

Эта часть работы выложена в ознакомительных целях. Если вы хотите получить работу полностью, то приобретите ее воспользовавшись формой заказа на странице с готовой работой:

<https://stuservis.ru/referat/132713>

Тип работы: Реферат

Предмет: Физкультура

ВВЕДЕНИЕ 3

ГЛАВА 1. ТЕОРЕТИЧЕСКИЕ ПРЕДПОСЫЛКИ ФОРМИРОВАНИЯ БОЕВЫХ ИСКУССТВ(КАРАТЭДО, ДЖИУ-ДЖИТСУ, ДЗЮДО,АЙКИДО,ТХЭКВОНДО,СУМО,КЭНДО) 5

1.1 Основы исследуемой проблемы. 5

1.2 Виды восточных единоборств 9

ГЛАВА 2. АСПЕКТЫ ИСТОРИИ И ДУХОВНОЙ СУЩНОСТИ БОЕВЫХ ИСКУССТВ. 13

2.1 Истории возникновения восточных боевых искусств 13

ЗАКЛЮЧЕНИЕ 21

СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ 22

Для того чтобы учесть все аспекты физиологического и нравственного существует целая философия боевых искусств, которая включает в себя несколько видов карате. Каждый из них представляет собой особый «путь» к достижению высшей цели, необходимой для формирования полноценной, уравновешенной и разносторонней личности. На самом деле, разновидностей карате много, мы же рассмотрим главные из них. Одно из основных направлений боевого искусства, в основе которого заложен древний стиль рукопашного боя.

Различные виды единоборств существовали практически у всех народов, история донесла до нас сведения о различных системах борьбы у египтян и инков, о греческом панкратионе и индийской ваднерамушти, о древнерусской борьбе «утризне», рыцарской борьбе европейского средневековья, о стрельбе из луков и арбалетов, поединках на мечах и копьях. Была своя борьба и у скифов, и у кельтов, у североамериканских индейцев и австралийских аборигенов, у викингов и монголов.

Мы видим, что единоборства зародились в далекой древности, о чем свидетельствуют различные гравюры, настенные высечки и т.д. Для первобытного человека единоборства проявлялись в виде охоты на различных зверей, рыболовства, в борьбе с природными явлениями и самозащиты. Единоборства уже того времени являлись путем самосовершенствования человеческого тела, способствовали сплочению людей, развивали их духовно, помогали им осознать их социальную природу, хотя еще и не были самостоятельной формой деятельности.

С развитием общества, его культуры единоборства постепенно стали обособляться в свою специфическую область деятельности – боевые искусства.

Искусства – это одно из форм общественного сознания, составная часть духовной культуры человечества, специфический род практически-духовного освоения мира. К искусству относят группу разновидностей человеческой деятельности – живопись, музыку, театр, художественную литературу и т.д. В более широком значении слова искусство относят к любой форме практической деятельности, когда оно совершается умело, мастерски, искусно не только в техническом, но и в эстетическом смысле.

Боевые искусства становятся искусством тогда, когда они преподносятся в строгой системе, с четкой классификацией, принципами и методами, имея под собой четкую философскую и морально-этическую базу,

способную сформировать не только физические качества, но и нравственные, психологические, духовные, т.е. вести личность к самосовершенствованию.

Традиция боевых искусств Востока становится достоянием человечества. Мы наблюдаем массовое распространение боевых искусств по всему миру (китайские ушу, корейское тхэквондо, японские каратэ, джиу-джитсу, каратэ, айкидо и др.). Это демонстрирует удивительную жизнестойкость и необыкновенную приспособляемость к разным социальным, историческим и культурным условиям.

Для современного этапа развития боевых искусств характерно приобретение относительной самостоятельности следующих направлений: лечебно-оздоровительные гимнастики, спортивно-соревновательные единоборства, прикладные виды рукопашного боя и традиционные виды боевых

искусств.

Боевые искусства в настоящее время стали не только неотъемлемой частью культуры и традиций народа, но и образом тех, кто занимается ими всерьез. Именно поэтому, они сохранились до наших дней.

ГЛАВА 1. ТЕОРЕТИЧЕСКИЕ ПРЕДПОСЫЛКИ ФОРМИРОВАНИЯ БОЕВЫХ ИСКУССТВ(КАРАТЭДО, ДЖИУ-ДЖИТСУ, ДЗЮДО,АЙКИДО,ТХЭКВОНДО,СУМО,КЭНДО)

1.1 Основы исследуемой проблемы.

Будущее страны создается сегодня. От того, как поставлено воспитание детей и молодежи, зависит перспектива завтрашнего общества. Воспитание нравственности, высокой культуры у современных молодых людей является первостепенной государственной задачей.

В одном из своих выступлений президент РФ В.В. Путин говорил «об огромном позитивном влиянии спорта и необходимости продвижения спортивной культуры в молодежной среде». Использование средств физического воспитания в формировании духовно-нравственных и морально-волевых качеств — один из наиболее эффективных путей подготовки молодого поколения к последующей жизни в обществе вне школы. Сущность воздействия занятий спортом на личность подростка заключается в том, что, будучи направлена на овладение искусством движений и на укрепление тела, эта деятельность способствует совершенствованию себя на основе обратной связи.

Развитие морально-волевых качеств у обучающихся направлено на повышение эффективности тренировочного процесса и достижения высоких результатов. Волевая подготовка юных спортсменов имеет и более широкое значение для формирования личности ребенка. На каждом этапе обучения каратисты ставят перед собой определенные задачи: улучшение своих физических качеств, изучение техники нанесения ударов и выполнение ката, умение грамотно и хладнокровно вести поединки, используя при этом определенный тактико-технический арсенал и др. Во время тренировок обучающиеся преодолевают физическое напряжение, боль и страх. Развитие морально-волевых качеств предполагает соблюдение спортивного режима и выполнение тренировочной программы с применением соревновательного метода с преодолением трудностей.

В подготовке каратистов можно выделить две категории трудностей: объективные и субъективные.

К объективным относится: изучение и понимание технических приемов, проявление быстро ты реакции, скорости, силы и выносливости и т. д.

Субъективные трудности отражают личное отношение обучающихся к тому или иному упражнению или заданию, к условиям их выполнения. Морально-волевая подготовка одинакова для всех спортсменов, её можно дифференцировать по степени трудности в зависимости от пола, возраста и уровня мастерства каратистов. Эту их особенность необходимо учитывать при составлении классификационных программ по каратэ и при проведении занятий с различным контингентом занимающихся. Не каждому ребенку удастся преодолеть возникающие трудности. Дети со слабыми морально-волевыми качествами не выдерживают, уходят из секций. И здесь многое зависит от педагога, его умения направить действия воспитанников в нужное русло. В течение многих лет реализуется дополнительная общеразвивающая программа «Каратэ». Цель этой программы – социальная адаптация обучающихся в процессе занятия каратэ-куокусинкай.

Задачи: обучение базовой технике и тактике каратэ; развитие физических качеств личности (силы, выносливости, быстроты, ловкости, гибкости); формирование целеустремленности, морально-волевых и коммуникативных качеств личности ребенка. Практической основой методики формирования морально-волевых качеств в додзё является:

1. Айдаков А.П., Артюхов В.Д., Пантелеев М.В. Учебное пособие по обучению технике каратэ для отделений спортивных школ. — М., 1981. -122 с.
2. Анисеева Е.И., Семукин А.В. Диалог цивилизаций: Восток Запад //Вопросы философии. - 1998. - №2. - С.173-177
3. Аплетаяев М.Н. Основы нравственного воспитания личности подростка в процессе обучения: Учеб. пособие. Омск, 1989. - 89 с.
4. Асмолов К.В. История холодного оружия : (Восток и Запад) /К.В.Асмолов. М.: Оздоровит, и науч. - информ. центр "Здоровье народа", 1993.-263 с.
5. Афонасьев А.Н. Народные русские легенды. М., 1916. - 368с.
6. Барский К.М. Уроки китайской гимнастики (вып.2). М.: Советский спорт, 1990.-48 с.
7. Белорусова В.В. Спортивная этика, как одна из форм коммунистической морали. В. сб.: Нравственное

- воспитание спортсменов. - Л., 1973. - С. 5.
8. Белорусова В.В. Беседы о морали спортсмена. Л., 1960.
 9. Белорусова В.В. Воспитание в спорте. М., Физкультура и спорт, 1974. -117с.
 10. Белорусова В.В. Воспитательная работа в процессе занятий физической культурой и спортом с юными спортсменами. М., Физкультура и спорт, 1961.- 19с.
 11. Белорусова В.В., Блинова З.В., Романова А.В. Изучение уровня нравственной воспитанности спортсменов как условие разработки программы воспитания. В сб.: Нравственное воспитание спортсменов. -Л., 1973. - С. 11.
 12. Белорусова В.В., Решетень И.Н. Воспитание в процессе занятий физической культурой и спортом. М.: Физкультура и спорт, 1964.
 13. Биджиев С.В. Каратэ-до. Сётокан. СПб., 1994. - 259 с.
 14. Богачихин М.М. Уроки китайской гимнастики (вып.1). М.: Советский спорт, 1990. - 45 с.
 15. Богданова О.С., Калинина О.Д. Этические беседы с подростками: Кн. для учителя. М.; Просвещение, 1987. - 189 с.
 16. Богданова О.С., Катаева Л.И., Шемшурина А.И. О нравственном воспитании подростков (В помощь кл. рук. 4-8 классов). М.: Просвещение, 1979. - 111 с.
 17. Богданова О.С., Черенкова С.В. Нравственное воспитание старшеклассников: Кн. для учителя. М.: Просвещение, 1988. - 206 с.
 18. Божович Л.И. Личность и ее формирование в детском возрасте. М.: . Просвещение, 1968. - 146 с.
 19. Божович Л.И., Славина Л.С. Психологическое развитие школьника и его воспитание. М.: Знание, 1979. - 96 с.
 20. Болдырев Н.И. Нравственное воспитание школьников: Вопр. теории. -М.: Педагогика, 1979. -224 с.
 21. Брюс Тегнер. Полная книга о каратэ. Лондон: «Корги», 1990. - 268с.
 22. Бусыгин В.Н. Ушу. Эстетика и здоровье. Рига: «Знание», 1990. - 128с.
 23. Бутович Н.А. Очерки о воспитании спортсмена. М., Физкультура и спорт, 1965. - 96 с.

Эта часть работы выложена в ознакомительных целях. Если вы хотите получить работу полностью, то приобретите ее воспользовавшись формой заказа на странице с готовой работой:

<https://stuservis.ru/referat/132713>