

УДК 796.8

Воспитывающая тренировка единоборцев с акцентом на педагогический контроль в целях коррекции агрессии

Вольский Василий Васильевич¹, кандидат педагогических наук, доцент

Гайфетдинова Алла Михайловна¹,

Королева Екатерина Валерьевна¹,

Волкова Людмила Михайловна², кандидат педагогических наук, профессор

Даценко Андрей Алимжанович², кандидат педагогических наук, доцент

¹Военно-космическая академия имени А.Ф. Можайского, Санкт-Петербург

²Санкт-Петербургский государственный университет гражданской авиации,

Санкт-Петербург

Аннотация. В воспитывающем обучении, тренировке спортсменов делается акцент на усвоении знаний о нравственных ценностях. В спорте, в частности, в единоборствах, осуществляется педагогическое воздействие на сознание, чувства, волю, что открывает широкие возможности, в том числе при коррекции такого личностного свойства, как агрессивность. В статье представлено исследование по разработке стратегии и обоснованию вариантов методики коррекции агрессии у подростков-единоборцев. Практика единоборств располагает действенными методами воздействия, а умный педагогический подход способствует выбору правильных решений активизации личностных качеств. Воспитывающая тренировка расширяет перспективы трансформации негативной агрессии в «нормативную», в общую «спортивную злость», повышаются перспективы успешности учебно-тренировочного процесса.

Ключевые слова: единоборства, агрессия в спорте, педагогический контроль, спортивное воспитание, подростки.

Educational training of martial artists with an emphasis on pedagogical control in order to correct aggression

Volsky Vasily Vasilyevich¹, candidate of pedagogical sciences, associate professor

Gaifutdinova Alla Mikhailovna¹

Coroleva Ekaterina Valeryevna¹

Volkova Lyudmila Mikhailovna², candidate of pedagogical sciences, professor

Datsenko Andrey Alimzhanovich², candidate of pedagogical sciences, associate professor

¹Military Space Academy named after A.F. Mozhaisky, Saint-Petersburg

²St. Petersburg State University of Civil Aviation, Saint-Petersburg

Abstract. In educational training, emphasis is placed on instilling knowledge of moral values in athletes. In sports, particularly in martial arts, there is a pedagogical influence on consciousness, emotions, and will, which opens up broad possibilities, including in correcting such personal traits as aggressiveness. The article presents a study on the development of a strategy and the justification of methods for correcting aggression in adolescent martial artists. Martial arts practice offers effective methods of influence, and an intelligent pedagogical approach contributes to making the right decisions in activating personal qualities. Educational training expands the prospects for transforming negative aggression into normative sports anger, enhancing the success of the educational and training process.

Keywords: martial arts, aggression in sports, pedagogical control, sports education, teenagers.

ВВЕДЕНИЕ. Учебно-тренировочный процесс в видах спорта, требующих проявления способностей и свойств организма человека, в условиях высокого эмоционального напряжения моделирует требования соревновательной деятельности (СД) в сферах: а) психических свойств и процессов и б) двигательных актов [1, 2]. В единоборствах реализуемые в СД педагогические факторы можно разделить на 2 группы: 1 – создающие учебные ситуации и 2 – формирующие психические процессы, свойства [3].

К первой группе факторов относятся условия по восприятию информации, ее переработке, выбору правильных решений активизации психических процессов,

личностных качеств и т.д. Эти условия «затребованы» СД в единоборствах, реализуются обычно интегральным путем, хотя практика единоборств располагает действенными методами воздействия.

Ко вторым факторам можно причислить факторы развития свойств и качеств человека в процессе занятий единоборствами. Данные качества и свойства частично сами формируются в специфичных условиях единоборств. Однако, если в процессе спортивной тренировки на них регулярно направляются хорошо организованные усилия, в частности, умный педагогический подход, эффект безусловно будет выше [4-6]. Предметом исследования определены агрессивность и агрессия спортсмена, одной из основных задач является разработка стратегии в целом и обоснование вариантов методики их коррекции и трансформации у единоборцев.

МЕТОДИКА И ОРГАНИЗАЦИЯ ИССЛЕДОВАНИЯ. Обзор литературы по изучаемой тематике, опрос, экспертный анализ, педагогический эксперимент, математическая статистика. Исследование проведено в 2022/2023 учебном году. В исследовании приняли участие подростки (10-12 лет) секций Спортивных клубов бокса (18 человек) и кикбоксинга (16 человек) – экспериментальные группы (ЭГ). Для исследования всех подростков применялась методика САННТУВ А.Н. Николаева.

В число компонентов решения задачи разработки методики коррекции и трансформации агрессии в ЭГ были включены методы нравственного развития: понятие «спортивная порядочность»; поощрение/наказание спортивного или неспортивного поведения; моделирование поступков; обоснование приемлемости действий; обсуждение и формирование моральных дилемм в практической деятельности. Данные методы использовались как положения индивидуального подхода и имели прямое назначение соответственно тематике исследования. Применялось и повышение нагрузок в целях реализации избыточной энергии, например, встреча с более опытным напарником, давалось задание наносить строго определенные удары или определенное время вести схватку, находясь в углу ринга и т.д. Особое внимание уделялось реализации таких принципов, как воспитание в коллективе и через коллектив; индивидуальный подход; опора на положительные моменты и др. [7].

ОРГАНИЗАЦИЯ ИССЛЕДОВАНИЯ. Учитывая особенности контингента, рекомендации специалистов и требования Программ для ДЮСШ, учебно-тренировочный процесс в секциях осуществлялся по стандартной схеме, которая была модифицирована нами в связи с задачами исследования и целевой установкой – воспитывающая тренировка средствами единоборств. Модификация заключалась в ряде нововведений в процесс подготовки юных спортсменов:

1) деление спортсменов на 2 подгруппы по их физическому состоянию и агрессивности: А) – группа более физически подготовленных и агрессивных, Б) – остальные (примерно пополам);

2) составление тренировочных программ, обеспечивающих взаимосвязь психолого-педагогического воздействия и специальной технической подготовки;

3) реализация программ деятельности при постоянном педагогическом контроле.

РЕЗУЛЬТАТЫ ИССЛЕДОВАНИЯ. Этап 1 – всесторонняя подготовка юных спортсменов к овладению специальными знаниями, умениями и навыками (18-20 занятий). Этап 2 – обучение специфичным умениям и навыкам: основные положения, прямые и боковые удары, приемы защиты, маневры, финты, виды передвижения, тактики единоборства (64-70 занятий).

Подростки подгруппы «А» привлекались к выполнению нагрузки до 70% специализированности, группы «Б» – соответственно 50%, и все посещали занятия 3 раза в неделю. Во всех случаях и вариантах занятий проводилась в оперативном режиме коррекция нагрузки по всем характеристикам в зависимости от условий занятия, динамики подготовленности, эмоционального и физического состояния занимающихся. Немалую часть тренировочного времени занимали задания, направленные на формирование у занимающихся навыков контроля и самоконтроля.

Принимая во внимание тематику исследования и цель эксперимента, мы использовали метод психодиагностики – методику САННТУВ (самочувствие, активность, настроение, напряжение, тревожность, уверенность, эмоциональное возбуждение) А.Н. Николаева для оценки состояния подростка (рис. 1).

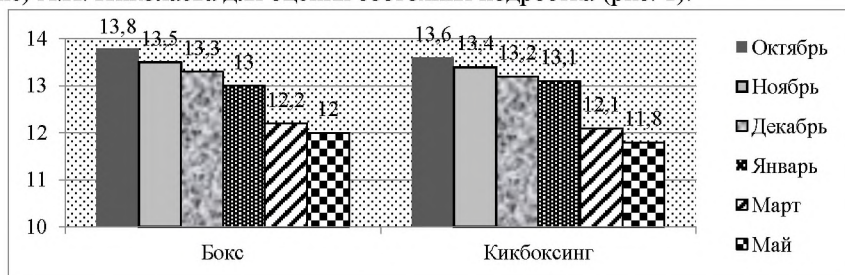


Рисунок 1 – Динамика самооценки эмоционального состояния подростков, занимающихся единоборством в течение учебного года

Результаты педагогического эксперимента свидетельствуют, что самооценка эмоционального состояния подростков, занимающихся единоборством в течение учебного года, имеет положительную динамику, так, в группе бокса она снизилась с октября по май с 13,8 до 12,0 усл.ед., в группе кикбоксинга с 13,6 до 11,8 усл.ед. при $P < 0,05$. По данным применения методики САННТУВ статистически достоверные снижения контрольного показателя эмоционального возбуждения стали наблюдаться через 4-6 месяцев регулярных воспитывающих тренировок. Мы можем в достаточной степени уверенно считать этот временной период характерным для первого, достоверного этапа нормирования агрессивности личности средствами единоборств. Основной особенностью организации работы с подростками данной квалификации является именно воспитательный аспект, в котором главной задачей для тренера и всех участвующих в процессе подготовки и отдельной тренировке является обеспечение нормального, рабочего психолого-эмоционального климата.

Результаты обследований позволяют подтвердить вывод о высокой эффективности и действенности специфики воспитывающей тренировки единоборств как механизма контроля агрессивности и агрессии молодого человека. Немаловажно дополнить, что по результатам собеседований с подростками данного эксперимента ими в большинстве случаев отмечен прогресс в таких способностях, как уверенность в себе, сдержанность, что интерпретируется нами как признак трансформации агрессивности деструктивной в конструктивную (нормативную). Также отражающим положительные результаты этого эксперимента мы считаем общее желание, высказанное всеми испытуемыми подростками экспериментальных групп бокса и кикбоксинга – продолжать занятия единоборствами и в дальнейшем.

ЗАКЛЮЧЕНИЕ. Коррекция, трансформация агрессивности, управление формами проявления агрессии связаны с вопросами нравственного воспитания, формированием сдержанности, культуры поведения. Решение воспитательных задач начинается с передачи определенных знаний о моральных ценностях. В спорте, в том числе и в единоборствах, усваивая спортивную этику, ориентируются на правила соответствующих спортивных соревнований. Овладение спортивной техникой, в частности, приемами единоборств, приобретает смысл, когда формируются при этом необходимые нравственные и иные высокие чувства. Педагогический эксперимент оказался успешным подтверждением концепции воспитывающей тренировки подростков-единоборцев с акцентом на педагогический контроль в целях коррекции агрессии.

СПИСОК ИСТОЧНИКОВ

1. Венедиктов И. Н., Волкова Л. М., Кривошеков В. Г. [и др.]. Физкультурно-спортивная деятельность как аспект социализации студенческой молодежи // Ученые записки ун-та им. П.Ф. Лесгафта. 2022. № 10 (212). С. 66–70.
2. Вольская А. Г., Вольский В. В., Габов М. В., Рыбаков Г. П. Проблемы физического воспитания подростков // Физическая культура и спорт в образовательном пространстве: инновации и перспективы развития : материалы Всерос. научно-практической конференции. Санкт-Петербург, 2020. С. 190–195.
3. Вольский В. В., Волкова Л. М., Даценко А. А. [и др.]. Тренировка единоборцев с акцентом на трансформацию агрессии // Ученые записки университета им. П.Ф. Лесгафта. 2023. № 3 (217). С. 92–95.
4. Евсеев В. В., Матвеевская А. С., Погодина В. Л. [и др.]. Физическая культура как платформа самореализации личности в условиях цифровизации // Теория и методика физической культуры, спорта и туризма : межвузовский сборник научно-методических работ. Санкт-Петербург, 2021. С. 29–32.
5. Журбина А. Д., Шалупин В. И., Шакиржанова К. Т. Современные аспекты в воспитании студенческой молодежи средствами физической культуры и спорта // Гражданская авиация на современном этапе развития науки, техники и общества. Москва, 2021. С. 579–582.
6. Загородникова А. Ю., Степанова О. Н., Шалупин В. И., Куманцова Е. С. Детерминанты качества тренировочного процесса юных спортсменов // Теория и практика физ. культуры. 2021. № 8. С. 69–71.
7. Халилова Л. И., Комиссарчик К. М., Лешева Н. С. [и др.]. Сквозные технологии и цифровые инструменты педагога // Российские биомедицинские исследования. 2022. Т. 7, № 3. С. 21–24.

REFERENCES

1. Venediktov I. N., Volkova L. M., Krivoshekov V. G. [et al.] (2022), “Physical culture and sports activity as an aspect of socialization of student youth”, *Scientific notes of the P.F. Lesgaft University*, No. 10 (212), pp. 66–70.
2. Volskaya A. G., Volsky V. V., Gabov M. V., Rybakov G. P. (2020), “Problems of physical education of adolescents”, *Physical culture and sport in the educational space: innovations and development prospects*, Materials of the All-Russian Scientific and Practical conference, St. Petersburg, pp. 190–195.
3. Volsky V. V., Volkova L. M., Datsenko A. A. [et al.]. (2023), “Training of martial artists with an emphasis on the transformation of aggression”, *Scientific notes of the P.F. Lesgaft University*, No. 3 (217), pp. 92–95.
4. Evseev V. V., Matveevskaya A. S., Pogodina V. L. [et al.] (2021), “Physical culture as a platform for personal self-realization in the conditions of digitalization”, *Theory and methodology of physical culture, sports and tourism*, Interuniversity collection of scientific and methodological works, St. Petersburg, pp. 29–32.
5. Zhurbina A. D., Shalupin V. I., Shakirzhanova K. T. (2021), “Modern aspects in the education of student youth by means of physical culture and sports”, *Civil aviation at the present stage of development of science, technology and society*, Moscow, pp. 579–582.
6. Zagorodnikova A. Yu., Stepanova O. N., Shalupin V. I., Kumantsova E. S. (2021), “Determinants of the quality of the training process of young athletes”, *Theory and practice of physical culture*, No. 8, pp. 69–71.
7. Khalilova L. I., Komissarchik K. M., Lesheva N. S. [et al.] (2022), “End-to-end technologies and digital tools of a teacher”, *Russian biomedical research*, Vol. 7, No. 3, pp. 21–24.

Информация об авторах: Вольский В.В., доцент кафедры физической подготовки, www1962@mail.ru, <https://orcid.org/0009-0008-0760-7004>. Гайфетдинова А.М., преподаватель кафедры физической подготовки, gaifetdinovaalla@gmail.com, <https://orcid.org/0009-0006-1381-8583>. Королева Е.В., преподаватель кафедры физической подготовки, vinnkatya@yandex.ru, <https://orcid.org/0009-0003-9002-2325>. Волкова Л.М., профессор кафедры физической и психофизиологической подготовки, volkovalm@bk.ru, <https://orcid.org/0000-0003-1066-337X>. Даценко А.А., доцент кафедры физической и психофизиологической подготовки, dac-oksana@yandex.ru, <https://orcid.org/0009-0003-2052-6085>.

Авторы заявляют об отсутствии конфликта интересов.

Поступила в редакцию 13.03.2024.

Принята к публикации 07.04.2024.