05$). Коефициентите на вариация тук са най-високи – V при първото – 30,94 % и при второто – 21,09 %. Това умение изисква по-дълго време за неговото усвояване и поради тази причина разнородността на извадката е по-висока.

- Стрелбата от позиция с подавач също се подобрява статистически значимо. Макар все още нито една от участничките в експеримента да не е в състояние да достигне максимален резултат ($\max=19 < 30$), резултатът се подобрява с повече от 4 бройки- $t(15) = -4,438$; $p = 0,00 < 0,05$. Отново тук коефициентите на вариация са относително високи (26-28 %) и причината е в необходимостта от време за усвояването на това умение.

III.1.3. Ефективност на програма „Баскетбол” – момчета ***Въздействие върху физическите способности (качества)***

Тестовите за физическите способности (качества), на които бяха подложени момчетата са идентични с тези, използвани при групата на момичетата.

Следвайки логиката на анализа констатираме статистически значими разлики в резултатите при втория тест, като изключение прави единствено тестът "бягане между стойки" ($t(15) = 1,425$; $p = 0.175 > 0.05$). При останалите установяваме:

- Подобрене по отношение на бързината на момчетата като отчитаме, че времето за изпълнение на спринт теста значително намалява от първото изследване ($M=3,83$ сек) до второто ($M=3,58$ сек); $t(15) = 7,34$; $p = 0.00 < 0.05$.
- При трите скока (вертикален, от място, троен), които насят информация за взривната сила на долните крайници, също се отчита значително подобрене в средните стойности при второто изследване спрямо първото: за вертикален скок $t(15) = 11,54$; $p = 0.00 < 0.05$; за скок от място $t(15) = 10,49$; $p = 0.00 < 0.05$, за троен скок $t(15) = 3.19$; $p = 0.006 < 0.05$.
- Резултатът от теста за изправяне от тилен лег отчитат значително подобрене в изпълнението на теста, като броят на коремните преси от средно 12,38 бр. при

първо тестиране, при второто вече са с 2 повече ($M_1 = 15,88 < M_2 = 17,81$), $t(15) = 7,293$; $p = 0.00 < 0.05$.

- Бързината и координацията, измервани чрез тестът „Совалка”, също се подобряват, като времето за изпълнение на теста намалява средно с 3 секунди $t(15) = 7,74$; $p = 0.0 < 0.05$.

Коефициентите на вариация при всички тестове са в рамките на статистическата хомогенност на извадката.

Специални технико-тактически умения

Предложената от нас програма, макар и насочена към развитието на умения за самоконтрол и справяне с чувството за гняв и агресията, отчита и много добри резултати в подобряване на специалните технико-тактически умения по баскетбол на участниците в експеримента. Единствено непроменен остава резултатът за „осморки с дрибъл” $t(15) = 0,29$; $p = 0.774 > 0.05$. За останалите умения се отчитат статистически значими подобрения, както следва:

- Времето за водене на топка между стойки значително намалява от $M_1=8,37$ сек при първо измерване на $M_2=6,75$ сек – при второ $t(15)= 9,04$; $p= 0.00 < 0.05$.
- Изпълнението на наказателните удари се подобрява от средно $M_1=16,06$ при първо тестиране, на $M_2=16,75$ сек.- при второ, $t(15)= 6,26$ сек.; $p= 0.00 < 0.05$.
- Стрелбата от позиция с подавач също значително се подобрява статистически достоверно - $t(15)= 8,33$; $p= 0.00 < 0.05$.

Коефициентите на вариация и тук показват относително висока хомогенност на извадката.

В обобщение предложените от нас програми се оказват ефективни и при трите изследвани групи, като групата на футболистите и момичетата-баскетбол отчитат значително подобрение по всички измерители на специалните умения, а групата на момчетата, занимаващи се с баскетбол – по повечето (изключение правят теста за осморки с дрибъл и бягането между стойки). Респективно това се отразява на общото самочувствие на участниците, самочувствие за това че се справят по-добре с поставяните двигателни задачи, изпитват по-малко затруднения в изпълнението им, като повишава тяхната

самооценката. Физическите умения се отразяват върху създаване на чувство на значимост и принадлежност, предпоставки за позитивни взаимодействия в рамките и между отборите.

III.2. Резултати от приложения тест за оценка на агресията

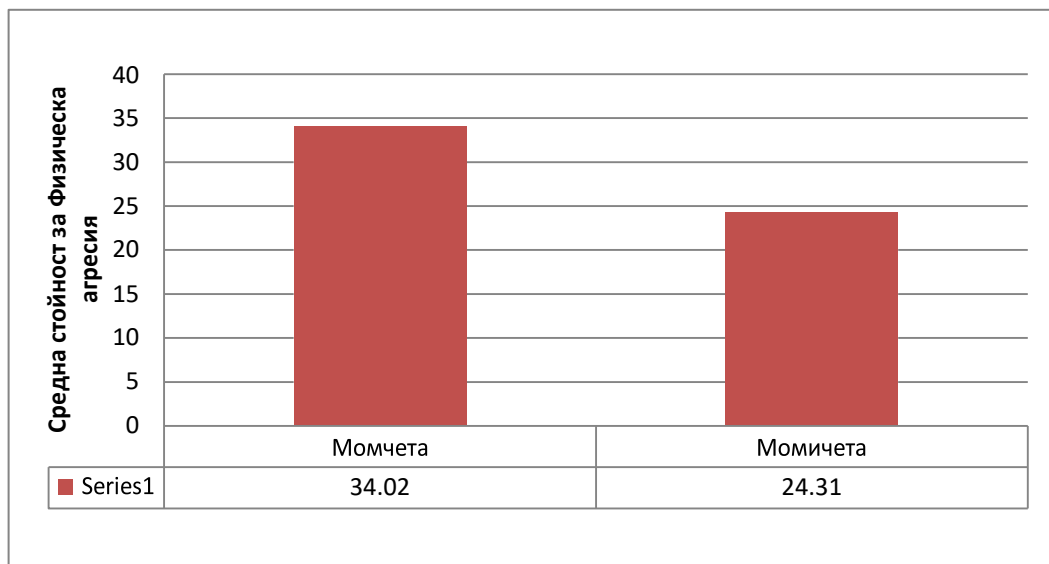
III.2.1. Анализ на изходните данни за нивата на агресия на изследваните лица

Преди да преминем към анализ на резултатите за ефективността на проведения педагогически експеримент, ще анализираме изходните резултати за степента на агресията в зависимост от пола на участниците в изследването. Приложен е t- критерий на Стюдънт за независими извадки.

Резултатите показват, наличие на статистически значима разлика спрямо пола на участниците $t(86) = 8.87$, $p = 0.00 < 0.05$ - за момчета ($M = 119.97$, $SD = 4.885$) и за момичетата ($M = 109.46$, $SD = 5.479$). От тук следва, че спрямо нивата на обща агресия, момчетата са тези, които проявяват такава в по-голяма степен.

При декомпозиране на общата агресия на нейните съставни спрямо условията на теста „Buss-Perry“ съответно на физическа и вербална агресия, гняв и враждебност отново данните сравнени чрез t-критерия на Стюдънт за независими извадки, резултатите показват за физическата агресия (**фиг. 1**) при момчета средна стойност – $M=34,02$, $SD=2,86$, а при момичета – $M = 24,31$, $SD = 3,308$ и статистически значима разлика между двете групи $t(86) = 13,86$, $p=0.00<0.05$, което може да се интерпретира така: момчетата се оказват значително по физически агресивни от момичетата.

Що се отнася до вербалната агресия, резултатите тук са по-различни: Съгласно резултатът от t-критерия, не съществува статистически значима разлика между групите спрямо техния пол $t(86) = 0,63$, $p = 0,531 > 0,05$. Като извод, следва, че проявите на вербална агресия не се различават са двата пола - момчета със средна стойност – $M = 20,97$, $SD = 1,873$ и момичета – $M = 20,69$, $SD = 1,871$.



Фиг. 1. Средни стойности за физическа агресия спрямо пола на изследваните лица, първо изследване

Същото се отнася и за нивата на изпитаното чувство за гняв – $t(86) = 1,199$, $p = 0,234 > 0,05$, което при момчетата са със средна стойност – $M = 29,82$, $SD = 2,808$ и момичетата съответно с $M = 29,04$, $SD = 2,778$) и отсъствие на статистически достоверна разлика в нивата на гняв между двата пола.

Идентичен е и резултатът за изследваната враждебност – $t(86) = .689$, $p = 0,493 > 0,05$ със средна стойност при момчетата съответно – $M = 35,19$, $SD = 2,495$ и при момичетата – $M = 35,58$, $SD = 2,082$ и отсъствие на статистически достоверна разлика в нивата на враждебност между двата пола.

В заключение, разликата в общите нива на агресия при момичетата е в следствие на разликите в нивата на физическа агресия при двата пола, което потвърждава резултатите от проведени изследвания от Crick & Grotpete (1995). Останалите форми и предиктори на агресията (гняв и враждебност) не показват статистически значими разлики в нивата в зависимост от пола на изследваните.

III.2.2. Анализ на резултатите за нивата на агресия на изследваните лица след провеждане на педагогическия експеримент

За целите на експеримента, участниците бяха разделени в 3 групи, съответно: „футбол” (където участниците са единствено момчета), „баскетбол” – момичета и „баскетбол” – момчета. Контролната група е смесена – момичетата ($n=10$) и момчета ($n=22$). За определяне на статистическата достоверност на разликите е използван ANOVA.

III.2.2.1. Изследване въздействието на експерименталната програма върху общите нива на агресия

Резултатите за общите нива на агресия показват статистически значими разлики както между групите- $F(3,84)= 34,59$, $MSE=55,996$, $p=0.00<0.05$, така и в самите групи – ($F(3,84)= 236,512$, $MSE=5,035$, $p=0.00<0.05$).

За да бъде установена същността на разликите между групите бе приложен и тест за сравнение на средните стойности чрез критерия на Bonferroni.

При първото тестиране групата на момичетата значително се различава от резултатите на всички останали групи, което е обяснимо предвид доказаните по-ниски изходни нива на момичетата по показател „физическа агресия”, който като компонент на общата такава повлиява и общия резултат. Следва да се има предвид, че контролната група е смесена по пол. Участието на момичета в нея директно намалява общия резултат на групата, поради което тя значително следва да се различава от всички останали групи. Това обаче при първото тестиране не е така що се касае сравнението ѝ с групата на момчетата баскетболисти вероятно поради малкия обем на извадката. Това проличава именно в липсата на разлика между резултатите на групата на момчетата, включени в програма „баскетбол”, и експерименталната група „футбол“. Тъй като средната стойност на баскетболистите е с 0,29 единици по-ниска от тази на футболистите промяна.

Според данните за второто тестиране, експерименталната група на момичетата продължава да се различава значимо от останалите три групи спрямо нивата на обща агресия. Групите "футбол" и "баскетбол-момчета", въпреки значителната разлика в групите за резултатите от първо и второ изследване, след второ тестиране остават относително еднакви ($p=1,000>0.5$), което може да бъде тълкувано като сходност в ефекта

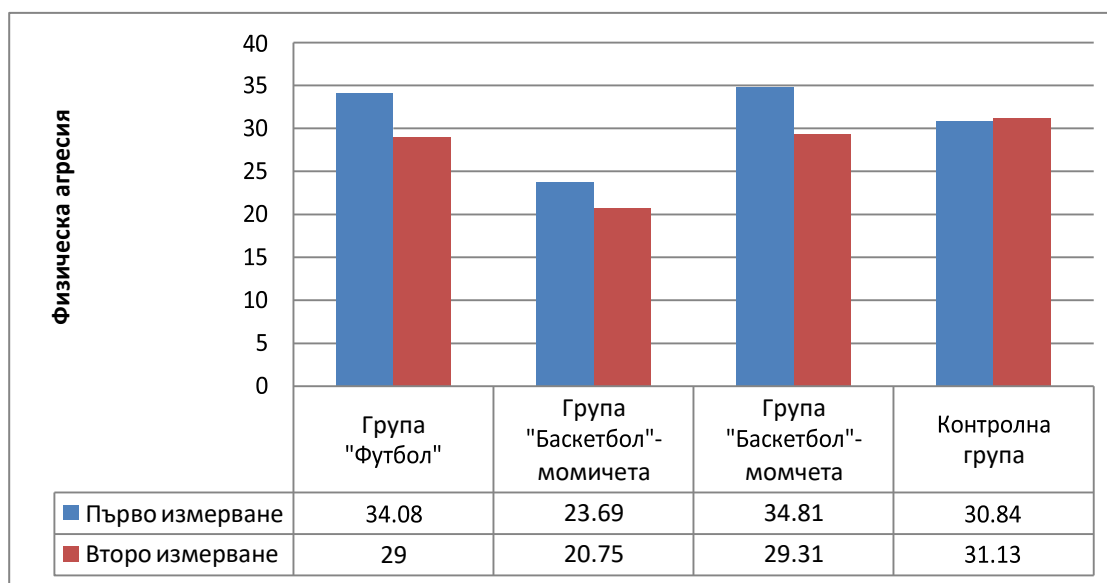
от програмите, т.е. независимо от вида отборен спорт, общите нива на агресия за изследваните участници значително намаляват.

Контролната група демонстрира по-добър резултат спрямо двете експериментални групи - момчета, но това отново отдаваме на участието на момичета в контролната група, което повлиява и общия резултат.

III.2.2.2. Изследване въздействието на експерименталната програма върху нивата на физическа агресия

Резултатите за нивата на физическа агресия отчитат статистически значими изменения в резултатите както между групите - ($F(3,84) = 29,904$, $MSE = 24,943$, $p = 0.00 < 0.05$), и в групите - ($F(3,84) = 59,415$, $MSE = 1,531$, $p = 0.00 < 0.05$) (фиг. 2) .

На първи етап изследваме изменението на средната стойност в самите групи. Резултатите показват, че изменението и за трите експериментални групи е статистически значимо, докато разликата в резултатите за контролната група остават непроменени.



Фиг. 2. Резултат за нива на физическа агресия по тест Buss-Perry, първо-второ тестиране, всички групи

Въпреки същественото намаляване в стойността на измервания показател, за всички групи, той остава значително по-висок от референтната стойност за пола, а именно 24,3 за мъже и 17,9 за жени за физическата агресия и намалява при експерименталните групи, но все пак остава относително висока.

Това води до разсъждения в следните посоки: от една страна, периодът на провеждане на програмата е относително кратък (8 седмици). В същото време, ограниченията на проекта, в рамките на който тя се изпълнява не позволяват занимания в делничните дни, т.е. можем да допуснем, че с увеличаване интензивността и продължителността на периода на системните занимания със спорт, може да се постигне нормализиране на стойностите спрямо референтните. На второ място, следва да се имат предвид и условията на културната среда, в които е проведен експериментът, чрез който са установени референтните стойности. Както бе посочено в първа глава, в някои общества, особено в т.нар. „общества на честта”, към които може да бъде причислено и турското, приемливите нива на агресия са относително по-високи в сравнение с други западни страни. Липсата на референтни стойности в турската версия на теста не ни позволява да направим категорично заключение. Възможен е и трети вариант, а именно необходимост от прилагане на други мерки за превенция и интервенция, които да бъдат комбинирани със системните спортни занимания.

Както предположихме и в предходната точка, предвид това, че момичетата имат изходно по-ниски стойности за физическа агресия и това, че контролната група е смесена по пол, не отчитаме статистически значими разлики в средните стойности за двете експериментални групи – момчета и контролната при второто тестиране. Допускаме, че същата е и причината за статистически значимата разлика в изходните стойности между групите, а именно- от една страна групата на момичетата е със значително по-ниски стойности (с приблизително 10 единици средно под стойностите на мъжките групи), което е причина за разликата; от другата страна, контролната група, която е смесена, логично се различава от другите две, които са изцяло от момчета. Ето защо, липсата на статистически значима разлика между изцяло групите момчета и контролната група при второто изследване всъщност може да бъде отчетено с положителен знак, в полза на нашата

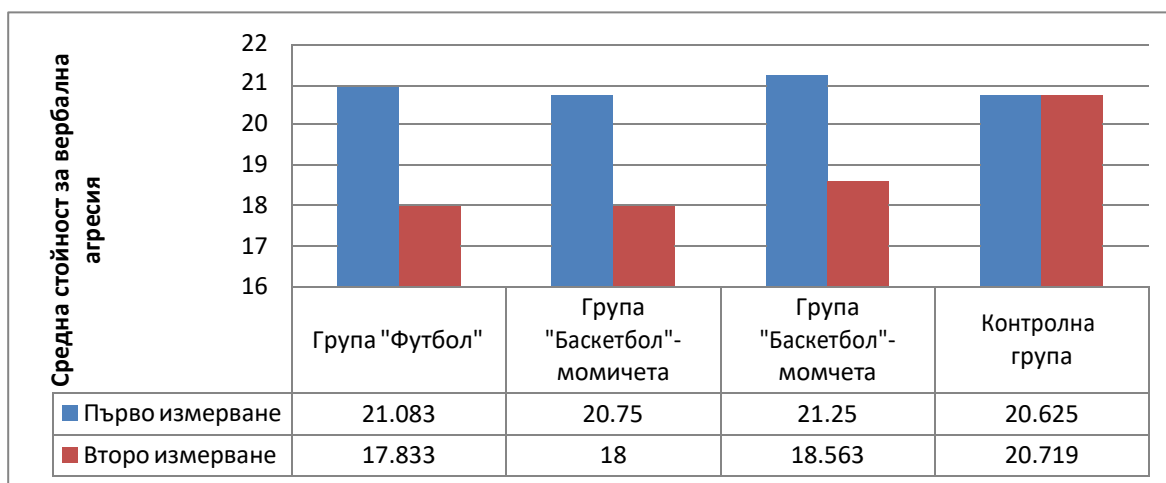
хипотеза, тъй като тенденцията е за намаляване на средната стойност на показателя при изцяло групи от момчета и доближаване към средната стойност за смесената група.

Запазва се тенденцията, въпреки изменението в средните стойности за групите „футбол” и „баскетбол-момчета”, те да остават близки като средна стойност ($p=1.00>0.05$), което ни позволява да допуснем, че предложените от нас спортни програми и по двата спорта съществено допринасят за намаляване на нивата на физическа агресия при участниците в изследването. Въпреки различията при първото изследване, при второто и при двете групи –момчета, средната стойност за физическа агресия е приблизително еднаква.

III.2.2.3. Изследване въздействието на експерименталната програма върху нивата на вербална агресия

В хода на провеждане на експерименталната програма преподавателите споделиха, че най-честите прояви са били именно на вербална агресия. За такава докладваха водещите и на трите експериментални групи. Особено силно изразена през първите 5 седмици на програмата, когато при неуспех на отбора започват разпри между учениците за това чия е вината за дадена грешка на отбора или чия е заслугата за победа. Немалко и проблеми между представители на различни отбори. Когато такива възникнат, ръководителите на заниманията предприемат коригиращи мерки като разместват местата на съотборниците, така че тези, които са били в конфликт се налага да играят за един отбор. Ефективността на мерките, предприемани по време на програмата се оценява на база на статистическия анализ за изменението на стойностите за показателите за вербална агресия.

Данните за нивата на вербална агресия отчитат статистически значими изменения в резултатите както между групите – ($F(3,84) = 3,533$, $MSE = 5,241$, $p = 0.018<0.05$), така и в групите ($F(3,84) = 23,022$, $MSE = 1,391$, $p = 0.00<0.05$) (фиг. 3).



Фиг. 3. Изменение на стойностите за вербална агресия - първо/второ тестиране

Съгласно графично и таблично представените данни можем да кажем, че и при трите експериментални групи е налице статистически значима промяна в резултатите за вербална агресия при второто тестиране. Резултатите на контролната група остават непроменени. Това ни дава основание да твърдим, че именно системните спортни занимания с отборни спортове са допринесли за намаляването на проявите на вербална агресия както при момчетата, така и при момичетата.

Що се касае до сравнението на резултатите между групите, то трите експериментални групи са без значима разлика при втория резултат, но значително се различават от получения от контролната група. В същото време, статистически значими разлики между групите не се отчитат при първото тестиране, което ни позволява да предположим, че разликите между групите и подобряването на стойностите на показателя за експерименталните групи се дължи а оказаното от нас въздействие със спортните програми.

Става ясно, че най-голяма е стъпката на изменение именно при групата на футболистите. Изходните резултатите на групата на момчетата, ангажирани в занимания по баскетбол са с най-висок резултат за вербална агресия, което въпреки позитивното развитие, изостава спрямо другите групи. За момчетата от групата по футбол се забелязва тенденция на подобряване във всички резултати. Това е групата, за която ръководителите на групите споделят, че са възникнали най-много ситуации, изискващи коригиращи мерки в

поведението. Активното участие на педагозите и активната им намеса могат да бъдат причина за осмисляне на поведението и на не провинилите се лица, с което общият резултат се подобрява. В този смисъл, спортът тук повлиява чрез обозначената в първа глава негова функция "подходяща структура", а именно поставяне на ясни граници, балансиран контрол, ясни правила и очаквания към поведението, които играят ролята на формообразуващи фактори поведението на учениците.

III.2.2.4. Изследване въздействието на експерименталната програма върху нивата на изпитван гняв

Резултатите от приложения ANOVA тест установяват статистически значима разлика в резултатите за нивата на изпитван гняв както между групите ($F(3,84)= 4,219$, $MSE=14,443$, $p=0.008<0.05$), така и в групите ($F(3,84)= 39,256$, $MSE=,942$, $p=0.00<0.05$)

Налице е статистически значима промяна в резултата и при трите експериментални групи. Гневът се поражда и експресира, най-често поради занижени прагове на фрустрация и реактивност: *„изграждането на личностни качества, повишаване на социалната подкрепа, изграждане на умения за ползотворно взаимодействие с другите, изграждане на поведенчески модели, свързани с емпатията, могат успешно да повишат прага на чувствителност, с което да се намали проявлението на гневните състояния”*.

Предполагаме, че именно на такова явление ставаме свидетели в конкретния случай, а именно, очакваните от нас резултати за отборните спортни игри да предоставят условия на социално взаимодействие и отборна подкрепа, както и предлаганите от обрuchителите алтернативни модели на поведение за феърплей и спортна етика, подкрепящата среда, чувствата за близост, свързаност и сигурност, реализират съществен ефект върху чувството за гняв или поне върху неговото преодоляване. В подкрепа на тези твърдения привеждаме резултатът на контролата група, за който значително изменение в резултатите не се забелязва ($p=.126>0.05$).

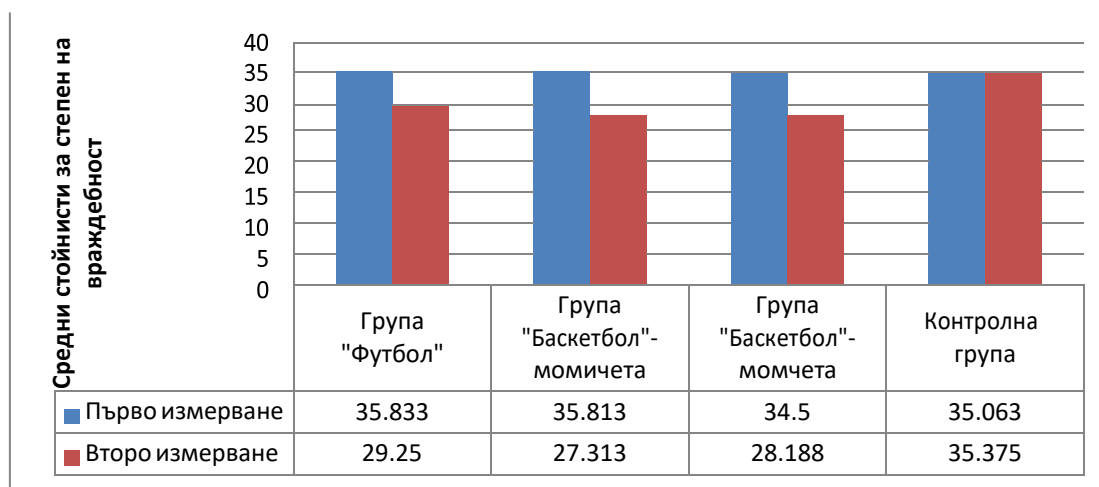
При изследване на резултата между групите се установява, че те са относително хомогенни при първото тестиране без статистически значима разлика помежду им ($p=1,0>0,05$ - за всички изследвани двойки). При второто тестиране, обаче забелязваме

съществено изменение спрямо контролната група (за групите „футбол”, „баскетбол – момичета” и „баскетбол – момчета”, съответно $p=0,01<0,05$; $p=0,00<0,05$; $p=0,002<0,05$). Между отделните експериментални групи такава разлика не е налице, което ни провокира да смятаме че изменението в резултатите е в резултат от предложените от нас системни спортни занимания.

III.2.2.5. Изследване въздействието на експерименталната програма върху степента на враждебност на участниците в изследването

Резултатите от приложения ANOVA тест установяват статистически значима разлика в резултатите за степента на враждебност (**фиг. 4**) както между групите ($F(3,84) = 19,495$, $MSE = 8,148$, $p = 0,00<0,05$), така и в самите групи ($F(3,84) = 192,08$, $MSE = 1,751$, $p=0,00<0,05$).

Post-hoc теста установява, че налице е статистически значимо изменение в резултатите и на трите групи при второто тестиране спрямо първото (и за трите експериментални групи $p=0,00<0,05$).



Фиг. 4. Изменение на средните стойности по параметър „враждебност”, първо и второ изследване

От графиката се вижда, че средните стойности за контролната група остават непроменени ($p=,348>0,05$). Тези резултати позволяват да направим извода, че враждебността на участниците в експеримента е намаляла спрямо първоначалното

тестиране, т.е. тяхното предишно антисоциално поведение е претърпяло трансформация благодарение на про-социалната среда, която спортът (особено отборният) предоставя. Спортът дава възможност за смислено включване на всеки участник, т.е. реализирайки своята принадлежност към отбора, всеки участник може да поеме своята социална отговорност за поведението си.

На **табл. 9** са представени резултати от вътрегруповите сравнения. Данните показват, че при първото тестиране нито една от групите не се различава по ниво на „враждебност” от останалите. Това обаче се променя при второто тестиране. За трите експериментални групи се установява статистически значима разлика спрямо контролната група (за всички групи $p=0,00<0,05$). Между самите експериментални групи също е налична съществена разлика в средните стойности на показателя, а именно- между групата на момичетата и тази на момчетата, тренирали футбол ($p=0,03<0,05$). Можем да твърдим, че най-голяма е стъпката на промяна при женския отбор, който в началото на изследването спрямо нивата на "враждебност" има резултати, идентични с тези на футболистите, но в последствие дава най-добри резултати. Тези данни провокират поредица от изследователски въпроси, които могат да бъдат на фокус в бъдещи изследвания, а именно: Възможно ли е, въпреки че няма доказателства за това проявите на враждебност да бъдат предопределени от пола, и при различни въздействия да бъде установена корелация между пола и степента на ефективност на съответните подходи?

Открит остава и въпросът за вероятността вида на отборния спорт да е от значение за ефективността на съответната програма за системни занимания. Отговор на този въпрос може да се даде чрез провеждане на един бъдещ експеримент с по-широка палитра от спортове, включени в програмата.

Таблица 9. Сравнение между групите на първо и второ тестиране
по показател „враждебност”

Pre_Post_H	(I) Група	(J) Група	Mean Difference (I-J)	Std. Error	Sig. ^a
Първо тестиране	Футбол	Баскетбол/момичета	.021	.762	1.000
		Баскетбол/момчета	1.333	.762	.502
		Контролна група	.771	.637	1.000

	Баскетбол/момчета	Футбол	-.021	.762	1.000
		Баскетбол/момчета	1.313	.834	.716
		Контролна група	.750	.722	1.000
	Баскетбол/момчета	Футбол	-1.333	.762	.502
		Баскетбол/момчета	-1.313	.834	.716
		Контролна група	-.563	.722	1.000
	Контролна група	Футбол	-.771	.637	1.000
		Баскетбол/момчета	-.750	.722	1.000
		Баскетбол/момчета	.563	.722	1.000
Второ тестване	Футбол "	Баскетбол/момчета	1.938*	.672	.030
		Баскетбол/момчета	1.063	.672	.705
		Контролна група	-6.125*	.562	.000
	Баскетбол/момчета	Футбол	-1.938*	.672	.030
		Баскетбол/момчета	-.875	.736	1.000
		Контролна група	-8.063*	.637	.000
	Баскетбол/момчета	Футбол	-1.063	.672	.705
		Баскетбол/момчета	.875	.736	1.000
		Контролна група	-7.188*	.637	.000
	Контролна група	Футбол	6.125*	.562	.000
		Баскетбол/момчета	8.063*	.637	.000
		Баскетбол/момчета	7.188*	.637	.000

III.3. Резултати от срещите на училищните психолози с родителите

Училищните психолози имат особено важна роля в диагностицирането на детско-юношеските ментални и поведенчески дисфункции и навременното предприемане на мерки за интервенция или насочване към конкретен специалист. В този смисъл, те играят ключова роля в периода на психическо развитие и съзряване на младите хора.

Стандартните методи, които турската училищна система предвижда за събиране на информация и предприемане на действия от страна на психолога са: събиране на данни за деца с проблеми в поведението от учители и съученици, които имат наблюдение върху

държанието на ученика, лични наблюдения, както и сигнали на родители, които имат съмнения, че нещо нередно се случва с децата им. За родителите се счита, че имат най-добър поглед над децата си и ги познават най-добре, което ги прави най-достоверния и първичен източник на информация за поведението на децата им. Общ проблем, който всички психолози, с които работихме по настоящата тема е споделят е, че въпреки отговорната роля, която те имат за здравето и правилно социално и психологическо развитие на децата си, те са именно тези, които на практика взимат най-малко участие, когато става въпрос за превенция и интервенция. Причините за това, психолозите считат, че могат да бъдат две. Поради липса на професионални познания в областта на психологията и поведенческите науки, те не са в състояние да разпознаят дадено неприемливо поведение като сигнал/симптом за по-сериозен проблем. От другата страна стои субективността на родителя, който счита, че детето му е добре и отказва да признае и приеме, че конкретно психо-социално неприемливо действие може да бъде проблем. Това за родителя се вижда като негов личен провал или провал на семейството, поради което той демонстрира отбягващо поведение към случая, пренебрегвайки информацията за него като незначителна.

Въпросите за интервюто са отворени и дават възможност на интервюираните родители да изкажат свободно своето мнение. За статистическа обработка е използван е честотен анализ и χ^2 .

Въпроси, свързани със спорта

Първите четири въпроса в интервюто са свързани с родителското отношение към спорта, тяхното участие в редовни физически дейности, информираността им относно ползите от спортни занимания, отношението им към спорта на децата им и наличието на спортни съоръжения в града/селото, където те живеят.

От запитаните родители на деца, които страдат от склонност към гняв и агресия, едва 27% спортуват редовно.

От всички запитани, 64% се чувстват информирани относно ползите от спортното участие. Именно с тази неинформираност свързваме и полусните отговори, които срещаме във въпроса изпитващо отношението на родителите към спортното участие на децата им.

Разпространеното обществено настроение към спорта е най-общо положително. Именно потвърждаващи неговите многостранни полезни ефекти са и повечето научни изследвания в областта. Сред родителите на децата, склонни към гняв и агресия забелязваме една друга тенденция. По-малко от половината от родителите декларират положително отношение към това децата им системно да се занимават със спорт. Останалите 55% се обединяват около неутрално или негативно отношение. Негативното отношение родителите обясняват с техните притеснения относно риска децата им да настинат, да се наранят, контузят или да пренебрегнат учебните си занимания заради спорта.

Както отбелязахме по-рано, децата, контингент на нашето изследване са деца от малки градове или села от областта Карс – населени места, за които се предполага, че е налице възможност да бъдат задоволени спортните нужди и интереси на жителите. Нашето предположение се оказва вярно, тъй като едва 20% от запитаните родители потвърждават, че в населеното място, където живеят има достатъчно спортни съоръжения и възможности за спорт.

Интерес представлява интерес връзката между наличието на спортни съоръжения в населеното място и родителската физическа активност (**табл. 10**). За целта прилагаме тест за установяване на качествени показатели (categorical values) Pearson Chi square).

Таблица 10. Родителска физическа активност*наличие на спортни съоръжения и възможности за спорт (Pearson Chi square)

			Спортни съоръжения и възможности за спорт			Total
			в населеното място			
			No	Yes	Limited	
Регулярна ФА на родителите	No	Count	25	4	12	41
		% within Parent's regular physical activity	61.0%	9.8%	29.3%	100.0%
	Yes	Count	3	8	4	15
		% within Parent's regular physical activity	20.0%	53.3%	26.7%	100.0%
Общо		Count	28	12	16	56

			Спортни съоръжения и възможности за спорт			Общо
			в населеното място			
			Да	Не	Ограничена	
Регулярна ФА на родителите	Не	Бр.	25	4	12	41
		% в рамките на редовна физическа активност	61.0%	9. 8 %	29.3%	100.0%
	Да	Бр.	3	8	4	15
		% в рамките на редовна физическа активност	20.0%	53. 3%	26.7%	100.0%
Общо		Бр.	28	12	16	56
		% в рамките на редовна физическа активност	50.0%	21. 4%	28.6%	100.0%

Според данните от статистически тест, резултатите, посочени в таблицата по-горе имат статистически значима връзка $\chi^2 (2, N = 56) = 13,44, p = 0,001$, т.е. наличието на спортни съоръжения и възможности за спорт в населеното място имат значение за това дали самите родители спортуват редовно. Това е важно, тъй като е добре известно, че децата приемат поведението на родителя като образец, който следва да повторят и това е валидно и за случаите, в които децата стават свидетели на агресия, която в последствие повтарят, но и за случаите, в които родителят става пример за активен начин на живот. Органичните възможности за спорт ограничават спортното участие на родителите и съответно на техните деца.

Предполагаме, че ако родителите са физически активни в своето ежедневие, то те биха имали положително отношение към спортните занимания на техните деца и са по-склонни да окажат подкрепа в техни спортни начинания. Това наше предположение се доказва от приложения статистически тест $\chi^2 (2, N = 56) = 19,71, p = .000$.

От таблицата става ясно, че 93 % от родителите, които са физически активни в ежедневието си, имат положително отношение към системните занимания със спорт на децата им. Всъщност тези, които изявяват негативно отношение са изцяло тези, които не се занимават със спорт.

Налична е и връзка между това дали самите родители спортуват и каква е тяхната информираност относно положителните ефекти от спорта ($\chi^2 (2, N = 56) = 13,26, p = .000$). Определящо е и нивото на информираност на родителите за тяхното отношение към спортните занимания на децата им – **табл. 11** ($\chi^2 (2, N = 56) = 18,55, p = .000$).

Таблица 11.. Родителска физическа активност*отношение на родителите към спортните занимания на децата им (Pearson Chi square)

			Отношение към участието на децата			Общо
			във физическа активност			
			-	+	Неутрално	
Регулярна ФА на родителите	Не	Бр.	8	11	22	41
		% в рамките на редовна физическа активност	19.5%	26.8%	53.7%	100.0%
	Да	Бр.	0	14	1	15
		% в рамките на редовна физическа активност	.0%	93.3%	6.7%	100.0%
Общо		Бр.	8	25	23	56
		% в рамките на редовна физическа активност	14.3%	44.6%	41.1%	100.0%

В обобщение, установяваме, че по-голямата част от родителите (73 %) на деца, склонни към агресия, водят заседнал начин на живот. Това е силен показател за спортното участие на децата има, тъй като в периода на развитие и съзряване, родителският пример и подкрепа са от особено значение за физическата активност на младежите. Липсата на системна двигателна активност на родителите се намира в пряка взаимовръзка с тяхното неутрално или негативно отношение към спортното участие на децата им. Определящ фактор тук е и факторът на физическата среда и материалната осигуреност на възможности за спорт в населеното място.

Въпроси, свързани с насилието

Въпросите, свързани с насилието са 4 и изследват няколко фактора, както следва:

- дали самият родител е ставал жертва на насилие;
- склонността на родителят да използва насилието като възпитателен метод;

- реакцията на родителя, ако стане свидетел на насилие;
- отношението на родителя към насилието над жени и деца.

Тези въпроси изследват факторите на средата като предопределящи фактори за агресивно и насилническо поведение на младежите. В първа глава бе изяснено значението на културата като детерминанта, определяща границите на приемливото насилие и агресия. За турската култура, както неведнъж бе посочено, се счита, че тя е проориенталска, такава, която попада частично в графата „общества на честта“, такава, за която съществува приемливо насилие и социално приемлива агресия. Съответно в подобен тип атмосфера, младежите биха били по-склонни да проявят агресия, в общия случай „в границите на нормалното“.

По-голямата част от запитаните родители (64 %) са ставали жертва на насилие. Това е един относително висок процент. 20 % от родителите, също съобщават, че самите те в качеството си на възпитатели използват насилието като възпитателен метод. Прилагайки теста за корелации, установяваме, че е налице зависимост между това дали родителят е ставал жертва на насилие и дали би използвал насилие като възпитателен инструмент (χ^2 (N = 56) = 4,972, p = .026)). Това е важен показател, защото установява склонност за предаване на насилието, т.е. имаме основания да допуснем, че е вярно следното: ако родителите станали жертва на насилие са склонни да използват насилие като метод за възпитание, то техните деца, биха били склонни да използват насилие в ежедневието си, за да получат желан ефект (проактивна агресия) или най-малкото не биха възпрели насилнически импулси, заради по-ниския праг на социално приемлива агресия, предопределен от родителското възпитание (реактивна агресия).

Въпреки че около 20% от родителите използват насилието като метод за възпитание близо 90% от родителите биха реагирали активно, ако станат свидетели на насилие. Това е интересна тенденция, тъй като се проявява едно социално явление: „когато аз проявявам насилие, то е оправдано, но когато друг го прави, то е неприемливо“. Този парадокс е характерен за много други сфери на живота и може да се приеме като обяснение на това защо въпреки общественото неодобрение на насилието, то продължава да се проявява.

Това логично отвежда до следващия ни въпрос относно отношението на родителите към насилието над жени и деца.

Въпреки, че 81% заявяват, че насилието към жени и деца е неприемливо, едва 36 % от тях са непримирими спрямо него, а 45% считат, че няма какво да направят. Тези отговори свидетелстват за една обществена настройка, която е по-скоро пасивна (в 55 %) към насилието на жени и деца и въпреки, че част от тях не го приемат, те считат, че няма начин да се противостои, т.е. влиза в границите на „допустимото”. Така се изгражда една среда на допустимо насилие или насилието като "нормален" формат за взаимоотношения

Ще анализираме и потенциална зависимост между спортното участие на родителите и техните нагласи спрямо насилието. Pearson Chi square тест установява, че е налице зависимост между това дали родителят е физически активен и това е какво е отношението му към насилието над жени и деца (χ^2 N = 56) = 13,63, p = .001).

От таблицата се вижда, че нито един от спортуващите родители не счита за нормално насилието над жени и деца. 73% от тези, които са готови да проявят активна непримиримост към подобен тип деяния са отново именно тези родители, които са физически активни и в своето ежедневие.

Същата тенденция забелязваме и по отношение на склонността на физически активните родители да използват насилието като възпитателен метод. Едва един от запитаните спортуващи родители дава положителен отговор на този въпрос, което ни позволява да считаме, че родителите, които в ежедневието си се занимават със спорт не биха използвали насилието като метод във възпитанието на своите деца (χ^2 (2, N = 56) = 67,92, p = .002). Можем да предположим, че спортната среда е определяща за формирането на родителското поведение, т.е. спортът изгражда модели на алтернативно поведение и става формообразуващ за родителското отношение към насилието. Негативното, което откриваме тук е, че едва 20 % от родителите са активно спортуващи.

В обобщение:

- родителите, които някога са ставали жертва на насилие са по-склонни да го използват като метод за постигане на възпитателни резултати, т.е. може да бъде предположена тенденция на „унаследяване” на насилието;
- открояват се признаци на поведение от типа „само насилието, което проявявам аз е оправдано”;

- родителите, които системно се занимават със спорт, са по-склонни да проявяват негативно отношение към насилието като метод и явление (табл. 12).

Таблица 12. Родителска физическа активност*отношение на родителите към насилието над жени и деца (Pearson Chi square)

			Отношение към насилието на жени и деца			Общо
			Нормално	Няма какво да прави	Непримирим	
ФА на родителите	Не	Бр.	11	21	9	41
		% в рамките на редовна физическа активност	26.8%	51.2%	22.0%	100.0%
	Да	Бр.	0	4	11	15
		% в рамките на редовна физическа активност	.0%	26.7%	73.3%	100.0%
Общо		Бр.	11	25	20	56
		% в рамките на редовна физическа активност	19.6%	44.6%	35.7%	100.0%

Въпроси, свързани с агресията

Агресията и отношението на родителите към нея е изследвана с 4 въпроса, а именно:

- наличието на оръжие или предмети, свързани с насилие в дома (колата)- този въпрос се подбира на база теорията за агресията като приучено поведение. Според нея физическото наличие на предмети, с които се упражнява насилие повишава вероятността от проявата на насилие (Berkowitz, 1993).
- вероятност за агресивна реакция, ако родителят бъде нахвърлен от обичан човек;
- отношението на родителя към физическата разпра като алтернативна форма за решение на проблеми;
- поведение на родителя, когато почувства гняв.

По първия въпрос, 66% от запитаните родители на деца, склонни към агресия признават, че в дома си или семейния автомобил могат да бъдат намерени различни форми

на оръжия (било то огнестрелни, ножове, бухалки). Родителите ги окачествяват като средства за самозащита, но според теоретичния модел, независимо от целта за закупуване, физическото присъствие на такива предмети е повишена провокация за проявата на агресия

Реакцията на родителите към фрустриращо поведение от страна на обичаните хора е 57,43 % в полза на тези, които твърдят, че не биха реагирали агресивно.

Близо 30 % от запитаните родители считат, че физическата разпра е алтернативен метод за разрешаване на проблемите. Всъщност се установява зависимост между положителните отговори на този въпрос и това дали родителят е бил жертва на насилие ($\chi^2 (2, N = 56) = 8,47, p = .004$)

Свободните отговори на този въпрос са категоризирани в 5 раздела- вербална и физическа агресия, друга агресия (тук се има предвид най-вече социална и агресия, насочена към себе си); самоконтрол – в тази категория са причислени всички родителски отговори, които съобщават за използването на различни техники за самоконтрол (в т.ч. слушане на музика, разходки, преосмисляне на ситуацията, упражнения за дишане и др.; в категория „други” се поместват всички отговори, съобщаващи за емоционален дисбаланс, който настъпва в резултат на изпитания гняв (в т.ч. плач, депресия, самоизолация и др.).

Прави впечатление, че относително малко родители (едва 37 %) съобщават, че имат т.нар. „здравословно” поведение в изблик на гняв. Голямата част от родителите на децата, склонни към агресия, също проявяват склонност към агресия (около 36 %), докато други 27 % проявяват признаци на емоционална слабост. Предвид това, че родителското поведение може да бъде предиктор на поведението на техните деца, можем да предположим, че именно нездравословните реакции на родителите (около 64% от общия брой на запитаните) са предпоставка за склонността на децата им към агресия.

В контекста на настоящата работа за изследване на връзката между системната физическа активност и нивата на агресия сред децата, изследваме релевантни интеракции между съставните на тези два фактора при техните родители. При това установяваме зависимост между спортното участие на родителите и склонността им да реагират агресивно на фрустрации, причинени от поведението на обичани от тях хора ($\chi^2 (2, N = 56)$)

= 4,371, $p = .037$)- едва трима от спортуващите родители считат, че биха имали агресивен отговор в такава ситуация.

Още по интересно е разпределението на отговорите относно поведението на родителите, когато изпитват гняв, спрямо тяхната физическа активност (статистически значима зависимост в отговорите (χ^2 (4, $N = 56$) = 16,69, $p = .002$) (**табл. 13**).

Това, което виждаме от представената таблица е, че в по-голямата си част (80 %) от родителите, които спортуват се стараят а прилагат техники за самоконтрол. Това ни позволява да направим заключението, че за представената извадка, участието в активни спортни занимания е определящо за социално приемливия и здравословния поведенчески отговор на човека към гневните чувства.

В обобщение на тази секция констатираме, че в по-голямата част от домовете (семейните автомобили) на децата, проявяващи агресия има налични оръжия (предмети, асоциирани с агресия). Друг важен извод, който можем да направим е, че способността на родителите да овладяват агресивни и гневни импулси се намира в корелация със активния му начин на живот.

Таблица 13. Поведението на родителите, когато изпитват гняв,
спрямо тяхната физическа активност

			Поведение в състояние на гняв					Общо
			Вербална агресия	Физическа агресия	Друга	Само контрол	Други	
ФА на родителите	Не	Бл.	10	5	4	9	13	41
		% в рамките на редовна двиг.активност	24.4%	12.2%	9.8%	22.0%	31.7%	100.0%
	Да	Бр.	0	1	0	12	2	15
		% в рамките на редовна двиг.активност	.0%	6.7%	.0%	80.0%	13.3%	100.0%
Общо		Count	10	6	4	21	15	56

			Поведение в състояние на гняв					Общо
			Вербална агресия	Физическа агресия	Друга	Само контрол	Други	
ФА на родителите	Не	Бр.	10	5	4	9	13	41
		% в рамките на редовна двиг.активност	24.4%	12.2%	9.8%	22.0%	31.7%	100.0%
	Да	Бр.	0	1	0	12	2	15
		% в рамките на редовна двиг.активност	.0%	6.7%	.0%	80.0%	13.3%	100.0%
Общо		Бр.	10	6	4	21	15	56
		% в рамките на редовна двиг.активност	17.9%	10.7%	7.1%	37.5%	26.8%	100.0%

III.4. Резултати от наблюдението на спортните педагози

Резултатите от проведеното наблюдение са обобщени в следващата **табл. 14** съобразно най-често срещаните проблеми и корективните мерки, които педагозите прилагат, както и ефектите от техните педагогически действия. Противно на разбирането за това, че провинените следва да бъдат наказвани, тук предприемаме друг подход. Обикновено децата с проблемно поведение са свикнали да бъдат наказвани за поведението си и наказанието трудно би могло да ги възпре отново да проявят неприемливо държание. Ето защо, за да предоставим алтернативен модел, ние възприемаме следния подход: даваме на провинените повече отговорности спрямо отбора или наказваме целия отбор, а не само виновния ученик. Поемането на повече отговорности дава друга перспектива за отношението към играта и отбора, която преформулира поведението на проблемния ученик.

Наблюдаваме и това, че учениците са способни да поемат последствията от своето поведение, но не могат да понесат тяхното поведение да рефлектира върху благополучието

на всички съотборници. Така, след четвъртата седмица започва да се наблюдава преосмисляне на поведението, създаване на чувство за принадлежност и отговорност към отбора.

Отделно, в началото на всяко занимание от предходния път е избран „мотиватор на отбора”, който да произнесе кратка мотивираща реч за съотборниците си.

Тази отговорност се оказва изключително ефективна за създаването на отборен дух, повишаване на мотивационния климат, вярата в собствените възможности и възможностите на отбора.

В края на програмата по наблюдения на ръководителите всички деца в рамките на една група създават много добри отношения, някои от тях съобщават, че се виждат да играят и извън редовните занимания. Финалните мачове преминават много гладко, много приятелски, в духа на честната и справедлива игра. Педагозите установяват повишаване на проявите на емпатия, изграждане на устойчиви приятелски отношения между младежите в рамките на отделните програми.

Интересно за нас беше, че както спортните педагози, така и участниците изявиха желание да бъде удължена програмата. Много от учениците проявиха интерес към продължаване на обучението в университета във факултета–домакин по физическо възпитание и спорт.

Таблица 14. Най-чести проблеми и корективни мерки по време на провеждане на програмата

Проблем	Пол	Мерки	Резултати
Кавги между играчи в противникови отбори (по спазване на правилата на играта)	Момичета и момчета	Размени на играчи между отбори, така че конфронтиралите се да минат в един отбор	Промяна в поведението, сприятеляване
Претенции за лидерство и превъзходство в рамките на отбора	Момичета и момчета	Промяна на игровите постове	Смирение
Избягване на правилата за игра	Момичета и момчета	Наказване на целия отбор	Ученикът изпитва вина за наказанието на отбора и преосмисля поведението си
Агресия срещу съотборниците, които се справят по-зле по време на играта.	Момичета и момчета	Тези, които имат претенции към играта на другите получават роли на ментори на тези, които не се справят	Сприятеляване, съпричастност, разбиране, отговорност към чуждите неуспехи
Отказ от игра	Момчета и момичета	Поставяне на капитански пост	Отговорност прямо играта на отбора , активност в игра
Използване на неприлични думи/жестове по време на игра	Момчета	Наказания за целия отбор	Преосмисляне на поведението
Нечестна игра спрямо останалите играчи	Момичета и момчета	Наказване на целия отбор заради	Преосмисляне на поведението, извинения
Несериозно отношение към играта	Момичета и момчета	Даване на задача за съставяне на игрова стратегия за отбора	Активизиране в играта, отговорност към успеха на отбора

ИЗВОДИ И ПРЕПОРЪКИ

Приложените изследователски методи ни позволяват да направим следните **ИЗВОДИ:**

1. Теоретичният анализ на литературата показва, че гневът и агресията сред младите хора на Р. Турция са сериозен проблем, който има своето обществено значение.
2. Доказаните положителни ефекти на спорта върху социално-психологическото здраве на младите хора могат да бъдат използвани за превенция и интервенция на гнева и агресивното поведение.
3. Приложените спортно-педагогически програми, базирани на отборните спортове – футбол и баскетбол, успоредно с развитието на специалните физически качества и специфичните техникo-тактически умения, водят да намаляване на нивата на агресия, гняв и враждебност и до подобряване на самочувствието, самоувереността и самоконтрола на учениците, които имат подобни склонности.
4. Нивата на агресия при момичетата и момчетата се различават съществено само по показателите за физическа агресия. По останалите показатели няма основание да се счита, че агресията е зависима от пола.
5. Разкрито е отношението на родителите към проблема и тяхната роля в процеса на справяне на собствените им деца с проявите на гняв и агресия.
6. Наблюдението на спортните педагози, участващи в програмата показва, че е налице чувствителна промяна в поведението на младите хора, склонни към агресия след провеждане на предложената от нас спортна програма чрез създаването на устойчиви приятелски взаимоотношения между младежите.

ПРЕПОРЪКИ

1. Препоръчваме на педагогическите съвети към турските училища да обсъдят възможностите за включване на предложените от нас програми като извънкласни занимания за учениците, склонни към гняв и агресия.
2. Да продължи изследването с по-голяма извадка от ученици или с ученици от други възрастови групи, както и с включване на други спортове за установяване на евентуални разлики във въздействието на програмите, спрямо различните видове спорт и възраст.
3. Препоръчва се на ресорните общински власти да работят за осигуряване на разнообразни възможности за спорт в малките населени места на Р. Турция.
4. Препоръчва се на общинските структури да разработят програми, насочени към обучението на родители и педогози за справяне с деца, склонни към агресия и други негативни явления.

СПИСЪК НА НАУЧНИТЕ ПУБЛИКАЦИИ ВЪВ ВРЪЗКА С ТЕМАТА НА ДИСЕРТАЦИОННИЯ ТРУД

1. **Havadar,T.** Evaluation of the specific factors influencing the aggression of school age children in Turkey, *International Scientific Congress of Applied Sport Sciences, 1-2 December 2017, Sofia, Bulgaria, Poster Session*
2. **Havadar,T.** Physical Activity and Sport as Tool for Coping Children and Teenage Aggression, *V International Scientific Conference "Sport and Security", 21-22 May 2018, Sofia, Bulgaria, Oral Presentation*
3. **Havadar,T.** Investigation on the attitudes towards sport and aggression of parents of sedentary youngsters with aggression incination, *XXI International Scientific Conference "Person, motivation, sport", 18 May 2018, Sofia, Bulgaria, Oral Presentation*