

ТОНОЯН Хорен Аветисович — д.пед.н., член-корреспондент РАЕН, профессор кафедры физического воспитания Московского государственного университета технологий и управления им. К.Г. Разумовского (Первый казачий университет) (109004, Россия, г. Москва, ул. Земляной Вал, 73; professor-tonoyan@mail.ru)

ЮЛИНА Галина Николаевна — к.пед.н., доцент кафедры педагогики и психологии, заместитель директора Института социально-гуманитарных технологий Московского государственного университета технологий и управления им.К.Г. Разумовского (Galinaul@mail.ru)

МЕТОДИКА ПРЕПОДАВАНИЯ КАЗАЧЬИХ ВИДОВ ЕДИНОБОРСТВ (на примере Первого казачьего университета)

Аннотация. В МГУТУ им. К.Г.Разумовского (ПКУ) сформировалась образовательная модель, в которой сочетаются современные технократические методики, учебно-научно-практический комплекс преподавания университетского типа и патриотически-консервативные подходы, ориентированные на традиционные православные и казачьи ценности. В основе культуры боевых искусств лежит глубокая ценностная и духовно-нравственная основа, привлекающая к ним современную российскую молодежь. Основным направлением физического и патриотического воспитания казаков сегодня должны быть такие виды единоборств, где в тактических и технических действиях присутствуют множество элементов этнических славянских и современных видов боевых искусств.

Ключевые слова: массовый спорт, государственная политика в области физической культуры и спорта, единоборства, казачьи виды единоборств, традиционные ценности, качества преподавателя-тренера

Развитие физической культуры и спорта, особенно среди молодежи, является приоритетной задачей государственной политики. Для того чтобы занятия физкультурой и спортом стали престижным делом, в нашей стране организуются крупнейшие международные соревнования. Но задачу развития массового спорта и физической культуры не решишь лишь за счет проведения международных спортивных форумов и даже увеличения учебных часов физкультуры в школах и вузах. Нужны новые формы работы, широкий выбор не только спортивных, но и оздоровительных занятий¹. В 2008–2012 гг. в нашей стране была сформирована современная нормативная база (около 400 нормативных актов), принята стратегия развития спорта, включая школьный, студенческий спорт. Урегулированы особенности развития физической культуры и спорта в образовательных учреждениях, внедряются новые федеральные и государственные стандарты, в соответствии с которыми учебный предмет «физическая культура» сегодня является обязательным. Реализуются меры по развитию адаптивной физической культуры и спорта, национальных, военно-прикладных, служебно-прикладных видов спорта².

Президент В.В. Путин 30 апреля 2013 г. на заседании Госсовета поручил правительству РФ разработать новую методику преподавания физической культуры в школах и вузах с учетом современных требований. В этой связи особенно актуальным становится поиск новых, более эффективных методов физической подготовки молодежи, в т.ч. создание и внедрение методики преподавания для базовых и национальных видов единоборств, которые в последние годы стали очень популярными. Но решение данной проблемы невозможно без анализа и исследования исторического и педагогического наследий.

В Московском государственном университете технологий и управления им. К.Г. Разумовского (Первый казачий университет) складывается уникальная образовательная модель, в которой сочетаются современные технократические

¹ Послание Президента РФ Федеральному Собранию. 12 декабря 2012 г. Доступ: <http://www.kremlin.ru/transcripts/17118>

² Заседание Совета по развитию физической культуры и спорта. 24 марта 2014 г. Доступ: <http://news.kremlin.ru/news/20635>

методики, учебно-научно-практический комплекс преподавания университетского типа и патриотически-консервативные подходы, ориентированные на традиционные православные и казачьи ценности.

Как известно, казачье население России, оформившись первоначально как казачьи республики-вольницы, постепенно становилось важным союзником и партнером государства. С середины XVII в. казаки несут охранную службу на границах расширяющегося Российского государства, демонстрируя верность российскому престолу. Поэтому огромное значение в жизни казачьих общин играла война, воинская служба. Необходимость приспособления к военному образу жизни, угроза постоянного противостояния с враждебными и воинственными соседями диктовали формирование особого образа жизни и ценностей, связанных с воспитанием молодечества, храбрости, силы духа, воинских умений. Физическое выживание казака зависело от тех навыков и умений, которые он приобретал с детства. Сильное закаленное тело, тренированные мышцы, дух единоробства составляли, по сути, самый важный капитал воина-казака и гарантию его выживания в бою. С давних пор зародились и совершенствовались казачьи виды единоборств: кулачный бой, борьба на поясах, борьба за вороток, рукопашный бой, стенка на стенку и др.

Обучение как организационная форма преподавания должно осуществляться всегда как целостный процесс, в котором все его стороны, компоненты и части выступают в сложном взаимодействии. Методика преподавания спортивных единоборств в большинстве вузов не претерпела больших изменений. Целью обучения единоборствам в казачьем вузе остается формирование системы знаний, навыков и умений, являющихся основой специфической деятельности студентов в зависимости от вида спорта и профессиональной программы будущего специалиста. Правильно подобранная методика обучения способствует:

- умению правильно использовать дидактические системы и принципы построения учебно-воспитательного процесса, выявлению познавательного и воспитательного значения казачьих видов единоборств;

- умению использовать методы обучения для всестороннего и гармоничного развития современного человека и гражданина, патриота своей Родины.

Правильно подобранная методика обучения помогает студентам:

- осознать важность и необходимость этих видов единоборств для здорового образа жизни, пропагандировать культурные ценности среди сверстников;

- на практических занятиях овладеть навыками общей и специальной физической подготовки, техникой и тактикой казачьих видов единоборств;

- умело применять приобретенные знания и навыки в профессиональной деятельности.

Мы глубоко убеждены, что в основе культуры боевых искусств лежит глубокая ценностная и духовно-нравственная основа [Левский 2001: 47], привлекающая к ним современную российскую молодежь. Более того, данный фактор как культурологический феномен действует в качестве неизменной составляющей духовных устремлений молодых людей [Свищев 1998]. Его корни следует искать не в своеобразии современной российской молодежи, а в особенностях русской традиции. Казачьи виды единоборств привлекают к себе внимание и в силу того, что сама эта традиция у казаков чрезвычайно богата и разнообразна. Вместе с тем мы отмечаем дефицит хорошо подготовленных, высококлассных тренеров-преподавателей.

Целью данной статьи является изучение современных методик преподавания казачьих видов единоборств в МГУТУ им. К.Г. Разумовского. Однако современные методики рождаются из исследования и анализа литературных и исторических источников. Испокон веков в казачьих станицах пользовались большой популярностью такие виды единоборств, как кулачный бой, борьба за вороток, стенка на стенку и др.

Борьба за вороток – традиционная русская борьба, один из видов единоборств (рукопашка), отражающая самобытность русской культуры [Гильфердинг 1950: 83]. Этот вид борьбы неоднократно упоминался еще в древнерусских былинах киевского цикла. В разных регионах России существуют разные его названия: «в одну ручку»,

«наперекосок», «на одну руку». Техника борьбы за вороток, а именно отдельные технические действия (захват за ворот одежды соперника) на территории России встречается повсеместно. По казачьим правилам борцы перед началом поединка должны делать обоюдный захват правой рукой за ворот одежды своего соперника.левой рукой (свободная рука) не разрешалось делать захват. Только в этом положении надо было повергнуть соперника на землю. Борцу, который отпустил захват до конца боя, засчитывали поражение.

Кулачный бой. Бои проводились один на один или стенка на стенку (групповой бой). Одиночные бои проводились перед праздниками либо использовались для разрешения споров между казаками. Бои проводились по правилам, нарушить которые никто не имел права.

Борьба на поясах была распространена почти во всех регионах России, где проживали казачьи общины: на Юге и в Центральной России, в Среднем и Нижнем Поволжье, на Южном Урале. В этой борьбе соперники обоюдно захватывают друг друга крест-накрест, взяв на спине за пояс обеими руками. Борцы стремились свалить или бросить соперника на землю, сохраняя захват до конца поединка.

Данные виды единоборств являлись неотъемлемой частью традиционной культуры казачьих станиц и хуторов [Фурунжиев 1991], воспитывали у молодых казаков боевой дух, умение самостоятельно отстаивать свою честь и защитить свою семью. Эти и многие другие единоборства относятся к русско-славянским боевым видам. Восстанавливать их в «историческом» виде, популяризировать и делать массовым видом спорта в России очень нелегко. Поэтому основным направлением по физическому и патриотическому воспитанию казаков сегодня должны быть такие виды единоборств, где в тактических и технических действиях присутствуют множество элементов этнических славянских и современных видов боевых искусств. В последние годы в разных казачьих сообществах в различных регионах России обсуждаются вопросы, касающиеся физической подготовки казаков через виды единоборств. Большинство участников считают, что самбо, боевое самбо, рукопашный бой и смешанные виды единоборств являются самыми массовыми и популярными среди видов борьбы. Анализ всех соревнований по казачьим видам боевых искусств показывает, что эти четыре-пять видов спорта всегда входили в программу.

Большинство казачьих видов единоборств по характеру и техническим элементам очень похожи на современные базовые виды борьбы. Для подтверждения гипотезы мы провели сравнительное исследование олимпийских и не олимпийских видов единоборств (бокс, вольная борьба, дзюдо, самбо, боевое самбо) [Иванов-Катанский 2001: 10] и традиционных казачьих видов единоборств (кулачный бой, борьба за вороток, борьба на поясах):

– по основным положениям (стойка: высокая, средняя, низкая, правая, левая, фронтальная; партер: высокая, низкая);

– по захватам (одной рукой: хват, захват; двумя руками: хват с хватом, хват с захватом, хват с захватом, обхват);

– по передвижениям: способы (бег шажный, шаги, прыжки), направления (вперед, назад, влево, вправо).

Результат сравнительного анализа показал, что эти виды единоборств идентичны, и, на наш взгляд, методика преподавания базовых видов единоборств, которая более 70 лет успешно практикуется в нашей стране, может применяться для обучения казачьим видам единоборств [Чумаков 1999: 175]. Однако надо учитывать, что методика преподавания должна быть дифференцированной. Так, если группа мотивирована и функционально готова к физическим нагрузкам, задача преподавателя определить, что хотят получить студенты за период обучения и какие цели они преследуют. Преподаватель-тренер должен найти подход к каждому студенту, либеральный стиль управления группой здесь неприемлем. На наш взгляд, подходящим стилем управления такой группой является авторитарный. Если группы обучения единоборствам разнополюсы, менее мотивированы и с низкой функциональной активностью (секции для студентов-бюджетников или общеобразовательные занятия по утвержденной программе с казачьими компонентами), то доминирующим стилем управления группой, на наш взгляд, является демократичный

метод. Возможен вариант организации студенческих (общественных) спортивных клубов по казачьим единоборствам, когда люди самостоятельно объединяются для занятий физической культурой и спортом и готовы даже частично финансировать это. В целях популяризации казачьих единоборств мы рассматриваем также вариант организации театрализованных показательных выступлений казачьих клубов боевых единоборств, сопровождаемых выступлениями групп поддержки.

В современных условиях методика преподавания казачьих видов единоборств должна отвечать трем глобальным требованиям: а) обеспечивать формирование у занимающихся студентов ключевых физических качеств; б) воспитывать эстетические, моральные и волевые качества; в) воспитывать умение применять эти качества в практической и профессиональной деятельности.

Успех любого преподавателя-тренера зависит от правильно подобранной методики обучения. Только благодаря системному подходу можно добиться нужного результата [Тоноян 2014: 57]. Бессистемность и неорганизованность, отсутствие основных принципов дидактики приводят к снижению мотивационных способностей студентов, делают тренировки неинтересными и неэффективными. Проведенное нами в 2011–2014 гг. исследование на кафедре физического воспитания МГУТУ показало, что число здоровых студентов, поступающих в университет, составляет всего 18%. Хроническими недугами страдают около 60% студентов. За последние 5 лет вдвое увеличилось число патологий органов пищеварения, в 4 раза – число случаев остеохондроза, сколиоза и плоскостопия. В разы увеличилось число заболеваний почек и мочевыводящих путей, у 19% мальчиков и почти 20% девочек наблюдается выраженный дефицит массы тела, 55% студентов имеют проблемы с психикой. Студенты часто не в состоянии выполнить элементарные требования педагогов-тренеров [Тоноян 2010: 280].

Причины снижения двигательной активности студентов-первокурсников кроются как в содержании, так и в организации физкультурного образования в школах. Современная школьная система физкультурного образования в России, стандартная для всех учащихся, препятствует творческой работе учителя физкультуры, а отсутствие элементарного спортивного инвентаря и соревновательного опыта делает уроки физкультуры неинтересными и непривлекательными. С таким «уцененным» багажом физкультурного образования и физической подготовленности более 3 000 выпускников средних школ ежегодно поступают к нам на 1-й курс университета.

Практические занятия по единоборствам в спортивном зале проводятся в групповой тренировочной форме. Вследствие слабой физической подготовки большинство студентов не сдают спецнормативы по единоборствам [Вишневецкий 1990: 23]. Процесс обучения включает в себя отработку технических и тактических элементов (удары, захваты, броски и т.д.). В то же время контактные поединки и спарринги, которые являются базовыми элементами казачьих видов единоборств, почти невозможны. В большинстве случаев студенты стараются избегать спаррингов, мотивируя разными необоснованными причинами. А если применить только авторитарный метод управления тренировкой, то большинство студентов уходят с занятий. Физическая и психологическая неподготовленность приводит к разным травмам и ушибам.

Высшей точкой интеллектуального и личностного роста становится тот момент, когда студент обучится самообразованию и самовоспитанию. Практика показывает, что существенным признаком воспитанности студента является его отношение к самосовершенствованию, т.к. именно в нем заложены механизмы, управляющие личностью. Важнейшие мотивы самовоспитания студентов – это стремление соответствовать требованиям положительной нравственности; желание быть примером среди сверстников в спорте, труде и учебе; походить на тренера-педагога; занимать в коллективе активную и творческую позицию. Как правило, стремление к самовоспитанию пробуждается несколькими мотивами; некоторые из них доминируют и, таким образом, являются наиболее значимыми.

Забота преподавателя вуза – подготовить программу по самосовершенствованию как для отдельного воспитанника, так и для коллектива в целом, с тем чтобы процесс самовоспитания личности студента основывался на морально-этических

принципах и имел ценностные ориентации. Специалисты справедливо указывают, что современный тренер должен владеть:

- научными методами сбора и переработки, фиксации и хранения необходимой информации;
- научными методами диагностики юных спортсменов, процесса их обучения и воспитания;
- научными методами организации педагогического труда.

Умение донести до учащихся перспективу будущих достижений, сделать ее близкой и понятной – вот, на наш взгляд, основной элемент организации труда преподавателя-тренера.

Список литературы

- Вишневский В.А. 1990. *Спортивная борьба в системе физвоспитания студентов*: автореф. дис. ... к.пед.н. М. 23 с.
- Гильфердинг А.Ф. 1950. *Онежские былины, записанные А.Ф. Гильфердингом летом 1871 года*. В 3 т. (Пушкинский дом, сектор фольклора; отв. ред. А.М. Астахова). М.; Л.: Изд-во АН СССР. Т. 2.
- Иванов-Катанский С.А. 2001. *Базовая техника карате*. М.: Фаир-Пресс. 544 с.
- Левский В. 2001. *500 советов по самообороне, приемы карате, джиу-джитсу, самбо* (пер. со словац.). М. 272 с.
- Свищёв И.Д. 1998. Основные направления совершенствования профессиональной подготовки студентов ИФК, специализирующихся по видам борьбы и восточных единоборств. – *Теория и практика физической культуры*. № 2. С. 11-15.
- Тоноян Х.А. 2014. *Боевые виды единоборств*. М.: Изд-во МГУТУ. 63 с.
- Тоноян Х.А. 2010. *Физическая культура и здоровье: учебное пособие*. М. 345 с.
- Фурунжиев А.С. 1991. Славянские единоборства. – *Боевые искусства планеты*. Вып. 5. М. С. 76-80.
- Чумаков Е.Н. 1999. *Сто уроков самбо*. М. ФАИР-ПРЕСС, Информпресс+. 400 с.

TONOYAN Khoren Avetisovich, Dr.Sci.(Ped.), Corresponding Member of the Russian Academy of Natural Sciences, Professor of Physical Education Department, Moscow State University of Technologies and Management named after K.G. Razumovskiy (FKU) (Zemljanoj Val st., 73, Moscow, Russia, 109004; professor-tonoyan@mail.ru)

YULINA Galina Nikolaeвна, Cand.Sci.(Ped.), Associate Professor of the Department of Pedagogy and Psychology, Deputy Director of the Institute of Social and Humanitarian Technologies, Moscow State University of Technologies and Management named after K.G. Razumovskiy (Galinaul@mail.ru)

THE METHODOLOGY OF COACHING OF THE COSSACK MARTIAL ARTS

(on the example of the First Cossack University)

Abstract. The authors demonstrate a specific educational model that combines the modern technocratic methods, educational, scientific and practical university education and the patriotic conservative approaches, focused on the traditional Orthodox and Cossack values. In the culture of the martial arts lies a deep value and moral foundation that attracts modern Russian youth. The main focus on physical and patriotic education of the Cossacks today should develop such kinds of martial arts, where tactical and technical actions present a plurality of ethnic Slavic and modern martial arts.

Keywords: mass sport, public policy in field of physical culture and sports, martial arts, Cossacks martial arts, traditional values, quality of teacher-coach