



<http://dx.doi.org/10.26787/nydha-2226-7417-2018-20-3-4-9>

УДК.37.01

## К ВОПРОСУ О ФОРМИРОВАНИИ НРАВСТВЕННЫХ АСПЕКТОВ ЛИЧНОСТИ ПОДРОСТКОВ 12-14 ЛЕТ СРЕДСТВАМИ АЙКИДО

Горбунова<sup>1</sup> О.В., Гудков<sup>1</sup> Ю.Э., Аленин<sup>2</sup> А.А.

<sup>1</sup>ФГАОУ ВО «Дальневосточный Федеральный университет», г. Владивосток, Российская федерация

<sup>2</sup>МОО «Дальневосточная Федерация Айкидо Айкикай», г. Владивосток, Российская федерация

**Аннотация.** В статье дается педагогическое обоснование организационных действий в процессе проектирования и реализации комплекса мероприятий, развивающих нравственные основы у подростков 12-14 лет, средствами Айкидо. Сформулированы актуальность и задачи исследования, его этапы. Даются теоретические обобщения по результатам литературного анализа.

**Ключевые слова:** нравственные основы, подростки 12-14 лет, айкидо, средства айкидо.

Современный период в российской истории и образовании — время смены ценностных ориентиров. В 90-е гг. прошлого столетия в России произошли как важные позитивные перемены, так и негативные явления, неизбежные в период крупных социально-политических изменений. Эти явления оказали отрицательное влияние на общественную нравственность, гражданское самосознание, на отношение людей к обществу, государству, закону и труду, на отношение человека к человеку [1].

Следуя «Концепции духовно-нравственного развития и воспитания личности гражданина России согласимся, что ценности личности формируются в семье, неформальных сообществах, трудовых, армейских и других коллективах, в сфере массовой информации, искусства, отдыха и т. д. Но наиболее системно, последовательно и глубоко духовно-нравственное развитие и воспитание личности происходит в сфере общего образования, где развитие и воспитание обеспечено всем укладом школьной жизни [1].

Как отметила в своей работе Вычикова О.П. «Бороться с этим негативным воздействием необходимо всем, особенно тем, кто имеет возможность оказывать непосредственное воздействие на подрастающее поколение - учителям, психологам, воспитателям» [2]. Нравственные нормы общественной жизни должны найти свое воплощение в опыте растущего человека уже с ранних лет. «Перестройка потребностей и побуждений, переоценка ценностей, — утверждал Л. С. Выготский, — есть основной момент при переходе от возраста к возрасту» [3].

Ребёнок школьного возраста наиболее восприимчив к эмоционально-ценностному, духовно-нравственному развитию, гражданскому воспитанию. В то же время недостатки развития и воспитания в этот период жизни трудно восполнить в последующие годы. Пережитое и усвоенное в детстве отличается большой психологической устойчивостью. При этом особое значение имеют следующие друг за другом переходы от



детства к подростковому возрасту, а затем к юности [1].

Изучением духовно – нравственного развития и воспитания детей занимались А.С. Макаренко, В.А. Сухомлинский и др. В их трудах описаны полно и глубоко методы нравственного воспитания детей. Нравственное воспитание в школе должно быть ориентировано на требования нашей жизни не только в настоящем, но и в будущем. Уже с детства следует воспитывать нетерпимое отношение к несправедливости, нечестности, к отрицательным качествам и поступкам, которые мешают строить новое общество.

Необходимость нравственного воспитания детей обусловлена несколькими причинами. Во-первых, дети не рождаются нравственными или безнравственными. Они становятся такими в процессе целенаправленного воспитания. Во-вторых, для освоения нравственного опыта, дети нуждаются в постоянной помощи взрослых, педагогов, уже владеющих этим опытом. Личный опыт детей весьма узок, ограничен. Отсюда необходимость в систематическом воспитании, направленном на формирование положительных моральных качеств и на преодоление отрицательных. Любые качества личности, уровень ее интеллектуального развития, физическое совершенство, сила воли имеют положительный социальный смысл лишь в сочетании с нравственным развитием личности. В контексте сказанного намечается актуальность исследования:

- недостаточное внимание к нравственному развитию детей в процессе образования (как дошкольного, так и школьного);

- родители все больше времени тратят на решение своих проблем и удовлетворение своих потребностей, уделяя время своим детям по остаточному принципу;

- дети и подростки большую часть времени проводят в социальных сетях, чаще всего без контроля старших.

Следствием вышеозначенных явлений принято считать различные формы диванного поведения детей, переходящие в детскую и подростковую преступность. Несмотря на достаточно дей-

ственный опыт общественно-педагогических институтов и глубокую социально-психологическую практику коррекции отклоняющегося поведения, сегодня, пока еще недостаточно внимание уделяется нетрадиционным практикам формирования человеческой природы. В частности, речь идет о педагогическом потенциале Айкидо, как системе телесного и духовного совершенствования личности.

Вышеизложенное является проблемой исследования, где в качестве объекта выступает физическое воспитание подростков средствами Айкидо.

Предмет исследования – процесс формирования нравственных аспектов личности подростков 12-14 лет средствами Айкидо.

Цель исследования – обосновать влияние средств Айкидо на формирования нравственных аспектов личности подростков 12-14 лет.

Гипотеза – предполагается, что в результате исследования будут уточнены и конкретизированы особенности формирования нравственных аспектов личности подростков 12-14 лет средствами айкидо.

Далее перечислим задачи исследования:

1) Определить степень изученности проблемы нравственного воспитания подростков средствами Восточных боевых искусств;

2) Разработать занятия с использованием средств айкидо, направленные на формирование нравственных основ личности подростков;

3) Обнаружить особенности положительного влияния средств айкидо на формирование нравственных основ личности подростков.

В настоящее время данная работа находится на завершении первого этапа исследования, что уже позволяет сделать следующие теоретические обобщения.

Во-первых, на сегодняшний день мы имеем вполне четкую и позитивную социально-педагогическую доктрину общегосударственного и общенационального формата: «Важнейшая цель современного образования и одна из приоритетных задач общества и государства — воспитание нравственного, ответственного, инициативного и компетентного гражданина России» [4, с.12]. В этой





связи процесс образования должен пониматься не только как процесс усвоения системы знаний, умений и компетенций, составляющих инструментальную основу учебной деятельности учащегося, но и как процесс развития личности, принятия духовно-нравственных, социальных, семейных и других ценностей. Поэтому воспитание в школе не должно быть оторвано от процесса образования, усвоения знаний, умений и навыков, а, напротив, должно быть органично включено в него. Что, прямым образом согласуется с содержанием обязательных требований к современному российскому образованию которые отвечают за аспекты духовно-нравственного развития и воспитания, а именно:

- развитие морального сознания и компетентности в решении моральных проблем на основе личностного выбора, формирование нравственных чувств и нравственного поведения, осознанного и ответственного отношения к собственным поступкам;

- формирование коммуникативной компетентности в общении и сотрудничестве со сверстниками, детьми старшего и младшего возраста, взрослыми в процессе образовательной, общественно полезной, учебно-исследовательской, творческой и других видов деятельности [5, с. 6]. Все вышесказанное как нельзя лучше отражает актуальность исследования.

Далее, стоит отметить, что в современной педагогической науке на тему нравственности нет однозначных определений, несмотря на то, что представления о нравственном воспитании достаточно разработаны. Также, не в полной мере используется социально-педагогический арсенал изотерических практик, и бесценный воспитательный потенциал Восточных боевых искусств. Соглашаясь с А.Д. Чехониным можно утверждать, что физическая культура может быть не только «инструментом» и функциональной базой здоровьесбережения человечества, но и осмысленной практикой развития духовно-нравственных основ жизнедеятельности. Восточные единоборства в большинстве своем сочетают в себе эти два начала, необходимые для развития личности

в физическом и духовно-нравственном направлении [6]. И далее автор подчеркивает, что одним из наиболее интересных и популярных на сегодняшний день видов восточных единоборств является айкидо. Специфика данного единоборства заключается не только в изначальной, имманентно присутствующей в практике айкидо философии саморазвития и ненасилия, но и в невозможности эффективного двигательного развития без духовно-нравственного самосозидания, поскольку техника айкидо представляет собой особый идеомоторный конструкт, проявляющий философскую составляющую непосредственно в движении [6].

Принято считать, что эффективным путем формирования привычек является педагогически продуманная жизнь ребенка. В школьной жизни, целесообразно организованной педагогом, многие полезные привычки поведения формируются незаметно для самих школьников. В Айкидо для этой цели используются различные ритуалы.

В подростковом возрасте доминирующими становятся саморегуляция, самоутверждение и самовоспитание. Занятия Айкидо создают такие возможности, так как способствуют не только развитию чувства уверенности в себе, в значительной мере обусловленного сознанием власти над движениями своего тела, но и повышают самооценку и развивают интеллект.

Исторический и теоретический анализ различных видов единоборств позволяет выявить специфику айкидо как практики, ориентированной на духовно-нравственное воспитание человека в гармоничном сочетании с укреплением здоровья и приобретением навыков самозащиты [7, 8]. Однако долгое время айкидо было покрыто завесой тайны и доступно только узкому кругу посвященных. Социально-политическая обстановка в годы после рождения айкидо оказала значительное влияние на развитие этого боевого искусства. Морихэй Уэсиба распространял айкидо в основном среди очень ограниченного круга интеллектуалов и высокопоставленных лиц и никогда не предлагал сделать его достоянием масс. Послевоенные изменения привели к перестройке управления и политики айкидо. В 1948 г. правительство в лице Министерства просвещения Японии формально





признало новую организацию – Общество Айкикай – как единственную официальную, государственную организацию, занимающуюся развитием искусства айкидо. Примерно к 1955 г. организационная перестройка управления и политики айкидо в Японии завершилась. Об айкидо узнала вся страна. С начала шестидесятых годов стали создаваться университетские организации айкидо. В 1976 г. была создана Всеяпонская Ассоциация Айкидо. В 1984 г. Около 200 японских университетов имело клубы айкидо, учителей в которые присылало непосредственно Общество Айкикай [9]. В России айкидо появилось в конце 1982 – начале 1983-х годов, когда группа энтузиастов из МГУ им. М. В. Ломоносова под руководством г-на Оно Хироси (стажера русского языка филологического факультета) в течение 8 месяцев познакомились с айкидо. После его отъезда на родину занятия не прекратились, и в 1983 г. при спортклубе МГУ была официально открыта экспериментальная секция айкидо. К 1985 г. в ней занимались около 60 человек. Весной 1989 г. Оносан снова приехал в Москву. На этот раз его визит был непродолжительный, но он смог уделить время секции айкидо и провел несколько тренировок. В ноябре этого же года Всемирный Центр Айкидо признал клуб айкидо МГУ в качестве своего филиала [10]. С этого времени айкидо стремительно набирала популярность по всей России. В том числе и в Приморском крае.

Боевое искусство айкидо объединило в уникальную систему физического и духовного совершенствования все практические приемы самозащиты, искусства фехтования на мечях и копьях, Дзю-дзюцу (переводится как мягкая, податливая техника, возникшая в XVI веке), Айки-дзюцу и другие более древние виды боевых искусств [11]. В основу тактики айкидо положено умение уступить натиску соперника до момента попадания его в «ловушку». Затем его же действия использовались против него самого по принципу «податься, чтобы победить». Данная тактика применялась в Дзю-дзюцу [12].

Тренировки айкидо включают в себя физическое воспитание (тай-ику), воспитание личности

(ки-ику), моральное воспитание (току-ику) и духовное воспитание (ти-ику). Практика включает в себя не только занятия в додзе (зале для тренировок), но и наблюдение, усваивание и интерпретацию жизненного материала. Все это гармонично развивает и совершенствует как физические качества и способности, двигательные умения и навыки, так и воспитывает личностные качества занимающегося, позволяя адепту развить в себе гармоничное восприятие окружающего мира. Улучшение состояния здоровья занимающегося, повышение иммунитета и способности организма сопротивляться заболеваниям вследствие развития кровеносной и дыхательной систем является одними из важнейших результатов регулярных занятий боевым искусством [13, с. 25].

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. К этому стоит добавить, что само понятие айкидо трактуется как метод или путь (в японской транскрипции – «до») достижения гармонии («ай»), умственной энергии или духа («ки»). Следовательно, айкидо является не просто методикой самозащиты, но и гуманистическим способом укрепления духа и тела, слияния интеллектуальных и физических возможностей человека. Занятия айкидо обогащают личность эмоционально и духовно, развивают физически, обучают самоконтролю своего поведения, развивают способность оценивать личные достижения, гармонизируют человека.





Авторы так же отмечают, что Айкидо - это не только система самозащиты, которую можно применять против любого нападения, но и - на высшем уровне - наука координации, путь гармонизации всех жизненных сил человека. Это боевое искусство ставит своей целью исключительно нейтрализацию агрессии с причинением нападающему по возможности меньшего вреда. С практической точки зрения айкидо представляет собой синтез многих традиционных японских боевых искусств будо (путь воина), и является законченной действенной системой приёмов самозащиты. Однако оно также может служить прекрасно составленным (на «языке тела») учебником, проповедующим физические, моральные, философские и другие воспитательные основы, и ценности. В него заложены и динамичные формы медитации, которые айкидоки (люди, занимающиеся айкидо) используют с целью развития и восстановления физических и духовных сил [13, с. 15].

В завершение сформулируем практическую значимость исследования, результаты которого могут быть использованы во внеурочной работе по физическому воспитанию подростков общеобразовательных школ г. Владивостока, в формате Федеральных образовательных стандартов третьего поколения. Это позволит занимающимся не только развивать физические способности и приобретать навыки айкидо, но и формировать духовно-нравственные основы в актуальных условиях современной жизнедеятельности.

### БИБЛИОГРАФИЧЕСКИЙ СПИСОК

- [1] Данилюк А.Я. Концепция духовно-нравственного развития и воспитания личности гражданина России / А.М. Кондаков, В.А. Тишков // Серия «Стандарты второго поколения» - М.: «Просвещение», 2009. - 24 с.
- [2] Вычикова О.П. Духовно-нравственное развитие и воспитание младших школьников в учебной деятельности [Электронный ресурс]: VIII Междуна-
- родная студенческая электронная научная конференция «Студенческий научный форум» - 2016 / О.П. Вычикова – Электрон. текстовые дан. – Москва: [РАЕ.], 2016. – Режим доступа: <http://www.scienceforum.ru/2016/1763/19011>.
- [3] Выготский Л.С. Собр. соч. Т. 4. / Л.С. Выготский. — М.: 1983. — С. 385.
- [4] Фундаментальное ядро содержания общего образования / Рос. акад. наук, Рос. акад. образования; под ред. В.В. Козлова, А.М. Кондакова. — 4-е изд., дораб. — М.: Просвещение, 2011. — 79 с.
- [5] Приказ Минобрнауки России от 17 декабря 2010 г. № 1897 «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта основного общего образования» (Зарегистрировано в Минюсте России 01.02.2011 N 19644).
- [6] Чехонин А.Д. "Занятия айкидо как фактор нравственного развития подростка" Образование и наука, Изв. Урал. отд. РАО: журн. теорет. и приклад. исследований. - 2009. - N 9. - С. 113-123.
- [7] Воронов И.А. Психотехника восточных единоборств (Восточно-Азиатская классическая концепция психологической подготовки единоборцев) [Текст] / И.А. Воронов. — Минск: Харвест, 2005. —432 с.
- [8] Маслов А.А. Тайные коды боевых искусств Японии [Текст] / А.А. Маслов. — Ростов-на-Дону: Феникс, 2006. — 400 с.
- [9] Айкидо: искусство мира / сост. А. Костенко; пер. с англ. – Киев: София, 1997. 256 с.
- [10] Миронов А.Г. Характеристика айкидо как вида японского боевого искусства и средства физического воспитания /А.Г. Миронов // Вестник Чувашского государственного педагогического университета имени И.Я. Яковлева. - 2011. - N 3 (71), ч. 1: Серия "Гуманитарные и педагогические науки". - С. 126-133.
- [11] Гвоздев С.А. Айкидо: самозащита от любого нападения (от новичка до черного пояса). Наставления мастера Морихея Уэшибы / С.А. Гвоздев. – Минск: Современ. сл., 1997. – 253 с.
- [12] Кано Д. Кадокан дзюдо / Д. Кано; пер. с англ. – Ростов-н/Д.: Феникс, 2000. – 115 с.
- [13] Вестбрук А., Рати О. Айкидо и динамическая сфера. А. Вестбрук, О. Рати - М.: АСТ-Астрель, 2005. - 383 с.



## TOWARDS THE FORMATION OF MORAL ASPECTS OF THE PERSONALITY OF 12-14-YEAR OLD TEENAGERS BY USING AIKIDO MEANS

**Gorbunova<sup>1</sup> O.V., Gudkov<sup>1</sup> Yu.E., Alenin<sup>2</sup> A.A.**

<sup>1</sup>Far eastern federal university, Vladivostok, Russian Federation

<sup>2</sup>Inter-Regional public organization «Far-Eastern aikido aikikai federation», Vladivostok, Russian Federation

**Annotation.** The article pedagogically justifies the organizational actions in the course of design and implementation of a set of events developing the moral foundations of 12-14-year old teenagers by using aikido means. The article defines the timeliness and tasks of study, and its stages. It gives theoretical generalizations based on results of the literary analysis.

**Key words:** moral foundations, 12-14-year old teenagers, aikido, aikido means.

### REFERENCES

- |  |   |
|--|---|
| <p>[1] Danilyuk A.Ya. Concept of spiritual and moral development and education of a citizen of Russia / A.M. Kondakov, V.A. Tishkov // Series "Second generation standards" - M.: "Education", 2009. - 24 p.</p> <p>[2] Vychikova O.P. Spiritual and moral development and education of junior schoolchildren in learning activities [Electronic resource]: VIII International Student Electronic Scientific Conference "Student Scientific Forum" - 2016 / O.P. Vychikova – Electronic text data – Moscow: [RAE.], 2016. – Available at: <a href="http://www.scienceforum.ru/2016/1763/19011">http://www.scienceforum.ru/2016/1763/19011</a>.</p> <p>[3] Vygotsky L.S. Collected works. V. 4. / L.S. Vygotsky. — M.: 1983. — P. 385.</p> <p>[4] Fundamental core of a content of general education / Russian Academy of Sciences, Russian Academy of Education; edited by V.V. Kozlov, A. M. Kondakova. — 4<sup>th</sup> edition, as amended — M.: Education, 2011. — 79 p.</p> <p>[5] Order by the Russian Ministry of Education and Science dated 17 December 2010 № 1897 "On approval of the federal state educational standard of basic general education" (Registered with the Russian Ministry of Justice on 01.02.2011 N 19644).</p> <p>[6] Chekhonin A.D. "Engaging on aikido as a factor of moral development of a teenager". Education and science, News of Ural Division of Russian Academy of</p> | <p>Education: magazine of theoretical and applied studies. - 2009. - N 9. - P. 113-123.</p> <p>[7] Voronov I.A. Psycho technique of the Oriental martial arts (Eastern-Asian classic concept for psychological training of combat athletes) [Text] / I.A. Voronov. — Minsk: Harvest, 2005. — 432 p.</p> <p>[8] Maslov A.A. Secret code of the Japanese martial arts [Text] / A.A. Maslov. — Rostov-on-Don: Fenix, 2006. — 400 p.</p> <p>[9] Aikido: the art of piece / composed by A. Kostenko; translated from English. – Kiev: Sofia, 1997. 256 p.</p> <p>[10] Mironov A.G. Description of aikido as a type of martial art and means of physical education /A.G. Mironov // Gazette of Chuvash I.Ya. Yakovlev State Pedagogical University. - 2011. - N 3 (71), p. 1: Series "Humanities and pedagogical sciences". - P. 126-133.</p> <p>[11] Gvozdev S.A. Aikido: self-defense against any attack (from the beginner to the black belt). Instructions by master Morihei Ueshiba / S.A. Gvozdev. – Minsk: Sovremennoe Slovo, 1997. – 253 p.</p> <p>[12] Kano D. Kadokan judo / D. Kano; translated from English. – Rostov-on-Don: Fenix, 2000. – 115 p.</p> <p>[13] Westbrook A., Ratti O. Aikido and dynamic sphere. A. Westbrook, O. Ratti - M.: AST-Astrel, 2005. - 383 p.</p> |
|--|---|