

Формирование духовно-этических качеств личности подростка через занятия боевыми искусствами

Воспитание растущего человека как формирование гармонично-развитой личности составляет одну из главных задач современного общества. Гармонично-развитая личность это не только физически крепкий и интеллектуально подкованный человек. Это, безусловно, человек воспитанный. Что такое воспитанность? Каждый из нас ответит по-разному, но едины мы будем в том, что воспитанный человек – это человек уважающий окружающих, с почтением относящийся к старшему поколению, чтящий традиции своего народа. Воспитывать - это значит направлять развитие субъективного мира человека, преследуя цель максимального раскрытия индивидуальных особенностей каждого ребенка в условиях соответствия тому нравственному образцу, идеалу, который воплощает требования общества к растущему человеку. При этом важно помнить, что воспитание личности не равно нравственному просвещению. Известно, что духовно-нравственная внутренняя позиция ребенка возникает в результате организации общественной практики и социально-воспитательную среду в которые он включен. При этом, учитель, как указывал Л. С. Выготский, является организатором социальной воспитательной среды, регулятором и контролером ее взаимодействия с каждым учеником.

Социально-воспитательные среды как педагогические модели воспитания заложены в культурах и традициях многих народов. В частности здесь мы говорим о боевых искусствах. Все они являются частью общей культуры общества. Одним из наиболее распространенных и популярных видов боевых искусств в мире, является каратэ. Современный перевод понятия «Каратэ » означает, что это «путь Жизни, который ведёт свободных от предвзятых мыслей людей, посвятивших себя изучению безоружного единоборства, к самосовершенствованию и постижению Бесконечного». Каратэ является не просто системой рукопашного боя, но и средством воспитания нравственно-волевых качеств человека, черт его характера, эмоциональных и эстетических

потребностей. Традиционно в странах Дальнего Востока школы боевых искусств играли огромную роль в деле физического и духовного развития молодежи.

В современном мире каратэ представляет интерес как уникальная педагогическая система, эффективная среда формирования личности. Сегодня для нас актуальны традиции каратэ, принципы, положенные в основу этого вида боевых искусств: самоуважение, почтение к старшим, соблюдении культуры, то есть качества которые составляют духовно-нравственную основу человека.

Рассмотрим некоторые понятия, связанные с традициями, ритуалами и атрибутами каратэ, как одного из видов боевых искусств. «Сэнсей» – это мастер боевых искусств, эксперт по оружию, учитель. Его роль в становлении, сохранении и передачи теории и практики боевых искусств на систематической основе огромны. Сэнсеи экспериментировали с оружием, проверяли технические приемы и стратегии различных специализаций в реальном бою и разрабатывали новые стили и способы, помогающие эффективно справиться с огромным количеством опасных ситуаций, в которых человек мог легко потерять свою жизнь.

Если в России постепенно утрачивается культура уважения к учителю, то на Востоке к ним всегда было самое почтительное отношение. «Если он был твоим учителем хотя бы один день, ты должен всю жизнь почитать его как родного отца», – такова поговорка мудрого народа, обогащенного многотысячелетним опытом и достигшего глубин познания. Учитель существует в этом мире как нравственный ориентир, как указатель Пути. Сам указатель еще не гарантирует, что человек сумеет дойти до конца Пути, но это уже залог того, что дорога выбрана правильно. Учитель передает ученикам свои знания, свой образ, свой духовный облик. Ученик не столько воспринимает информацию, сколько воспроизводит в себе Учителя. Он «вступает ему в след», не случайно иероглиф «ТУ» (ученик) можно перевести как «тот, кто идет следом». Учитель же действует «сквозь ученика», создавая на занятиях атмосферу глубокого духовного взаимодействия.

Каратэ как вид боевого искусства в большей степени учит уважению к общечеловеческим ценностям на примерах системы этикета и взаимоотношений между Учителем и учениками. Эта система этикета и взаимоотношений выражена в ритуалах. Ритуалы в боевых искусствах – это веками и традициями созданная система атрибутов воспитания мужчин, основанная на идеи физического и духовного саморазвития как пути самосовершенствования. Ритуалы в каратэ имеют огромный воспитывающий потенциал. Их влияние на формирование и развитие подрастающего человека трудно переоценить.

Ритуал (от лат. Ritualis – обрядовый) – вид обряда, исторически сложившаяся форма сложного символического поведения, упорядоченная система действий. Ритуал – неотъемлемая и важная часть, необходимая для понимания философии и психологии боевого искусства, так как на Востоке соблюдение ритуала стало духовно-нравственной нормой во всех сферах жизни. Изначальная цель ритуалов – дисциплинировать себя. Особое место ритуалу отводил Конфуций. Как наследник древних творцов культуры, Конфуций был озабочен сохранением и упрочением того начала в жизни людей, которое он именовал «ритуалом». Ведь в основе китайской религии лежал культ предков, столь естественно соединяющий в себе божественные и человеческие черты. Впервые задумавшись над простым вопросом «Что такое ритуал?», Конфуций дал на него столь же простой ответ: ритуал – это главное условие человеческого общежития и, следовательно, лучшее средство воспитания в людях человечности. Ритуал принадлежит всем, никто не имеет на него исключительных прав, он есть и средство, и сама среда человеческого общения. Конфуций говорил: «Муж, обладающий широкими познаниями и сдерживающий себя ритуалами, крайне редко выходит за границы разумного. Почтительность без знания ритуала превращается в самоистязание. Осторожность без знания ритуала превращается в безрассудство. Прямотушье без знания ритуала превращается в грубость». Ритуал – это почтение, тот, кто его претворяет в жизнь, ничего не говорит, а внушает доверие, ничего не делает, а добивается послушания.

С первого дня занятий ученики учатся уважать своих учителей и старших товарищей, которые тренируются вместе с ними. Младшие выражают свое уважение к старшим, а также проявляют уважение, входя в спортивный зал и покидая его, отдавая тем самым дань уважения месту, где они получают знания. Кроме того, они учатся уважать саму жизнь и никогда не использовать свое мастерство в ущерб другим, не имея на то веских причин. Дисциплина духа и дисциплина тела - одна из главных составляющих обучения, как и уважение, является одним из краеугольных камней воспитательного процесса в боевых искусствах. Недисциплинированный ученик физически не в состоянии овладеть сложными и требующими упорного труда техническими приемами искусства. Чтобы добиться успеха, каждый воспитанник должен настойчиво работать и постоянно следить за собственной дисциплиной.

Приведем пример – ритуал этического кода – кун, который произносится в конце каждой тренировки и является важной составляющей тренировочного комплекса упражнений в каратэ:

- Работай, что бы усовершенствовать свой характер.
- Будь верен поиску правильного пути.
- Развивай дух старания и настойчивости.
- Уважай старших, всегда води себя в соответствии с хорошими манерами.
- Избавься от грубого и бесконтрольного поведения.

В этих пяти утверждениях кун сконцентрирована духовно-нравственная суть каратэ как педагогической системы и социально-воспитательной среды боевых искусств.

В тренировочном зале (додзё) учитель объясняет и трактует каждое утверждение произносимого кун. Произносимый кун является частью аутогенной тренировки, которая в свою очередь воздействует на личность ребёнка, также указывает путь к цели тренировок, которая является совершенствованием себя. Кроме того, в тренировочный процесс включено изучение основных правил, составленных на основе Правил этикета традиционных восточных школ каратэ. Любое боевое искусство требует дисциплины. В большинстве додзё существуют основные правила поведения,

они вывешены на стендах и постоянно разъясняются устно. Учитель строго требует исполнения этих правил. Каратэ начинается с поклона и заканчивается поклоном. Проявление уважения начинается с того мгновения, когда ученик переступает порог додзё и кланяется учителю. Поклон при входе в додзё является внешним проявлением уважения к авторитету и выполняется независимо от мастерства и возраста человека. Отношения между учеником и учителем (сэнсей) являются прямым отображением восточных традиций. На Востоке на учителя смотрят с уважением, граничащим с благоговением. Ученики относятся к своим наставникам с абсолютной преданностью. Взаимоотношения учителя и ученика напоминают связь между строгим отцом и сыном, который полностью подчиняется авторитету старшего. Мастера говорят, что по тому, как выполнен поклон, можно мгновенно «прочитать» своего возможного противника, поскольку поклон и его правильное выполнение – это тоже искусство, требующее длительной отработки, а неумело выполненный поклон сможет поведать о недочетах техники. Этикет и ритуал занимают в каратэ значимое место, и роль их в качестве духовно-нравственного развития личности имеет большое значение. Ритуал является системой правил внешнего поведения, регулирующих взаимоотношения между учителем и учеником, учеников между собой, между старшими и младшими учениками. Умение контролировать свои эмоции и тщательно скрывать их от посторонних глаз – великое искусство и путь самодисциплины и самопознания.

Поклон в начале и в конце, исполнение индивидуального упражнения (ката) означает вход и выход из состояния предельной сосредоточенности и концентрации волевых усилий, поскольку психика человека не может постоянно функционировать в экстремальном режиме. Ритуалы в каратэ являются сильным воспитательным процессом, воздействующим на личность ученика, который заставляет занимающего подойти к избранному виду, как к системе самосовершенствования. Подобно большинству мастеров каратэ привносит уважение к старшим и дисциплину своего искусства в повседневную жизнь. Ритуалы применимы в любой жизненной ситуации. «Ученик должен быть учтивым, готовым оказать помощь другим» – этому принципу стоит

следовать везде и всегда. Мастера боевых искусств всего мира склонны проявлять по отношению к окружающим вежливое уважение и спокойное приятие.

Боевые искусства, каратэ, пришли к нам из глубокой древности. Их история и развитие свидетельствуют о том, что они сохранили свои традиции, благодаря прочной религиозно-философской базе, реализованной в нравственных нормах и духовных ориентирах, заложенных в этической составляющей каждого из видов боевых искусств. Сами же боевые искусства на протяжении многих веков выполняют разнообразные функции, в том числе и воспитательные.

В боевых искусствах заключены огромные возможности для этического и эстетического воспитания человека, развития способности воспринимать, чувствовать, правильно понимать окружающий мир и гармонично жить в нем. Подрастающее поколение приобщается к каратэ не только из стремления укрепить свое здоровье или установить рекорды, их привлекает морально-этическое удовольствие от занятий. Связь занятий физическими упражнениями с духовно-нравственным воспитанием имеет действенный характер, так как позволяет не только формировать внешне физически-привлекательный образ, но и одновременно влиять на воспитание морально-волевых качеств, этических норм и правил поведения в обществе. Таким образом, подчеркнем еще раз, что боевые искусства вносят свой вклад в воспитание, формирование гармоничной и всесторонне развитой личности, наиболее полно удовлетворяют познавательные, общекультурные потребности человека.