

- развивается самодисциплина, повышается способность концентрировать внимание;
- формируется стремление к самосовершенствованию, искренности, упорству, уважению, самообладанию;
- происходит закаливание организма, дети легче переносят эпидемии или перестают болеть вовсе;
- изучаются приемы самозащиты (широчайший набор разнообразных движений улучшает общую координацию тела, способствует большей активизации мозговой деятельности);
- воспитываются психологическая устойчивость, нравственно –коммуникативные качества личности (инициативность, самостоятельность, находчивость) способность к сопереживанию и взаимопомощи.

В заключение хотим привести отзывы об апробации программы «Традиционное Карате» руководителей ДОУ и СОШ Московской области:

«В последнее время наметилась устойчивая тенденция к изучению Традиционного Карате, как средства самозащиты и способа самосовершенствования не только у детей, но и у взрослых. Студенты группы становятся более общительными, вежливыми, жизнерадостными, психологически и физически устойчивыми к негативным явлениям.

Многие школьники, поступившие в первый класс из детских садов, где уже занимались карате, продолжают свои занятия в школьной секции. Они заметно отличаются от своих сверстников: меньше болеют, более внимательны и ответственны, а также готовы к формированию у них универсальных компетенций: познавательных, регулятивных, коммуникативных».

«В карате самое главное – самосовершенствование, упорство в достижении поставленной цели и уважение других. Дошкольники учатся понимать, что знания, которые ими получены, нельзя использовать в дурных целях. Все это составляет полноценную систему дополнительного образования в предметной области «физическая культура» в части достижения личностных планируемых результатов».

«После выпуска из детского сада дети продолжают заниматься в школьной секции «Традиционное Карате». Таким образом, достигается важная цель – развитие у ребенка в раннем возрасте желания заниматься физической культурой и спортом»

Заведующий кафедрой дополнительного образования и сопровождения детства ГБОУ ВО МО АСОУ, кандидат педагогических наук, доцент Яковлев Д.Е. отмечает: «Одним из приоритетных направлений современного образования является формирование здорового образа жизни подрастающего поколения, развитие детско-юношеского спорта.

Вовлечение детей в спортивные секции можно считать основной формой для решения воспитательных задач, определенных в национальной доктрине образования в Российской Федерации. Один из таких шагов - дополнительная общеразвивающая программа физкультурно – спортивной направленности для детей дошкольного и младшего школьного возраста «Традиционное Карате» Николая Николаевича Беляева и Антона Павловича Черноусова».

Подводя итог, можно утверждать, что данная программа интересна, как для общеобразовательной школы, так и для сферы дополнительного образования детей.

Литература

1. Теоретические и методические основы физического воспитания детей раннего и дошкольного возраста: учеб. пособие для студ. учреждений сред. проф. образования / под ред С.О. Филипповой. – М.: Издательский центр «Академия», 2012 г. – 183 с.

2. Губа В.П., Солонкин А.А. Основы двигательного развития детей школьного возраста. – М.: Физкультура и спорт, 2009. – 88 с.

3. Слободяник Н.П. Формирование эмоционально – волевой регуляции у учащихся начальных школ: 60 конспектов занятий: Практическое пособие. - М.: 2004.-176 с.

УДК 37.042.

МОТИВАЦИОННАЯ ОСНОВА РАЗВИТИЯ ЛИЧНОСТИ В ПРОЦЕССЕ ПОДГОТОВКИ СПОРТСМЕНА ТРАДИЦИОННОГО КАРАТЕ-ДО

Крылов А.Д.

Россия, г.Новосибирск, Сибирский институт управления – филиал РАНХиГС при Президенте РФ

Резюме. Статья посвящена проблемам развития мотивационной основы личности в процессе подготовки спортсмена традиционного карате-до. Раскрыты ее структура и значение для тренера-преподавателя в повышении эффективности занятий спортсменом

Ключевые слова. Личность, развитие личности, традиционное карате-до, мотивация, мотив, системный подход.

MOTIVATIONAL BASIS OF PERSONALITY DEVELOPMENT IN THE PROCESS OF PREPARATION OF THE TRADITIONAL KARATE-DO ATHLETE

Krylov A.D.

Russia, Novosibirsk, Siberian Institute of management - the branch of Ranepa under the RF President, graduate student

Summary. The article is devoted to motivational basis of personality development in the process of athlete training traditional karate-do, its structures and values to the trainer to improve the training efficiency of athletes

Keywords. Personality, personality development, traditional karate-do, motivation, motive, system approach.

История развития человеческого общества позволяет сделать вывод о том, что на определенном этапе этого процесса человек почувствовал необходимость познания окружающего мира и понимания происходящих в нем событий.

Человек, его жизнедеятельность, взаимодействие с себе подобными, без сомнения, не могли остаться в стороне от этого познавательного процесса. Кроме того, усложнение организации человеческого сообщества, появление потребности в более сложных формах взаимодействия, требовали более пристального внимания и серьезного объяснения природы коммуникаций и правил, в соответствии с которыми они происходили. Можно предположить, что в основе этих объяснений лежала мысль о существовании определенных потребностей индивидуума либо группы людей, объединенных для решения какой-либо задачи. Вместе с тем, решение даже этих примитивных задач не могло не привести к возникновению конфликтных ситуаций между членами сообщества, т.к. в силу определенных условий кто-то из совместно проживающих наверняка обладал более развитыми физическими возможностями для решения стоящих перед сообществом задач, поэтому получал в свое распоряжение более значимые результаты жизнедеятельности. А это, в свою очередь, приводило к тому, что кто-то из членов сообщества получал их в меньшей мере, т.е. оставался неудовлетворенным. Более того, в большинстве случаев данный процесс сопровождался насилием. По этой причине человеку приходилось бороться не только за обладание указанными выше благами, но и защищать свое право на жизнь и существование.³⁹

Развитие общества, технический прогресс привели к тому, что на определенном этапе проблема сохранения жизни и эффективного противостояния агрессии стало актуальной проблемой в жизни большинства людей. Вырабатывались приемы самозащиты, которые впоследствии трансформировались в целостные системы боевых искусств, многие из которых сохранились до нашего времени.

Часть из этих систем является сложной системой взаимодействующих между собой моральных, психологических и биологических принципов, позволяющих построить гармонично развитую личность, способную эффективно существовать в современном обществе. В отношении непосредственно традиционного карате-до известный сербский специалист в области единоборств профессор Илья Йорга отмечает, что принципы этой системы наиболее приспособлены ко всем существующим мировым традициям.⁴⁰

Помимо навыков и умения непосредственно применять приемы самозащиты традиционные системы единоборств, такие как кендо, джиу-джитсу, айкидо и некоторые другие, помогают занимающемуся подготовиться психологически к применению этих приемов. Кроме того, и это, наверное, самое главное, на основе глубокого понимания и искреннего следования нравственным ценностям, принимать решение о необходимости применения знаний боевых искусств в практической ситуации.

Не имея четкого понимания о разнице между спортивными и боевыми (традиционными) единоборствами, большинство людей изначально воспринимают традиционные боевые искусства как спорт. По этой причине, на начальном этапе обучения традиционному карате-до тренеру-педагогу необходимо сделать акценты в подготовке занимающихся на выработку у них понимания отличий боевого искусства и спорта.

Здесь справедливо отметить, что современные исследователи в области спорта и физической культуры считают, что в вопросах формирования ценностей и ориентиров у современного подросткового поколения, их воспитании, спорт занимает одно из главных мест.⁴¹ Однако, практика многолетних занятий и участия в соревнованиях по спортивным и традиционным единоборствам, позволяет сделать вывод о том, что, несмотря на провозглашаемую цель создания гармонично развитой личности, в спортивном сегменте (если его так можно назвать) мы сталкиваемся с подготовкой именно спортсмена, способного достигать конкретных достижений в виде завоеванных медалей или побед на престижных турнирах. И в случае, когда спортсмен по тем или иным причинам не способен достигать указанных результатов, мотивация его занятий резко снижается.

Нельзя отрицать, что в практике занятий традиционными искусствами соревновательный аспект также имеет немаловажное место, но состязание здесь преследует цель исключительно проверить полученные физические и психологические знания и навыки. Как отмечал известный специалист в области традиционного карате-до Х.Нишияма «В боевых искусствах долгую историю имеет такой вид состязания как «Шийай» («проверка друг друга»), применявшийся скорее для постоянной проверки развития друг друга с целью направления дальнейшего развития, чем просто

³⁹ Маслов А.А. Энциклопедия восточных боевых искусств. 1т. Традиции и тайны китайского ушу. – М.: Гала Пресс. 2000. - С.8.

⁴⁰ Профессор д-р И.Йорга Традиционное Фудокан карате. Мой путь. – Фудокан Пресс Интернешнл. Белград. Берлин. Москва. Амстердам. – 2002. - С.10.

⁴¹ Коршунов И.Д. Александрова О.С. Влияние спорта на развитие личности. - <http://sci-article.ru/stat.php?i=1450014277>

ради победы».⁴² По мнению автора именно это обстоятельство является важным для формирования мотивации занимающихся карате-до.

Опыт тренерской деятельности в области традиционного карате-до позволяет автору выделить ряд важных моментов в организации тренировочного процесса спортсменов различного возраста,⁴³ которые необходимо учитывать для повышения эффективности данного процесса и формирования личности спортсмена традиционного карате-до.

Проблемы развития личности лиц, занимающихся указанным видом боевого единоборства безусловно относятся к числу тех, разработка которых требует задействования широкого круга инструментария общенаучных методов, в частности системного подхода. Такой подход сформировался как реакция на длительное доминирование аналитических способов исследования, явно недостаточных при необходимости в изучаемом предмете соотносить между собой его части или части и целое, установить взаимосвязи в рамках объекта исследования и поиска аналогий сходства в явлениях различной природы.⁴⁴

Не вдаваясь в глубокий и подробный анализ личности человека как сложной системы взаимосвязанных элементов, обратим наше внимание непосредственно на ее внутренний мир, также являющийся, с точки зрения психологии целой системой социально-психологических качеств. В частности, для нашего исследования считаю необходимым вернуться к тезису о том, что одной из важнейших целей занятий традиционным карате-до является формирование личности спортсмена. А это, с точки зрения Л.И. Анцыферовой,⁴⁵ невозможно без идеи об активности личности.

Являясь одной из центральных идей психологии личности, мысль об активности личности, а также о ее стремлении к развитию и актуализации, становится основным отправным моментом нашего рассуждения. Важным и очевидным также будет то, что в данном процессе (формирования личности) будут участвовать две основные составляющие – непосредственно личность и окружающая ее социальная среда. Причем ни одна из них не будет являться доминирующей.⁴⁶

Для понимания механизма развития личности психологи выделяют ряд различий. В частности, по мнению В.В. Соболяникова это различия по природному и социальному признакам.⁴⁷ В частности, с точки зрения процесса обучения традиционному карате-до развитие каждого вновь приступающего к занятиям находится в зависимости от природных задатков, особенностей функционирования нервной системы и других. С точки зрения социализации надо понимать, что каждый «новичок», начиная заниматься карате-до, попадает в новые условия (новая социальная группа) и приспосабливается к ним, ожидая реализации своих потребностей. Из этого следует, что гармоничное развитие личности спортсмена традиционного карате-до возможно при равномерном сочетании процессов социализации и индивидуализации личности, что, в свою очередь, возможно через мотивацию, активность, волю и т.д.

Считаем необходимым отметить, что ряд характеристик этого процесса находится в прямой зависимости от возраста занимающихся. Психологи и педагоги отмечают существенные различия в возможностях разрешения стоящих перед каждым развивающим свою личность индивидуумом, в т.ч. и занимающимся традиционным карате-до, в зависимости от возраста. Исследования этих зависимостей и характерных особенностей проводятся продолжительное время и актуальны для современной науки. Не погружаясь в особенности этого механизма, справедливо заметить, что конечной целью последовательных занятий будет новая, подвергнутая определенной трансформации, личность, отвечающая требованиям, предъявляемым к адептам традиционного карате-до.

С точки зрения преподавания традиционного карате-до процесс развития личности целесообразно представлять с точки зрения модели трансформации личности (в связи с имеющей место в психологии одноименной концепцией).

В общем смысле этот процесс происходит в трех направлениях: внутренне развитие (во-внутри), внешнее развитие (во-вне) и за пределами нашего опыта (трансцендентное).

Понимание преподавателем этой модели позволит оказывать необходимое воздействие на занимающегося с целью повышения эффективности занятий. Однако, особенностью традиционного карате-до, как и ряда боевых систем, является то, что большее значение для занимающихся должна иметь работа над самим собой, что связано с указанными выше особенностями структуры личности начинающего спортсмена. И, если мы говорим о саморазвитии, то для данного исследования большее значение будет иметь мотивационная основа спортсмена, пришедшего на занятия. Это связано с тем, что человек, не имеющий устойчивой мотивации к достижению целей традиционного карате-до, с меньшей долей вероятности пройдет весь путь от «новичка» до «адепта».

⁴² http://itkf-russia.ru/upload/itkf_files/itkf-rules-2013-official.pdf.

⁴³ Автор является инструктором традиционного карате-до с 1995 года. Анализ построен на опыте тренировок спортсменов в следующих возрастных границах: до 6 лет – 19 чел., 7 – 12 лет – 114 чел., 13-17 лет – 48 чел., 18-35 лет – 20 чел., старше 35 лет – 6 чел. (прим. автора).

⁴⁴ В.В. Соболяников. Развитие личности в особых условиях деятельности. Монография. – Новосибирск: Мин-во общего и проф. образования РФ. НГПУ. НГАС. 1997. – С.13.

⁴⁵ Анцыферова Л.И. К психологии личности как развивающейся системы./Психология формирования и развития личности. – М.: Мысль. 1981. – С.4.

⁴⁶ Maslow A.H. The Farther Reaches of Human Nature. – Harmondsworth: Penguin. 1976. – С. 133.

⁴⁷ В.В. Соболяников. Развитие личности в особых условиях деятельности. Монография. – Новосибирск: Мин-во общего и проф. образования РФ. НГПУ. НГАС. 1997. – С.14.

Здесь мы имеем в виду мотивацию с точки зрения побуждающего воздействия на спортсмена, результатом которой будет мотив для настойчивого достижения цели. Это может быть приобретение как новых физических возможностей, преодоление физических ограничений (травм, патологий и т.д.), так и достижение квалификаций («черный пояс») и почетных званий, победы на соревнованиях и т.д. Причем наиболее мощная мотивация необходима для достижения высшей (философской) цели занятий традиционным карате-до, предусматривающей достижения некоего совершенства и перехода на другой качественный уровень – способности постигать окружающий мир через систему ценностей и знаний традиционного карате-до.

Хочется отметить, что с учетом выше указанных особенностей процесса развития личности целесообразно упомянуть и о трех структурных элементах мотивации. По мнению многих ученых любую классификацию мотивов нельзя считать исчерпывающей, но мы предпримем попытку сформулировать важнейшие из них.

В первую группу целесообразно включить мотивы, которые рождены внутренними противоречиями человека, заложенные в него биологически: органические потребности, конституция тела или организма, тип нервной системы и особенности работы головного мозга и т.д. Эти мотивы носят постоянный характер и, по мнению ряда ученых, ориентированы на перспективу.⁴⁸

Социогенные потребности относятся к другой группе и закреплены в психике человека. К ним относят привычки, навыки, способы и стереотипы мышления и т.д. Их считают результатом внешних противоречий, связанных с общением человека в социальных группах.

Последняя группа в данной классификации состоит из мотивов, ставших результатом столкновения внутренних и внешних противоречий, т.е. взаимодействия спортсмена с внешним миром. Они носят эпизодический и ситуативный характер, но оказывают серьезное влияние на мотивацию к занятиям традиционным карате-до.

Не противоречит этому примеру классификации и модель, рассматриваемая В.В. Собольниковым. С его точки зрения существуют мотивации также трех уровней.

Мотивация развития делится на внутреннюю (любопытность, активность, интерес и т.д.) и внешнюю (практическая польза от занятий).

Мотивация самоутверждения также делится на внутреннюю (проявление творческих сил и способностей, а также преодоление различных трудностей и т.д.) и внешнюю (престиж, авторитет, достижение различных благ и т.д.).

Автор также упоминает о важной роли мотивов долга (совесть, ответственность перед коллегами по занятиям карате-до и т.д.)⁴⁹

Подводя итог, хотелось бы отметить, что мотивация занятий традиционным карате-до, как и мотивация развития личности, сложный феномен, нуждающийся в серьезных исследованиях. Это связано с тем, что мотив является побудителем и регулятором активности личности спортсмена и может, как способствовать ее развитию, так и задерживать этот процесс.

Оказывая важнейшее влияние на развитие личности, мотивационная сфера является сложной функциональной системой, действующей по своим законам. Так, для устойчивости процесса подготовки спортсмена традиционного карате-до в обязательном порядке необходимо учитывать содержание мотивов, достаточный уровень их силы и настойчивости, адекватность мотивации существующим условиям, наличие доминирующих мотивов, которые могут оказать положительное влияние на функционирование всей системы.

Литература

1. Маслов А.А. Энциклопедия восточных боевых искусств. 1т. Традиции и тайны китайского ушу. – М.: Гала Пресс. 2000. - 520 с.
2. Маслов А.А. Энциклопедия восточных боевых искусств. 2т. Воины и мудрецы страны восходящего солнца. – М.: Гала Пресс. 2000. - 424 с.
3. Профессор д-р И.Йорга Традиционное Фудокан карате. Мой путь. – Фудокан Пресс Интернешнл. Белград. Берлин. Москва. Амстердам. – 2002. – 202 с.
4. В.В.Собольников. Развитие личности в особых условиях деятельности. Монография. – Новосибирск: Мин-во общего и проф. образования РФ. НГПУ. НГАС. 1997. – 256 с.
5. В.В.Собольников. Введение в психологию делового общения. Психология развития личности. Монография. – Новосибирск: АПМиЭЭЧ. НГПУ. 1996. – 276 с.
6. Анцыферова Л.И. К психологии личности как развивающейся системы./Психология формирования и развития личности. – М.: Мысль. 1981. – С.4.
7. Ершов А.А. Взгляд психолога на активность личности. – М.: Луч. 1991. - С.47
8. Maslow A.H. The Farther Reaches of Human Nature. – Harmondsworth: Penguin. 1976. – С.133.
9. Судзуки Д. Основы Дзэн-Буддизма. Кацуки С. Практика Дзэн/ Пер. с англ. – Бишкек: МП «Одиссей». 1993. – 672с.
10. Правила соревнований WTKF. [Электронный ресурс]. URL: - http://itkf-russia.ru/upload/itkf_files/itkf-rules-2013-official.pdf. (дата обращения: 15. 03. 2017).
11. Коршунов И.Д. Александрова О.С. Влияние спорта на развитие личности [Электронный ресурс]. URL: <http://sci-article.ru/stat.php?i=1450014277>. (дата обращения: 15. 03. 2017).

⁴⁸ Ершов А.А. Взгляд психолога на активность личности. – М.: Луч. 1991. - С.47

⁴⁹ В.В.Собольников. Развитие личности в особых условиях деятельности. Монография. – Новосибирск: Мин-во общего и проф. образования РФ. НГПУ. НГАС. 1997. – С.62.