

На правах рукописи

ЮЖАКОВ Дмитрий Петрович

**ТЕХНИКО-ТАКТИЧЕСКАЯ ПОДГОТОВКА ЮНЫХ
ТХЭКВОНДИСТОВ НА ОСНОВЕ МЕЖКУЛЬТУРНОЙ
КОММУНИКАЦИИ ТРАДИЦИЙ ВОСТОЧНЫХ И РОССИЙСКИХ
ВИДОВ ЕДИНОБОРСТВ**

**13.00.04 – теория и методика физического воспитания, спортивной
тренировки, оздоровительной и адаптивной физической культуры**

АВТОРЕФЕРАТ
диссертации на соискание учёной степени
кандидата педагогических наук

Тюмень – 2012

Работа выполнена в ФГБОУ ВПО «Тюменский государственный университет»

Научный руководитель – доктор педагогических наук, профессор
Короткова Елена Анатольевна

Официальные оппоненты: **Левицкий Алексей Григорьевич**,
доктор педагогических наук, профессор,
ФГБОУ ВПО «Национальный государственный
университет физической культуры, спорта и
здоровья имени П. Ф. Лесгафта», профессор
кафедры теории и методики борьбы

Чехонин Александр Дмитриевич,
кандидат педагогических наук,
ФГБОУ ВПО «Тюменский
государственный университет», старший
преподаватель кафедры общей и социальной
педагогики

Ведущая организация - ФГБОУ ВПО «Уральский государственный
университет физической культуры»

Защита состоится 1 июня 2012 года в 13 часов на заседании диссертационного совета Д 212.274.01, созданного на базе ФГБОУ ВПО «Тюменский государственный университет» по адресу: 625003, г. Тюмень, ул. Семакова, 10.

С диссертацией можно ознакомиться в Информационно-библиотечном центре ФГБОУ ВПО «Тюменский государственный университет».

Автореферат разослан 27 апреля 2012 г.

Учёный секретарь
диссертационного совета

Строкова Т.А.

ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА РАБОТЫ

Актуальность исследования. В настоящее время в России достаточно широко распространены восточные единоборства, особенно среди молодёжи. Число детей разного возраста, занимающихся восточными единоборствами, не уступает, а то и превосходит количество тех, кто увлекается другими видами спорта.

Вместе с тем в большинстве секций восточных единоборств преподавание ведётся либо в общеоздоровительном аспекте, либо в спортивном. При этом тренеры навязывают ученикам определённую часть национальных традиций того или иного единоборства в качестве каких-то обязательных ритуалов, не объясняя при этом их сущности и назначения. Это происходит вследствие недопонимания тренерами важности как национального самосознания учеников, так и сущности психологических особенностей восточных единоборств. А именно психологическая сторона методов подготовки является самым важным фактором (Цзи Цзяньиэн, 1995), тем, что отличает восточные единоборства от западных традиционных видов спорта.

В результате у нас в стране теряются собственные культурные и национальные традиции (В. Лялько, 1998). Ученик не осознаёт себя личностью в полной мере, что, возможно, является определяющим фактором его поражений как в спорте, так и в жизни. К сожалению, слабо используется тысячелетний опыт российских единоборств в культурном развитии и психологической подготовке современных спортсменов. Напротив, такой подход сохранился до наших дней в восточных единоборствах (М. Бишоп, 1999). В этой связи очень важно соединить собственные культурные и национальные традиции с истинным пониманием сущности подготовки в восточных боевых искусствах. Результатом этого слияния должен стать личностный рост занимающихся, рост популярности занятий восточными единоборствами и, особенно, значительное повышение уровня подготовки спортсменов.

Межкультурная коммуникация – это общение, связь между представителями различных человеческих культур. В нашем исследовании мы рассматриваем межкультурную коммуникацию как интеграцию культурно-исторических традиций в обучении технике и тактике единоборств. В нашем случае это взаимодействие русских и восточных традиций обучения единоборствам с целью использования в подготовке юных тхэквондистов лучших элементов русской и восточной культур для более глубокого понимания принципов выполнения технико-тактических приёмов, развития оперативно-тактического мышления, более эффективного выполнения техники тхэквондо-WTF в спортивном поединке, усвоения моральных норм и духовных ценностей.

За последние годы появился ряд научных работ по единоборствам. Например, Чехонин А. Д. (2010) обосновывает важность гуманистического подхода в воспитании подростков при обучении айкидо. Передельский А. А. (2008) изучает в своих многочисленных работах философию и педагогику спортивных единоборств, а также культурно-исторические традиции восточных методов обучения, в том числе на примере тхэквондо. Тверских В. В. (2007) в своей работе предлагает интеграцию современных информационных технологий в процесс подготовки тхэквондистов. Однако вопросы и проблемы межкультурной коммуникации восточных единоборств в России в сфере спортивной подготовки ими не изучались. В настоящее время исследования межкультурной коммуникации проводятся в основном в этнопсихологии (Н. М. Лебедева, А. М. Стефаненко, В. М. Садохин), методике преподавания иностранных языков (И. Л. Плужник, В. В. Сафонова), социологии (Л. Д. Гудков, А. Б. Синельников, В. В. Кочетков), а также в культурологии (В. Л. Бенин, Ю. М. Лотман, В. Д. Попков, А. П. Грушевицкая).

Несмотря на то, что в ряде исследований доказано влияние межкультурной коммуникации на развитие личности, в настоящее время отсутствуют педагогические исследования, направленные на формирование межкультурной коммуникации в сфере обучения спортивным единоборствам. Тхэквондо пришло в Россию с Востока, и, естественно, многие традиции потерялись в процессе его адаптации. Возможно, потеря этих культурных традиций, организующих технико-тактические действия, а также потеря русских традиций в изучении единоборств и являются причиной отставания наших спортсменов в последние десятилетия в этом виде спорта. За три Олимпиады у сборной России всего одна Олимпийская медаль (по данным с официального сайта World Taekwondo Federation) – серебро у женщин в Сиднее (2000 год), при том, что на каждой Олимпиаде разыгрывается 8 комплектов наград. Данные обстоятельства обусловили актуальность **темы** исследования: «Технико-тактическая подготовка юных тхэквондистов на основе межкультурной коммуникации традиций восточных и российских видов единоборств».

Объект исследования – учебно-тренировочный процесс юных тхэквондистов.

Предмет исследования – совмещение российских и восточных культурно-исторических традиций обучения приемам ударных единоборств применительно к технико-тактической подготовке юных тхэквондистов.

Цель исследования – разработать и апробировать методику обучения технико-тактическим действиям в тхэквондо-WTF на основе коммуникации русских и восточных традиций в изучении единоборств для повышения эффективности подготовки юных тхэквондистов.

Гипотеза исследования: эффективность технико-тактической подготовки юных тхэквондистов можно повысить за счёт осуществления

межкультурной коммуникации в процессе усвоения русских и восточных традиций обучения единоборствам, если:

- в процесс освоения культурно-исторических знаний адаптировать элементы восточной философии единоборств к российскому менталитету, учитывая нравственные традиции России и Востока, сформировать у занимающихся смысловую основу техники и тактики тхэквондо-WTF и мотивацию, направленную на освоение единых моральных и психологических достоинств русских и восточных былинных героев, способных переносить трудности, выходить из сложных ситуаций, защищать слабых;

- теоретический курс (изучение истории и традиций единоборств в западных и восточных странах, а также былинного творчества) связать с процессом обучения двигательным действиям, развитием физических качеств и совершенствованием технико-тактического мышления через изучение техники и тактики вооружённого боя и их изменений в связи с эволюцией оружия на протяжении исторических эпох; а также через расшифровку комплекса формальных упражнений «пхумсе»;

- использовать в игровом методе синтез сюжетов из русских былин и сказок, восточных легенд и преданий с целью выявления необходимых (для российского спортсмена) принципов для построения тактики поединка, когда сила противостоит скорости, обоснованно меняется дистанция боя. А также аналогично использовать данный синтез для усвоения актуальных в спортивном поединке нравственно-культурных ценностей, таких, как справедливость или, например, стремление одержать победу любой ценой.

Задачи исследования

1. Проанализировать состояние подготовки спортсменов в РФ, изучающих восточные единоборства.

2. Выявить исторические основы русских и восточных традиций обучения единоборствам.

3. Разработать методику технико-тактической подготовки юных тхэквондистов на основе спортивных национальных традиций России и культурно-исторических традиций обучения технике и тактике в восточных единоборствах через синтез схожих культурных оснований на примере тхэквондо-WTF.

4. Экспериментально проверить эффективность влияния разработанной методики на уровень технико-тактической подготовки юных тхэквондистов.

Теоретико-методологическая основа исследования включает ряд базовых психолого-педагогических положений и концепций о связи, целостности и закономерности явлений, позволяющих рассматривать развитие человека в контексте обучения единоборствам как элементу национальной культуры.

Особое значение в нашем исследовании имели фундаментальные работы по теории коммуникации (Г.В. Колшанский, Е.В. Ключев, В.П.

Конецкая), теории межкультурной коммуникации (В.В. Сафонова, И.И. Халеева, Т. Накаяма, Ф. Штротбек), межкультурной коммуникативной компетенции (Ю. Ким, Б. Коуп, Д. Мартин, Т. Накаяма), этнопсихологические концепции национальных особенностей личности (Н.М. Лебедева, А.В. Дмитриев, А.П. Садохин), семиотической концепции культуры (Ю.М. Лотман), методологии психолого-педагогической науки (В.И. Загвязинский, В.В. Краевский).

В ходе исследования использовались следующие методы:

теоретические: изучение и кросс-культурный анализ литературы отечественных и зарубежных авторов; экстраполяция специфики межкультурной деятельности на конкретную предметную область (обучение тхэквондо); обобщение полученного материала; проектирование методики осуществления межкультурной коммуникации;

эмпирические: включённое наблюдение межкультурной коммуникации в профессиональных ситуациях; опытно-экспериментальная работа; анкетирование и тестирование; обобщение опыта обучения и воспитания; экспертная оценка; количественный и качественный методы обработки результатов; анализ полученных данных.

Основные этапы исследования охватывают период с 2007 по 2011 гг.

На первом этапе (2007-2008 гг.) изучалась историческая, психолого-педагогическая, методическая, этнопсихологическая литература, осуществлялось накопление эмпирического материала в условиях тренировочного процесса, проводился анализ используемой учебно-методической литературы, выявлялись существующие противоречия между сложившейся практикой обучения тхэквондо и наличием в ней условий для осуществления межкультурной коммуникации; был сформулирован рабочий вариант гипотезы; формировался и систематизировался понятийный аппарат исследования. Разрабатывались дидактические материалы: структура и содержание учебной программы начальной подготовки по тхэквондо-WTF, которой предстояло служить инструментом формирования межкультурной коммуникации в обучении технике и тактике единоборства.

На втором этапе (2008-2010 гг.) проведены систематизация и критический анализ теоретического и эмпирического материала, его уточнение и обобщение на концептуальном уровне, выявлены историко-культурные коммуникации, конкретизирована гипотеза; проводилась опытно-экспериментальная работа по модифицированной методике технико-тактической подготовки юных тхэквондистов на основе межкультурной коммуникации национальных традиций спортсменов в России и культурно-исторических традиций обучения в восточных единоборствах.

На третьем этапе (2010-2011 гг.) продолжалось внедрение модифицированной методики в различных секциях тхэквондо, уточнялись некоторые теоретические и практические положения исследования, оформлялась диссертационная работа.

Научная новизна исследования состоит в следующем:

1. Установлено историко-культурное сходство восточных и западных видов единоборств (как историческая основа межкультурной коммуникации), которое заключается в единстве физических возможностей человека и духовности (магического, энергетического, нравственного, философского) – того, что связывает мысли и тело и имеет конкретное практическое значение в движениях.

2. Выявлена причина отставания российских тхэквондистов в технико-тактическом мастерстве от единоборцев Кореи, Японии, Китая. Она проявляется в меньшем разнообразии тактических схем спарринга, в основном используемых спортсменами.

3. Выявлены общие для культуры России и Кореи нравственные основания, такие, как честность по отношению к собственным недостаткам и чувство справедливости к другим. При этом мотивация к занятиям у российских спортсменов оказалась более низкой по сравнению со спортсменами Юго-Восточной Азии, что вызвано отсутствием связи тренировочного процесса как с собственной, российской, культурой, так и с непониманием некоторых элементов восточной философии ввиду отсутствия их адаптации к российской культуре.

4. Разработана методика технико-тактической подготовки юных тхэквондистов, основанная на влиянии культурно-исторических знаний о русских и восточных традициях обучения единоборствам на развитие оперативно-тактического мышления и совершенствование двигательных действий путём адаптации исторических традиций обучения к современному виду спорта – тхэквондо-WTF.

5. Доказана эффективность применения игрового метода со сходными сюжетами русских и восточных произведений народного творчества, связанных с боевыми искусствами, при формировании ценностно-смысловой основы действия, положительно влияющей на развитие оперативно-тактического мышления и обучения технике тхэквондо как способа межкультурной коммуникации, востребованного при адаптации к нестандартным двигательным действиям и способствующего расширению арсенала приёмов нападения и защиты.

Теоретическая значимость исследования

Расширено содержание понятия игрового метода обучения как способа интеграции культурно-исторического опыта на основе сходства русских и восточных былин и сказаний.

Обоснована необходимость включения в учебно-тренировочный процесс юных тхэквондистов средств и методов межкультурной коммуникации с целью повышения технико-тактического мастерства спортсменов.

Увеличен арсенал изучаемых приёмов единоборства на начальном этапе подготовки за счёт оптимизации тренировочного процесса при использовании средств и методов межкультурной коммуникации.

Практическая значимость

Разработана и внедрена в практику обучения тхэквондо-WTF методика технико-тактической подготовки юных тхэквондистов, основанная на межкультурной коммуникации традиций восточных и российских видов единоборств в целях повышения эффективности тренировочного процесса.

Выработаны конкретные рекомендации, обеспечивающие успешное применение средств и методов межкультурной коммуникации в тренировочном процессе, помогающие сформировать адекватный современной ситуации имидж достойного представителя родной культуры.

Повышены практические возможности применения тактики тхэквондо в соревновательном поединке за счёт развития оперативно-тактического мышления.

Предлагаемые средства и методы межкультурной коммуникации традиций обучения могут быть использованы для совершенствования техники и тактики в различных видах спортивных ударных единоборств.

Апробация. Основные положения диссертации обсуждались на 11-ой международной научно-практической конференции «Проблемы и перспективы развития образования в России» в г. Новосибирске (2011 г.) и на международной научно-практической конференции «Педагогика: традиции и инновации» в г. Челябинске (2011 г.), а также на заседании «Круглого стола» с международным участием в 2012 году в «Российском государственном университете физической культуры, спорта, менеджмента и туризма» (г. Москва). В 2011 году работа была обсуждена на заседании Российского союза боевых искусств в г. Екатеринбурге. Материалы исследования обсуждались на всероссийских и межрегиональных научно-практических конференциях в г. Тюмени (2008, 2009, 2010 гг.). Работа неоднократно рассматривалась на совместных заседаниях кафедр теоретических основ физического воспитания и спортивных дисциплин Института физической культуры ТюмГУ.

Положения, выносимые на защиту

1. Использование выявленных оснований (исторически общий принцип единства физических и духовных способностей человека, исторически различные принципы построения тактики поединка) межкультурной коммуникации русских и восточных традиций обучения единоборствам предполагает развитие понимания сходства и различия традиций родной и восточной культур, более полное усвоение ценностей, норм, установок, специальной терминологии и смысловой трактовки технико-тактических действий.

2. Развитие и совершенствование технико-тактического мастерства тхэквондистов должно осуществляться на новой основе: интеграции русской

культуры и традиций для построения тактики поединка (преимущественное применение кругового боя по сравнению с линейным и преимущественное использование контрударов по сравнению с атакующими либо защитными действиями) в процесс обучения тхэквондо-WTF путём использования игровых методов с сюжетным содержанием. При этом восточные традиции обучения технике данного единоборства с преобладанием использования двигательных действий ног по сравнению с действиями рук должны быть дополнены применением игрового метода с использованием сюжетов вооружённого боя из русских и восточных произведений путём их проекции на технику спортивного поединка. Также необходимо внедрить в технико-тактическую подготовку такой элемент восточных традиций обучения, как пхумсэ (комплекс формальных упражнений), способствующий развитию эффективного взаимодействия мысли и движения, путём использования игрового метода с сюжетным содержанием, в котором применяются сюжеты из восточных легенд и преданий.

3. Межкультурная коммуникация российских и восточных видов единоборств должна включать специфические способы подготовки:

- историко-культурный (изучение национальных и восточных традиций; нахождение сходства морально-волевого развития; усвоение эстетических норм);
- технико-тактический (ролевые поединки, в которых присутствует взаимосвязь действий героических персонажей и технико-тактических особенностей выполнения ударной техники: использование кратчайшего расстояния до цели, сочетание расслабленного движения с концентрацией в конечной точке, выбор дистанции удара в зависимости от возможностей партнёра).

Структура диссертации: диссертация состоит из введения, трёх глав, заключения, библиографического списка из 215 литературных источников, 3 приложений. В тексте диссертации представлены 24 таблицы.

ОСНОВНОЕ СОДЕРЖАНИЕ ДИССЕРТАЦИИ

Во введении обоснована актуальность исследования и проблемы, обозначены объект, предмет, цель, гипотеза, задачи исследования, определены база и методы исследования, раскрываются научная новизна и теоретическая значимость, выделены положения, выносимые на защиту.

В первой главе «Теоретические основы межкультурной коммуникации восточных и российских единоборств» рассматриваются история развития русских и восточных видов единоборств, современные тенденции развития единоборств в России, а также развитие восточных единоборств и их распространение в странах Запада. На основе *теоретического анализа* научно-методических источников рассмотрены культурно-национальные особенности подготовки в различных видах

единоборств; современные системы подготовки в восточных единоборствах в России; современная система подготовки в тхэквондо-WTF; нормы межкультурной коммуникации традиций обучения в восточных и российских видах единоборств; пути повышения эффективности технико-тактической подготовки.

История боевых искусств насчитывает столько же времени, сколько история человечества, и является неотъемлемой частью его культуры. Наибольшую популярность в мире получили восточные единоборства. Причём иногда российские спортсмены добиваются лучших результатов, чем спортсмены таких стран, как Япония, Китай и Корея, за счёт превосходства в функциональной подготовке.

Возможно, причина в том, что традиционно русские единоборства, как и восточные, включали специфическую подготовку воинов, не вписывающуюся в современные традиционные представления о боевых искусствах, в частности, и физической подготовке вообще (Маслов А.А.). В древности боевая подготовка была неразрывно связана с сознанием, то есть с мыслями человека, так же, как народная медицина, имеющая мало общего с чисто механическим воздействием на организм (Цзи Цзяньиэн). Имеется в виду прежде всего то, что человек состоит не только из физического тела, но есть и духовная составляющая, также поддающаяся различному воздействию и определяющая границы возможностей человека.

В настоящее время в России спортивные единоборства представлены в основном восточными стилями. Принимая во внимание тот факт, что из восточных ударных видов единоборств в программу олимпийских игр включено только тхэквондо-WTF, рассматривать проблемы межкультурной коммуникации актуально на примере данного вида спорта.

Первая проблема заключается в том, что исторически потеряны русские традиции подготовки в единоборствах. Тренировочный процесс в спортивных школах и секциях копирует традиционную восточную методику обучения. Особенно это касается непосредственного обучения технике и тактике единоборства. В развитии общих и специальных физических качеств тренеры зачастую опираются на опыт советской школы различных видов спорта — это легкая и тяжёлая атлетика, гимнастика, игровые виды спорта, а также богатый опыт боксёрской школы. Однако техника и тактика восточных единоборств в рамках существующих международных правил проведения соревнований достаточно специфична. Поэтому процесс обучения технике и тактике, например, в тхэквондо нуждается в адаптации к культурно-национальным особенностям российских спортсменов.

Вторая проблема заключается в том, что при копировании восточных традиций обучения технике и тактике поединка некоторые способы, имеющие принципиальное значение для эффективного обучения, которые традиционно используют на Востоке, в России не применяются.

Третья проблема касается воспитательного процесса, непосредственно влияющего на мотивацию детей к занятиям, а следовательно, определяющая в том числе и эффективность обучения технике и тактике. Дело в том, что тхэквондистам, как правило, навязывается восточный этикет поведения, не связанный непосредственно с обучением данному виду единоборств. При этом мировоззрение спортсменов формируется с самого детства как комплекс противоречий культурных норм и ценностей. Так как восточная культура ассоциируется в данном случае с единоборством, обучение которому должно сделать ребёнка сильнее в прямом и переносном смысле, то и сами восточные нормы и ценности в результате вытесняют и подавляют собственные русские культурные традиции. Согласно модели Дж. Берри, происходит ассимиляция, дети теряют свою культуру и усваивают чужую. В таком случае ученики подсознательно всегда будут воспринимать собственную нацию как более слабую по отношению к чужой, и говорить в этом случае об эффективном использовании духовно-энергетического потенциала для повышения уровня подготовки не приходится.

Нами выявлено историко-культурное сходство восточных и западных видов единоборств (как историческая основа межкультурной коммуникации), которая заключается в единстве физических возможностей человека и духовности (магического, энергетического, нравственного, философского) – того, что связывает мысли и тело и имеет конкретное практическое значение в движениях.

Также выявлено различие между традициями обучения русским и восточным боевым искусствам, которое заключается в степени индивидуализации процесса обучения, что исторически было сильнее выражено в России.

Определены общие для культуры России и Кореи нравственные основания, такие, как честность по отношению к собственным недостаткам и чувство справедливости к другим. При этом мотивация к занятиям у российских спортсменов оказалась более низкой по сравнению со спортсменами Юго-Восточной Азии, что вызвано отсутствием связи тренировочного процесса как с собственной, российской, культурой, так и непониманием некоторых элементов восточной философии ввиду отсутствия их адаптации к российской культуре.

Установлена разница в исторических акцентах технико-тактической подготовки воинов в России и на Востоке, обусловленная национальными различиями в антропологии.

Выявлена причина отставания Российских тхэквондистов в технико-тактическом мастерстве от единоборцев Кореи, Японии, Китая. Она проявляется в меньшем разнообразии тактических схем спарринга, в основном используемых спортсменами, в сочетании с более редким использованием комбинаций, где используются сложные в техническом исполнении удары ногами.

Сейчас на территории России существует большое количество различных школ и направлений боевых искусств, спортивных единоборств, а также разнообразные направления оздоровительной гимнастики. В отдельную группу по своему развитию в современной отечественной практике следует выделить Олимпийскую версию тхэквондо (тхэквондо-WTF). Именно с принятием в программу Олимпийских игр связано столь быстрое распространение и развитие этого вида спорта в нашей стране. Очень быстро в обучении технике и тактике тхэквондо-WTF стала преобладать спортивная направленность. Разнообразная прикладная техника либо не изучается, либо используется для показательных выступлений. В соблюдении культурных традиций остался базовый минимум этикета – значительно меньше, чем, например, в некоторых видах карате.

Для определения состояния подготовки единоборцев в России и в странах Азии мы решили исследовать мнение экспертов по восточным видам единоборств с целью выявления возможностей совершенствования подготовки спортсменов.

Исследование проводилось в городах Екатеринбург, Тюмень, Пышма, Ульяновск, Владимир, Новоуральск, Березовский. В опросе приняли участие 23 тренера, из которых 3 человека – тренеры 2-ой категории, 5 человек – тренеры 1-ой категории и ещё 5 человек – тренеры высшей категории. Кроме этого, 8 спортсменов высокой квалификации; все участники исследования работают в сфере спортивных единоборств, таких как: дзюдо, тхэквондо-WTF, каратэ-W.S.K.F., тайский бокс, кикбоксинг.

Были заданы вопросы, касающиеся сравнительного уровня физической, технической и тактической подготовки спортсменов в России и в странах Азии.

Мы выявили, что взаимосвязь восточных и российских традиций обучения единоборствам не отвечает современным условиям спортивной подготовки. Как считают эксперты, это проявляется в том, что физическая подготовка спортсменов из России лучше, чем у представителей других стран, однако по уровню технико-тактической подготовки преимущество по сравнению с нашими единоборцами имеют спортсмены из Юго-Восточной Азии.

Мы предположили, что для повышения уровня технико-тактической подготовки следует в обучение на начальном этапе внести следующие дополнения:

- уделить внимание культуре и истории единоборств в подготовке спортсменов, исходя из чего можно будет легче осуществлять межкультурную коммуникацию русских и восточных традиций обучения технике и тактике в принципах, методах и средствах подготовки.

- нужно добиваться более гармоничного развития спортсменов, чтобы тактическая и техническая подготовка не отставала от функциональной. Кроме того, возможно внедрение в практику изучения одним спортсменом

нескольких видов единоборств на профессиональном уровне, что вряд ли возможно без планирования начальной и последующей многолетней подготовки.

Во второй главе «Методы и организация исследования» представлены методы исследования и этапы опытно-экспериментальной работы.

Метод наблюдения использовался на всех этапах педагогического эксперимента параллельно с его проведением, при этом цель наблюдения менялась в зависимости от поставленных задач. На первом этапе основной целью применения данного метода было выявление отношения учеников к истории и культуре единоборств. На втором этапе наблюдение осуществлялось с целью определения степени усвоения учениками дополнительного культурно-исторического материала, влияющего на техническую и тактическую подготовку за счёт усвоения и последующего применения принципов ведения поединка в различных ситуациях.

На протяжении эксперимента сравнивалась динамика изменения уровня технико-тактической подготовки и анализировались изменения в культурно-исторических знаниях и мотивации учеников 1-3 годов обучения.

С целью обеспечения условий для успешного проведения эксперимента проводилась разъяснительная работа. Объяснение коллективу федерации тхэквондо г. Тюмени целей, задач и предполагаемых результатов исследования проходило на тренерском совете. Как правило, беседа начиналась в форме лекции, которая затем перетекала в дискуссию с ответами на вопросы. Были затронуты следующие темы: повышение эффективности технико-тактической подготовки методами и средствами межкультурной коммуникации, характеристика содержания ценностных ориентаций спортсмена (тренера) при анализе норм межкультурной коммуникации в восточных и российских видах единоборств. С родителями беседы проводились как на родительских собраниях, так и при личных встречах, при этом раскрывались особенности систем подготовки в различных национальных единоборствах, а также особенности тренировочного процесса, направленного на развитие технико-тактических способностей учеников. Для повышения уровня мотивации учеников к проводимой экспериментальной работе мы использовали ряд приёмов (убеждение, поощрение).

Центральное место в системе методов, используемых в исследовании, занимал *педагогический эксперимент*, который был проведён с целью решения следующих задач:

- определить место, значение и способы межкультурной коммуникации традиций обучения технике и тактике единоборств;
- определить степень влияния использования русских и восточных культурных традиций в процессе обучения на успешность освоения техники и тактики тхэквондо-WTF;

- определить эффективность модифицированной методики технико-тактической подготовки юных тхэквондистов, основанной на коммуникации культурных традиций.

В опытно-экспериментальной работе, которая на протяжении 6 лет состояла из опытно-поисковой работы и, собственно, эксперимента, в общей сложности приняли участие 170 человек, из них 38 составили опытную и контрольную группы.

Межкультурная коммуникация (МК) осуществлялась в процессе применения модифицированной методики обучения технико-тактическим действиям, реализованной на основе учебного пособия «Программа начальной подготовки в тхэквондо-WTF на основе межкультурной коммуникации восточных и российских видов единоборств». Данная программа включает разделы: «история единоборств», «основы обучения двигательным действиям», «основы межкультурной коммуникации», изучение которых способствует формированию нужной морально-психологической атмосферы на занятиях, развитию устойчивого интереса к обучению, повышению уровня технико-тактической подготовки. К средствам межкультурной коммуникации мы относим: расшифрованный комплекс формальных упражнений «пхумсе» и вооруженный бой с изменениями техники и тактики в связи с эволюцией оружия. К методам межкультурной коммуникации – игровой метод с сюжетами русских былин и восточных преданий. К способам – методические приемы использования средств и методов.

Для оценки эффективности модифицированной методики обучения, основанной на интеграции русских и восточных культурных традиций в процесс совершенствования техники тхэквондо и развития оперативно-тактического мышления, применялись разработанные нами тесты, что позволило нам решить следующие задачи:

- определить степень технико-тактической подготовки детей 1-3 годов обучения,

- выявить влияние средств МК в объеме учебной программы на уровень технической и тактической подготовки,

- изучить динамику изменения указанных параметров спортивной тренировки.

Для изучения технической подготовки применялась *экспертная оценка* выполнения учениками различных ударов по неподвижной мишени, а для определения тактической подготовленности использовался специальный тест, состоящий из 19 тактических ситуаций, в сочетании с экспертной оценкой действий каждого ученика экспериментальной и контрольной групп в спарринге. Все тактические ситуации были разделены на три группы в зависимости от заданных условий. Каждое задание моделирует тактическую схему в спарринге, где один условный спортсмен реагирует на определённые действия другого. Сущность заданий состоит в том, что ученику

предлагается выбрать одно из предложенных действий спортсмена Б в ответ на атаку спортсмена А. При проведении теста указанные в нём тактические ситуации демонстрировались ученикам, после чего каждый тестируемый показывал экспертной комиссии свой вариант тактического решения данной ситуации. При достаточном техническом уровне исполнения эксперты оценивали тактическую степень правильности действий, при несоответствующем минимальным требованиям техническом уровне данное действие ученика не оценивалось с точки зрения тактической целесообразности. Тест проводился во время плановых занятий в вечернее время (до 20-00). На обдумывание каждого действия ученикам давалась 1 минута, на выполнение - несколько секунд.

Также было проведено *тестирование* культурно-исторических знаний учеников. Тест состоял из 10 вопросов, касающихся истории и культуры России, Китая, Кореи и Японии. Тестирование проводилось на плановых занятиях в вечернее время (до 20-00). В целом на тест ученикам давалось 20 минут.

В третьей главе «Теоретическое и экспериментальное обоснование методики технико-тактической подготовки юных тхэквондистов на основе межкультурной коммуникации в учебно-тренировочном процессе» представлена модифицированная методика начальной подготовки по тхэквондо-WTF с использованием средств и методов осуществления межкультурной коммуникации, таких как комплекс формальных упражнений «пхумсе», вооружённый бой с изменениями в связи с эволюцией оружия, игровой метод с сюжетами русских былин и восточных преданий, а также результаты экспериментальной работы, которые показали успешность интеграции русских и восточных культурных традиций в процесс совершенствования техники тхэквондо и развития оперативно-тактического мышления учеников на этапе начальной подготовки.

Тхэквондо – это ударный контактный вид восточных единоборств. Особенностью данного стиля является преобладание в технике и тактике боя ударов ногами. Поэтому в тхэквондо особое значение придаётся гибкости, скорости движений, а также скоростно-силовым качествам. Начальная подготовка в этом виде спорта предусматривает развитие общей и специальной гибкости, координации движений, скоростных качеств. На данном этапе ученики осваивают технику и тактику боя с использованием базовых ударов, из которых примерно 80-90 % приходится на разновидности бокового удара ногой.

Опытная работа началась в 2006 году, и 170 юных спортсменов находились под нашим наблюдением. Изучались способы использования культурных традиций восточных боевых искусств в учебно-тренировочный процесс, велся поиск общих культурных оснований техники и тактики боя, анализировались условия организации тренировочного процесса. Это позволило нам модифицировать традиционную методику тренировки

тхэквондистов на начальном этапе обучения и организовать опытно-экспериментальную работу с целью проверки предположения о совершенствовании технико-тактической подготовки юных тхэквондистов на основе межкультурной коммуникации традиций восточных и российских видов единоборств.

Общая физическая подготовка проводилась по традиционной методике, принятой в данном виде спорта. Упражнения на развитие специальных физических качеств также применялись согласно этой методике.

Новшества модифицированной методики заключались:

- во введении курса истории единоборств, способствующего лучшему пониманию техники и тактики единоборств путём изучения принципов изменения техники и тактики вооруженного боя в связи с эволюцией оружия на протяжении различных исторических эпох, а также изучения традиций обучения единоборствам в разных странах;

- включении комплексов формальных упражнений – «пхумсе» в программу спарринговой подготовки как элемента восточных традиций обучения, способствующих развитию эффективного взаимодействия мысли и движения путём применения игрового метода с сюжетами восточных легенд;

- использовании модифицированной методики обучения двигательным действиям с применением игрового метода с сюжетным содержанием: при выполнении специальных упражнений дети играют роль сказочных персонажей, при этом тренер связывает их образы с технико-тактическими особенностями выполнения ударов в тхэквондо (то есть соотношение скоростной, амплитудной и силовой характеристики каждого вида удара), что позволяет ученикам лучше усваивать основные принципы ударной техники, такие как приоритетное использование кратчайшего расстояния до цели, сочетание расслабленного движения с концентрацией в конечной точке, выбор дистанции удара в зависимости от возможностей партнёра;

- изучении произведений народного творчества России и Востока, направленного на создание нужной морально-психологической атмосферы на занятиях, столь необходимой при изучении любых единоборств, а также на формирование устойчивого интереса к занятиям, – как следствие, для повышения эффективности тренировок.

В обучении тхэквондо так же, как другим единоборствам, очень важно воспитать юных спортсменов, способных переносить трудности, связанные с физическими и психологическими нагрузками, а также периодически возникающими у каждого из них спортивными неудачами. В данном разделе изучаются русские и восточные культурные ценности, актуальные в спортивной деятельности. Дети должны использовать традиционно принятые в российском обществе принципы справедливости и честности как по отношению к себе, так и к другим спортсменам, при этом они должны понимать значение восточных культурных ценностей, проявляющихся в виде специальной формы для занятий единоборствами и цвете пояса в

зависимости от уровня подготовки. Всё это в сумме способствует концентрации внимания на процессе обучения и развивает чувство уверенности в собственных силах.

В традиционных методиках уделяется внимание исключительно физическому развитию и общему воспитанию личности. Однако теория и практика единоборств предъявляют к личности человека высокие требования не только в области физического развития, но также и в области аналитического и оперативного мышления, к способности концентрировать внимание и к устойчивости нервной системы к нагрузкам различного характера, таким как физическое утомление и психологическое напряжение, неизбежные в тренировочном процессе, а также раздражающие факторы, вызванные действиями других учеников в спортивном коллективе. Само по себе использование техники и тактики единоборств на достаточно качественном уровне невозможно без тесного взаимодействия умственных и физических способностей. Следовательно, для обеспечения высокой эффективности тренировочного процесса, необходимо развивать способности учеников к прикладному технико-тактическому мышлению. Также необходимо отметить, что ошибки в исполнении приёмов, появляющиеся, как правило, на стадии начальной подготовки, впоследствии очень трудно исправить, так как данный алгоритм движений уже доведён до автоматизма. Так как традиционные методики не предполагают на стадии начальной подготовки развитие технико-тактического мышления, то любой ребёнок в той или иной степени неправильно выполняет технические действия со всеми вытекающими последствиями. Исходя из вышеперечисленного, мы применили в нашей методике методы и средства межкультурной коммуникации, направленные на развитие эффективного взаимодействия умственных и физических способностей с целью более высокого качества обучения технике и тактике тхэквондо-WTF.

В традиционной методике отбор в группы происходит, основываясь на тестировании физических качеств. Уровень интеллекта, желание тренироваться никак не влияют на формирование спортивного коллектива. Из-за этого уже на стадии начальной подготовки возникают противоречия, конфликты между детьми по причинам непонимания и разной мотивации. В результате общая эффективность тренировки снижается. Для того, чтобы повысить эффективность обучения технике тхэквондо, при отборе в группы мы применили такие критерии, как правильность выполнения базовых элементов и уровень мотивации на занятиях. В традиционных программах по тхэквондо-WTF на данный момент отсутствует рекомендованная для спортивных школ методика обучения техническим действиям, которая учитывала бы национальные особенности тхэквондистов. В этом вопросе каждый тренер опирается, прежде всего, на собственный опыт. Наша методика обучения техническим действиям базируется на том, что технические элементы единоборства являются логичным продолжением

основных двигательных действий, таких как бег, прыжки, кувырки, преодоление препятствий, сопротивление действиям партнёра, и при этом учитывает национальные антропологические и психологические особенности детей. Для объяснения основных принципов выполнения технических действий мы использовали методы и средства межкультурной коммуникации (преподавание теоретического материала о национальных особенностях техники единоборств на протяжении эпохи средневековья, материал русских и восточных народных сказок и былин) через игровой метод с сюжетным содержанием, а также, используя соревновательный метод для закрепления технических навыков.

Теоретическая часть опытной методики включала темы: «Пути развития единоборств средневековья в разных частях света», «Прикладной характер рукопашного поединка», «Основные разновидности тактики применения различных типов холодного оружия в средние века», «Сравнение базовой техники средневекового фехтования с базовой техникой современных спортивных единоборств», «Основные причины, вызывающие появление существенной разницы не только в тактике, но и в некоторых основах техники единоборств прошлого и настоящего». Приобретаемые теоретические знания закреплялись непосредственно в процессе обучения двигательным действиям.

Практическая часть опытной методики включала в себя обучение технико-тактическим действиям после начального курса упражнений (1-2 месяца), состоящего из основных двигательных действий. При этом использовался игровой метод: тхэквондисты подражали историческим персонажам из народных сказок. Также игровой метод применялся в обучении комбинациям ударов, при этом использовались различные предметы, имитирующие оружие средневековья (мечи и щиты), были даны условные ограничения на применяемые удары, вначале дети использовали одиночные удары, затем переходили к комбинациям. Данный способ помогает понять важность непрерывности выполняемой комбинации.

После освоения данных элементов в программу тренировки были включены специальные упражнения, направленные на более глубокое усвоение техники одиночных ударов. Суть упражнений заключалась в стимулировании спортсменов выполнить одиночный удар с максимальной скоростью и концентрацией по требованию, при этом перед выполнением упражнений детям объясняли преимущества и недостатки одиночных ударов, используя примеры из народного творчества России и Востока. На начальном этапе команду на выполнение каждого удара давал тренер, как только дети начинали стабильно выполнять удар с максимальной для себя скоростью и технически достаточно правильно, упражнение приобретало другой характер: момент для нанесения удара ребёнок выбирал сам, исходя из меняющейся ситуации по ходу выполнения упражнения, варианты развития которой заранее были озвучены тренером. После того, как дети стали

правильно выполнять один тип удара, начиналось изучение других ударов (руками и ногами), соблюдая такую же последовательность.

При развитии *оперативно-тактического мышления* основное внимание уделялось совершенствованию способности спортсменов создавать в спарринге возможности для точного попадания по цели, поэтому после усвоения комбинаций подготовка акцентировалась на переходе от серии ударов к одному концентрированному удару. В обучении использовались длинные предметы, когда один из партнёров вынуждал другого держаться на более длинной дистанции, чем в спарринге, а тот должен был попадать в цель, используя удары ногами. Данный способ тренировки позволяет выработать оптимальные переходы от одного удара к другому, используя различные виды передвижений. Для оптимального эмоционального настроя партнёр, использующий длинный предмет, играет роль отрицательного мистического персонажа, при этом одно его попадание предметом (не считая рук и ног) приравнивается к поражению соперника. Напротив, его напарник, использующий только удары ногами, играет роль положительного героя с обычными, «человеческими» способностями, выиграть он может только в том случае, если точно попадёт в определённое, условленное место. Данную игру постепенно усложняли, направление желаемого точного удара менялось от точек на туловище до целей на голове партнёра. Изменялась номенклатура разрешённых ударов; использовалась защитная амуниция на обоих спортсменах. На самом сложном этапе тхэквондист мог использовать только такие удары, как удар ногой сверху вниз в верхний уровень, боковой удар ногой в верхний уровень с разворотом на 180 градусов.

Теоретические знания о русском и восточном народном творчестве использовались непосредственно в процессе обучения двигательным действиям, они являлись смысловой и мотивационной основой специальных упражнений с применением игрового метода с сюжетным содержанием. Также они закреплялись после тренировочного занятия в течение 15 минут теоретического курса, во время этого курса после каждой тренировки давалось домашнее задание познакомиться с каким-либо литературным произведением, сюжеты из которого планировались к использованию на следующей тренировке.

Исходя из содержания модифицированной методики, мы разработали опорные точки для проектирования учебно-тренировочного процесса:

- использование отдельных связок и упражнений из комплекса формальных упражнений «пхумсе», способствующих развитию эффективного взаимодействия мысли и движения;
- применение игрового метода со сходными сюжетами русских и восточных произведений народного творчества, связанных с боевыми искусствами (для формирования ценностно-смысловой основы действия);
- в ударной технике: преимущественные удары ногами, применение кругового боя, использование контрударов.

В заключении многолетней опытной работы для проверки ее результатов был организован педагогически эксперимент, в котором приняли участие две группы: экспериментальная в количестве 19 человек и контрольная - 19 человек. Весь состав экспериментальной и контрольной групп представлен спортсменами начальной подготовки (1-3 год обучения).

На первом году обучения (2008 год) контрольная и экспериментальная группы занимались по одинаковой, традиционной, методике, так как оценить на начальном этапе эксперимента культурно-исторические знания, техническую и тактическую подготовку детей возможно только после 1 года обучения. На втором и третьем году обучения (2009-2010гг.) экспериментальная группа занималась по модифицированной методике, контрольная группа занималась по традиционной. Таким образом, продолжительность экспериментальной работы составила 3 года.

На протяжении трех лет у юных тхэквондистов постоянно отмечался рост уровня физической подготовленности по основным видам общефизических упражнений: челночный бег, прыжок в длину с места, сгибание и разгибание рук в упоре лежа, приседания. Ни один человек не был отстранен от тренировок в результате медицинских обследований во врачебно-физкультурном диспансере.

В результате применения модифицированной методики в обучении юных тхэквондистов мы наблюдаем существенное повышение уровня культурно-исторических знаний детей после 2-3 лет обучения. Данный показатель влияет на уровень сформированности мотива к занятиям, способствует правильной самооценке спортсменов, помогает определить им конечную цель на определённом этапе обучения. Также культурно-исторические знания в области единоборств способствуют пониманию истинного смысла различных элементов техники тхэквондо (табл. 1). Уровень культурно-исторических знаний был определён с помощью письменного теста, состоящего из 10 вопросов о культуре России, Кореи, Китая и Японии. Максимальная оценка – 50 баллов.

Таблица 1

Результаты тестирования культурно-исторических знаний учеников на всех этапах эксперимента (в баллах)

	Результаты экспериментальной группы (n=19, в баллах). Среднее значение	Результаты контрольной группы (n=19, в баллах). Среднее значение	Достоверность различий
Начало эксперимента (после 1 г. обучения)	21,34	23,62	T=1.29 p>0.05
Промежуточный этап (после 2 лет обучения)	35,43	26,98	T=4.77 P<0.05

Заключительный этап эксперимента (после 3 лет обучения)	47,07	27,30	T=11.19 P<0.05
---	-------	-------	-------------------

Применение средств и методов межкультурной коммуникации в обучении двигательным действиям привело к повышению уровня исполнения технических элементов (в данном случае – ударов) юными спортсменами экспериментальной группы, что существенно расширяет практические возможности применения тактики тхэквондо в соревновательном поединке.

Сравнение технического уровня выполнения ударов в экспериментальной и контрольной группах в конце экспериментальной работы выявило, что экспериментальная группа имеет большое преимущество перед контрольной в исполнении некоторых сложных ударов. При том что время обучения этим ударам, в силу их специфического применения, ограничено как в традиционной, так и в модифицированной методиках.

При изучении истории единоборств совместно с усвоением культурных традиций, дети намного быстрее адаптируются к нестандартным двигательным действиям, что существенно расширяет арсенал применяемых приёмов единоборства - табл. 2. Уровень выполнения технических элементов был определён с помощью экспертной оценки выполнения данных ударов по неподвижной мишени, учитывались точность, траектория, концентрация и равновесие; максимальная оценка – 57 баллов.

Таблица 2

**Результаты тестирования технических элементов для учеников третьего года обучения
(завершающий этап эксперимента, в баллах)**

Тип технического действия	Результаты в баллах				Достоверность различий
	Экспериментальная группа, n=19	Среднее значение	Контрольная группа, n=19	Среднее значение	
А+Б+В+Г+Д+Е	528	27.80	309	16.26	T=31.19 P<0.05
боковой удар ногой в средний уровень с разворотом на 360 градусов, выполняемый с предварительным шагом вперёд	137	7.21	113	5.94	T=3.43 P<0.05
боковой удар ногой в средний уровень с разворотом на 360 градусов, выполняемый без шага, вращение начинается с места	127	6.66	71	3.73	T=7.92 P<0.05

Боковой удар ногой в верхний уровень с разворотом на 180 градусов	160	8.44	116	6.12	T=6.27 P<0.05
A+B+B+Г+Д+E+Ж+З+И	947	49.84	609	32.05	T=48.08 P<0.05

Условные обозначения:

прямой удар рукой в средний уровень (А); прямой удар ногой в средний уровень (В); боковой удар ногой в средний уровень (В); боковой удар ногой в верхний уровень (Г); удар ногой с разворота в средний уровень (Д); удар ногой сверху вниз в верхний уровень (Е); боковой удар ногой в средний уровень с разворотом на 540 градусов (Ж); боковой удар ногой в средний уровень с разворотом на 360 градусов (З); боковой удар ногой в верхний уровень с разворотом на 180 градусов (И).

Применение средств и методов межкультурной коммуникации в обучении тактике единоборства привело к повышению уровня оперативно-тактического мышления детей в поединке (спортивном спарринге), определённого экспертами с помощью специально разработанного теста (результаты в баллах), что способствовало более полному использованию физических способностей и технических навыков спортсменов.

Сравнение уровня оперативно-тактического мышления спортсменов в экспериментальной и контрольной группах после экспериментальной работы показало, что самое большое преимущество у экспериментальной группы, по сравнению с контрольной, наблюдается при применении спортсменами контрударов. Это происходит благодаря наличию в модифицированной методике специальных упражнений по обучению двигательным действиям, последовательность преподавания которых, в сочетании с использованием игровых и соревновательных методов обучения, обеспечивает правильное усвоение техники и динамики удара, что необходимо для выработки чувства дистанции. Именно данный показатель является первоочередным для успешного применения контрударов в тактике единоборств. Выполнение контрударов является наиболее сложным в единоборствах, в то же время освоение этой тактики совершенно необходимо, если тхэквондист желает перейти от уровня начальной подготовки к более высоким ступеням мастерства.

При оценке оперативно-тактического мышления нами учитывалась степень правильности варианта ответа следующим образом: первые 12 вопросов (табл.3) оценивались по пятибалльной системе, в зависимости от типа каждой конкретной тактической ситуации, в соответствии с кинематическими характеристиками человеческого организма, основываясь на технике и тактике тхэквондо-WTF как стиля единоборств, а также учитывая правила олимпийского спарринга по данному виду спорта, за каждый вариант ответа предусмотрена оценка в баллах (только целые числа). При этом возможность начисления максимальной оценки рассматривается в том случае, если данный вариант ответа в конкретном вопросе

предусматривает полную защиту от действий атакующего спортсмена А при минимальных физических затратах обороняющегося спортсмена Б. Вторые 7 вопросов (табл.4) оцениваются также по пятибалльной системе, созданы с условиями выбора не только защиты, как в первой части, но и контратаки, максимальная оценка предусматривает полную защиту от действий атакующего спортсмена А, и, если есть возможность в конкретной рассмотренной ситуации (индивидуально по каждому варианту ответа), успешную контратаку спортсменом Б спортсмена А при минимальных физических затратах обороняющегося спортсмена Б. Итого по таблице 3 максимально возможная оценка каждого ребёнка – 60 баллов, по таблице 4 максимальная оценка – 35 баллов.

Таблица 3

**Результаты тестирования оперативно-тактического мышления
учеников на 3 году обучения
(заключительный этап эксперимента, в баллах)**

N=19	Результаты экспериментальной группы (в баллах)	N=19	Результаты контрольной группы (в баллах)	Достоверность различий
сумма	1023	Сумма	821	T=6.01
среднее	53,84	Среднее	43,21	P<0.05

Таблица 4

**Результаты тестирования оперативно-тактического мышления
учеников на 3 году обучения
(заключительный этап эксперимента, в баллах,
вопросы повышенной сложности)**

N=19	Результаты экспериментальной группы (в баллах)	N=19	Результаты контрольной группы (в баллах)	Достоверность различий
сумма	545	Сумма	299	T=7.32
среднее	28,68	Среднее	15,74	P<0.05

Таким образом, выдвинутая гипотеза подтвердилась в процессе экспериментальной работы, поставленные задачи полностью решены, цель достигнута, что позволило сформулировать следующие **выводы**.

1. Анализ состояния проблемы подготовки спортсменов, изучающих восточные единоборства в РФ, показал, что в процессе тренировки не используются благоприятные возможности русской культуры и традиций для более эффективного обучения; зачастую оказываются невостребованными достоинства восточного подхода к занятиям единоборствами. При изучении

русских и восточных традиций обучения единоборствам было выявлено сходство в позиционировании единоборств как неотъемлемого элемента культуры в сознании общества, вызванного исторической необходимостью и традиционно благоприятными условиями для изучения единоборств на высоком профессиональном уровне. На Востоке так же, как и в России, единоборства являются важным элементом воспитания личности.

Имеющиеся различия, в принципиальной схеме организации тренировочного процесса обусловлены особенностями национальных менталитетов. В России традиционно практиковали изучение единоборств в каждой семье с большой степенью индивидуальности обучения. На Востоке же были распространены специализированные школы, где обучение осуществлялось по единой для всех обучающихся методике.

Выявлены различия и в тактике ведения боя в средние века в России и на Востоке. Среди приоритетной тактики рукопашных поединков на первом месте у русских воинов было применение ударов, захватов и блоков руками в сочетании с круговыми перемещениями, а также контрударов. На Востоке первоочередное развитие получила тактика линейного рукопашного поединка со значительным использованием ударной техники ног, особенно в качестве самостоятельных атакующих тактических комбинаций.

Вскрытые в процессе исследования достоинства в подготовке спортсменов в России и на Востоке делают необходимым изучение и использование русских и восточных культурных традиций, моральных норм и духовных ценностей, особенно на этапе начальной подготовки. При этом важно учитывать особенности российского менталитета и в большей степени применять индивидуальный подход в совершенствовании технико-тактического мастерства спортсменов. В обучении тактике российских спортсменов необходимо делать упор на применении контрударов ногами в сочетании с круговыми перемещениями.

2. В обучении техническим элементам необходимо использовать средства и методы межкультурной коммуникации (игровой метод с сюжетным содержанием, в котором при изучении техники дети сравнивают свои способности с преимуществами и недостатками персонажей из произведений народного творчества), так как в этом случае существенно повышается уровень выполнения приёмов единоборства, следовательно, расширяются практические возможности применения тактики тхэквондо в соревновательном поединке. При использовании средств и методов межкультурной коммуникации юный спортсмен намного быстрее адаптируется к нестандартным двигательным действиям, что существенно расширяет арсенал применяемых приёмов единоборства в спортивной практике.

3. Учёт национальных достоинств и различий в обучении юных спортсменов тактике ведения боя приводит к повышению уровня оперативно-тактического мышления тхэквондистов в поединке (спортивном

спарринге), более полному использованию физических способностей и технических навыков спортсменов, лучшему развитию чувства дистанции, успешному применению контрударов, использование которых является наиболее оправданным типом приёмов в тхэквондо-WTF для российских спортсменов, учитывая наши национальные особенности.

По теме диссертации опубликованы следующие работы:

Публикации в рецензируемых научных журналах и изданиях

1. Южаков Д.П. Особенности технических действий восточных ударных единоборств, развивающихся в России, в контексте межкультурной коммуникации // Теория и практика физической культуры, 2010. № 2. С. 75-77.

2. Южаков Д.П. Обучение тактике в тхэквондо - WTF на этапе начальной подготовки с использованием средств и методов межкультурной коммуникации // Ученые записки университета имени П.Ф.Лесгафта, 2011. № 7 (77). С. 176-178.

Материалы научно-практических конференций

3. Южаков Д.П. Исторические основы развития русских и восточных единоборств // Здоровье нации – наша забота: материалы 2-ой региональной научно-практической конференции студентов и аспирантов. - Тюмень: изд-во «Вектор Бук», 2008. С. 84-88.

4. Южаков Д.П. Характеристика содержания ценностных ориентаций спортсмена (тренера) при анализе норм межкультурной коммуникации в восточных и российских видах единоборств // материалы научно-практической конференции. - Тюмень: изд-во «Вектор Бук», 2010. С. 116-121.

5. Южаков Д.П. Особенности формирования межкультурной коммуникации при обучении тактике в тхэквондо - WTF на этапе начальной подготовки // Здоровье нации – наша забота: материалы 5-ой региональной научно-практической конференции студентов, магистрантов и аспирантов. - Тюмень: изд-во «Вектор Бук», 2011. С. 118-121.

6. Южаков Д.П. Методика формирования культурно-исторических знаний юных тхэквондистов // Проблемы и перспективы развития образования в России: материалы 11-ой международной научно-практической конференции. - Новосибирск: изд-во НГТУ, 2011. С. 314-317.

7. Южаков Д.П. Обучение технике в тхэквондо - WTF на этапе начальной подготовки с использованием средств и методов межкультурной коммуникации // Педагогика: традиции и инновации: материалы международной научной конференции. - Челябинск: изд-во «Два комсомольца», 2011. С. 19-21.

8. Южаков Д.П. Использование средств и методов межкультурной коммуникации в обучении контрударам в тхэквондо - WTF на этапе начальной подготовки // Проблемы совершенствования физической культуры, спорта и олимпизма: материалы всероссийской научно-практической конференции молодых учёных, аспирантов, магистрантов, соискателей и студентов. - Омск: изд-во СибГУФК, 2011. С. 190-195.

9. Южаков Д.П. Теоретические основы формирования межкультурной коммуникации восточных и российских единоборств // Научно-методические материалы и доклады «Круглого стола» с международным участием. - Москва: изд-во «Физическая культура», 2012. С. 66-68.

Учебные пособия

10. Южаков Д.П. Программа начальной подготовки в тхэквондо-WTF на основе межкультурной коммуникации восточных и российских видов единоборств: учебное пособие / Авт. - сост. Д.П. Южаков. - Тюмень: изд-во «Печатник», 2010. 25 с.