

**Развитие нравственно-волевой сферы подростков 12-13 лет в процессе  
занятий тхэквондо**

***Насуллаев Эрик Олегович***

*E-mail: erik.ageenko00@mail.ru*

Актуальность. В современных условиях социально-экономических и политических преобразований в связи с ростом профессионализации спорта высших достижений и наступающего ренессанса массового и юношеского спорта, изучение психологических основ процесса развития нравственно-волевой сферы личности молодых единоборцев с учетом их индивидуальности, является важной научно-исследовательской задачей.

Проблему воли и волевой регуляции многие психологи считают центральной для психологии личности и ее формирования. Исследования волевых качеств позволили выявить конкретную связь волевых процессов с эмоциональными и интеллектуальными процессами и подойти к решению важного вопроса о месте воли во всей структуре личности.

Ученными установлено, что достижение высоких спортивных результатов в избранном виде спорта, в том числе и в тхэквондо, невозможно, без целенаправленного развития нравственно-волевых качеств. Одним из важнейших разделов спортивной тренировки юных спортсменов на этапе предварительной подготовки и начальной специализации является психологическая подготовка. Высокий уровень развития нравственно-волевых качеств создаёт благоприятные предпосылки для повышения физической, технической, тактической и психологической подготовки юных спортсменов и успешного выступления их на соревнованиях. В связи с этим в системе многолетней подготовки тхэквондистов следует уделять большое внимание развитию и воспитанию нравственно-волевых качеств (смелости, решительности, силы воли, терпеливости, настойчивости, целеустремленности, ответственности, дисциплинированности, самостоятельности) [1].

Цель работы – обоснование эффективности занятий тхэквондо в формировании наиболее значимых нравственно-волевых качеств подростков 12-13 лет.

Для достижения поставленной цели в соответствии с объектом, предметом и выдвинутой гипотезой сформулированы следующие задачи исследования:

- 1) Изучить состояние проблемы касающейся развития нравственно-волевой сферы личности подростков в общепедагогической, психологической, специальной научно-методической литературе.
- 2) Исследовать динамику показателей отражающих уровень развития нравственно-волевой сферы личности подростков занимающихся в секции тхэквондо.
- 3) Обосновать эффективность занятий тхэквондо на формирование наиболее значимых нравственно-волевых качеств личности подростков 12-13 лет.

Для решения поставленных задач использовались следующие методы исследования:

- анализ научно-методической литературы;
- контрольно-педагогические испытания;
- регистрация соревновательной деятельности;
- педагогический эксперимент;
- методы математикой статистики.

Результаты исследования.

Для того, чтобы решить задачи собственного исследования, в рамках данной квалификационной работы, структурная модель нравственно-волевых качеств личности подростка, предложенная С.В. Кабановым была использована нами для выявления и развития нравственно-волевой сферы подростков, занимающихся тхэквондо.

С этой целью на первом этапе исследования проводилась экспертная оценка для определения уровня развития наиболее значимых личностных качеств подростков начавших заниматься тхэквондо. Содержание каждого личностного качества, представленного в структурной модели, раскрыто в их основных компонентах, которые являлись основными показателями их уровня и его развития. Каждый признак оценивался экспертами в один балл.

Показатели развития наиболее значимых нравственно-волевых качеств личности подростков приступивших к занятиям тхэквондо находится в пределах от 2,7 до 3,1 баллов, а в среднем по группе составляет 2,87 балла.

Хотелось бы отметить, что оценку 2 балла, означающую, по сути, низкий уровень проявления нравственно-волевых качеств получили по два подростка из семнадцати, принимавших участие в исследовании, за оценку таких качеств, как целеустремленность, доброжелательность. Трое из семнадцати оценены на 2 балла по качествам инициативность, честность, стойкость, трудолюбие; четверо – по качествам смелость, уважение.

Наибольшее количество подростков начавших заниматься тхэквондо характеризовались отсутствием дисциплинированности, таких оказалось семь из семнадцати. В то же время оценку 4 балла за качество стойкость получает один подросток; за качество смелость – 1; за качество уважение – 2; трудолюбие – 3; честность и самостоятельность – 1.

Таким образом, анализ развития нравственно-волевой сферы подростков, позволяет заключить, что развитие наиболее значимых нравственно-волевых качеств у подростков, начавших заниматься тхэквондо, находится на уровне ниже среднего.

Для выявления эффективности занятий тхэквондо на развитие нравственно-волевых качеств подростков была проведена повторная экспертная оценка наиболее значимых качеств личности этого же контингента, по истечении одного года занятий в секции тхэквондо.

Анализируя полученные данные, можно констатировать, что уровень развития наиболее значимых личностных качеств подростков после года занятий в секции тхэквондо по результатам экспертной оценки находятся в пределах от 3,1 до 4,2 балла. Средний показатель по группе составляет 3,6 балла. Отсюда следует, что прирост средней оценки уровня развития наиболее значимых личностных качеств подростков после одного года занятий в секции тхэквондо составил 25,4%.

Результаты экспертной оценки свидетельствуют о положительной динамике в развитии нравственно-волевых качеств подростков по истечении одного года занятий в секции тхэквондо, в сравнении с результатами годичной давности.

Так, например, восемь юных тхэквондистов получили 4 балла и одни – 5 баллов при оценивании качества «дисциплинированность», тогда как по результатам экспертной оценки, проведенной год назад, оценку в 4 балла не получил ни один из подростков, начавших заниматься тхэквондо. С другой стороны, по истечении одного года занятий в секции тхэквондо, только один из подростков получил 2 балла за оценку качества «дисциплинированность» (по результатам экспертной оценки годичной давности 2 балла за оценку данного качества получили 7 из 17 подростков).

Аналогичная картина наблюдается и с другими наиболее значимыми личностными качествами подростков по истечении одного года занятий в секции тхэквондо.

Наиболее выраженные изменения можно отметить в уровне развития таких качеств

как целеустремленность, инициативность, стойкость, смелость, трудолюбие и самостоятельность.

Таким образом, проследив изменения в показателях (по результатам экспертной оценки), отражающих уровень развития наиболее значимых нравственно-волевых качеств личности подростков, занимающихся тхэквондо, можно констатировать, что данный вид спорта является эффективным средством, позволяющим влиять на воспитание наиболее значимых нравственно-волевых качеств личности подростков.

Выводы.

- 1) Анализ состояния проблемы развития нравственно-волевой сферы личности подростков убеждает, что в настоящее время проблеме воспитания и формирования личностных качеств, как в школьном, так и во внешкольном образовании уделяется недостаточно внимания. Занятия физической культурой и спортом выступают одним из эффективных средств развития нравственно-волевой сферы подростков, так как выполнение физических упражнений в тренировочном процессе связаны, в первую очередь, с проявлением воли и служат одним из основных средств ее совершенствования.
- 2) Уровень развития наиболее значимых нравственно-волевых качеств личности подростков 12-13 лет, приступивших к занятиям в секции тхэквондо, может быть охарактеризован, как ниже среднего (по результатам экспертной оценки уровень развития наиболее значимых личностных качеств находится в пределах от 2,7 до 3,1 баллов, а в среднем по группе составляет 2,87 балла).
- 3) Динамика показателей, отражающих развитие нравственно-волевой сферы личности подростков, занимающихся в секции тхэквондо, имеет тенденцию к росту. Так, после года занятий в секции тхэквондо уровень развития наиболее значимых личностных качеств по результатам экспертной оценки находится в пределах от 3,1 до 4,2 баллов, а средний показатель по группе 3,6 балла (прирост средней оценки после одного года занятий в секции тхэквондо составил 25,4%).
- 4) Наиболее выраженные изменения после одного года занятий в секции тхэквондо отмечаются в уровне развития таких качеств как целеустремленность, инициативность, стойкость, смелость, дисциплинированность, трудолюбие, самостоятельность.

### **Источники и литература**

- 1) Таэквондо: Техника и тактика. / Й.Х. Парк, Т. Сибурн.-М.: ООО «Издательство Астрель»: ООО «Издательство АСТ», 2004.- 188с