

На правах рукописи

ЧЕХОНИН Александр Дмитриевич

**НРАВСТВЕННОЕ ВОСПИТАНИЕ ПОДРОСТКА
В ПРОЦЕССЕ ЗАНЯТИЙ АЙКИДО**

**13.00.01 — общая педагогика,
история педагогики и образования;
13.00.04 — теория и методика физического воспитания,
спортивной тренировки, оздоровительной
и адаптивной физической культуры**

АВТОРЕФЕРАТ

**диссертации на соискание ученой степени
кандидата педагогических наук**

Тюмень - 2010

Работа выполнена в государственном образовательном учреждении высшего профессионального образования «Тюменский государственный университет».

Научный руководитель: доктор педагогических наук, кандидат психологических наук, профессор
Алексеев Николай Алексеевич

Официальные оппоненты: доктор педагогических наук, профессор
Дудина Маргарита Николаевна

доктор педагогических наук, профессор
Степанов Сергей Владимирович

Ведущая организация: **ГОУ ВПО «Сибирский государственный университет физической культуры и спорта»**

Защита диссертации состоится 13 мая 2010 года в 10 часов на заседании диссертационного совета Д 212.274.01 при государственном образовательном учреждении высшего профессионального образования «Тюменский государственный университет» по адресу: 625003, г. Тюмень, ул. Семакова, 10.

С диссертацией можно ознакомиться в Информационно-библиотечном центре Тюменского государственного университета.

Автореферат разослан 9 апреля 2010 года.

*Ученый секретарь
диссертационного совета*



Т.А. Строкова

ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА РАБОТЫ

Актуальность исследования. Проблема исследования и реализации систем образования, совмещающих физическое и нравственное воспитание, является актуальной и определяет перспективное направление развития теории и практики воспитания молодежи.

На сегодняшний день в теории физического воспитания физическая культура рассматривается как многомерная система знаний о потенциале развития человеческого тела, способах укрепления здоровья человека, воспитания его личностных качеств. Айкидо является той уникальной системой единоборств, в которой аспект нравственности содержится в каждом элементе практики: в нормах поведения, в характере взаимодействия учителя и ученика, в системе поясов и связанной с ними аттестации, в самой технике айкидо как уникальном идеомоторном конструкте.

На протяжении длительного периода времени отечественные и зарубежные исследователи в области философии, аксиологии, этики (Н.А. Бердяев, И.А. Ильин, И.С. Кон, О.Г. Дробницкий, А.Г. Спиркин, А.И. Титаренко), психологии (Б.Г. Ананьев, А.Н. Леонтьев, Д.И. Фельдштейн, Д.Б. Эльконин, В.В. Давыдов, Л.И. Божович, А. М. Прихожан, Ж. Пиаже, Л. Кольберг, Г.Е. Залесский и др.), педагогики (А.С. Макаренко, В.А. Сухомлинский, К.Д. Ушинский, Ш.А. Амонашвили, Л.И. Рувинский, А.В. Зосимовский, Н.Е. Щуркова, Е.В. Бондаревская, М.И. Шилова и др.) изучали проблему формирования нравственности человека.

Исследовательских трудов, посвященных рассмотрению феномена айкидо, немного (Камальдинова А.В., Елисеев Е.В. и др.), и проблемы нравственного воспитания подростка в них практически не обсуждаются. В популярной японской и отечественной литературе, посвященной айкидо (Уесиба К., Саотоме М., Тохей К., Тедеев Д.Ю., Полюх С.Н. и др.), представлено описание технической стороны этого боевого искусства и основных моральных принципов его философии, не проанализированных в психолого-педагогическом контексте.

Анализ современного уровня теоретической разработанности педагогических возможностей и потенциала занятий айкидо выявил основное **противоречие** между потребностью в эффективных системах нравственного и физического воспитания подростка и недостаточной теоретической и практической разработанностью форм

построения процесса занятий физической культурой в аспекте интеграции физического и нравственного начал в едином педагогическом процессе. Обозначенное противоречие определило **проблему** раскрытия и использования воспитательного потенциала занятий айкидо, поиска способов их организации с ориентацией на задачи интеграции нравственного и физического воспитания подростка. Проблема исследования, его актуальность и практическая значимость определили тему: **«Нравственное воспитание подростка в процессе занятий айкидо».**

Объект: воспитательный процесс на занятиях айкидо с подростками.

Предмет исследования: ценностное содержание искусства айкидо, условия и особенности организации занятий айкидо.

Цель исследования — выявить механизм оспособления подростком нравственно-развивающего потенциала айкидо и разработать реализующий его алгоритм.

Гипотеза исследования: наряду с физическим воспитанием подростка занятия айкидо будут эффективными и в отношении его нравственного воспитания, если:

1. воспитательный процесс в айкидо будет основан не только на физических упражнениях и изучении технической стороны айкидо, но и на использовании педагогического потенциала этого искусства, обращении к идеалу нравственного человека в айкидо;

2. смысловым ядром нравственно и физически развивающих занятий айкидо с подростками станет концепция «Я-достоинство» (самоуважение, толерантность, дисциплина, ответственность) реализуемая через показ и объяснение нравственной семантики техники этого единоборства (траекторий движений, которые позволяют нейтрализовать атаку с минимальным ущербом для соперника), раскрытие смысла системы поясов как символов личностного совершенствования подростка (усиление уровня ответственности и самодисциплины, более глубокое и проверяемое Учителем знание техники и понимание идей айкидо, его этикета и др.), смысла интернализированной соревновательности искусства айкидо (т.е. направленной на себя, самоизменение на основе принципа — «не навреди сопернику»), личный пример, убеждения, беседы, рассказы на темы философии и нравственных основ айкидо;

3. воспитательный процесс в айкидо будет построен на механизме оспособления подростком нравственно-развивающего потен-

циала айкидо, а его практическая реализация осуществлена в форме алгоритма действий субъектов воспитательного процесса в айкидо, суть которого заключается в создании ситуаций резонансного взаимодействия и «со-бытия» учителя и ученика в освоении техники и идеалов нравственности айкидо;

4. основанием для своевременной и адресной коррекции воспитательного процесса являются результаты замеров изменений уровня общей и специальной физической подготовленности подростка и лонгитюдного отслеживания (педагогическое наблюдение, психологические тесты, беседы, сочинения и др.) его качественных личностных изменений (самоуважения, честности, справедливости, ответственности и др.).

Для достижения цели и проверки гипотезы были поставлены следующие **задачи исследования**:

1. Проанализировать отечественные и зарубежные теории нравственного развития подростков; найти способы и условия интеграции нравственного воспитания с физическим.

2. Провести историко-теоретический анализ педагогического потенциала айкидо (в том числе — в сравнении с различными стилями восточных единоборств), определить особенности его адаптации к российским условиям.

3. Сформулировать смысловое ядро и принципы организации нравственно и физически развивающих занятий айкидо.

4. Провести опытно-экспериментальную работу по верификации исходных теоретических положений диссертационного исследования.

5. Разработать рекомендации для преподавателей айкидо по построению занятий подростков с акцентом на их нравственное воспитание.

Методологическая и теоретическая основа исследования

В теоретическом отношении исследование опирается на ряд психолого-педагогических работ, посвященных определению понятия нравственности (Б.С. Братусь, К.М. Хоруженко, Н.И. Шевандрин, Г.И. Школьник), нравственного самосознания (О.Г. Дробницкий, Г.Ф. Карвацкая, С.Л. Рубинштейн, А.Г. Спиркин, А.И. Титаренко), исследованиям в области самосознания личности (Л.И. Божович, А.В. Захарова, И.С. Кон, В.В. Столин, И.И. Чеснокова), педагогической аксиологии (М.Н. Аплетаев, Н.А. Асташова, В.П. Бездухов, Е.В. Бондаревская, М.Н. Дудина, Н.Н. Лебедева, Н.Е. Щуркова), вопросам становления нравственных ценностей, морального выбора

(Р. Бертон, Г.Е. Залесский, Л. Кольберг, М. Мэй, Ж. Пиаже, Л.И. Рувинский, Х. Хартшорн, П. Экман), особенностям подросткового возраста и нравственного развития подростка (Л.М. Архангельский, В.В. Давыдов, Т.В. Драгунова, В.А. Крутецкий, А.Н. Леонтьев, Д.И. Фельдштейн, Д.Б. Эльконин), вопросам нравственного воспитания (Ш.А. Амонашвили, В.И. Бакштановский, П.П. Блонский, А.В. Зосимовский, А.С. Макаренко, Л.И. Рувинский, В.А. Сухомлинский, К.Д. Ушинский). Данное исследование опирается на аналитические работы по восточным единоборствам (И.А. Воронов, А.А. Маслов, Д. Митчелл, М. Саотоме, К. Уесиба, К. Тохей), японской культуре (Д.М. Вардаман, М.С. Вардаман, Д.Г. Главева, Ю.Б. Козловский, С.П. Нестеркин, Е.С. Штернер), проблемам двигательной деятельности и спорта (Н.А.Бернштейн, Б.Д. Кретти, В.К. Велитченко), психологии и педагогики физвоспитания (Л.М. Аболин, В.К. Бальсевич, В.В. Житлов, П.А. Жоров, Е.П. Ильин, П.Ф. Лесгафт, И.В. Манжелей); качественно новой стадии осмысления сущности физической культуры, связанной с выявлением ее духовно-нравственной составляющей (В.И. Столяров, И.И. Сулейманов, Ю.М. Николаев, Л.И. Лубышева).

Методы исследования. Для решения поставленных задач использовался ряд взаимодополняющих общенаучных и педагогических методов.

Теоретические методы (анализ и синтез, моделирование, проектирование, мысленный эксперимент) использованы для изучения философской, психолого-педагогической литературы по проблеме исследования.

Эмпирические методы (изучение и обобщение педагогического опыта, беседы с подростками, опытно-экспериментальная работа) использованы при наблюдении и проведении занятий айкидо с подростками, построенных на основе исходных теоретических положений исследования.

Опытно-экспериментальная база исследования — спортивные комплексы: «Здоровье», «Дорожник», «Динамо», «филиал ДЮСШ №6 (Локомотив)» (г. Тюмень).

Диссертационное исследование осуществлялось в период с 2006 по 2009 гг. и состояло из трех этапов.

На первом этапе (2006 - 2007 гг.) проводился анализ состояния проблемы исследования в теории и практике. Формулировались цели, задачи и гипотеза исследования. Определялись

содержание формирующего этапа опытно-экспериментальной работы (ОЭР), диагностический инструментарий. В рамках констатирующего этапа ОЭР в спортивных базах тюменской областной федерации айкидо (ТОФА) была проведена диагностика тренирующихся подростков. Теоретический анализ педагогического потенциала айкидо послужил основой для формирования концепции «Я-достоинство» и алгоритма действий субъектов воспитательного процесса в айкидо.

На втором этапе (2007 - 2008 гг.) исследования проводился формирующий этап ОЭР по развитию нравственных основ поведения подростков, занимающихся айкидо. Суть данного этапа заключалась в практической реализации психолого-педагогического потенциала айкидо и активизации таких элементов занятий, как изучение нравственного смысла техники айкидо, постижение философии данного единоборства и личностного значения пояса как символа совершенствования подростка, понимание смысла внутринаправленной соревновательности. Воспитательный процесс основывался на механизме оспособления подростком нравственно-развивающего потенциала айкидо и реализующем его алгоритме. Проводились диагностика личностных изменений подростков, позволявшая говорить об эффективности его практического внедрения, и измерение характера и особенностей развития общей и специальной физической подготовки подростков.

На третьем этапе (2008 - 2009 гг.) проводились обобщение, статистическая обработка и описание результатов исследования, их интерпретация, формулирование выводов и литературное оформление диссертационной работы.

Научная новизна:

1) Выявлена специфика единоборства айкидо, которая заключается в интеграции основ нравственности и миролюбия с техническим арсеналом, который, в свою очередь, является не только видом физических движений, но и уникальным перцептивно-кинестетическим транслятором философии мира и толерантности.

2) Определен педагогический потенциал искусства айкидо, включающий в себя философию и технику айкидо, соединенных в идеомоторный конструкт, который, раскрываясь в этикете айкидо, в системе поясов как «феноменологических фиксаторах» совершенствования личности подростка, является эффективной основой процесса интеграции нравственного и физического воспитания.

3) Определены способы интеграции нравственного и физического воспитания подростка, заключающиеся в сочетании техники физических упражнений с нравственным их содержанием, обусловленным философией миролюбия, толерантности, сохранения человеческого достоинства, а также использованием элементов «внешней атрибутики» (пояс-символ) как своеобразных «меток» личностного совершенствования подростка.

4) Выделен и обоснован механизм оспособления и «со-бытийного» освоения учеником ценностно-смыслового содержания айкидо, суть которого заключается в рефлексии ценностно-смысловых оснований поведения, возникающей в процессе познания и «проживания» в движении нравственных основ философии айкидо и резонансном взаимодействии учителя и ученика.

5) Разработан алгоритм реализации данного механизма с ориентацией на особенности российского менталитета и интеграцию физического и нравственного самосовершенствования подростка через освоение им двигательных навыков и «проживание» с учителем и другими учениками смысла философии айкидо в ситуациях «со-бытия», создаваемых педагогом.

6) Определены особенности адаптации нравственного потенциала айкидо к условиям российской действительности (необходимость объяснения философии айкидо, показа идеомоторной семантики движений и раскрытия идей «со-бытия» в динамических формах, совместного развития учителя и ученика, парной отработки техник с постоянной сменой партнеров и «индивидуальной настройкой» на каждого, проговариванием смыслов отдельных движений, принципов гуманного взаимодействия друг с другом, важности ответственности и самодисциплины), учитывающие специфику современного менталитета российского подростка (преимущественная ориентация на субкультурные ценности, отказ от безоговорочного почитания старших, но в то же время, ориентированность на духовность, соборность, коллективизм, свойственные российскому архетипу личности), нашедшие отражение в разработанном алгоритме действий субъектов воспитательного процесса в айкидо.

Теоретическая значимость исследования заключается в следующем:

1. Доказано, что айкидо в своей философской и технической базе содержит образы нравственности, которые могут выступать системообразующими ориентирами в процессе его преподавания,

понимаемого как практики нравственного воспитания подростка в сфере физической культуры, что обогащает педагогические представления о потенциале восточных единоборств как систем интеграции нравственного и физического воспитания человека.

2. В педагогическую науку введено понятие «педагогика айкидо», отличающееся от классического спортивного подхода в воспитании единоборцев тем, что в нем раскрыты основы нравственного воспитания подростков через оспособление ими ценностно-смыслового содержания техники айкидо, идей миролюбия философии айкидо, отраженной в высказываниях его основателя, рефлексию символики поясов как «феноменологической фиксации» единства личностного и физического совершенствования.

3. Определено ядро личностного совершенствования подростка в айкидо — «Я-достоинство» (самоуважение, дисциплина, ответственность, толерантность), выступающее целевым ориентиром организации занятий, интегрирующих его нравственное и физическое воспитание.

4. Разработаны специфические принципы «педагогики айкидо»: сохранения и передачи нравственного содержания практики, интеграции нравственного и физического воспитания, «со-бытийного» развития, определяющие нормы организации нравственно и физически развивающих занятий айкидо.

Практическая значимость работы заключается в разработке рекомендаций по построению нравственно и физически развивающих занятий айкидо с подростками, которые могут быть использованы при проведении семинаров, повышении квалификации инструкторов айкидо в России.

На защиту выносятся следующие положения.

1) Педагогика айкидо, в отличие от спортивной ориентации воспитания в других видах единоборств, является направлением нравственно-физического воспитания подростков, базирующимся на философии айкидо, нравственный смысл которой выявляется через раскрытие ценностно-смыслового содержания техники айкидо, подкрепляемого беседами о сути айкидо как боевого искусства, положительным личным примером учителя, а также системой поясов как символов личностного совершенствования подростка.

2) Идеи педагогики айкидо необходимо реализовывать через интеграцию ценностно-смыслового содержания техники айкидо и физического воспитания (общей и специальной физической подготовки с регулярной отработкой техник и одновременным понимани-

ем движений айкидо как идеомоторной модели конфликта, который, через использование огибающих атаку траекторий, разрешается с минимальными потерями для обеих его сторон), способствующего формированию широкого спектра двигательных навыков и осмыслению на этой основе семантики идеомоторной активности подростка. Нравственное воспитание подростка в системе занятий айкидо, в свою очередь, базируется на концепции «Я-достоинство» личности (самоуважение, дисциплина, дружелюбие, ответственность).

3) Основой проведения эффективных нравственно и физически развивающих занятий по айкидо с подростками является резонансное взаимодействие субъектов воспитательного процесса, суть которого заключается во взаимодействии, со-переживании в педагогической нравственно-воспитывающей ситуации, совместном постижении философии нравственности айкидо, соучастии в процессе личностного и физического самосовершенствования, в отличие от широко распространенного авторитарного стиля подготовки отечественных единоборцев.

Достоверность и обоснованность результатов и выводов исследования обеспечены выбором комплекса методов исследования, адекватных поставленным целям и задачам работы, ее тематической специфике, многосторонним качественным и количественным анализом фактического массива экспериментального материала, ретроспективным анализом авторской педагогической практики, неоднократной апробацией результатов исследования как на научно-практических конференциях, так и на внутренних семинарах ТОФА.

Апробация результатов исследования. Материалы диссертации представлялись на международной (Минск, 2009), всероссийских (Омск, 2007; Тюмень, 2007, 2009) и межрегиональной (Омск, 2009) научно-практических конференциях.

Структура диссертации. Работа состоит из введения и трех глав, выводов по каждой главе, заключения, библиографического списка и приложений. Она иллюстрирована 3 схемами, 7 диаграммами, 29 таблицами.

ОСНОВНОЕ СОДЕРЖАНИЕ ДИССЕРТАЦИИ

Во введении обоснована актуальность темы, сформулированы цель, гипотеза и задачи исследования, его теоретическая и практическая значимость, положения, выносимые на защиту.

Первая глава **«Теоретико-методологические основы нравственного воспитания подростка»** посвящена проблемам нравственного воспитания и развития подростка, особенностям и механизмам нравственного онтогенеза в подростковом возрасте.

Нравственность и сопряженные с ней категории (духовность, нравственное сознание и самосознание, нравственные убеждения и переживания, нравственный онтогенез, моральные суждения и т.д.) относятся к качественной характеристике человеческого бытия, к структуре человеческой личности, особенностям его внутреннего мира. Нравственность — это разделяемые личностью и принимаемые в качестве основ к действию этические представления, обычаи, нормы поведения. Показателем нравственности выступает стремление человека жить в согласии с собственной совестью, не причиняя вреда другим. О.Г. Дробницкий, Г.Ф. Карвацкая, А.Г. Спиркин, А.И. Титаренко выделяют такие категории нравственности, как долг, ответственность, стыд, честь, достоинство, совесть. Перечисленные категории в контексте личностного мировосприятия могут осознаваться человеком не только как некое философское отражение мира, но и ощущаться эмоционально как чувства, переживания.

Начало исследований зарубежными психологами нравственного онтогенеза личности относится к 20-30 гг. XX в. Наибольшую известность среди западных исследований получили работы Ж. Пиаже. Им изучались моральные суждения детей, обоснование детьми нормативных требований, смысл и назначение санкций за нарушение норм, суждения о справедливости поступков и ответственности за свои действия. Выяснилось, что моральное развитие детей зависит от тех социальных отношений, в процессе которых ребенок сталкивается с нормами и необходимостью подчиняться им.

Отечественные исследователи нравственного формирования человека отмечают в качестве важного итога развития личности в подростковом возрасте становление принципиально нового уровня самосознания (И.С. Кон, Л.И. Божович), которое выстраивается на базе ценностных образований личности, в том числе — нравственных норм. Теоретически важным является определение условий, факторов, механизмов и средств нравственного воспитания подростка, которые могут стать уникальным набором тех «педагогических нот», которые в конкретной ситуации создают уникальную «воспитательную симфонию» — резонанс души педагога и воспи-

танника. Под резонансным взаимодействием педагога и ученика мы понимаем их «эмоциональное согласие», чувствование друг друга, со-включенность учителя и воспитанника, «взаимо-со-действие» (П.К. Анохин), «со-переживание» нравственно воспитывающей педагогической ситуации, в нашем случае — совместное постижение нравственных основ айкидо.

В вопросах методики мы опираемся на идеи классиков отечественной педагогической практики нравственного воспитания — К.Д. Ушинского, В.А. Сухомлинского, А.С. Макаренко и др., и современников, таких как Ш.А. Амонашвили, А.В. Зосимовский, Л.И. Рувинский и др..

Средствами нравственного воспитания, по К.Д. Ушинскому, являются: обучение; личный пример учителя; убеждение; умелое обращение с учащимися (педагогический такт); меры предупреждения, поощрения и взыскания. В.А. Сухомлинский нравственное воспитание связывает с идеалом, реализация которого предполагает гуманистическое общение педагога с учеником, воспитывающее нравственные чувства. А.С. Макаренко основное условие нравственного становления личности видит в семейном воспитании подростка и воспитании в коллективе. В гуманной педагогике Ш.А. Амонашвили акцент делается на доверительных взаимоотношениях педагога и воспитанника, на значимости любви к детям как основы любого воспитания. Нравственное становление, по Л.И. Рувинскому, является процессом, направленным на овладение социально-адекватными образцами морального поведения, поэтому педагогическое воздействие направляется на формирование у подростка субъективного смысла деятельности, личностного отношения к ней. А.В. Зосимовский ведущую роль в формировании нравственных установок подростка отводит методам словесного убеждения (этическая беседа, этический диспут, решение моральной задачи и др.), которые он разделяет на непосредственно-эмоциональное убеждение (высказывание педагогом своих эмоциональных оценок, педагогическая экспрессия, такт, нравственный облик воспитателя) и дискурсивное, логико-обосновывающее убеждение (обоснование ценности нравственного поведения, аргументация нравственного самовоспитания, формирование личностного смысла поведения, примеры нравственного поведения известных людей и т.д.).

Отечественные педагоги и психологи (А.Н. Леонтьев, А.С. Макаренко, С.Л. Рубинштейн, В.А. Сухомлинский, Ш.А. Амонашвили,

Н.И. Болдырев, Е.В. Бондаревская, Н.И. Монахов, И.С. Марьенко, Т.Е. Конникова, М.И. Шилова, Н.Е. Щуркова и др.) в качестве основного педагогического механизма нравственного формирования личности выделяют доверительное общение учителя и подростка. Специфика подросткового возраста заключена в том, что ведущей деятельностью человека в этот период становится интимно-личностное общение, установление доверительных отношений с людьми, поэтому общение воспитателя и подростка должно основываться на признании его равноправным участником общения, на доверии. Отличительной чертой такого общения должен стать его диалогичный характер, возможность подростка самостоятельно мыслить и выражать свою точку зрения. Чувственные и эмоциональные отношения в процессе «реально работающего» нравственного воспитания подростка характеризуются со-включенностью учителя и воспитанника в процесс саморазвития, «со-переживанием» нравственно воспитывающей педагогической ситуации, ощущением «со-участия» учителя и ученика в процессе личностного саморазвития. Суть подлинного нравственного развития личности подростка через различные педагогические ситуации, таким образом, заключается в том, чтобы всякое «событие» в воспитательном процессе являлось «со-бытием» подростка и воспитателя и формировало у него нравственное отношение к миру.

«Со-бытие» как категория мировосприятия является основой философии восточного единоборства — айкидо. Философия айкидо в качестве основного принципа мировоззрения полагает принцип «авасэ» — сочетания человека с окружающим миром, социумом, ощущения себя частью целого, его «со-бытия» с другими людьми. Из ряда прочих единоборств айкидо, в силу уникальности его как конструкта, соединяющего в одном целом философию мира и неагрессии с движением, выделяется особенным образом. Во многих спортивных единоборствах (спортивное карате, тай-бокс, классический бокс и др.) идейно-философский компонент присутствует, но он чаще больше декларируется, чем систематически реализуется. Соединение идей миролюбия айкидо и физического движения можно описать следующим образом: парная отработка техники заключается в идеомоторной имитации конфликтной ситуации (атаки) и способа ее разрешения, т.е. в нашем случае — принятия морального выбора поведения. Как правило, атака в айкидо — это прямолиней-

ное движение (удары «цки», рубящие движения «рука-меч» — «шо-мен учи»), атакующее действие сбоку (режущая «рука-меч» — «екомен учи»), различные захваты. Атака в айкидо не встречается жесткой ее блокировкой и ответной атакой, а переводится в круговое вращение соперника с его контролем в каждой точке движения и возможностью его мгновенной нейтрализации. Правильное выполнение техники в айкидо предполагает как базовую и специальную физическую подготовленность, так и понимание смысла движения «ирими» — входа в «сферу соперника». В нашем случае, это не только физическое движение, но и движение — метафора. Войти в «сферу соперника», сделать «ирими», означает, что необходимо пытаться понять, что заставляет человека атаковать, каковы мотивы его агрессивного поведения и т.д., что позволит отнестись к нему с пониманием и милосердием в конкретной ситуации, с обязательным условием личной безопасности и сохранности. Об этом же говорит принцип сочетания в технике айкидо движения своего «центра» с «центром» соперника — «авасэ», не только в смысле технического действия и последующего болевого приема, а в первую очередь — знания того, как можно прочувствовать внутреннее состояние нападающего и через это понимание сформировать справедливое отношение к конфликтной ситуации и справедливое ее разрешение с условием сохранения человеческого достоинства — как своего, так и, по возможности, соперника.

Преобразование тренировок по айкидо с подростками в нравственно-ориентированные занятия происходит на основе установления доверительных взаимоотношений учителя и ученика в ситуациях «со-бытия» как основы успешного воспитательного процесса. Резонансное взаимодействие, как основа нравственного воспитания подростка в данном случае, предполагает включение в воспитательный процесс в айкидо таких педагогических методов и приемов, как беседы, рассказы о нравственных основах айкидо, объяснения нравственного смысла техники айкидо, смысла системы поясов как символов личностного совершенствования, смысла внутринаправленной соревновательности искусства айкидо, личный пример, убеждение, общение педагогов с родителями воспитанников.

Во второй главе диссертации **«Нравственный потенциал занятий айкидо»** анализируются специфические особенности боевого искусства айкидо, его отличие от других видов единоборств и психолого-педагогический потенциал, реализация которого позволя-

ет преобразовать тренировки по айкидо с подростками в нравственно-воспитывающие занятия.

Исторический и теоретический анализ различных видов единоборств (А.А. Маслов, И.А. Воронов и др.) позволяет выявить специфику айкидо как практики, ориентированной на духовно-нравственное воспитание человека в гармоничном сочетании с укреплением здоровья и приобретением навыков самозащиты. Айкидо является боевым искусством, направленным на внутреннее развитие человека, на качественный рост его личности через физическую практику. Идея айкидо заключена в миротворчестве, в осознании невозможности и надуманности превосходства одной человеческой индивидуальности над другими. Поэтому в айкидо нет состязаний и соревнований, что отличает его от всех остальных видов восточных единоборств. Альтернативой классическому спортивному состязанию айкидо полагает соревнование человека с самим собой, со своими личными противоречиями, агрессией и несовершенством через рефлексию выбора поведения в ситуациях конфликтного характера. Задача занимающегося айкидо заключается не в противопоставлении себя другим, а в единении с окружающим, стремлении понять его и прочувствовать. Если спортивная деятельность демонстрирует соревновательный дух в непосредственном виде — в соответствующих соревновательных мероприятиях, то в практике айкидо он перестраивается в форму внутреннего выбора нравственной линии поведения в ситуациях соперничества.

Общеизвестно, что общение учителя и ученика является наиболее важным элементом в контексте нравственного воспитания подростка. На занятиях айкидо учителю необходимо во взаимодействии с учеником раскрывать нравственные ценности философии айкидо как через общение с подростком, так и через демонстрацию техники айкидо в ее нравственной семантике.

Объяснения нравственного смысла движений могут осуществляться следующим образом: бросок «ириминаге» (бросок входом, «ирими» — вход.) в техническом смысле может выглядеть как жесткое сворачивание шеи противнику, т.е. нанесение вреда здоровью партнера. Такое видение техник айкидо неприемлемо с позиций философии данного боевого искусства. Воплощение философии айкидо в движении предполагает демонстрацию и выполнение двигательных действий в их нравственном значении. Например, педагог может раскрывать подросткам технику таким образом: если перед

нами стоит враждебно настроенный человек, то у него наверняка есть проблемы, которые заставляют его злиться, поэтому всегда стоит попробовать поговорить с ним, найти общий язык, если же это не получилось и он нападает, нужно помнить, что его не стоит калечить, техника должна выполняться безопасно, так, чтобы, очутившись на полу, противник не почувствовал боли, что есть мастерство.

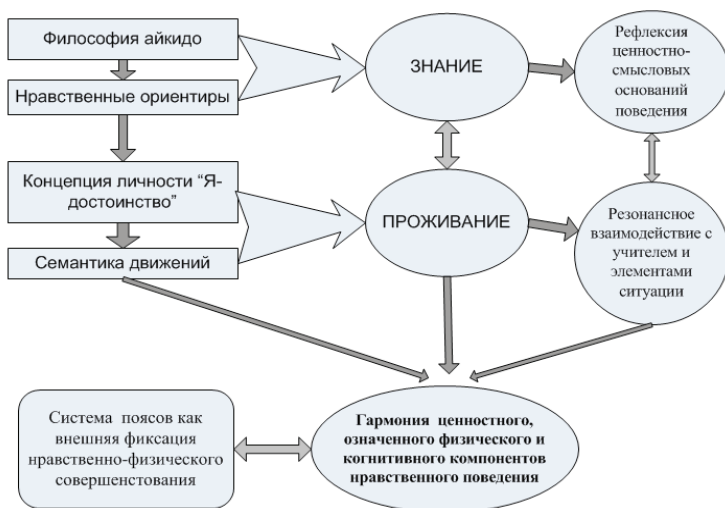
В айкидо существует своеобразный символ качества развития личности, который содержит в себе нравственные основы поведения — это цветной пояс ученика, являющийся важным стимулом совершенствования в технике единоборства, и развития соответствующих форм поведения. Внешний вид белого и опрятного «доги» в сочетании с поясами различных цветов (в айкидо их 7) воспринимается подростком как символ, отражающий уровень технического мастерства, личностного развития и авторитет занимающегося. Раскрытие значения и пояса ученикам выступает серьезным стимулирующим фактором не только технического, но и нравственного саморазвития подростка на занятиях айкидо.

Опыт показывает, что общераспространенный подход к организации занятий айкидо с подростками, как правило, сводится к формированию у них двигательных навыков «от простого к сложному», нравственной же основе искусства айкидо уделяется малое, эпизодическое внимание. Рефлексия педагогического опыта, анализ и раскрытие педагогического потенциала айкидо, целеполагающего вектора занятий в аспекте нравственного воспитания, опосредствованного философией данного единоборства, позволили сформулировать концепцию «нравственного ядра» личности воспитанника школы айкидо, названную «Я-достоинство». Эта концепция включает в себя следующие личностные качества: самоуважение (характеризующее его отношение к себе как к человеку, способному к физическому и нравственному развитию, способному стать лучше во всех отношениях), дисциплину (регуляцию подростком своего поведения на тренировках, понимание и соблюдение норм, предписанных этикетом айкидо), дружелюбие (способность и желание подростка сдерживать в своем поведении агрессию, рефлексировать свое эмоциональное состояние, искать мирные пути решения любой задачи, тактичность, вежливость), ответственность (понимание подростком своей возможности влиять на окружающую действительность, желание защищать слабого, чувство долга перед близкими

людьми, принятие миссии миротворца). Концепция «Я-достоинства» и проанализированный отечественный и зарубежный педагогический опыт нравственного воспитания личности подростка легли в основу построения занятий айкидо, интегрирующих нравственное и физическое воспитание подростка. Значимыми составляющими таких занятий являются техника айкидо как идеомоторный «транслятор» нравственного смысла философии айкидо, система поясов, которая символизирует этапы нравственного развития подростка, этикет айкидо, который предписывает правила поведения, присущие достойной личности. Организация занятий айкидо с подростками предполагает выявление и включение в работу механизма оспособления учеником нравственно-развивающего потенциала айкидо (см. схему 1).

Схема 1

Механизм оспособления подростком нравственно-развивающего потенциала айкидо



В практической работе «включение» данного механизма реализуется в алгоритме действий субъектов воспитательного процесса.

Логика нравственно-физического совершенствования личности на занятиях айкидо (т.е. логика «превращения» двигательной семантики во внутренний опыт) может быть описана следующим образом:

1. Учитель выбирает формы донесения до ученика сущности философии айкидо и его нравственной составляющей (беседы, обсуждение высказываний основателя айкидо, диспуты на нравственные темы, личный пример и др.), систему введения ученика в технику движений в айкидо, базирующихся на этой философии. Целевой ориентир учителя — формирование достоинства личности. Достоинство является формой проявления самосознания, самоконтроля и саморегуляции, на которых строится требовательность человека к самому себе. Достоинство тесно связано с такими свойствами личности, как совесть, честь, ответственность. В плане операционализации этой личностной характеристики мы выделили такие понятия, как ответственность, дружелюбие, самоуважение, дисциплина, в которых наиболее наглядно (и доступно оценке) проявляется данное качество личности.

2. На основе рефлексивного анализа учащиеся в диалоге постигают сущность айкидо (психологический механизм — узнавание, декодирование — перевод на свой язык, понимание, принятие).

3. Параллельно учитель показывает технику выполнения движений в айкидо и раскрывает его нравственную природу (психологический механизм — кодирование лексики и грамматики языка в идеомоторике (семантика движений) или, другими словами, — переписывание на язык движений таких понятий, как милосердие, толерантность, миролюбие и т.д.). В данном случае учитель раскрывает технику айкидо, траектории движений технических приемов в контексте их понимания как воплощения миролюбия. Защитные действия в айкидо носят мягкий, круговой, огибающий атаку характер. Принципы «сочетания» с соперником, «присоединения» к нему, попытка понять его мотивы и, проявив милосердие, не навредить ему сверх меры должны при постепенном их освоении подростком быть «вынесены» за пределы понимания лишь технического движения и реализовываться в повседневной жизни, что опосредуется систематичной отработкой техники, с одной стороны, с другой — подкреплением этой отработки должным объяснением нравственного смысла движений учителем в его «со-бытийном» взаимодействии и общении с подростком.

4. Ученик, выполняя техники (приемы) айкидо, таким образом, постигает их нравственную сущность — «не навреди себе и противнику, покажи ему свое расположение и дай шанс ему пересмотреть свои агрессивные намерения».

5. На этой почве меняется отношение к противнику и по-новому переживается ситуация собственного превосходства над конфликтом, что рождает чувство самоуважения, ответственности за выбираемый способ реагирования и, в итоге, формируется достоинство личности.

Система поясов служит дополнительным «внешним символом» закрепления для подростка нового опыта отношения к себе и окружающим. Эта позиция принципиально важна, поскольку совершенствование личности ученика идет как на сознательном уровне, так и на уровне переживаний, отношений, чувствований, которые не полностью поддаются «внутренней формализации». Поскольку возрастные особенности подростков затрудняют осуществление полноценной рефлексивной деятельности, учитель подключает к воспитанию родителей, ориентируя их на создание такой среды вокруг ребенка, которая бы укрепляла проповедуемые в айкидо нравственные принципы. Это «выносит» сущность айкидо за рамки занятий, укрепляя в экзистенциальном плане нравственные основы поведения учеников. В сочетании с ростом самосознания в рефлексивной деятельности ученик становится подлинным субъектом деятельности, осмысленной в формате нравственно-физического саморазвития.

Реализация вышеописанных идей исследования опирается на сформулированные нами специфические принципы педагогики айкидо:

— сохранения и передачи нравственного содержания практики айкидо, суть которого заключается в видении педагогом нравственного начала философии и техники айкидо и в воплощении этого начала в процессе воспитания подростка;

— интеграции нравственного и физического воспитания, который подразумевает обязательное раскрытие нравственной семантики движений айкидо, т.е. раскрытие для подростка философской основы реакции на соперника (миролюбия) и психологического смысла выбора способа сопротивления — «присоединения и сочетания» с соперником и «управления» его движениями;

— «со-бытийного» развития, диктующий необходимость совместного и взаимного обогащения социокультурного и нравственного опыта и знаний преподавателя и ученика.

В третьей главе **«Экспериментальное исследование влияния занятий айкидо на формирование нравственных качеств подростка»** изложены материалы об организации, ходе и резуль-

татах ОЭР, проведенной в экспериментальной и контрольной группах ТОФА (по 40 человек в каждой). Возраст участников исследования составлял 10-14 лет.

В течение двух лет занятий айкидо в экспериментальных группах практически воплощались идеи исследования, отраженные в описании механизма оспособления подростком нравственных ценностей айкидо (схема 1), алгоритме действий субъектов воспитательного процесса. Если тренировки в контрольной группе состояли, как правило, из разминки, специальной физической подготовки (шаги, передвижения) и изучения техники (в ее физическом смысле), то в экспериментальной группе акцент был сделан на педагогическом резонансном взаимодействии, в котором педагогом совместно с учениками раскрывался нравственный смысл техники айкидо и основ философии миролюбия данного единоборства. С подростками обсуждались изречения основателя айкидо — М. Уесибы.

Специфической значимой частью занятий с подростками экспериментальной группы являлось формирование представления о значении пояса в айкидо как образа личностного роста и нравственности его носителя, как стимула к саморегуляции и ответственности подростком за свое поведение. Чем «старше» был пояс у подростка, тем большие требования предъявлялись к нему педагогом по части знания этикета, контроля своих эмоций. Если в спорте система разрядов подразумевает соответствие технических навыков спортсмена тому или иному разряду, то на наших занятиях, помимо соответствия техническому уровню, от подростка требовалось соответствие его поведения тому поясу, которым он владеет.

Общение с учениками в течение периода формирующего эксперимента показало, что подростки в экспериментальной группе стали более осмысленно рассуждать на темы агрессии, ответственности и т.д. Подросткам, как показало проводимое педагогическое наблюдение, со временем стало интереснее изучать технику айкидо в ее нравственном значении, сменился акцент в выполнении техники с болевой части на более тщательную проработку мягких, круговых движений, траекторий «не-агрессии» и миролюбия, тренироваться в духе взаимоподдержки и взаимопомощи в совместном постижении идеомоторики айкидо. Подростки стали больше интересоваться идеями философии айкидо, задавать вопросы о возможности разрешения конфликтов в их повседневной жизни, в школе,

с родителями, сверстниками, стали тщательней следить за своим поведением на «татами», относиться с уважением к «старшим» поясам и помогать «младшим» в освоении ими новых умений.

Отслеживание результатов ОЭР предполагало использование психодиагностических методик, которые позволяли оценивать характер личностных изменений подростка по показателям, отражающим стержень достоинства личности (уровень общей саморегуляции — методика Моросановой В.И., агрессии — методики Басса-Дарки, ДДЧ, эмпатии — методика Юсупова С.И. и др.), бесед, анализа мини-сочинений подростков, экспертных оценок родителей по карте личности подростка. Диагностика на констатирующем этапе ОЭР свидетельствовала об отсутствии достоверных различий между контрольной и экспериментальной группами (КГ и ЭГ).

Диагностика личностного развития подростков после проведения формирующего этапа ОЭР показала, что в ЭГ произошли следующие достоверные изменения: повысился уровень значений показателей шкал: осознанность, реалистичность, общий уровень саморегуляции, трудолюбие, ответственность, организованность, коллективизм (см. таблицу 1).

Таблица 1

**Личностные изменения подростков
в ходе опытно-экспериментальной работы (Max=1, min =5)**

Качества личности подростка	ЭГ Констатирующий этап	ЭГ Контрольный этап	Уровень достоверности различий (по Манна-Уитни)	КГ Констатирующий этап	КГ Контрольный этап	Уровень достоверности различий (по Манна-Уитни)
трудолюбие	3,025	2,55	$P \leq 0,05$	3,05	3,0	-
ответственность	2,85	2,55	$P \leq 0,05$	3,0	2,72	-
самоуважение	3,1	2,25	$P \leq 0,05$	3,05	2,35	-
организованность	3,05	2,57	$P \leq 0,05$	3,07	2,95	$P \leq 0,05$
коллективизм	3,0	2,52	$P \leq 0,05$	3,15	3,05	-
честность	2,02	1,9	-	2,05	1,97	-
справедливость	3,15	2,87	-	3,02	2,92	-
бескорыстие	3,15	2,9	-	3,15	3,05	-
общительность	3,02	2,67	$P \leq 0,05$	3,07	3,02	-
отзывчивость	2,8	2,37	-	2,77	2,7	-
вежливость	2,0	1,65	-	2,05	1,95	-

Понижился уровень значений показателей шкал: незащищенность, конфликтность, раздражение, вербальная агрессия, уровень агрессии. Динамика изменения отслеживаемых личностных качеств у подростков ЭГ на констатирующем и итоговом этапах ОЭР демонстрирует эффективность предложенных в исследовании идей. Подростки экспериментальной группы стали более ответственными, организованы, меньше стали ссориться с окружающими, меньше раздражаться.

Интересный материал для анализа тенденций личностного совершенствования дают мини-сочинения подростков, в которых каждый из них отражал свое видение практики айкидо, видение целей занятий и их содержания. На протяжении двух лет занятий у подростков ЭГ существенно изменилось понимание своих занятий:

«Я занимаюсь айкидо для того, чтобы уметь драться в школе» (Роман П. 10 лет. 2007 г. ЭГ).

«Айкидо дает мне уверенность в себе, я не боюсь драться, и поэтому — перестал это делать. Когда человек хочет ударить — он слабый. Настоящая сила — в спокойствии и в дружбе. Айкидо для меня — это добро.» (Роман П. 12 лет. 2009 г. ЭГ).

Мини-сочинения подростков экспериментальной группы говорят о более глубоком понимании айкидо как практики нравственного саморазвития, о постепенном изменении отношения подростка к своим тренировкам. В своих сочинениях подростки ЭГ употребляют понятия «уважение», «добро», «спокойствие», «дружба». В контрольной группе акцент в развитии подростка проявился в других аспектах: *«Я занимаюсь айкидо, чтобы быть сильным»* (Борис Г. 10 лет, 2007 г. КГ).

«Айкидо дает силы. Я стал более активным. Больше всего мне нравится ходить на уроки физкультуры. Там я лучше других, потому что занимаюсь айкидо.» (Борис Г. 12 лет, 2009 г. КГ).

Подростки контрольной группы айкидо, в которой не был сделан акцент на нравственное воспитание, больше обращены не к философии айкидо и своему внутреннему миру, а к техническим навыкам этого искусства. Подростки контрольной группы, когда говорят о своих занятиях, как правило, делают акцент на физической, двигательной активности, технике айкидо, но не на нравственном ее содержании.

Сложность физических движений в айкидо, в которых органично представлена нравственная составляющая философии данного вида единоборств, требует достаточно высокого уровня физической подготовленности. Именно поэтому физическое воспитание учени-

ков на занятиях айкидо не уходит на второй план и изменение тренировочного процесса в нашем случае не оказало негативного влияния на физическое развитие подростков, о чем свидетельствуют данные общей и специальной физической подготовленности (ОФП и СФП) подростков ЭГ и КГ (см. таблицу 2). Подростки в обеих группах развивались не только в контексте общефизической направленности, без которой невозможно успешно развивать свои навыки в выполнении техник, но и делали успехи в постижении тех основ айкидо (базовых перемещений), которые являются ключом к единственно правильному исполнению техник и, в потенциале, к пониманию их нравственного значения.

Таблица 2

**Динамика прироста показателей
физической подготовленности подростков
(в % от исходного уровня физической подготовленности)**

№	Показатели	II полугодие		III полугодие		IV полугодие	
		ЭГ	КГ	ЭГ	КГ	ЭГ	КГ
О Ф П	1 Кол-во подтягиваний в висе на перекладине	16,9	16,4	36,7	35,4	68,5	67,9
	2 Кол-во подятий туловища за 30 сек.	11,7	12,4	34,3	35,1	64,5	65,1
	3 Кол-во приседаний за 30 сек.	12,5	11,8	38,4	37,9	68,1	67,5
	4 Кол-во отжиманий за 30 сек.	11,4	11,9	37,3	37,5	59,8	60,2
С Ф П	5 Кол-во «Ирими тэнкан» за 30 сек.	12,3	11,8	34,2	34,5	57,3	58,1
	6 Кол-во «маэ укэми» за 30 сек.	11,4	12,1	35,1	34,8	62,3	61,7
	7 Кол-во «аюми аши тэнкан» за 30 сек.	12,3	12,1	33,9	34,3	60,8	61,0

Полученные в ходе исследования данные статистики в сочетании с результатами анализа подростковых сочинений, наблюдений педагогов, работавших в ЭГ и КГ, позволяют зафиксировать следующие тенденции в личностном совершенствовании подростков ЭГ: они стали более дисциплинированными и заинтересованными в постоянном постижении боевого искусства айкидо и человеческих отношений в духе дружелюбия и взаимопомощи. В повседневной жизни подростки стали более уважительно относиться к мнению

родителей, старших, выслушивать его и обдумывать, делиться собственными соображениями.

Преобразование физических тренировок айкидо в культурно и нравственно ориентированные занятия через раскрытие нравственного смысла технических движений, изучение этикета айкидо и приучение ученика к соблюдению предписываемых им поведенческих норм, положительный личный пример педагога, обсуждение им с подростками творческого наследия основателя айкидо в экспериментальной группе позволили достичь положительных результатов.

В заключении отмечается, что проведенное исследование позволило доказать, что айкидо в своей философской и технической базе содержит образы нравственности, которые, при учете особенностей российского менталитета, могут выступать системообразующими ориентирами в процессе его преподавания, понимаемого как практики нравственного и физического воспитания подростка.

Педагогика айкидо как особый раздел нравственно-физического воспитания подростков базируется на философии айкидо, нравственном смысле техники и таких формах воспитательной работы, которые позволяют этот смысл раскрыть и передать — беседах, положительном личном примере учителя, системе поясов как «меток» совершенствования подростка. Основная идея педагогики айкидо реализуется через интеграцию ценностно-смыслового содержания техники айкидо и физического развития, отработку техники айкидо в ключе формирования широкого спектра двигательных навыков и осмысление на этой основе семантики идеомоторной активности подростка на занятиях. Концепция «Я-достоинство» личности (самоуважение, дисциплина, дружелюбие, ответственность) является содержательным ядром, сердцевиной целеполагающего вектора практики самосовершенствования в айкидо.

Резонансное взаимодействие субъектов воспитательного процесса в айкидо, суть которого заключается во взаимо-со-действии, со-переживании в педагогической нравственно-воспитывающей ситуации, совместном постижении философии нравственности айкидо, соучастии в процессе личностного и физического самосовершенствования, является основой проведения эффективных нравственно и физически развивающих занятий айкидо с подростками.

Раскрытие и актуализация потенциала такого вида единоборств как айкидо, является примером потенциальных нравственно-воспитывающих возможностей физической культуры в различных ее

формах. Привлечение в процесс физического развития подростка резонансного взаимодействия» реализует не только его физически развивающийся потенциал, но и потенциал личностно формирующий, т.е. интегрирует физическое и нравственное воспитание в целостный процесс. Занятия различными видами физической культуры, в том числе и айкидо, можно рассматривать с общепедагогической точки зрения как потенциал нравственного и физического развития человека.

Публикации по теме диссертации

1. Чехонин А.Д. Занятия айкидо как фактор нравственного развития подростка/А.Д. Чехонин//Образование и наука. Известия уральского отделения Российской академии образования, 2009. №9(66). С.113-123 (издание включено в перечень ВАК).

2. Чехонин А.Д. Проблемы интеграции духовно-нравственного и физического развития ребенка в современной теории физического воспитания. Педагогический потенциал боевых искусств/ А.Д. Чехонин //Альманах современной науки и образования. 2007, №1. С.267-268.

3. Чехонин А.Д. Педагогика айкидо/ А.Д. Чехонин//Педагогические науки, 2007. №3(25). С.145-147.

4. Чехонин А.Д. Техника айкидо в контексте гуманистически-ориентированного детского физвоспитания/ А.Д. Чехонин //Педагогические науки, 2007. №3(25). С.148-149.

5. Чехонин А.Д. Занятия восточными единоборствами как средство профилактики юношеского алкоголизма и наркомании/А.Д. Чехонин // материалы всероссийской научно-практической конференции. Тюмень: ТюмГУ, 2007. С. 95-99.

6. Чехонин А.Д. Айкидо — единоборство или искусство?/А.Д. Чехонин //Проблемы совершенствования физической культуры, спорта и олимпизма: материалы всероссийской научно-практической конференции. Омск: СибГУФК, 2007. С. 295-297.

7. Чехонин А.Д. Специфика соревновательной ориентации искусства айкидо/А.Д. Чехонин//Здоровый образ жизни человека — национальная проблема современного общества: сборник материалов межрегиональной научно-практической конференции. Омск: ОЭИ, 2009. С. 253-260.

8. Чехонин А.Д. Пояс в айкидо — символ и образ. Педагогический аспект/ А.Д. Чехонин// Молодежь-науке. Актуальные проблемы теории и методики физической культуры и спорта: материалы международной научно-практической конференции. Минск: БГУФК, 2009. С.319-322.

9. Чехонин А.Д. Семантические особенности техники айкидо: гармонизация духовного и телесного/А.Д. Чехонин//Психика и тело: проблемы, исследования, опыт работы: материалы всероссийской научно-практической конференции. Тюмень: ТюмГУ, 2009. С.21-23.

Подписано в печать 7.04.2010. Тираж 100 экз.
Объем 1,0 уч.-изд. л. Формат 60x84/16. Заказ 249.

Издательство Тюменского государственного университета
625000, г. Тюмень, ул. Семакова, 10.
Тел./факс (3452) 45-56-60, 46-27-32
E-mail: izdatelstvo@utmn.ru